



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Ciências Sociais e Humanas

Relatório de Estágio Pedagógico
Escola Secundária Frei Heitor Pinto

Fábio Alexandre Pires Sanches

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

Orientador: Prof. Doutor Júlio Martins
Orientador na escola: Prof. Carlos Elavai Vieira

Covilhã, Junho de 2011



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

Relatório de Estágio Pedagógico:
Escola Secundária Frei Heitor Pinto

Fábio Alexandre Pires Sanches

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

Orientador: Professor Doutor Júlio Martins

Orientador na escola: Professor Carlos Elavai Vieira

AGRADECIMENTOS

Na conclusão deste ciclo importante queria agradecer aos meus pais, irmão e avós por todo o apoio prestado ao longo de vários anos, principalmente, o grande sacrifício realizado para concretizar esta oportunidade.

Aos colegas do grupo de estágio Francisco Pires e Ana Esteves. A relação estabelecida pelo grupo foi bastante enriquecedora, revelando-se bastante gratificante partilhar este ano de trabalho na vossa companhia, que espero, apesar da imprevisibilidade do futuro, se possa manter.

A toda a comunidade escolar que facilitou uma rápida e harmoniosa integração. Ao grupo de educação física pelo contributo, auxílio prestado e os bons momentos oferecidos.

Ao professor Carlos Elvai por toda a disponibilidade cedida em detrimento do nosso auxílio. O seu contributo para a minha formação foi enorme.

Ao professor António Baptista por permitir a minha intervenção na sua equipa de desporto escolar e pelos bons momentos de diversão durante todas as sessões de treino.

Ao professor Júlio Martins e Aldo Costa pela colaboração na realização dos trabalhos de carácter científico-pedagógicos.

A todos os alunos e equipa de voleibol que são jovens extraordinários, com comportamentos adequados, bastante educados e que permitiram um bom desempenho da minha parte. A todos eles desejo votos de maiores felicidades e sucesso

RESUMO

Capítulo 1.

O primeiro capítulo do documento centra-se no estágio pedagógico realizado na Escola Secundária Frei Heitor Pinto, sob a orientação do Prof. Carlos Elavai e do Prof. Júlio Martins. Esta experiência permite a finalização do trabalho desenvolvido ao longo de dois anos no Mestrado nas Ensino de Educação Física nas Escolas Secundárias e Básicas. O nosso estágio resumiu-se ao acompanhamento das três turmas estabelecidas ao orientador, com este a desempenhar um papel fundamental na orientação de todas as nossas actividades desenvolvidas no seio da escola. A participação na escola deve envolver quatro parâmetros, a leccionação, o acompanhamento de uma equipa de desporto escolar, assumir uma direcção de turma e desenvolver investigações no contexto escolar. Face a todas as actividades desenvolvidas na escola durante o ano lectivo, este documento, visa relatá-las para conhecimento público e compreensão do trabalho desenvolvido.

Palavras-chave: Estágio; Educação Física; Pedagogia; Processo ensino-aprendizagem.

Capítulo 2.

O presente estudo pretende analisar e estabelecer uma relação dos motivos que conduzem os jovens à prática desportiva com as atitudes que estes demonstram em contexto desportivo relacionando-os com o nível de escolaridade. A amostra do estudo foi constituída por 172 alunos (entre o género feminino e masculino), com uma média de idades $14,73 \pm 1,36$; tendo idades compreendidas entre os 13 e os 17 anos (amostragem não probabilística de conveniência). Os instrumentos utilizados neste estudo foram numa primeira fase o Questionário de Atitudes no Desporto (QAD), adaptado e validado para a língua portuguesa por Chazisarantis, Cruz, Gonçalves, Silva e Lee, e numa segunda fase o Questionário de Motivação para a Actividade Desportiva (QMAD), adaptado para a língua portuguesa por Serpa e Frias. Do cruzamento dos dados recolhidos concluímos que os factores mais relevantes que levam os alunos à prática desportiva são os factores de ordem intrínseca e orientados para a tarefa, motivações que conduzem tendencialmente a adoptar atitudes e valores adequados em contexto desportivo. Verificamos ainda que motivações orientadas para o ego podem levar a concordar com atitudes e valores menos correctos no desporto, como aqueles que se relacionam com a “Batota” e o “Anti-desportivismo”.

Palavras-chave: Motivação, Atitudes, Valores, Educação Física

ABSTRACT

Chapter 1.

The first chapter of the document focuses on the work performed at the Secondary School Frei Heitor Pinto, under the guidance of Prof. Carlos Elavai. And Prof. Júlio Martins. This experience allows the completion of work over two years at the Masters in Teaching Physical Education in Secondary Schools and Basic. Our stage summed up the monitoring of the three classes established to guide professor, with this to play a key role in guiding all our activities within the school. Participation in school should involve four parameters, the teaching, monitoring of a school sports team, take direction of one class and perform pedagogy investigations at school. In all the activities at the school during the year, this document, aims to report them to public knowledge and understanding of their work.

Keywords: Internship, Physical Education, Pedagogy, teaching-learning process

Chapter 2.

This study aims to examine and establish a relation of the reasons that lead young people practice sports with the attitudes show in this context relating them to the level of schooling. The study sample consisted in 172 students (between the female and male) with a mean age 14.73 ± 1.36 , with ages between 13 and 17 years (non-probability sample of convenience). The instruments used in this study were initially the Attitudes Questionnaire for Sport (AQS), adapted and validated to Portuguese by Chazisarantis, Cruz, Gonçalves, Silva and Lee. The second stage of the Motivation Questionnaire for Sports Activity (MQSA), adapted to Portuguese by Serpa and Frias. By the crossing of data collected we conclude that the most relevant factors that lead students to practice sport was intrinsic and task-oriented factors, that motivations tends to adopt attitudes and values appropriate in the contex of sport. We also showed that self-oriented motivations can lead to agree less with correct attitudes and values in sport, such as those that relate to “cheat” and “anti-sportmanship”.

Key-words: motivation, attitudes, values, physical education.

ÍNDICE GERAL

Capítulo 1 – Estágio Pedagógico

1. Introdução	1
2. Enquadramento do estágio.....	2
2.1 Obejctivos do estagiário.....	2
2.2 Obejctivos da escola/grupo de educação física.....	4
2.3 Obejctivos do estagiário.....	4
3. Descrição e análise das actividades desenvolvidas	8
3.1 Recursos existentes	8
3.2 População e amostra de alunos	9
3.3 Análise das actividades desenvolvidas	11
3.3.1 Lectivas	11
3.3.1.1 Planeamento	11
3.3.1.2 Leccionação	16
3.3.1.3 Avaliação.....	23
3.3.2 Não lectivas	27
3.3.2.1 Desporto Escolar	27
3.3.2.2 Heitoríadas	29
3.3.2.3 Quinzena de Actividade Física e Saúde.....	30
3.3.2.4 Direcção de Turma	33
3.3.2.5. Outras actividades.....	34
4. Contributos e reflexões do estágio.....	35
5. Referências.....	37

Capítulo 2 – Seminário de investigação em Ciências do Desporto

Introdução	39
Metodologia.....	41
Abordagem experimental ao problema	41
Amostra.....	41
Instrumentos	41
Resultados	41
Discussão de resultados	47

Conclusões	49
Referências bibliográficas	51

Anexos

Anexo I - Descrição das turmas	53
Anexo II - Modalidades a abordar	55
Anexo III - Plano Anual	56
Anexo IV - Plano de Unidade Didáctica - Conteúdos	57
Anexo V - Extensão e sequência de conteúdos	59
Anexo VI - Exemplo de Plano de Aula.....	60
Anexo VII - Operacionalização da avaliação	64
Anexo XV - Análise descritiva através de frequências relativas dos dados obtidos no Capítulo 2.....	66

CAPÍTULO 1 (ESTÁGIO PEDAGÓGICO)

1. Introdução

Este documento terá como objectivo evidenciar todo o trabalho realizado ao longo do ano lectivo 2010/2011. Esta será uma tarefa complicada, pois para que todo o trabalho efectuado, ao longo de um ano, seja aqui exposto eficazmente, será necessário um trabalho muito rigoroso e cuidado para que o documento não seja um factor redutor do trabalho desenvolvido. É importante, e do meu interesse, realizar e apresentar-vos um documento que reflecta todo o trabalho desenvolvido e as experiências adquiridas para que a avaliação deste documento não reduza o esforço e trabalho desenvolvido.

O estágio pedagógico insere-se no currículo de Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, e, através da parceria com a Escola Secundária Frei Heitor Pinto, foi possível destacar um grupo para estabelecerem o Núcleo de Estágio nesta escola. O grupo foi formado pelos estagiários Fábio Sanches, Francisco Pires e Ana Esteves, dando continuidade ao grupo de trabalho que frequentemente no ano anterior se juntava para a realização dos trabalhos de grupo, aproveitando o relacionamento existente, as dinâmicas e hábitos de trabalho criados durante os anos anteriores.

Para a concretização do acto educativo o trabalho desenvolvido na escola visa enriquecer a formação dos estagiários num contexto real, sob a orientação de um docente experiente, o professor Carlos Elavai Vieira, devendo desenvolver as competências seguindo as indicações do professor e os conhecimentos adquiridos previamente, permitindo-me adquirir bases importantes para a minha formação. Segundo Siedentop (1998), “La manera más rápida para conseguir habilidades de enseñanza es tener ocasiones para practicar las habilidades adecuadas y para obtener feedbacks sistemáticos”.

A orientação inicial dos estagiários é crucial para o desenrolar de um bom ano de trabalho, a integração na escola deve ocorrer da forma mais eficiente possível, permitindo aos estagiários estabelecer as bases fundamentais que permitam o desenvolvimento do seu trabalho.

Esta etapa final, o estágio, é crucial para a formação dos futuros profissionais, porque “Los profesores que todavía no han adquirido las habilidades de base no pueden enseñar eficazmente incluso aunque realicen un gran esfuerzo” (Siedentop, 1998).

A actuação dos estagiários na escola está definida segundo o documento orientador em quatro grandes áreas, o ensino/aprendizagem, a direcção de turma, o desporto escolar/intervenção na escola e por último as actividades de carácter científico-

pedagógico. Esta incide principalmente sobre o acto educativo, sendo ele admitido como um processo que influencia os alunos, surgindo sempre segundo uma orientação definida segundo teorias que direccionam essas acções (Postic, 1984). Segundo o mesmo autor, “o acto educativo responde às suas exigências internas quando leva o indivíduo educado a definir a lei que impõe a si próprio e a organizar a sua actuação, quando o ajuda, numa perspectiva temporal, a alcançar o domínio do seu próprio desenvolvimento” (Postic, 1984).

O acordo que permite a nossa participação na escola visa o enriquecimento da formação dos estagiários, contudo não beneficia apenas um dos lados, o dos estagiários e universidade. Esta relação permite uma aproximação da escola com a universidade que deve enriquecer a oferta educativa deste estabelecimento de ensino contribuindo positivamente para a educação dos jovens. As actividades de dinamização interna da escola promovidas pelos estagiários, realizadas com a colaboração da universidade, são um factor decisivo para a contribuição anteriormente referida.

Recuperando o início deste enquadramento, o documento deve evidenciar todas as actividades desenvolvidas na escola, assim a estrutura deste relatório deve contemplar esse objectivo. As actividades desenvolvidas são apresentadas neste documento analisando em primeiro lugar a amostra, ou seja, analisando as turmas às quais leccionamos aulas ou desenvolvemos actividades não-lectivas. De seguida, um dos pontos mais importantes do relatório, contempla a realização de uma análise de todas as actividades desenvolvidas, aprofundando e especificando a forma como foram planeadas para o sucesso da realização das mesmas. O documento termina com uma reflexão sobre o contributo do estágio, sendo também este, a par do planeamento das actividades desenvolvidas, um ponto bastante importante no relatório. Neste capítulo será realizada uma reflexão pessoal evidenciando os aspectos positivos, negativos e as considerações finais.

O estágio foi realizado sob a orientação e auxílio do Professor Carlos Elavai, coordenador do grupo de educação física da escola, ao qual são referidos novamente os agradecimentos pela enorme contribuição para a minha formação, fruto do trabalho rigoroso incentivado pelo mesmo. Em relação ao acompanhamento do estágio pela universidade esteve ao cargo do Professor Júlio Martins.

2. Enquadramento inicial do estágio

2.1 Objectivos do estagiário

Com a ambição e desejo de me tornar futuro profissional na área de ensino de educação física, é do meu interesse, completar esta formação adquirindo o máximo de ferramentas e conhecimentos, moldando os conhecimentos adquiridos no 1º ciclo tornando-os relevantes e adequados ao ensino, visando o desenvolvimento da actividade profissional com eficácia. Para a concretização deste desejo com sucesso devem ser definidos objectivos aos quais o processo de formação do estágio deve ser orientado e os quais desejo obter no final desta longa etapa. Os objectivos devem ser agrupados segundo as variáveis que influenciam todo o processo ensino-aprendizagem e as competências que devem ser adquiridas. Entre as quais, desenvolver a capacidade de planeamento de uma unidade didáctica, conhecer quais as necessidades dos alunos e como devem ser periodizados os conteúdos permitindo a sua eficaz aquisição. Desenvolver as competências de controlo do clima de aula, da gestão do tempo, da instrução de conteúdos e da sua avaliação. Dominar os conhecimentos dos conteúdos que devem ser abordados, através de uma análise bastante aprofundada, permitindo o domínio dos conteúdos para que possam ser transmitidos de forma eficaz, pois “...ninguém pode ensinar aquilo que não sabe...” (Mesquita, 2005).

Desenvolver a capacidade de comunicação, característica bastante importante para a transmissão dos conteúdos, que deve cativar a atenção dos alunos contribuindo positivamente para a recepção da mensagem. E por último a capacidade de relacionamento com os alunos para que estes respeitem a posição do professor e a sua autoridade, ao mesmo tempo que este, tem a capacidade de mobilizar todos os discentes para a prática das situações desejadas.

A importância do desenvolvimento destas competências é importante não só para o processo de ensino, mas também para qualquer área que tenhamos de intervir, a pedagogia é uma ciência com aplicação transversal. Esta pode ser utilizada em diferentes áreas, como por exemplo, o treino e as aulas dadas fora do contexto escolar.

Apesar de valorizar bastante as competências que desejo adquirir, é também importante desenvolver a capacidade de adaptação rápida às situações exigidas. Além de todas as competências anteriormente referidas, que servem de padrão para a actuação do professor, os ambientes na sala de aula são bastante complexos e as situações podem evoluir para situações que se desviam da rotina, necessitando o professor de adequar, muito rapidamente as situações de aprendizagem ou uma reacção a determinado comportamento entre muitas outras situações. Uma característica fundamental é a flexibilidade, porque através desta característica o professor pode adequar as suas actuações mediante a sua análise da situação. E como é claro, esta é a principal diferenciação entre professores experientes e inexperientes, porque a experiência que os primeiros têm permite-lhes ter a capacidade de resposta a várias exigências do contexto escolar, fruto das várias experiências enfrentadas.

A formação descrita e defendida é apenas o início de um longo período de estudos contínuos que devem prolongar-se pois “Una vez que se han comprendido, las habilidades de base pueden ser practicadas y perfeccionadas. Las habilidades de alto nivel pueden dominarse gradualmente y, con la experiencia, es posible llegar a ser un professor eficaz.” (Siedentop, 1998).

2.2 Objectivos da escola/grupo de educação física.

A escola através da ligação estabelecida com a universidade promove um enriquecimento na formação dos futuros profissionais de educação, disponibilizando aos estagiários a oportunidade de desenvolverem um trabalho guiado sob a orientação de um professor experiente. A colocação no contexto real é de extrema importância, e a oportunidade cedida pela escola revela-se extremamente importante para o currículo do Mestrado de Ensino de Educação Física no Ensino Básico e Secundário. Contudo, e como já referi anteriormente, a escola também deve beneficiar com o protocolo estabelecido sendo de seu interesse o aperfeiçoamento da pedagogia praticada na escola, o enriquecimento da sua proposta educativa com actividades desenvolvidas, em colaboração a universidade, na perspectiva de benefício dos alunos e da comunidade educativa.

Desta forma os objectivos da escola passam por disponibilizar todas as oportunidades de enriquecimento para com os estagiários, desde a sua participação na leccionação, na responsabilidade de assumir, em colaboração com um professor, uma direcção de turma, a de colaborar no desporto escolar e todas as eventuais actividades desenvolvidas por intermédios do núcleo de estágio.

Outro aspecto relevante é o interesse da escola em revelar uma postura aberta para a troca de conhecimentos com a universidade, pois nos tempos que urgem, as mudanças são rápidas e esta relação com a universidade, através dos estagiários, pode influenciar positivamente a pedagogia aplicada por eventuais trocas de novos conhecimentos, novas temáticas, metodologias e estratégias de ensino. Concebendo-se as universidades como os centros do conhecimento e investigação, a abertura das escolas a estes factores, são uma vez mais, factores que podem otimizar o processo ensino/aprendizagem.

2.3 Caracterização geral da escola.

A história da edificação desta escola remonta o ano de 1934, e inicialmente foi denominada de Liceu Municipal de Heitor Pinto. Dessa data até à sua concepção actual,

foram várias as alterações verificadas, desde as instalações, dos cursos ministrados, da população escolar e das políticas educativas. Face a estas alterações, para conhecer a caracterização actual da escola foi importante a consulta do Plano Educativo Escolar, que após o decreto-lei nº43/89, conferiu autonomia às escolas para adaptarem o seu projecto educativo às características e recursos existentes nas mesmas mediante as solicitações e apoios da comunidade. O documento citado anteriormente estabelece linhas de orientação que visam responder às necessidades de desenvolvimento interno da escola, sempre considerando a sua realidade e o contexto social. A melhor caracterização que é possível executar da escola é através da consulta da sua missão, que bastante resumida, identifica os pontos fulcrais que regem e orientam todas as actividades desenvolvidas na escola.

É missão da Escola Secundária Frei Heitor Pinto promover:

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

Face à concretização da missão, a escola está organizada para proporcionar uma oferta educativa bastante diversificada. No ensino básico proporciona três anos de escolaridade do 3º ciclo do ensino Regular e dois Cursos de Educação e Formação, e no secundário oferece três Cursos-Humanísticos, um Curso Tecnológico e cinco Cursos Profissionais. Nos diferentes níveis e tipos de ensino os alunos estão distribuídos da seguinte forma, 182 alunos no 3º ciclo do ensino regular, 59 alunos nos Cursos de Educação e Formação, 369 alunos do Ensino Secundário Regular, 70 alunos dos cursos Profissionais de três anos com direito a diploma profissional de nível III e finalmente 21 alunos no Curso tecnológico de Acção Social.

Para uma análise complementar das características de organização da escola, será importante recorrer ao Plano Educativo Curricular e analisar as medidas de organização definidas para otimizar o processo de ensino/aprendizagem da escola. Estas medidas envolvem a gestão dos tempos lectivos e espaços, a elaboração dos horários, a constituição das turmas,

A gestão dos tempos lectivos e espaços são organizados segundo aspectos pedagógicos que visam a adequação às necessidades da comunidade educativa. O horário escolar distribui-se por três turnos organizados em blocos de 45 minutos e 90 minutos no 3º ciclo do ensino Básico e de 90 e 135 minutos no Ensino Secundário separados sempre por intervalos de 10 ou 15 minutos. A organização dos tempos visa a

rentabilização de várias actividades de complemento curricular, também bastante importantes para a formação dos jovens, proporcionando nas terças-feiras e quintas-feiras actividades lectivas terminado às 16:40 e nas quartas-feiras não existem aulas nos turnos da tarde. Neste dia inserem-se as reuniões de docentes e as actividades de desporto escolar, a distribuição do serviço docente e a plena ocupação dos tempos escolares.

Na elaboração dos horários de turma existem também considerações que visam distribuir as aulas procurando equilibrar a distribuição da carga horária semanal com o número de manhã/tardes sem actividades lectivas. O segundo aspecto considerado é a preocupação revelada para que a estrutura semanal dos horários seja semelhante em cada ano de escolaridade.

A constituição das turmas visa o princípio de criação de condições de igualdade para todos os alunos ao longo do percurso escolar, o desenvolvimento de relacionamentos interpessoais e a promoção da maior qualidade possível do ensino/aprendizagem

Distribuição do serviço docente é objecto de uma reflexão conjunta entre o grupo disciplinar, recaindo a decisão final para a responsabilidade do Conselho Executivo, que terá como prioridades o equilíbrio dos horários dos alunos.

Finalmente a ocupação plena dos tempos escolares dos alunos é a última indicação organizacional do Projecto Educativo Curricular, que visa a ocupação dos tempos escolares com aula não deixando qualquer possibilidade de existir tempos sem aulas, ou seja, as aulas decorrem sem interrupções. No caso de ausência temporária de um professor devem ser realizadas permutas de aulas com outro professor, necessitando de entregar os planos de aula a que irá faltar possibilitando o funcionamento das aulas. Na escola existem três professores destacados para poder colmatar as ausências de professores imprevistas possibilitando também nestas situações a continuidade das aulas.

Organização do grupo de educação física

Em relação ao grupo educação física, este está organizado por vários documentos orientadores que balizam a acção dos professores na escola. O grupo de educação física é constituído por vários professores experientes e com vários anos de leccionação na escola, pelo que o seu contributo no trabalho desenvolvido pelo grupo é bastante grande.

Os documentos que norteiam a actuação dos professores são vários e influenciam todos os parâmetros de trabalho do professor de educação física. Começando pelas modalidades a abordar, no início do ano é definido um documento que orienta todos os professores, necessitando estes de abordar as modalidades referidas no documento.

Esta situação evita que vários professores realizem, para o mesmo ano lectivo, diferentes modalidades, desta forma está balizada a abordagem do professor, assim é possível promover equidade no ensino para os mesmos anos lectivos. Na impossibilidade de cumprir com esta referência, seja por problemas de sobreposição de turmas no mesmo horário ou pelas condições atmosféricas, é necessário informar nas reuniões de grupo as alterações que estão a realizar ao documento, informando os colegas do grupo disciplinar. O segundo documento que orienta os professores é as planificações dos conteúdos a abordar, efectuado para todos os anos lectivos e todas as modalidades, ou seja, o grupo definiu os conteúdos a serem trabalhados nos vários anos de escolaridade para todas as modalidades que possam ser dadas. Assim um professor ao iniciar a abordagem, por exemplo, do ténis para o 9ºano, consulta a planificação dos conteúdos e competências propostas pelo grupo. Ainda na abordagem dos conteúdos, o grupo propõe também uma sequência e extensão dos conteúdos para todos os anos e modalidades. Por último o grupo propõe também os critérios de avaliação para todas as ofertas de escola referidas anteriormente (3º ciclo ensino básico, secundário Curso-Humanístico, Cursos tecnológicos, etc...), e dentro destes critérios de avaliação, propõe a operacionalização dos mesmos, esmiuçando os conteúdos a avaliar, certificando que os alunos dos vários anos estão sujeitos aos mesmos critérios de avaliação e que os conteúdos são avaliados segundo a mesma operacionalização. Estes dois conceitos de critérios de avaliação e operacionalização da avaliação podem ser confundidos pelo leitor como sendo conceitos semelhantes, pelo que para evitar esta confusão, explicarei de forma mais concisa para distinguir estes dois conceitos. Os critérios de avaliação variam dos Cursos-Humanísticos para os Profissionais, e neste dois casos, o domínio motor tem mais influência na nota no primeiro caso referido que no segundo (80% comparado com 70%) mas o domínio sócio-afectivo tem uma maior cotação no segundo caso (30% no profissional para 20% nos Cursos Humanísticos), contudo, na terminologia utilizada para referir a operacionalização da avaliação consideram-se os critérios de avaliação estipulados para a avaliação de um conteúdo, por exemplo, a roda na ginástica. Estes documentos não serão apresentados neste ponto do documento, e daí a explicação mais exhaustiva na frase anterior, porque a sua relevância será apresentada e justificada no planeamento das actividades desenvolvidas, contudo são aqui referidos para a compreensão do leitor da organização estipulada pelo grupo, e a forma como, através dos documentos, asseguram a equidade no ensino para os alunos dos mesmos anos de escolaridade. Estas medidas são principalmente importantes no secundário, uma vez que a nota é importante para a média, e dentro da mesma escola poderiam existir turmas avaliadas numa determinada modalidade, segundo operacionalizações ou critérios de avaliação distintos.

É importante referir que estes documentos orientam o trabalho dos professores de educação física que leccionam neste estabelecimento de ensino, contudo estes devem

ser considerados como documentos flexíveis que se devem adequar às características das turmas e a outras condicionantes que podem influenciar o processo de ensino, como sucedeu várias vezes com o nosso núcleo de estágio.

Concluindo, esta é a organização estabelecida na Escola Frei Heitor Pinto que visa o cumprimento da missão e dos objectivos propostos no Plano Educativo Escolar. Como foi possível verificar, existem definidas medidas que visam a optimização da qualidade do ensino, que devem ser cumpridas e que devem pertencer ao conjunto de conhecimentos do professor em relação ao funcionamento da escola, contribuindo estas medidas para melhorar o sucesso escolar dos jovens. Relativamente ao grupo de educação física foi evidenciada a organização fortemente defendida para balizar e orientar as acções dos docentes visando sempre a equidade no ensino da disciplina relativamente aos vários anos de escolaridade.

3. Descrição e análise das actividades desenvolvidas.

3.1. Recursos existentes.

A escola está equipada com todos os recursos materiais permitindo uma abordagem a todas as modalidades disponibilizadas na escola sem qualquer limitação. Durante o ano lectivo os materiais existentes nunca foram factores que se relevassem negativos, os recursos existentes permitiam a criação de situações de aprendizagem adequadas.

O factor mais limitativo na escola são as infra-estruturas, existem apenas dois espaços cobertos para a realização das aulas, o pavilhão gimnodesportivo e um pequeno ginásio com um espaço bastante reduzido. Quando as condições climatéricas não possibilitam a realização das aulas nos espaços exteriores, e o pavilhão está ocupado, o espaço de recurso é o pequeno ginásio, e neste aspecto, as aulas e as situações de aprendizagem necessitam de sofrer alterações que não beneficiam o processo ensino/aprendizagem. Esta situação verificou-se quando abordávamos o ténis, e a solução passou por abordar uma modalidade alternativa, a dança.

Na escola os espaços são distribuídos no início do ano com especial atenção às modalidades abordadas, procurando sempre distribuir ao máximo as turmas evitando a sua sobreposição na mesma hora, ou seja, é definido um limite de turmas por hora lectiva tentando diminuir os efeitos negativos das limitações de espaço.

3.2. População e amostra de alunos.

As turmas ao cargo do nosso professor orientador, e que passaram para o nosso com o devido apoio, são três. Duas delas teremos de dar aulas de educação física e na terceira aulas de Organização e Desenvolvimento Desportivo.

A turma C/D é constituída por 24 alunos com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos. A turma C (ver anexo I, pag.53) frequenta o Curso Científico - Humanístico de Ciências Socioeconómicas e a turma D (ver anexo I, pág.53) o Curso Científico - Humanístico de Línguas e Humanidades. Devido ao reduzido número de alunos das duas turmas, estas são assumidas perante a disciplina de educação física como uma única turma. Nestas duas turmas não existe qualquer aluno repetente. Existem dois alunos novos na escola e na turma, o André Santos e a Florence Oliveira, que por transferência foram inseridos nesta turma. Inicialmente na sua adaptação sentiram algumas dificuldades no estabelecimento de relações de amizade com os restantes elementos da turma, verificando-se algumas de adaptação. Como características principais destas duas turmas são o facto de existirem relacionamentos bastantes vincados e fechados, não se mostrando muito receptivos à aproximação com outros colegas. Esta característica nunca influenciou o desenrolar das aulas, os alunos apesar dos laços de amizade fortes não se recusavam a trabalhar com os outros colegas, mas era necessário, impor as separações para que elas se verificassem.

De realçar que esta turma revelou comportamentos bastante adequados, eram de forma geral, bastante interessados e empenhados na realização das tarefas de aula, colaborando de forma extremamente positiva com o desenrolar das aulas auxiliando bastante a acção do núcleo de estágio.

A segunda turma E (Anexo I, pág.54) é constituída por 24 alunos que frequentam o curso tecnológico de desporto, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos, com uma média de 16,4. Nesta turma apenas existe um repetente, o aluno Samuel Casteleiro. Esta turma revelou ao longo do ano falta de hábitos de estudo e empenho, proporcionando dificuldades de aprendizagem. Contudo apesar desta carência nos conteúdos teóricos, os alunos revelaram grande capacidade para trabalhar em grupo e para o desenvolvimento de tarefas práticas, pois ao longo do ano, realizaram várias com excelentes resultados.

A turma de 11ºASC (Anexo I, pág.53) frequenta o curso profissional de técnico de animador sociocultural - nível 3. A turma apenas é constituída por oito alunos, apesar de no ano anterior ser constituída por cerca de vinte. A retenção de grande parte deles apenas permitiu a formação de uma turma no 11ºano com este pequeno grupo. São claras as diferenças na abordagem a esta turma, pois revelam ter adquirido alguns hábitos pouco positivos, como por exemplo, chegar atrasados. Analisando o comportamento da turma verifica-se que apesar da falta de alguns hábitos de trabalho

a turma cumpre o que lhes é solicitado com empenho e interesse e revelam ter um bom espírito de grupo e de cooperação. É importante referir que as condições deste curso são diferentes das restantes, e caso eles fiquem retidos num módulo, têm algumas oportunidades para poderem realizar a recuperação, pelo que dois alunos cientes destes factos, revelam alguma irresponsabilidade e falta de interesse deixando as decisões, caso necessário, para as provas de recuperação pois sabem que têm várias oportunidades.

Para complementar a caracterização da população, é importante analisar as especificidades da população referente às características de desenvolvimento da mesma. O conhecimento das diferentes fases de desenvolvimento dos jovens é um factor importante a considerar para a compreensão dos comportamentos evidenciados. Segundo as fases de desenvolvimento propostas por Erik Erikson, acerca do desenvolvimento Psicossocial, o qual refere que o crescimento decorre da interacção do jovem com o meio que o rodeia. Segundo esta perspectiva, situamos o grupo de alunos na adolescência, com necessidade de entender o seu papel no mundo e com consciência da sua singularidade. É nesta fase que é definido o sentido para a sua existência, através de uma recapitulação e redefinição dos elementos de identidade já adquiridos, esta etapa é também denominada pelo autor de crise de adolescência (Papalia, D., Olds, S. & Feldman, R., 2001). Perante estas características evidenciadas, é importante o professor estar sensibilizado às mesmas, assim pode adequar as suas acções, principalmente no acompanhamento realizado na direcção de turma.

Relação professor/alunos

Considero importante colocar este pequeno tópico na caracterização da turma devido à importância que este assume no sucesso do processo ensino/aprendizagem e na pedagogia. A relação estabelecida entre o professor e os alunos foi bastante boa, facilmente decorei os nomes dos alunos, condição bastante importante para conseguir adquirir a confiança dos mesmos e estimular o seu interesse.

Ao longo de todo o ano, a relação estabelecida com os alunos manteve-se a bons níveis, permitindo e facilitando a criação de um bom clima de aula e o controlo ao controlo dos alunos, também Siedentop defende o estabelecimento de relações semelhantes, “Las buenas relaciones interpersonales con los alumnos hacen la vida más agradable a los profesores y contribuyen a crear un clima más favorable para el aprendizaje”(2008).

3.3. Análise das actividades desenvolvidas.

Neste ponto do relatório serão analisadas todas as actividades mais relevantes efectuadas na escola, disponibilizando ao leitor a súmula e o balanço final do trabalho desenvolvido.

As actividades realizadas foram bastante variadas, começando pelas mais importantes, referentes ao processo lectivo, descrevo a leccionação de educação física nas turmas C/D e ASC e a leccionação à turma E de ODD (Organização Desenvolvimento Desportivo). As experiências lectivas proporcionadas na escola foram bastante diversificadas devido às diferentes características dos cursos, isto é, uma turma do Curso Humanístico, uma do curso profissional e a última do Curso Tecnológico de Desporto.

As actividades desenvolvidas com a turma E envolveram a leccionação de determinados conteúdos teóricos presentes no programa e manual do curso e a colaboração em actividades práticas.

As actividades fora da componente lectiva foram o acompanhamento de uma equipa de desporto escolar, a direcção de turma, a participação nas heitorizadas e a outras actividades menos relevantes mas que também são importantes referir neste relatório.

3.3.1. Lectivas

Na análise das actividades lectivas desenvolvidas vou centrar-me principalmente na descrição e análise das desenvolvidas nas turmas C/D e ASC porque foram aquelas onde a nossa participação foi mais activa, principalmente no processo de planeamento, leccionação e avaliação. Na turma E a nossa participação foi menos relevante no planeamento e na leccionação, recaindo principalmente a nossa acção sobre o processo avaliativo.

Neste capítulo serão apresentados todas as actividades desenvolvidas para o desenvolvimento das actividades lectivas, principalmente na disciplina de educação física, descrevendo e analisando o planeamento, a leccionação e a avaliação.

3.3.1.1. Planeamento

As primeiras acções realizadas no início do estágio foram realizar um planeamento adequado para o sucesso do processo ensino/aprendizagem. Nesta etapa inicial, através de várias reuniões, o orientador elucidou-nos da realidade escolar, da necessidade do planeamento das unidades didácticas e da forma como deveriam ser

executadas. Esta etapa é bastante importante porque permite “...delinear antecipadamente aquilo que tem de ser realizado, como deve ser feito e quem é que o deve efectuar”(Mesquita, 2005), ou, para complementar a mesma ideia, “Planejar consiste na selecção e ordenamento dos objectivos e dos conteúdos programáticos” (Quina, 2009).

Como foi apresentado na organização escolar, o grupo de educação física da escola tem definidos documentos que orientam todo o planeamento dos restantes professores de educação física (ver anexo II, pág. 55), assim, o núcleo de estágio foi orientado segundo esta base definida na escola pelo grupo disciplinar.

No planeamento inicial de qualquer unidade didáctica foram desenvolvidos documentos adaptados à realidade enfrentada nas turmas, ou seja, apesar dos documentos orientadores, estes necessitavam de ser adaptados aos contextos e recursos disponíveis. Foram vários os documentos desenvolvidos neste planeamento inicial, o plano anual, o plano unidade didáctica de conteúdos e competências, a extensão e sequência de conteúdos e a unidade didáctica - estudo da modalidade.

As duas turmas que leccionamos educação física têm características distintas, a turma C/D frequenta o secundário no Curso-Humanístico e a turma ASC frequenta o curso profissional. Em ambas as turmas o planeamento do currículo é efectuado pela direcção da escola e pelo grupo de educação física, contudo, os documentos são disitintos face às especificidades dos dois cursos. No primeiro o tempo de aulas é definido pelos horários, as aulas são efectuadas consoante o horário e a possibilidade da sua execução, por exemplo, não existe um limite final a ser cumprido no final do ano. Ao contrário do estabelecido neste curso, para a turma 11ºASC, do curso profissional, existe uma meta de aulas a ser cumprida, neste caso, 67 aulas, que devem ser completados antes de 31 de Maio, data em que iniciam o seu estágio. Estas duas características têm implicações no planeamento das aulas, pois num caso apenas são dadas as que estão no horário e quando estão reunidas as condições para as cumprir enquanto no curso profissional existe uma meta de aulas a ser cumprida, independentemente de serem no horário previsto ou não. Situação que se verificou no final do ano, a interrupção de aulas no primeiro período levou à necessidade realizar algumas aulas fora do horário previsto para completar as aulas totais antes da data do início de estágio.

Plano anual

O plano anual definido varia entre as duas turmas que leccionamos aulas de educação física. Por serem dois cursos diferentes (ver ponto anterior), as planificações diferiram. Na turma ASC o currículo de educação física está definido, dividido em várias

áreas a serem leccionadas nos vários anos. O documento define todo o percurso escolar dos alunos, assim, todos os alunos finalizam o curso com equidade de oportunidade de desenvolvimento das mesmas competências. Estas várias áreas são desenvolvidas por módulos aos quais estão definidos tempos de aula específicos para cada um deles. No caso desta turma a primeira modalidade a abordar foi a ginástica, seguindo-se a dança, o módulo teórico de actividade física, contextos e saúde, os jogos desportivos colectivos (nos quais foram leccionados o basquete e o futebol) e finalmente o atletismo. Na leccionação das modalidades, o tempo estava definido para cada uma delas, assim o planeamento anual limitou-se a seguir este documento de orientação, completando em cada um dos módulos os tempos estabelecidos.

O plano anual definido na turma C/D (ver anexo III, pág.56) foi diferente do existente para a anterior turma, também o currículo está definido nesta turma, e mais uma vez, é fomentada a equidade de oportunidades de aprendizagem aos alunos do mesmo ano lectivo. Face à escolha das modalidades já definidas, foram definidos os objectivos gerais a serem cumpridos ao longo do ano lectivo, definidos os recursos temporais existentes, que ao contrário da turma anterior, estavam devidamente definidos e deveriam ser cumpridos na íntegra, nesta turma, os recursos temporais são definidos mediante o horário das turmas e as aulas que presumivelmente podem ser realizadas nesses dias.

De forma geral, o plano anual visa “organizar os objectivos e os conteúdos de cada bloco programático em unidades de ensino” (Quina, 2009) contemplando os objectivos a alcançar e os recursos existentes.

Plano de unidade didáctica - conteúdos e competências

“No plano anual não é possível nem desejável prever com rigor e pormenor o desenrolar de todos os períodos” (Quina, 2009) pelo que face a esta situação é realizado o plano de unidade didáctica no início de qualquer período lectivo, centrando-se este documento na escolha de conteúdos a abordar mediante as modalidades definidas. O plano anual evidencia-nos os recursos temporais, e mediante estes, devem ser escolhidos os conteúdos a abordar através da consulta dos documentos de referência da escola, elaborados para os vários anos de escolaridade segundo as diferentes modalidades. Assim, ainda sem qualquer avaliação diagnóstica, é feita uma proposta de conteúdos que devem ser abordados ao longo do período que coincidem com todos os desenvolvidos em todos os anos de escolaridade (ver anexo IV, pág.57). Contudo estes conteúdos ao longo do período podem ser alterados por vários factores, como as dificuldades sentidas pela turma ou pela impossibilidade de realizar as aulas previstas. Esta situação ocorreu logo no primeiro período, quando o núcleo abordava ginástica. O orientador da escola ausentou-se temporariamente, pelo que no final do

período as aulas dadas não coincidiram com as previstas, resultando num reajustamento dos conteúdos abordados face às aulas que foram dadas.

Extensão e sequência de conteúdos

Este documento elaborado pelo núcleo de estágio no planeamento de qualquer unidade didáctica foi bastante importante para que fossem definidos a introdução dos conteúdos (ver anexo V, pág. 59) definindo qual a extensão, ou seja, qual o volume dos conteúdos a aprender e a sequência, ou seja, os elos de ligação a estabelecer (Mesquita, 2009). Numa perspectiva de evolução, iniciando com conteúdos mais simples e pouco complexos passando progressivamente para os mais complexos e difíceis, estes eram periodizados segundo a totalidade dos recursos temporais. Este documento fornecia uma orientação bastante importante para a abordagem dos conteúdos porque analisando o tempo disponível, eram definidas as datas que deveriam de ser introduzidos, o tempo disponível para a aprendizagem e os elos de ligação entre os vários conteúdos, desta forma eram traçados pequenos objectivos a serem concretizados ao longo de todo o período.

O traçamento destes pequenos objectivos orientavam todo o processo de ensino planeado pelo professor, sabendo este, através destes pequenos objectivos e indicações, o caminho traçado para a concretização do planeamento previsto com o objectivo de abordar todos os conteúdos propostos.

Este documento de orientação é fundamental para que o professor tenha consciência do tempo que necessita de dispendir para a instrução, exercitação e consolidação dos diferentes conteúdos propostos no início do período lectivo.

Mas também este documento, à semelhança do anterior, é flexível, e, mediante as características dos alunos pode ser alterado em benefício do processo ensino/aprendizagem.

Unidade didáctica - estudo da modalidade

Este documento realizado visa o aprofundamento do conhecimento dos conteúdos abordados em cada uma das modalidades. Uma das dificuldades sentidas no início do estágio foi o conhecimento muito superficial dos conteúdos que deveriam ser abordados.

O orientador sabendo das dificuldades sentidas pelos estagiários, conhecimento adquirido ao longo dos vários anos de estágios realizados na escola, indicou-nos a realização deste documento segundo alguns tópicos orientadores, entre os quais, as componentes críticas dos movimentos, o erros mais frequentes e, principalmente, as progressões de aprendizagem. Pela orientação e apoio do professor conseguimos

realizar o documento, aprofundando o conhecimento em cada conteúdo, definindo estratégias para o abordar e progressões que permitissem a eficaz aprendizagem do conteúdo.

Esta tarefa revelou-se bastante produtiva para a qualidade das aulas, e considero que deveria ser um trabalho realizado nos anos anteriores ao estágio pedagógico.

Planos de aula

Depois da análise e descrição do “macro” planeamento das unidades didáticas, é importante neste ponto, centrar a análise no “micro” planeamento das aulas. A elaboração dos planos de aula envolvia a consulta de todos os documentos anteriormente referidos, introduzindo as aulas realizadas numa lógica sequencial que visava determinadas finalidades e desenvolvimento de competências.

Este documento visava orientar a aula, auxiliando o professor a criar as situações mais adequadas para a promoção das aprendizagens pretendidas preparando-o para concretizar os objectivos propostos. Segundo Siedentop (2008), “Los profesores planifican para asegurarse que haya progresiones entre las lecciones, para utilizar el tiempo eficazmente, para reducir su ansiedad y aumentar su confianza”, o mesmo autor refere que “las conclusiones de la invertogación dejan ver que todos los educadores eficaces planifican cuidadosamente sus unidades de enseñanza” reforçando a importância deste planeamento prévia para a eficácia do processo ensino/aprendizagem.

São vários os aspectos que o professor deve considerar no plano de aula, contudo alguns deles não serão referidos neste ponto, a aplicação deste documento remete-se para o próximo capítulo, a leccionação, limitando apenas a análise neste ponto para o carácter de planeamento do plano aula.

Os documentos eram realizados e entregues dois dias antes, permitindo ao professor a sua análise, e apenas em caso de erros muito graves o professor intervinha.

Na elaboração deste documento foi definido um modelo que deveria ser utilizado pelo núcleo de estágio. Este modelo era dividido em três partes, a parte inicial que consistia no aquecimento e na exposição dos objectivos aos alunos, a parte fundamental com a exercitação dos conteúdos desejados e a parte final com a recuperação activa, alongamentos e balanço final da aula. Estes foram os tópicos principais dos planos de aula, e os quais, todo o núcleo de estágio utilizou ao longo das suas aulas.

Ainda na elaboração dos planos de aula, foram estabelecidos também alguns pontos que auxiliariam o professor no decorrer da aula, sendo eles, os conteúdos, os exercícios com a sua completa descrição, objectivos, estratégias e materiais a utilizar, os

aspectos críticos que deveriam ser os indicadores de observação do professor e finalmente os tempos dos vários exercícios.

Análise global

A elaboração dos documentos referidos anteriormente foi o trabalho fundamental realizado para o planeamento dos conteúdos das várias modalidades. Assim foi possível estabelecer objectivos e competências a desenvolver durante o período, estabelecer uma sequência lógica de introdução dos conteúdos definindo pequenas metas que deveriam ser cumprida assegurando a possibilidade do cumprimento dos objectivos propostos.

O planeamento das aulas de educação física para as turmas C/D e ASC remeteu este funcionamento, apesar da diferença existentes no plano anual para as duas turmas, pois os recursos temporais diferem, os restantes documento foram realizados segundo as mesmas indicações.

O planeamento anteriormente mencionado referiu-se ao efectuado para as turmas C/D e ASC, mas para a turma E, o programa está definido num manual que por nós foi seguido. Nesta turma, como referi anteriormente, a nossa participação não foi tão activa quando comparada com as restantes turmas, e o planeamento dos conteúdos não foi por nós trabalhado, sendo efectuado pelo professor orientador.

3.3.1.2. Leccionação

Descrição do funcionamento da leccionação na escola

Na Escola Secundária Frei Heitor Pinto o estágio pedagógico promoveu a leccionação dos seus estagiários segundo uma lógica de funcionamento, que foi explicada logo nos primeiros encontros com o professor orientador, e com a qual, os estagiários concordaram e a qual será descrita adiante.

Nas primeiras abordagens com o orientador foram realizadas várias reuniões de debate com os estagiários. O orientador cedo se prestou a auxiliar a nossa entrada na escola, descrevendo toda a sua dinâmica de funcionamento, potenciando a nossa integração neste meio novo.

As principais directrizes do professor para os primeiros encontros remeteram para o problema da recreação da educação física. O seu discurso inicial era orientado para a importância do trabalho desenvolvido ser competente, rigoroso e fundamentado, procurando sempre que possível promover os maiores ganhos possíveis nos alunos. Esta perspectiva de recreação apenas diminuiu a disciplina de educação física, reduz a sua

importância, e para defesa do professor é importante a promoção de um trabalho competente. Estas orientações iniciais foram importantes para a motivação do núcleo de estágio na realização de um trabalho rigoroso, alertando para a importância deste na promoção e defesa dos profissionais desta área.

Depois de promovida a nossa integração no meio escolar, de estabelecidas as directrizes que deviam orientar o nosso trabalho, iniciamos a nossa actividade lectiva de forma bastante ligeira. Tal como o processo de aprendizagem dos alunos, em que as situações de aprendizagem devem partir de estímulos mais simples para a introdução de estímulos mais complexos, a nossa actividade lectiva decorreu de forma semelhante.

Numa fase inicial começamos por realizar jogos com os alunos das turmas C/D e ASC para desenvolver novamente os hábitos de prática desportiva, elevando de forma geral os níveis das capacidades condicionais, quebrando com os estilos sedentários estabelecidos nas férias. As orientações destes jogos lúdicos permitiram de forma progressiva uma aproximação aos alunos. O conhecimento dos nomes dos alunos foi uma condicionante que procurei rapidamente solucionar porque assim conseguiria mais facilmente relacionar-me com os alunos e estabelecer uma ligação que seria bastante eficaz para o desenvolvimento das aulas.

Sabendo da importância do primeiro contacto com a turma, e da influência que este pode ter no sucesso de todo trabalho desenvolvido ao longo do ano, o orientador tentou promover uma harmoniosa integração dos estagiários na turma.

Depois destes jogos iniciais, iniciou-se a abordagem da ginástica em ambas as turmas. Nestas aulas apenas observávamos o professor, retirando sempre que possível todas as anotações relevantes para a nossa aprendizagem. Esta observação de aula permitiu ao professor induzir novamente os hábitos de trabalho desejados, incutir a disciplina e as regras de funcionamento que iriam reger as aulas ao longo do ano. Com esta “educação” inicial dos alunos, fomos integrados colectivamente na turma. As aulas passaram a ser realizadas e orientadas pelo conjunto dos quatro professores, facto que na ginástica é bastante rentável, devido aos problemas de segurança envolvidos na realização desta modalidade, assim é possível, rentabilizar as ajudas e a segurança.

Esta orientação colectiva permaneceu assim durante todo o período, mas segundo as indicações do professor, depois de algumas aulas dadas em grupo e com o estabelecimento de uma relação eficaz com os alunos estaríamos prontos para começar a orientar aulas individualmente. Porém esta situação não se verificou, no primeiro período o professor ausentou-se temporariamente e todo o planeamento, seja dos conteúdos e das aulas previstas foi alterado.

Durante esta interrupção do estágio, o grupo permaneceu na escola, apoiando o professor de substituição nas aulas, rentabilizando as ajudas na ginástica possibilitando o trabalho por várias estações com apoio dos vários professores. Durante este período de interrupção foram leccionados pelo núcleo de estágio duas aulas teóricas à turma

C/D de ginástica, realizando uma análise global das aprendizagens realizadas, descrevendo os principais erros e as dificuldades. Na turma E foram desenvolvidas duas aulas com apresentação e desenvolvimento de conteúdos relevantes para o desporto, nomeadamente o desporto e saúde e os contributos do desporto no desenvolvimento social dos jovens. Com a chegada do professor, e com algum atraso na programação realizada, foram realizadas até ao final do período aulas com os quatro professores a trabalharem em conjunto com intuito de rentabilizarem as aulas e o processo ensino/aprendizagem. Nestas aulas eram criadas várias estações onde os alunos poderiam exercitar e consolidar todos os conteúdos aprendidos e possibilitando a instrução de alguns novos, nomeadamente da ginástica de aparelhos. Durante estas aulas fomos trocando sempre de estações, circulando pela ginástica de solo, espalhada por todos os espaços do ginásio, pela trave, barra fixa, paralelas assimétricas, paralelas simétricas e cavalo. Em todo o ginásio estavam espalhados estes aparelhos aproveitando ao máximo, garantindo as devidas condições de segurança, todos os espaços disponíveis.

Este funcionamento descrito ocorreu nas aulas de ginástica efectuadas à turma C/D e ASC, contudo na turma E a nossa participação foi diferente. Realizamos um teste e a sua devida correcção.

No segundo período o funcionamento perspectivava-se de forma diferente, com a intuição de termos oportunidade de participarmos mais na leccionação de aula de forma individual, fosse nas turmas C/D e ASC mas também nas aulas teóricas da turma E. Tal como perspectivado, essa situação verificou-se, sendo-nos disponibilizada autonomia para funcionar de forma independente nas aulas.

Iniciou-se o período na turma C/D com o professor a orientar as aulas de voleibol, permitindo-nos observar as estratégias utilizadas, o controlo da turma e as situações de aprendizagem estabelecidas. Na modalidade alternativa, dança, iniciamos o período lectivo com aulas orientadas apenas pelos estagiários em grupo. As características das danças permitiram dividir os alunos em três grupos, e cada um deles ficava à responsabilidade de um estagiário. As quatro primeiras aulas de dança funcionaram desta forma, com três grupos formados e com os estagiários a trocarem de grupo a cada aula, mantendo-se sempre os mesmos grupos definidos ao longo das aulas.

No voleibol, passadas as duas primeiras aulas, começamos a leccionar sozinhos, e nesta fase foi definido a calendarização das aulas até ao final do período, com os estagiários a leccionarem as aulas intercaladas, ou seja, iniciamos a calendarização com a colega Ana Esteves, na semana seguinte, a aula foi da minha responsabilidade, depois foi da responsabilidade do colega Francisco Pires e assim sucessivamente. No final do período contabilizei um total de duas aulas leccionadas nesta modalidade.

Mas voltando à modalidade alternativa, a dança, nas quatro primeiras aulas do período leccionamos em grupo danças tradicionais, dividindo os alunos em três grupos ficando cada um à responsabilidade de um professor. Após estas aulas iniciais de danças tradicionais foram leccionadas à escolha de cada estagiário um estilo de dança que seria orientado sozinho. A escolha do meu estilo de dança foi um desafio enorme, a minha experiência com danças era praticamente nula e o conhecimento que tinha era bastante reduzido. Depois de frequentar o workshop dos colegas da Escola Campos Melo e de algumas aulas de dança escolhi o slow rhythm.

Fazendo um aparte no texto desenvolvido, a segunda modalidade a abordar neste período deveria ser o ténis, mas como as condições climatéricas não possibilitaram a realização destas aulas foi necessário escolher a dança como modalidade alternativa. Esta alteração foi comunicada nas reuniões de grupo do disciplinar a alteração para os colegas tivessem conhecimento, tal como sugerem as indicações definidas na organização da escola.

Quando o tempo permitiu foi iniciada a abordagem ao ténis nos espaços exteriores, iniciando sempre com o mesmo modelo de funcionamento. As primeiras aulas eram dadas pelo professor passando depois para nossa responsabilidade a leccionação da modalidade.

No final do período, para a turma C/D, contabilizei quatro aulas dadas em grupo com os colegas de danças tradicionais, uma aula de slow rhythm, duas de voleibol e uma de ténis.

O funcionamento na turma ASC foi semelhante, as primeiras aulas eram sempre iniciadas pelo professor sob a nossa observação atenta. Nesta turma os módulos foram bastante variados, passando pelas danças tradicionais onde desenvolvemos a mesma metodologia de trabalho, aulas leccionados pelos três estagiários, pelo módulo teórico e pelo basquete. Nesta turma leccionamos quatro aulas de danças tradicionais, mas individualmente leccionei uma aula teórica com o tema “Reconhecer a variedade e diversidade das actividades físicas, os seus contextos e objectivos, finalizando com uma aula de basquete.

Na turma E, durante o segundo período contribuimos para a realização e correcção do primeiro teste, depois os alunos frequentaram durante duas semanas uma actividade desenvolvida pelo núcleo de estágio em colaboração com o orientador, com o tema de “A Quinzena de Actividade Física e Saúde”. No final desta actividade, com algumas semanas de aulas foram calendarizadas três aulas para cada estagiário dar, o tema desenvolvido foram os recursos materiais e no final das três aulas deveríamos realizar um mini-teste acerca da matéria dada nas três aulas.

O terceiro período caracterizou-se por uma maior autonomia no trabalho desenvolvido, começando o período com os estagiários a leccionarem individualmente

as aulas. Logo no seu início foi estabelecida uma calendarização das aulas para que os estagiários soubessem as datas das suas orientações.

Na turma C/D as aulas leccionadas continuaram a abordar as mesmas modalidades, o voleibol e o ténis. As aulas foram leccionadas individualmente, contabilizando no final duas de voleibol e duas de ténis, uma delas a avaliação.

Na turma ASC o módulo abordado foi o atletismo, com cinco tempos estabelecidos, os quais foram divididos pelos estagiários e pelo orientador. A modalidade de atletismo foi dividida em quatro unidades, as estafetas, o lançamento do peso, o salto em comprimento e corrida de barreiras. A aula que leccionei foi corrida de barreiras, e pelos recursos temporais estabelecidos, a abordagem dos conteúdos foi bastante superficial.

Na turma E a nossa participação resumiu-se na orientação e auxílio da preparação das Heitoríadas, colaborando com os alunos para o sucesso da organização da actividade.

A nossa participação lectiva na escola (ver alguns exemplos no anexo VIII, pág. 68), devido às características das turmas, possibilitou que fosse bastante diversificada, desde aulas teóricas, aulas de dança e à colaboração de organização de eventos desportivos. Algumas dessas experiências constituíram verdadeiros desafios pessoais que necessitaram de ser superados, como foi o caso da dança.

A componente lectiva

Este ponto do trabalho centra-se na componente lectiva desenvolvida ao longo do ano lectivo. As aulas dadas individualmente sempre foram alvo de análise dos colegas e do orientador. Estas reuniões eram debates bastante enriquecedores que motravam a perspectiva de observadores que estavam fora da aula, encontrando-se estes num estado muito mais calmo, observando situações que poderiam fugir do controlo dos alunos. A avaliação da componente lectiva dividia-se no planeamento, que foi explicado anteriormente e o qual não será referido neste ponto, a gestão, a instrução e o clima de aula. Sempre que observávamos uma aula dada pelo colega avaliávamo-la segundo uma grelha que continha estes aspectos referidos anteriormente. O estagiário que realizava a aula realizava um relatório, sem modelo definido, reflectindo acerca da sua aula. Após as minhas reflexões realizadas, complementadas com o contributo dos colegas e do orientador, vou descrever os aspectos mais importantes mencionados para cada um dos pontos mencionados anteriormente.

A gestão da aula, mais concretamente do tempo, foi um aspecto pouco problemático, foi sempre uma preocupação não tentar realizar exercícios bastante

diferentes, optando por situações de aprendizagem que pudessem ser encadeadas permitindo poucas perdas de tempo que desta forma poderiam ser evitadas (Mesquita, 2005) O desenvolvimento das aulas na sua globalidade sempre decorreu de forma eficaz, permitindo o cumprimento do plano de aula e dos respectivos tempos de aprendizagem nas várias tarefas, permitindo a potenciação do tempo prática motora permitindo o aumento do tempo de aprendizagem proporcionado (Mesquita, 2005).

Apenas em algumas situações específicas o orientador mencionou que os alunos deveriam estar menos tempo a realizar determinada tarefa, evitando um cansaço mental e uma insitência no erro. Esta situação verificou-se na aprendizagem do serviço por cima, as dificuldades dos alunos eram bastantes e os erros efectuados também, e numa tentativa de corrigir os erros de todos os alunos e observar que não estavam a conseguir superá-los insistia na sua resolução, contudo, pela observação exterior, com a qual depois concordei, mas que durante a aula não levei a minha observação para tal interpretação, foi que o prolongamento do tempo na tarefa não levaria à correcção do erro mas sim o contrário, a insistência no erro. Este foi o aspecto que mais marcou a minha leccionação referente à gestão do tempo da aula.

O segundo aspecto, a instrução, é o “comportamento de ensino através do qual o professor motiva e transmite ao aluno as informações sobre as actividades objecto de aprendizagem” (Quina, 2009). Ao contrário do aspecto referido anteriormente, neste ponto o orientador batalhou bastante e mencionou várias correcções a serem efectuadas. Em relação ao domínio dos conhecimentos e na instrução dos mesmos não tive qualquer problema. Os estudos realizados no início das unidades didácticas permitiam o conhecimento das situações de aprendizagem permitindo uma instrução bastante eficaz.

Os aspectos referidos pelo orientador em relação à instrução foi numa fase inicial tentar mostrar mais confiança nas comunicações efectuadas, facto que com o passar do tempo se verificou, pois os níveis de confiança perante a turma foram aumentando.

O orientador insistia bastante no aumento da utilização dos feedbacks, que segundo as suas indicações, e com as quais concordamos, deveriam ser sempre positivos, elogiando alguns aspectos que eram correctos tentando evidenciar os que deveriam ser corrigidos, assim evitávamos diminuir a auto-estima dos alunos e as suas expectativas de eficácia. Relativamente aos feed-backs, além de ter necessidade de insisitir mais na sua utilização, o professor aconselhou também a doptar uma estratégia bastante produtiva e que poderíamos utilizar frequentemente. Esta consistia em agrupar os alunos que necessitavam do mesmo feedback de correcção, evitando perdas de tempo na utilização do mesmo feed-back individual em vários alunos. Esta estratégia foi muito importante porque em várias situações permitiu rentabilizar o acompanhamento activo e o controlo efectivo das actividades.

A insistência do orientador na utilização adequada do feedback remete-se para a sua importância, pois “o feedback tem vindo a revelar-se como uma das variáveis mais potentes na predição de um ensino eficaz” (Mesquita, 2005).

O terceiro aspecto avaliado durante todo o ano nas várias aulas efectuadas foi o clima de aula, principalmente no estímulo da motivação dos alunos e no controlo das situações disciplinares. A criação de um clima adequado de aula é bastante importante para a promoção das aprendizagens desejadas, e uma das variáveis mais importantes para este sucesso é a disciplina na aula. Segundo Siedentop (2008), “unas classes disciplinadas crean condiciones favorables para el aprendizaje”.

As turmas de forma geral eram bastante interessadas, motivadas e empenhadas pelo que o estímulo para os incentivar nas aulas não foi um aspecto muito mencionado pelo orientador em detrimento das características das turmas. Estes níveis baixaram drasticamente no final do ano, e com a chegada do calor, foi necessário estimular os alunos para que os níveis de motivação aumentassem, exigindo um esforço muito maior da parte do professor. A principal razão para a criação de um bom clima de aula foram as características das turmas que permitiram e facilitaram bastante o desenvolvimento desejado das aulas. Relativamente à manutenção do ritmo equilibrado e adequado da aula por vezes ocorriam situações que destabilizavam o ritmo, nomeadamente determinadas transições que promoviam alguma entropia na aula. Para a sua correcção o orientador mencionava que deveríamos ser mais directivos e que, por vezes deveríamos exemplificar os exercícios com alguns alunos para complementar a instrução verbal.

Estratégias predominantemente utilizadas

As estratégias utilizadas são aspectos fundamentais que podem conduzir ao sucesso do processo ensino/aprendizagem e contribuir para uma melhor pedagogia. Não é minha intenção referenciar todas as estratégias utilizadas ao longo do ano, pois grande parte delas apenas eram exequíveis em determinados exercícios critério. A minha intenção é mencionar um conjunto de estratégias aplicadas com regularidade ao longo do ano e que caracterizaram as aulas de educação física na sua generalidade.

De forma geral todo o trabalho desenvolvido foi realizado através de progressões pedagógicas que visavam criar ambientes facilitadores dos conteúdos que se desejavam instruir, partindo sempre numa tendência evolutiva do simples para o complexo. A colocação de alunos em situações demasiado complexas, isto é, na execução de um movimento complexo e a variedade de estímulos que os alunos recebem levam a uma descoordenação e erros que são prejudiciais à aprendizagem. Esta estratégia interfere “no grau de complexidade da tarefa, de forma a que sem retirar a essência do

comportamento a adquirir, a sua aquisição seja efectuada de forma gradual, com aumento progressivo dos níveis de exigência” (Mesquita, 2005).

Ao longo do ano esta estratégia foi aplicada em todos os conteúdos das diferentes modalidades, desde a ginástica, à dança, ao voleibol e todas as outras.

Em modalidades colectivas que se visava principalmente a correcta execução dos gestos, estes eram retirados dos ambientes complexos característicos do jogo para serem desenvolvidos e exercitados em ambientes propícios à aprendizagem.

A criação de pequenos grupos de trabalho contribuía bastante para a aprendizagem dos alunos porque esta estratégia permitia um maior envolvimento do aluno nas várias tarefas realizadas durante as aulas. Em situações de jogo de voleibol foi recorrente agrupar os alunos em equipas de três em detrimento dos seis jogadores. Esta estratégia permitia, como foi referido anteriormente, aumentar a participação e envolvimento na tarefa como diminuía a complexidade de estabelecer uma dinâmica eficaz com mais jogadores.

Referente também ao voleibol, durante o ano foram criados em diferentes aulas grupos de nível, aos quais eram adequados as solicitações das situações de aprendizagem, assim tentavam-se otimizar a adaptação das exigências das tarefas aos níveis dos alunos, permitindo motivar os alunos com um nível mais elevado e evitar o desânimo dos alunos provocados por situações demasiado complexas.

Em relação à ginástica, a utilização de várias estações para exercitar vários elementos gímnicos aliado à definição de pequenos grupos distribuídos pelas mesmas possibilitou a rentabilização do tempo da aula, aumentando o envolvimento dos alunos na tarefa.

Concluindo este pequeno ponto, as reflexões realizadas individualmente na realização dos relatórios de aula e a reflexões conjuntas com os colegas e orientador de estágio permitiram uma evolução na avaliação das aulas leccionadas, verificando-se à semelhanças dos alunos, uma aquisição de ganhos que optimizou e enriqueceu as minhas capacidades e competências de trabalho.

3.3.1.3. Avaliação

O último ponto apresentado na análise das actividades desenvolvidas na leccionação é a avaliação. Esta etapa do processo ensino/aprendizagem é importante mas não o ponto fundamental da educação. Segundo Quinas (2009) avaliar “consiste em recolher e interpretar informações em função de determinados critérios de avaliação para tomar decisões”.

A avaliação desenvolvida na escola é efectuada segundo os documentos de avaliação elaborado pelo grupo de educação física para os diferentes cursos existentes na escola, com especial atenção para os casos que apresentam atestados médicos.

Nos diferentes cursos que leccionamos educação física existem diferenças na avaliação dos alunos, no Curso Humnístico a valorização do domínio motor é 80% e o domínio sócio-afectivo 20%, no curso profissional é dada mais ênfase ao domínio sócio-afectivo com 30% e 70% no domínio motor.

Estas são as directrizes gerais que orientaram as avaliações realizadas durante o ano. Dentro destes parâmetros a ponderação dos conteúdos foi realizada segundo aqueles que foram objecto de aprendizagem ajustados à dificuldade de execução e à importância que lhes foi dada nas aulas.

O processo de avaliação é consituído por três importantes etapas, a avaliação diagnóstica, a formativa e a sumativa. Todas estas etapas fornecem importantes indicadores para poder construir e adequar o processo ensino/aprendizagem às características dos alunos. A cada abordagem de unidades didácticas estes três processos de avaliação eram realizados para que o prévio planeamento fosse adaptado e adequado, podendo influenciar os conteúdos abordados e sua extensão e sequências.

Como tem sido defendido, a cada abordagem de unidades didácticas eram realizadas avaliações diagnósticas. A realização destas, em conformidade com os conteúdos definidos, permitia a primeira visualização dos alunos na realização e execução das tarefas desejadas. Esta análise permitia observar os alunos, avaliando o seu nível inicial e as aprendizagens obtidas em anos anteriores. Os dados recolhidos foram bastante importantes para o sucesso do processo de ensino, se necessário os conteúdos inicialmente estabelecidos pelos documentos do grupo de educação física poderiam ser alterados, mediante as dificuldades encontradas, adequando os conteúdos às necessidades dos alunos. Outro factor importante que esta análise revela são as dificuldades encontradas pelos alunos na realização das tarefas, assim o professor pode adequar as estratégias e a sua actuação mediante os erros verificados, assim pode planear as aulas para superar as dificuldades verificadas.

Na turma C/D e na ASC em todas as modalidades foram realizadas avaliações diagnósticas, as realizadas à primeira turma foram sempre nas aulas iniciais com uma grelha previamente definida. A importância da realização desta grelha remete o observador para os aspectos importantes a observar permitindo a recolha de dados relevantes.

Na segunda turma as avaliações diagnósticas realizadas nem sempre foram exaustivas e aprofundadas como as verificadas na turma anterior. Em determinados módulos não existia a possibilidade de realizar uma avaliação diagnóstica aprofundada porque os recursos temporais eram limitadores, como por exemplo na dança ou

atletismo (4 aulas), assim eram retirados os apontamentos fundamentais para o cumprimento dos objectivos propostos pela avaliação, assim também a avaliação diagnóstica foi adequada aos recursos existentes.

A avaliação formativa realizadas nas várias turmas nunca foi executada num momento específico das aprendizagens, estas foram contínuas ao longo dos períodos, efectuadas por observação em todas as aulas e debatidas posteriormente com o núcleo e orientador. Qualquer aula realizada era planeada segundo estes feed-backs das aulas anteriores, estabelecendo uma continuidade no trabalho desenvolvido, adequando sempre as situações às dificuldades evidenciadas pelos alunos.

Esta etapa de avaliação permitiu a continuidade de adopção e adequação dos conteúdos à desenvolvida na avaliação diagnóstica.

A avaliação sumativa efectuada às duas turmas nos vários módulos teve sempre como base os documentos elaborados pelo grupo disciplinar. O documento orientador é a operacionalização dos conteúdos abordados (ver anexo VII, pág. 64), onde estão definidos pontos orientadores para avaliação dos conteúdos. Para avaliar cada conteúdo abordado existem referências de avaliação que balizam a observação dos professores, tentando eliminar a subjectividade inerente à observação e consequentemente ao processo avaliativo. Esta forma de avaliação orientada por estes documentos permitem dentro do mesmo grupo de estágio uma avaliação mais coerente, com critérios bem definidos na avaliação dos alunos, e para além desta avaliação equitativa na turma, permite também, pela abragem às mesmas modalidades (orientada pelo grupo disciplinar) que o processo de avaliação dos mesmos conteúdos seja igual, tentando eliminar a subjectividade avaliativa dos professores entre os mesmos anos de escolaridade.

Face a esta forma de avaliação, necessitamos de realizar um documento de operacionalização para as danças tradicionais, visto que não existia nenhum. Esta ferramenta de observação foi construída pelo núcleo e será adicionada aos documentos do grupo disciplinar, e tal como referi nos objectivos da escola, a participação dos estagiários na escola permitem o contributo para a pedagogia da escola.

O domínio sócio-afectivo é avaliado de forma idêntica ao domínio motor. Também para a avaliação deste parâmetro é criado um documento de orientação que estabelece os critérios de avaliação de cada aspecto inserido no domínio sócio-afectivo, sendo aplicado de igual forma a todos os alunos. A observação foi registada segundo os indicadores definidos pelo grupo disciplinar ao longo de todos os períodos ou módulos.

As estratégias utilizadas na avaliação foram variadas, e consoante as características das modalidades foram aplicadas contribuindo para a rentabilização da observação. Na modalidade de ginástica a avaliação foi efectuada através de observação directa. As tarefas são efectuadas individualmente permitindo uma observação eficaz da execução

dos alunos. Como estratégia para promover uma melhor observação, todos os conteúdos foram encadeados em várias sequências, realizados individualmente permitindo a observação apenas do aluno na tarefa.

À semelhança da ginástica, as estratégias de avaliação adoptadas no ténis, dança, basquete e atletismo foram a observação directa dos alunos na realização das tarefas. Mas na avaliação de voleibol a estratégia de avaliação remeteu a gravação dos alunos. Esta estratégia de análise de vídeo tem como principais vantagens a análise de uma observação mais global de toda as tarefas realizadas na avaliação, e não apenas, determinados momentos observados de um aluno, que podem ser apenas alguns segundos, e mesmo nesses segundos existem acções completamente dispare, e através desta análise de vídeo existe mais tempo para observar e poder realizar uma boa avaliação. A realização de determinados gestos podem ser tão rápidos que a nossa observação, ainda pouco experiente e calibrada, pode não conseguir captar todas componentes importantes a avaliar, assim através desta análise, e mediante as nossas limitações, consegue-se ter mais tempo de avaliação e a possibilidade de rever o mesmo movimento várias vezes.

Após a realização de várias estratégias de avaliação considero a mais completa e eficaz a utilizada através da análise de vídeo. Como referi anteriormente a nossa capacidade de observação dos conteúdos ainda não tem a calibração de uma observação de um professor experiente, e para evitar que certos aspectos sejam negligenciados na avaliação, a possibilidade de utilizar esta tecnologia pode contribuir para a rentabilização do processo de avaliação. Mas esta não é necessariamente a única a poder realizar-se porque mediante as características das modalidades, como na ginástica, em que as tarefas são realizadas individualmente, a observação directa pode contribuir igualmente para uma eficaz avaliação.

Na turma E, as avaliações foram completamente diferentes, em detrimento da avaliação de comportamentos, foi necessário avaliar conhecimentos teóricos. Para tal a nossa participação foi bastante activa na realização dos testes efectuados, orientados sempre segundo as directrizes mencionadas no início deste ponto, em que a ponderação dos conteúdos foi realizada segundo aqueles que foram objecto de aprendizagem ajustados à dificuldade de execução e à importância que lhes foi dada nas aulas. Para a correcção dos conteúdos eram realizados referenciais de avaliação que orientavam a correcção do teste. Estes referenciais de avaliação apesar de orientarem a correcção, em algumas perguntas, necessitavam de ser flexíveis, pois por mais que tentássemos definir critérios de avaliação existiam sempre situações inesperadas que necessitavam flexibilização dos mesmos.

Concluindo o ponto da avaliação é importante reforçar as orientações que foram seguidas pelo núcleo de estágio mediante os documentos definidos pelo grupo

disciplinar da escola. As recomendações tentam permitir uma avaliação mais equitativa em todos os anos de escolaridade, visando a eliminação da subjectividade dos diferentes professores. Também importante neste ponto, é a ponderação e reflexão que deve ser efectuada sempre na realização das avaliações. Apesar de bastante esmiuçados os critérios de avaliação e na tentativa de eliminar a subjectividade de observação é importante analisar globalmente as notas para que não sejam apenas efectuadas segundo uma equação matemática. É importante no final de cada avaliação reflectir acerca das observações, realizar uma comparação entre os todos os alunos da turma, e se necessário, e devidamente fundamentado, o professor modificar as notas para que a avaliação seja mais justa.

3.3.2. Não-lectivas

3.3.2.1. Desporto escolar

O desporto escolar desempenha um papel bastante importante na educação dos jovens, principalmente no seu desenvolvimento social, através dos fortes relacionamento estabelecidos com os colegas de equipa, professores e os colegas com quem competem nas outras escolas. É fundamental o contributo do desporto escolar para o desenvolvimento do pilar «saber viver com os outros». Além desta dinâmica social permite também aos alunos desenvolverem o seu gosto pela prática desportiva contribuindo para a aquisição de estilos de vida saudáveis.

Uma característica muito importante do desporto escolar é a de proporcionar aos jovens a oportunidade de prática desportiva, sabendo que actualmente grande parte dos jovens tem mais dificuldades em praticar, devidos ao grande condicionamento existente, principalmente nos grandes meios urbanos. A oferta desportiva do desporto escolar exustente na escola é bastante variada, existe o grupo de ginástica, com grande historial e peso na escola, o grupo de voleibol, a natação, o futsal e o basquete.

De todas as ofertas disponíveis decidi optar pelo voleibol, modalidade da qual tenho grande gosto mas que revelava grande dificuldades e faltas de conhecimento. A minha escolha deveu-se aos factores referidos anteriormente esperando que com a minha participação nesta actividade pudesse melhorar os meus conhecimentos e enriquecer a minha experiência face à modalidade.

A minha integração ocorreu rapidamente e com sucesso, auxiliada pelo Professor António Baptista, permitindo uma boa relação com os jogadores da equipa. A equipa intregada é a de iniciados masculinos, a qual disputa a fase distrital com uma equipa do agrupamento de escolas da Sertã. Toda a equipa continua a desenvolver o trabalho

iniciado no ano passado porque o professor tem a filosofia de trabalhar apenas uma equipa, começando nas idades mais tenras até que cheguem ao patamar mais elevados.

A minha participação no desporto escolar destacou-se por ser auxiliar do professor, prestando auxílio em todos os treinos, acompanhando a equipa aos jogos e respeitando as decisões e interesses do professor, pois eu fui acompanhar e auxiliar um professor que já treina a equipa de voleibol há bastante tempo e que tem bem concebidas as suas ideias para a equipa.

Foi interessante verificar as várias transformações da equipa ao longo ano, os ganhos adquiridos pelos jogadores foram bastante significativos e a sua evolução foi notória. Alguns jogadores adquiram o remate bastante facilmente e a sua realização com eficácia permitiu dotar a equipa de competências bastante vantajosas em situações de jogo. Outro aspecto bastante importante foi a aquisição dos comportamentos colectivos, a tática, que permitiu um funcionamento colectivo bastante forte e com claras distinções entre a equipa que defrontavam do agrupamento de escolas da Sertã. Estas foram os principais factores que permitiram aos alunos ganhar a fase distrital de voleibol do escalão de iniciados possibilitando a passagem aos regionais.

Após esta passagem dos alunos à fase regional, disputada em Aveiro, os alunos receberam uma notícia desanimadora. Devido aos cortes orçamentais realizados no desporto escolar, a fase regional de voleibol de iniciados foi cancelada, travando desta forma as ambições dos jogadores em disputar um campeonato mais competitivo. Esta notícia influenciou negativamente a equipa que trabalhara durante o ano inteiro afinadamente para concretizar este objectivo. No terceiro período, verificou-se uma redução de afluência dos jogadores aos treinos, iniciaram etapas decisivas com testes bastante importantes e como já não tinham qualquer objectivo competitivo os alunos desinteressaram-se e faltavam frequentemente.

Para além desta principal participação no acompanhamento de uma equipa de desporto escolar, participei também nos Megas da escola, com as seguintes provas, mega salto, mega sprint e mega quilómetro nos quais a minha função foi sempre a de júri de prova. Acompanhei os alunos nas provas distritais do corta-mato e nos megas onde foi possível observar a quantidade de jovens que é abrangida e que participa nesta actividade.

Analisando toda a minha participação no desporto escolar posso destacar a impossibilidade de disputar as fases regionais de voleibol em Aveiro, experiência que seria bastante enriquecedora para os jovens mas também para mim. De forma geral o trabalho desenvolvido foi bastante eficaz e rigoroso pelo que foi uma experiência importante, a observação destas estratégias e metodologias de trabalho constituíram uma aprendizagem muito grande para a minha formação.

Concluindo, o acompanhamento de uma equipa de desporto escolar é uma medida recente mas que contribui muito para o desenvolvimento da formação dos futuros profissionais. Recomendo que esta medida continue a ser desenvolvida e aplicada para benefício dos estagiários, tal como o foi para mim.

Por último trabalhar, trabalhar com uma equipa com estas características é bastante gratificante e motiva qualquer professor. Ao longo do ano foram jovens bastante disciplinados, respeitadores e com comportamentos adequados, com o qual estabeleci uma relação bastante próxima.

3.3.2.2. Heitoríadas

As Heitoríadas são um dia bastante marcante na Escola Secundária Frei Heitor Pinto, segundo a tradição desta, toda a escola deve suspender as suas actividades e mobilizar todos os esforços para o sucesso deste dia. A actividade foi desenvolvida no Complexo Desportivo da Covilhã, local que reúne um conjunto de características que permitem realizar esta actividade de forma segura e com as devidas instalações de apoio. Toda a infra-estrutura está desenvolvida para grandes eventos desportivos, que possibilitam aglomerar um grande conjunto de pessoas de forma eficaz.

Esta é uma actividade não lectiva realizada no exterior da escola que proporciona a todos os alunos uma possibilidade única de confraternização entre toda a comunidade escolar, desde todos os professores, alunos e funcionários. É um dia que estimula e incentiva todos os alunos a participarem nas várias actividades desportivas e a desenvolverem atitudes positivas perante estas. Este é um dia bastante importante para a formação dos alunos, porque num contexto exterior à escola, em situações completamente diferentes, as aprendizagens e competências a desenvolver são diferentes, contudo, também bastante enriquecedoras para a formação da personalidade dos alunos, centrando-se mais na perspectiva de relacionamento interpessoais e adaptação à sociedade (neste caso, comunidade escolar). A valorização destas aprendizagens e competências não deve nunca ser descurada pela escola porque para promover uma correcta adaptação à sociedade, estes são os pilares fundamentais, pelo que esta actividade necessita de ser mais valorizada por toda a comunidade escolar pela importância que representa para a formação dos alunos, nomeadamente os professores que não organizam a actividade.

É importante referir que esta actividade enriquece bastante o plano de actividades e realiza uma boa divulgação da escola, principalmente da sua capacidade de mobilização e competência em organizar uma actividade para um número tão elevados de participantes.

As Heitoríadas são da autoria do grupo de educação física da escola que, juntamente com a colaboração da nossa turma do tecnológico de desporto, executam o planeamento e a realização de toda a actividade. Esta actividade desenvolvida é a aplicação dos conteúdos que os alunos desta turma adquirem ao longo da realização do curso, perspectivando-se como uma aplicação prática das mesmas, daí a importância da colaboração da turma.

O trabalho iniciou, cerca de um mês antes, com a distribuição de tarefas a realizar por todos os alunos da turma. Com esta divisão de tarefas resultaram vários grupos que estariam responsáveis pela organização da competição de uma determinada modalidade, as quais eram o voleibol, o basquete, o futebol, o atletismo, a orientação, o badminton, o triatlo e os jogos tradicionais. O trabalho desenvolvido para cada modalidade foi a criação do regulamento servindo de base orientadora para a competição, as fichas de inscrição e o formato da competição. Para além deste trabalho realizado para cada uma das modalidades, foi criado um grupo que estaria responsável por todos os outros, seria o coordenador, responsabilizando-se pela macrogestão das Heitoíadas.

Depois de todo este trabalho administrativo realizado, e, da divulgação do evento, foi necessário transportar todas as indicações definidas para a componente prática, para a situação real, pelo que um dia antes da actividade todos os alunos e professores responsáveis pela actividade estabeleceram todos os espaços da actividade e prepararam as instalações para receber toda a comunidade escolar.

A função dos alunos e professores era arbitrar os jogos realizados e orientar a competição (chamando as equipas, preenchendo os resultados, etc...). Verificaram-se algumas dificuldades no cumprimento dos horários definidos e por mais esmiuçado que fosse o planeamento existiram sempre situações que se desviam do pretendido, contudo os alunos e os professores revelaram uma capacidade de adaptação a situações imprevistas que contribuiu para o sucesso final da situação.

3.3.2.3. Quinzena de Actividade Física e Saúde

Para a concretização dos objectivos propostos foram realizadas várias actividades, na primeira semana, criou-se um espaço aberto para toda a comunidade escolar que promovia as mesmas actividades realizadas num ginásio, pois devido à colaboração com o ginásio In Corpore Sano, esta empresa cedeu alguns materiais para divulgação do seu espaço. Esta colaboração beneficiava a escola pela utilização dos materiais cedidos permitindo aos seus alunos o contacto com eles, mas o ginásio também beneficiava pela divulgação e publicidade que era efectuada, desta forma a colaboração mútua que beneficiava as duas partes permitiu a criação deste espaço ao qual praticamente todos

os alunos da escola aderiram e tiveram a sua oportunidade de experimentar os vários materiais disponibilizados. Durante toda a primeira semana da quinzena os alunos da escola tiveram oportunidade de experimentar todos os aparelhos disponíveis, e eram eles, as bicicletas estáticas, os steps, a trampolim para trabalho proprioceptivo, bolas de pilates, barras com vários pesos e elásticos. Como é possível verificar pelo material disponível neste espaço era possível realizar várias actividades, desde sessões de treino de força, de resistência, relaxamento e alongamentos.

A segunda actividade realizada durante toda a primeira semana foi a recolha de vários indicadores fisiológicos, como a TA, a FC, a glicemia, a cintura abdominal, o peso e a % de massa gorda no organismo recolhida através de uma balança de bioimpedância. Esta actividade dirigiu-se à população adulta da escola, os funcionários e professores, servindo para a recolha dos indicadores referidos anteriormente, permitindo através deles a realização de uma simples análise, recorrendo a valores de referência, indicando quais os dados obtidos que se desviam deste padrão. O facto desta análise estar disponível na escola permitiu que vários professores e funcionários tivessem conhecimento de alguns indicadores importantes para a sua saúde, e caso fosse necessário, estariam alertados para alguns problemas que se poderiam identificar. Com esta recolha de dados foi possível sensibilizar os participantes para terem um controlo efectivo destes indicadores, para a necessidade de alterar certos hábitos menos saudáveis que poderiam ter, para que a recuperação, para os valores de referência fosse possível, pois toda a actividade foi pensada neste sentido, uma vez que os dados eram facultados aos indivíduos bem como os valores de referência para cada indicador.

Durantes esta mesma semana foram realizadas mais actividades, contudo com características diferentes, centrando-se mais na transmissão de informações relevantes para os alunos, entre elas, a palestra cedida pelo Prof. Carlos Elavai Vieira no dia 16 de Março com o título de “Actividade Física e Saúde”. Esta palestra foi realizada para partilhar com os alunos os resultados do estudo efectuado, cujo tema de estudo era esta temática, à qual os alunos da escola, e muitos dos que se encontravam na plateia tinham participado. O tema foi abordado pelo professor de forma a estimular e incentivar os alunos a adquirirem comportamentos saudáveis, falando dos problemas associados à obesidade e ao sedentarismo. chegando mesmo a chocar a plateia com imagens de pessoas com obesidade mórbida. Esta abordagem chocante é importante para que os alunos tenham percepção da gravidade do problema à qual a actividade, Quinzena da Saúde e Actividade Física, tenta alertar, e como foi referido nesta palestra, jovens obesos têm grande probabilidade de serem adultos obesos, pelo que é importante evitar que os jovens tenham estas informações importantes, estejam alertados para poderem evitar estes problemas que afectam gravemente a vida de milhares de pessoas no nosso país.

Neste mesmo dia além da palestra descrita anteriormente, os professores estagiários, Ana Esteves, Fábio Sanches e Francisco Pires apresentaram também o seu estudo com os alunos da escola. A temática era as atitudes e valores em contexto desportivo, no qual inseridos também no tema central da quinzena, a saúde e actividade física porque actualmente o conceito de saúde é bastante abrangente e as atitudes e valores tomados pelos alunos influenciam a concretização dos seus objectivos pessoais. Os dados recolhidos foram expostos aos alunos, analisadas as conclusões obtidas e justificada a importância desta temática.

A última actividade da primeira semana foi uma sessão teórico-prática acerca de lesões desportivas e como seria possível evitá-las, contando com a participação de dois fisioterapeutas com bastante experiência em contexto desportivo de competição. Esta actividade foi bastante enriquecedora para os alunos que nela participaram porque, além da informação cedida no início, e bastante importante, pois serviu de suporte para várias actividades práticas realizadas pelos alunos, proporcionou a oportunidade de colocarem correctamente as ligaduras nas várias articulações em caso de lesão e como deveriam actuar nas horas mais recentes após a lesão. Para esta actividade o público-alvo escolhido foram alunos com bastante prática desportiva e bastante propensos a sofrerem as situações apresentadas e debatidas pelos fisioterapeutas, desta forma era do seu maior interesse o tema debatido.

A segunda semana de actividades caracterizou-se principalmente pela continuidade da realização de palestras e por algumas sessões práticas de várias modalidades diferentes. Na segunda-feira foi realizada com a colaboração de um enfermeiro e experiente profissional do INEM, a actividade de primeiros socorros. Nesta foram cedidas algumas considerações importantes acerca do algoritmo de reanimação de pessoas, ficando os alunos com alguns conhecimentos básicos a realizar em situações de emergência. No dia seguinte foi realizada uma aula prática de Dance Fusion disponível a todos os alunos que tivessem interesse em participar desde que devidamente equipados. Esta aula foi dirigida pela professora de dança Catarina Mendes.

Na quarta-feira, dia 23 de Março, foi realizada por duas fisioterapeutas a prelecção “A importância do aquecimento e alongamento na AF”. Esta temática tem bastante importância para os jovens para que possam alterar os seus comportamentos visto que muitos consideram estas actividades pouco importantes ou supérfluas, contudo, através da boa informação transmitida, foi possível verificar que estas considerações são totalmente erradas, e, principalmente para quem pratica frequentemente AF são de uma importância extrema. Depois desta palestra foi realizada uma actividade prática no ginásio de Yoga.

Na quinta-feira foi realizada mais uma actividade prática, a sessão dirigida foi de Body Combat e no final destas três sessões práticas, que visavam principalmente fomentar a actividade física, fornecendo situações diferentes e com várias exigências,

enriquecendo a oferta de actividades proporcionada aos alunos podendo alcançar e cativar vários gostos e preferências.

Por último, na sexta-feira 23 de Março foram realizadas duas sessões aos alunos da escola acerca de cuidados a ter com a alimentação. Esta prelecção foi realizada para os alunos dos cursos tecnológicos de desporto com o objectivo de proporcionar conhecimentos acerca da alimentação antes, durante e depois do esforço físico contribuindo e enriquecendo a sua formação como futuros profissionais da área de desporto.

Depois desta análise e descrição de todas as actividades realizadas no âmbito da Quinzena de Actividade Física e Saúde é facilmente perceptível a quantidade de ofertas disponibilizadas à comunidade escolar, enriquecendo a formação de todos os indivíduos, principalmente a minha formação porque foram bastantes os conhecimentos adquiridos na participação desta variedade de sessões.

3.3.2.4. Direcção de turma

A participação do núcleo de estágio na direcção de turma passou principalmente por auxiliar o director de turma em todas as situações de carácter pedagógico-disciplinar relacionadas com a turma 11°C. O grupo de alunos revelou-se uma turma bastante responsável e assídua, com excepção do aluno António Pinto que revela alguma falta de assiduidade e alguns problemas de interesse e motivação para as tarefas realizadas nas aulas, e como tal, a situação foi comunicada pelo núcleo de estágio ao Director de Turma para que os pais fossem alertados com a finalidade dos comportamentos serem corrigidos. À semelhança do aluno António Pinto, também o aluno, André Santos, revelou alguma falta de interesse nas aulas. Importante de realçar novamente que este aluno foi transferido depois de um mês de aulas do primeiro período para a Escola Secundária Frei Heitor Pinto, revelando algumas dificuldades iniciais, na sua integração no novo meio escolar e nas forma e hábitos de trabalho incentivados e desenvolvidos na nova escola. Também à semelhança do aluno anterior, este caso foi comunicado aos pais que se revelaram bastante receptivos e interessados em mudar a situação do aluno. Com excepção destes dois alunos, de forma geral, a turma evidenciou ser interessada, revelando bons comportamento e hábitos de estudos.

De realçar as dificuldades que a turma sentiu ao longo do ano na disciplina de Matemática, facto comunicado ao director de turma. Na tentativa de resolução do problema o professor comunicou a situação à professora e ao director da escola.

Como a turma de forma geral revelou bons comportamentos, a nossa função basicamente foi ir apontando as faltas e passá-las para o software da escola. Os casos mais preocupantes foram comunicados ao DT que se responsabilizou de comunicar aos

encarregados de educação. Fomos também presença assídua em todas as reuniões realizadas pelo director de turma, colaborando com ele no desenvolvimento da sessão e no final realizando a respectiva acta.

Concluindo, o comportamento da turma era exemplar e não levantava grandes problemas pelo que o trabalho realizado na direcção de turma foi calmo e ligeiro. Este também poderia ser um aspecto negativo pois a experiência de direcção de turma não foi tão enriquecedora como poderia ser numa turma mais complicada.

3.3.2.5. Outras actividades

Além das actividades desenvolvidas e referidas anteriormente, o núcleo de estágio participou também numa visita de estudo a Rio Maior acompanhando as turmas dos cursos tecnológicos de desporto da escola. Esta experiência revelou-se bastante interessante para os alunos que frequentam a área de desporto, pois permitiu abrir horizontes de futuras perspectivas.

A actividade permitiu visitar todas as instalações da faculdade de Rio Maior, revelando-se bastante interessante observar a qualidade das mesmas e a quantidade e qualidade de equipamentos existentes. O ponto mais interessante foi a visita ao centro de alto rendimento, onde nos foi possibilitado o acesso a todas as áreas da infra-estrutura. Também para nós estagiários foi interessante visitar estas infra-estruturas permitindo observar as condições oferecidas aos atletas de alto rendimento, que se revelam bastante boas.

A segunda actividade realizada foi efectuada com a colaboração da nossa colega Marta Teixeira que se disponibilizou para partilhar o seu conhecimento acerca de actividades para desenvolvimento de dinâmicas de grupos - Team Building. Esta actividade foi realizada no período de uma aula para a turma do curso profissional de desporto. Como as principais competências adquiridas neste curso é a organização de eventos desportivos consideramos de grande importância a abordagem deste tema, proporcionando-lhes algumas experiências relativas à importância da comunicação, da liderança e do trabalho em equipa. Foi realçado que estas competências são bastante importantes para o desenvolvimento de trabalhos de grupo eficazes. O trabalho na organização de eventos desportivos pode ser enriquecido pelo desenvolvimento e aperfeiçoamento destas competências.

4. Reflexão sobre o contributo do estágio.

Como aspectos negativos que ocorrerem no estágio menciono a confusão estabelecida entre as datas existentes para o dia de tutorias na universidade. Esta confusão provocou que as escolas definissem um dia diferente do estipulado na universidade, e como tal, penso que a nossa formação foi empobrecida porque impossibilitou um acompanhamento mais activo dos trabalhos desenvolvidos nos seminários bem como um eventual enriquecimento das experiências que poderíamos recolher.

Este problema provocou, em algumas situações, necessidade de faltar a algumas aulas nas escolas, que na minha opinião necessitariam ter primazia, porque para a realização do trabalho com coerência devíamos realizá-lo continuamente e não com interrupções.

A interrupção no primeiro período provocada pela ausência temporária do orientador foi prejudicial para os planeamentos efectuados, levando à sua alteração, impossibilitando a abordagem de alguns conteúdos. Esta situação também influenciou o nosso estágio pois estava previsto que pudéssemos realizar aulas sozinhos perto do final do período, mas devido a esta situação, recorreu-se ao auxílio de todos os professores para poder rentabilizar ao máximo o tempo disponível.

Apesar de concordar com a estratégia utilizada na escola para o funcionamento das aulas dos estagiários, esta levanta um aspecto negativo que deve ser referenciado. As aulas dadas pelos estagiários são realizadas de forma alternada, esta forma de trabalho levanta um problema que se prende com a falta de aquisição de rotinas por parte dos alunos acerca das formas de trabalho dos professores. Independentemente de o núcleo trabalhar com vista ao mesmo objectivo e de forma bastante semelhante, existem diferenças na forma de abordar as aulas e nas estratégias definidas, prendendo-se estas principalmente com características pessoais de cada professor. Esta falta de rotinas dos alunos influencia o desenrolar das aulas, e estas são estabelecidas ao longo do tempo, e não em aulas alternadas. Contudo esta forma de funcionamento também tem vários benefícios, mas como qualquer estratégia, também tem as suas limitações.

Os seguintes dois aspectos considero-os negativos mas principalmente devem ser mencionados como dificuldades sentidas, contudo menciono-os neste ponto. O primeiro refere-se à limitação existente na escola em relação às estruturas disponíveis. A falta de estruturas cobertas levou-me a leccionar aulas num pequeno ginásio que limitava bastante a rentabilização das situações de aprendizagem. O segundo foi a quantidade de actividade não lectivas que coincidiram com as aulas de educação física impossibilitando a sua realização, alterando a previsão das aulas e todo o seu planeamento. Estas provocaram no final do ano uma redução das aulas leccionadas individualmente.

Em relação aos aspectos positivos do estágio é importante realçar inicialmente a integração promovida no contexto escolar de forma rápida e eficaz. Esta adaptação com sucesso foi bastante importante para o sucesso de todas as actividades desenvolvidas neste ambiente, agradecendo deste modo a toda a escola por permitir este relacionamento, principalmente ao orientador de estágio.

O segundo aspecto positivo verificado na escola foi a atribuição de turmas bastante disciplinadas e empenhadas. O comportamento dos alunos ao longo do ano nunca foi problema nas aulas leccionadas, verificando-se que estes se comportavam adequadamente e de forma exemplar. Este aspecto positivo beneficiou bastante o desenrolar das várias aulas ao longo de todo o ano.

Por último, a variedade de experiências proporcionadas neste estágio foi bastante enriquecedor e estimulante. A oportunidade de realizar várias actividades promoveu um enriquecimento pessoal bastante positivo, entre as quais, algumas consideradas verdadeiros desafios pessoais, como por exemplo, as aulas de dança leccionadas ou a prelecção efectuadas na biblioteca da escola acerca do nosso trabalho desenvolvido no seminário I. O acompanhamento da equipa de desporto escolar também foi bastante positivo porque as características são diferentes dos contextos de aula.

Como considerações finais começo por mencionar o choque revelado aquando da entrada na escola. O trabalho desenvolvido é bastante mais complexo daquele desenvolvido nos anos anteriores de preparação, caracterizando-se a fase inicial por várias dificuldades sentidas. Em detrimento destas dificuldades iniciais verificadas recomendava a realização dos documentos de planeamento na fase de preparação para a escola, dissuadindo o choque inicial verificado.

Outro aspecto sobre o qual é importante reflectir são os documentos orientadores, neste caso o PNEF, que orienta o processo ensino-aprendizagem do 11º ano de escolaridade para situações que considero irrealistas e de muito difícil concretização pela grande maioria dos alunos nestes anos de escolaridade. As situações exigidas no documento não são concretizáveis para as características dos alunos que tivemos este ano em qualquer das modalidades leccionadas.

Como balanço final, tentarei realizar o saldo final de todo o ano de trabalho que se revelou bastante desgastante, verificando que foram bastantes as horas entregues e gastas para que o estágio decorresse da melhor forma possível, tentando extrair sempre o máximo de experiências e aprendizagens que serão bastante importantes para o decorrer da minha vida profissional e pessoal. Penso que o aspecto mais importante deste estágio foram os conhecimentos adquiridos ao longo do ano, estes são úteis para a leccionação nas escolas, mas, o âmbito de aplicação dos conhecimentos de pedagogia podem ser úteis para as restantes áreas de contexto desportivo.

Foi enriquecedor trabalhar ao lado de professores bastante experientes, com vários anos de actividade, bastante interessados, profissionais e com hábitos de trabalho rigorosos. A estes, agradeço todo o apoio prestado ao longo do ano, com especial referência, ao orientador de estágio, o Prof. Carlos Elavai Vieira que sempre estimulou o nosso empenho e procurou em todas as situações auxiliar a nossa aprendizagem.

5. Referências

Mesquita, I. (2005). A Pedagogia do Treino - A formação em jogos desportivos colectivos, 3ª edição. Livros Horizonte.

Núcleo de Educação Física da Escola Secundária Frei Heitor Pinto (2010/2011). Dossier de Estágio.

Plano Anual de Actividades (2009-2010)

Postic, M. (1984). Relação Pedagógica. Coimbra: Coimbra Editora

Programa de educação física 10º, 11º, 12º anos - Cursos Científico - Humanístico e Cursos Tecnológicos, Ministério da Educação, departamento dos ensinos secundários, Homologado em Fevereiro de 2001.

Programa de Educação Física, Cursos profissionais do secundário, componente de formação sócio cultural.

Projecto Educativo da Escola Secundária Frei Heitor Pinto (2008-2011)

Projecto Curricular da Escola Secundária Frei Heitor Pinto (2008-2009)

Papalia, D., Olds, S., & Feldman, R. (2001). O mundo da criança. Lisboa: McGraw-Hill.

Quina, J. (2009). A organização do processo de ensino em Educação Física. Edição: Instituto Politécnico de Bragança

Regimento Interno do Departamento de Expressões.

Regulamentode Estágio Pegagógico de Educação Física, Universidade da Beira Interior, Departanmento de Ciências do Desporto, Outubro de 2009.

Siedentop, D. (2008). Aprender a enseñar la Educación Física. 2ª Edição. INDE Publicaciones.

Todos os documentos facultados pelo orientador elaborados pelo grupo disciplinar de educação física

CAPÍTULO 2 (SEMINÁRIO DE INVESTIGAÇÃO EM CIÊNCIAS DO DESPORTO)

A relação entre os motivos que levam à actividade desportiva e as atitudes adoptadas em contexto desportivo - Análise por nível de escolaridade

INTRODUÇÃO

A motivação tem uma importância significativamente comprovada na explicação da direcção das nossas opções e da intensidade com que procuramos satisfazê-las, tendo portanto uma relação causal com os comportamentos que adoptamos nos diversos contextos consoante estejamos diferentemente motivados, nomeadamente em contexto desportivo (Lemos, 1993; Lonsdale et al., 2009; Mouratidis, Vansteenkiste, Lens & Siederidis, 2008; Niemiec et al, 2006; Ntoumanis, 2001; Reinboth & Duda, 2006; Reis, 1995; Rocha, 2009; Taylor, Ntoumanis, Standage & Spray, 2010).

Assumindo como pressuposto principal a afirmação referida anteriormente, poderemos deduzir que a motivação para a prática desportiva irá exercer influência sobre todos os domínios do comportamento de cada um dos praticantes no contexto de prática, e portanto também no que diz respeito às atitudes demonstradas, enquadrando-se estas num domínio fundamental (sócio-afectivo) onde o professor deverá incidir a sua intervenção. É que “A aquisição de valores e princípios não se faz por imposição, por “decreto”, pela simples leitura de documentos, é algo que se constrói, implicando, por isso, o seu “ensino” e a sua “prática”.” (Moreira & Pestana, 2006).

Podendo a participação desportiva ser motivada de diferentes formas, cabe no entanto ao Desporto, sempre, o papel de actuar no sentido de promover ganhos e mudanças de comportamento positivas, centrando os seus objectivos na formação do Homem, e assumindo responsabilidades na sua transformação (Almada, Feitosa, Rosário, Sérgio, Viegas & Vilela, 2008; Vicente, 2007). Tal facto significa que se deve atentar, entre muitas outras variáveis, à promoção de atitudes correctas e ao fomento de valores adequados às exigências e ao clima social e cultural onde nos inserimos. “A primeira missão da Educação é promover a formação de valores. Ora, o Desporto não é apenas um saber-fazer, próprio da especialização técnica dos profissionais, mas também um saber-agir, decorrente do cuidado ou do cuidar.” (Sérgio, 2006). Para que o possamos realizar com qualidade são indispensáveis estudos que orientem a actuação

docente, e neste trabalho a intenção é contribuir com informação relevante que guie a utilização de ferramentas para uma obter melhorias a nível motivacional e emocional, investigando a relação que os motivos que conduzem os jovens à Prática Desportiva (PD) podem ter com as atitudes que estes demonstram no contexto dessa mesma prática.

A motivação para a PD e as atitudes adoptadas em contexto desportivo são duas problemáticas que têm sido investigadas na área da Educação Física e do Desporto, quer de forma individual, procurando explorar melhor as diferentes dimensões dos problemas, quer de forma conjunta, testando correlações e influências entre variáveis (Fernandes, Vasconcelos-Raposo, Moreira & Costa, 2007; Rocha, 2009). Não parece sensato excluir as emoções e os sentimentos de qualquer concepção geral da mente (Damásio, 2003), e portanto o seu estudo deverá fazer parte da tentativa de compreensão do Homem.

Levando em linha de conta o que apontam alguns estudos relativamente às atitudes dos alunos em contexto desportivo, ou mesmo o que nos é possível observar na sociedade civil, é legítimo afirmar que não é rara a existência de atitudes menos adequadas em contextos desportivos, o que levanta diversas questões, nomeadamente em relação às possíveis causas que potenciam esse tipo de atitudes (Fernandes, Vasconcelos-Raposo, Moreira & Costa, 2007).

Fernandes, Vasconcelos-Raposo, Moreira e Costa (2006), na investigação “A influência das orientações motivacionais nas atitudes desportivas em aulas de Educação Física”, aplicando o Questionário de Atitudes no Desporto (QAD) a uma amostra de 422 alunos, chegaram à conclusão que a faixa etária é uma variável significativa na diferenciação de indivíduos relativamente às suas atitudes, sendo os alunos com idades compreendidas entre os 13 e os 15 anos menos concordantes com atitudes desportivas e revelando uma orientação para o ego.

Sabemos também que Cid (2002) investigou “A alteração dos motivos para a prática desportiva das crianças e jovens”, em Portugal, utilizando o Questionário de Motivação para a Actividade Desportiva (QMAD). Teve como amostra 125 sujeitos do sexo masculino, estudantes do 10º ao 12º ano de escolaridade. Verificou-se neste estudo que os motivos mais importantes para a prática desportiva dos sujeitos dessa investigação estão intimamente relacionados com os aspectos motivacionais intrínsecos (manter a forma, estar em boa condição física, prazer e divertimento). No que diz respeito aos motivos menos importantes, os resultados obtidos revelaram um carácter predominantemente extrínseco (viajar, influência da família e amigos, influência dos treinadores, receber prémios, pretexto para sair de casa, ser conhecido, ter a sensação de ser importante, ser reconhecido e ter prestígio).

Já Rocha (2009), no estudo “A motivação de adolescentes do ensino fundamental para a prática da Educação Física Escolar”, conduzido no Brasil, conseguiu concluir, através da utilização do QMAD numa amostra de 4662 alunos matriculados do 5º ao 8º ano de escolaridade, que os alunos participam nas aulas de Educação Física principalmente por motivos de Forma Física e Afiliação Específica, sendo considerados motivos menos relevantes aqueles que se relacionam com o Estatuto e a Competição.

Conhecidas algumas de diversas investigações acerca dos motivos que conduzem à PD, seria importante aprofundar o conhecimento do tema e perceber até que ponto os motivos que levam os alunos a essa mesma prática desportiva podem estar relacionados com as atitudes que estes adoptam em contextos desportivos. O conhecimento destes motivos e a verificação desta relação poderá traçar uma tendência que nos permita prever com as devidas cautelas o comportamento dos alunos e conseguir uma intervenção mais fundamentada e eficaz. A forma de trabalhar a motivação deverá ser uma ferramenta utilizada pelo Professor para conduzir os alunos na direcção dos objectivos estabelecidos, ganhando extrema importância se se verificar a relação entre a motivação para a prática desportiva e as atitudes adoptadas no contexto dessa mesma prática, que reflectem os valores interiorizados por quem delas é protagonista. É possível obter melhorias no envolvimento dos alunos na aula, na sua satisfação e auto-motivação, ao ganhar agilidade na utilização destas ferramentas que permitam um fomento motivacional (Tessier, Sarrazin & Ntoumanis, 2010).

Sendo assim poderemos afirmar que são objectivos deste estudo: (i) a aferição de quais as atitudes dominantes da amostra em contexto desportivo, tendo em conta o seu nível de escolaridade; (ii) conhecer na generalidade da amostra os estímulos mais influentes na motivação para a prática desportiva, tendo em conta os diferentes anos de escolaridade; (iii) comparar as atitudes adoptadas pela amostra em contexto desportivo com os motivos que os levam para a prática desportiva, diferenciando e comparando diferentes anos de escolaridade.

Poderemos a partir de alguns estudos analisados formular hipóteses para responder aos objectivos formulados, nomeadamente em relação ao objectivo (iii), assumindo como hipótese nula (H0): Não se verificam alterações relevantes entre os diferentes anos de escolaridade que justifiquem e possibilitem relacionar os motivos que levam à PD com as atitudes adoptadas em contexto desportivo. E hipótese alternativa (H1): Verificam-se alterações relevantes entre os diferentes anos de escolaridade que justifiquem e possibilitem relacionar os motivos que levam à PD com as atitudes adoptadas em contexto desportivo.

METODOLOGIA

Abordagem experimental ao problema

Depois de solicitada a autorização para a realização deste estudo na escola, o procedimento decorreu de forma simples e rápida. Foi distribuído, numa primeira fase, o QAD à amostra no início de uma aula de Educação Física, sendo este preenchido no momento pelos alunos em questão. Antes do preenchimento foi feita referência ao carácter anónimo do estudo e à sua inutilidade para efeitos de avaliação escolar, para que se minimizassem os constrangimentos nas respostas. Este foi o contexto considerado mais adequado para o preenchimento do questionário devido ao facto de se relacionar com a disciplina em questão.

Numa segunda fase, com um tempo de espera que foi considerado suficiente para que a amostra não percebesse a relação entre os dados recolhidos (aproximadamente 4 meses) e não enviesasse os resultados, foi distribuído sob o mesmo procedimento o QMAD.

Amostra

A amostra deste estudo foi constituída por 172 alunos (entre género masculino e feminino), com uma média de idades de $14,73 \pm 1,36$ anos; sendo as idades compreendidas entre os 13 e os 17 anos (amostragem não probabilística de conveniência). Os alunos inseridos na amostra frequentavam desde o 8º ao 11º ano de escolaridade da mesma escola secundária (Frei Heitor Pinto - Covilhã), estando representadas duas turmas por cada ano de escolaridade referido. Os 8º e 9º anos representam 4 turmas do Ensino Básico, e entre os 10º e 11º anos encontra-se uma turma do Curso Tecnológico de Desporto, sendo as restantes distribuídas pelos cursos Científicos, Humanísticos e Económicos. O intervalo etário foi delimitado considerando a proposta dos tradutores do SAQ para língua portuguesa, Chatzisarantis, Cruz, Gonçalves, Silva e Lee, e foi um factor de exclusão.

Verificou-se ao longo deste estudo alguma mortalidade experimental, respondendo ao primeiro questionário 172 alunos, e ao segundo questionário 171 alunos. A ocorrência desta situação deve-se às condições do estudo e ao contexto em que eram aplicados os instrumentos de medição, sendo de carácter bastante imprevisível a participação do total da amostra esperada.

Instrumentos

Os instrumentos utilizados foram:

O Questionário de Atitudes no Desporto (QAD), adaptado e validado para a língua portuguesa por Chazisarantis, Cruz, Gonçalves, Silva e Lee, que consta de 23 itens,

agregados posteriormente em 4 factores fundamentais: Batota, Anti-desportivismo, Convenção e Empenho. É respondido de acordo com uma escala de Likert de 5 pontos (1- Discordo Totalmente a 5 - Concordo Totalmente).

O Questionário de Motivação para a Actividade Desportiva (QMAD), adaptado para a língua portuguesa por Serpa e Frias, é constituído por 30 itens, agrupados em 8 factores: Estatuto, Emoções, Prazer, Competição, Forma física, Desenvolvimento técnico, Afiliação geral, Afiliação específica. É igualmente respondido de acordo com uma escala de Likert de 5 pontos (1- Nada Importante a 5 - Totalmente Importante).

Procedimentos estatísticos

Foi utilizado para tratamento dos dados e construção de gráficos e tabelas o programa Excel, do Office 2007, permitindo a realização da análise descritiva das várias situações estudadas. Foram elaboradas tabelas e gráficos por ano lectivo e factor analisado, tendo por base as frequências relativas obtidas a partir das quais também se realizou um teste de correlação linear. A significância dos resultados não foi testada, sendo esta uma das grandes limitações do estudo.

RESULTADOS

Neste capítulo apresentamos os resultados obtidos através da aplicação dos instrumentos referidos, e por uma questão de economia e de pertinência apresentamos em anexo (Anexo - Capítulo 2) as tabelas que apresentem dados mais importantes para a resposta aos objectivos deste estudo.

Questionário de Atitudes no Desporto (QAD)

A análise do QAD da amostra foi efectuada de acordo com os 4 factores propostos por Chazisantis, Cruz, Gonçalves, Silva e Lee, a saber: “Batota”; “Anti-desportivismo”; “Convenção”; “Empenho”. E os dados avaliados e utilizados para construção gráfica são provenientes das tabelas de frequência relativa.

A possibilidade de discussão destes resultados foi limitada por uma falta de acesso a estudos onde fosse utilizado o mesmo instrumento, sendo esta uma limitação do trabalho desenvolvido, apesar disso é possível retirar dados e conclusões de interesse e que permitam também prosseguir com a confirmação da hipótese formulada.

Em relação aos resultados globais conseguimos perceber uma tendência geral acentuada para as respostas discordantes das atitudes relacionadas com a “Batota” e com o “Anti-desportivismo”, assim como uma tendência geral para concordar com atitudes de “Convenção e Empenho”. Verificamos no entanto, na análise dos totais médios dos 4 factores, que existe uma maior percentagem de alunos com tendência a concordar com as atitudes positivas de “Convenção” e “Empenho” do que a discordar das atitudes consideradas negativas, “Batota” e “Anti-desportivismo”.

Em relação aos resultados obtidos por ano de escolaridade apresentamos as tabelas comparativas de frequência total relativa média (tabela 1; 2; 3 e 4), e o que verificamos é a existência de uma diferença pouco acentuada, com percentagens tendencialmente superiores no 8º e 9º ano, nos valores de discordância com as atitudes de “Batota” e Anti-desportivismo”. Conseguimos também constatar que os valores de concordância com as atitudes de “Anti-desportivismo” são em todos os anos superiores relativamente aos valores de concordância com as atitudes de “Batota”. Os dados de maior relevância serão os valores de concordância do 11º ano com estes dois factores negativos, os maiores registados entre os anos analisados.

Relativamente aos factores positivos “Convenção” e “Empenho” a tendência inverte-se, com os anos de escolaridade superiores, 9º, 10º e 11º anos, a apresentar resultados médios de concordância mais elevados em relação ao ano inferior, o 8º ano, que apresenta valores cerca de 15% abaixo nos dois factores.

Em termos gerais importa ainda referir que o factor “Empenho” foi aquele em que se obtiveram resultados mais favoráveis e menor percentagem de respostas discordantes e neutras, ao contrário do factor “Anti-desportivismo”, onde se obtiveram os piores resultados totais. Pode constatar-se também que o 8º ano foi aquele em que se obtiveram percentagens mais elevadas de respostas neutras.

Por ano de escolaridade poderemos dizer que no factor “Batota” conseguimos, através de uma análise de comparação entre os diferentes anos de escolaridade que integram a amostra, identificar o 11º ano como aquele que apresenta valores mais elevados na concordância com este género de atitudes, evidenciando claramente uma diferença relevante em relação aos restantes anos. Este resultado do 11º ano, assim como o que diz respeito ao factor “Anti-desportivismo”, podem ser preocupantes.

Os dados obtidos referentes ao “Anti-desportivismo” (tabela 2) colocam também o 11º ano no topo dos que mais aceita este tipo de atitudes, mais concretamente 29% dos alunos. Aliados a estes 29% de concordância surgem ainda 23% de respostas neutras, o que remete para a discordância, a resposta que consideramos ser mais adequada, uns meros 43%, ou seja, menos de metade dos alunos inquiridos. Esta é uma evidência realmente desanimadora, tendo em conta que o 11º ano é o nível de escolaridade mais elevado na amostra, e o que supostamente deveria apresentar melhores resultados, ponderando apenas a variável da quantidade de tempo de escolaridade.

Relativamente à “Convenção” (tabela 3) e ao “Empenho” (tabela 4) o 8º ano é o que apresenta valores mais baixos e díspares em relação à média, com diferenças, nos dois factores, superiores a 14%. Os restantes anos de escolaridade apresentam resultados semelhantes e bastante positivos, com níveis elevados de aceitação de atitudes positivas, nomeadamente no que diz respeito ao “Empenho”.

Questionário de Motivação para a Actividade Desportiva (QMAD)

A análise do QMAD da amostra foi efectuada de acordo com os 8 factores propostos por Serpa e Frias, a saber: “Estatuto”; “Prazer”; “Emoções”; “Competição”; “Forma Física”; “Desenvolvimento de Técnicas”; “Filiação Geral”; “Filiação Específica”. E os dados avaliados e utilizados para construção gráfica são provenientes das tabelas de frequência relativa.

Realizando uma análise generalizada dos resultados obtidos, a partir das frequências relativas totais calculadas em cada resposta, poderemos afirmar que se verifica na amostra uma tendência para considerar a “Forma Física”, o “Desenvolvimento Técnico”, e por último o “Prazer” como motivos principais que levam à prática de Actividade Desportiva. Chegamos a esta conclusão analisando a soma das médias da frequência relativa de respostas positivas (tabelas 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12), ou seja, no intervalo do Muito Importante (MI) e Totalmente Importante (TI). Mais especificamente poderemos verificar que “Fazer exercício”, “Estar em boa condição física” e “Manter a forma”, todos pertencentes ao factor “Forma Física”, são motivos totalmente importantes para os constituintes da amostra. Dentro do factor “Prazer” pode considerar-se mais relevante o “Divertimento”, como motivo importante na adesão a actividades desportivas.

Como factores menos importantes para participar e praticar actividades desportivas destaca-se o “Estatuto”, e com menos predominância a “Competição” e a “Afiliação Específica”. É possível notar uma maior tendência para considerar ser nada importante “Ter a sensação de ser importante”, relativamente ao factor “Estatuto”, ou até mesmo “Ganhar”, no factor “Competição”. A “Influência dos treinadores” ou a “Influência da família ou amigos” parecem também não ser decisivas para a adesão à prática desportiva.

Estes resultados são condizentes com alguns outros obtidos em estudos onde foi aplicado o mesmo instrumento, nomeadamente no estudo de Cid (2002), onde se investigou “A alteração dos motivos para a prática desportiva das crianças e jovens” em Portugal. Verificou-se neste estudo, à semelhança do que agora apresentamos, que os motivos mais importantes para a prática desportiva dos sujeitos dessa investigação estão intimamente relacionados com os aspectos motivacionais intrínsecos (manter a forma, estar em boa condição física, prazer e divertimento). No que diz respeito aos motivos menos importantes, os resultados obtidos revelaram um carácter predominantemente extrínseco (viajar, influência da família e amigos, influência dos treinadores, receber prémios, pretexto para sair de casa, ser conhecido, ter a sensação de ser importante, ser reconhecido e ter prestígio).

Também no estudo de Rocha (2009), “A motivação de adolescentes do ensino fundamental para a prática da Educação Física Escolar”, conduzido no Brasil, conseguimos encontrar alguns paralelismos, visto que foi concluído que os alunos

participam nas aulas de Educação Física principalmente por motivos de Forma Física e Afiliação Específica, sendo considerados motivos menos relevantes aqueles que se relacionam com o Estatuto e a Competição.

Analisando mais pormenorizadamente, e atendendo ao ano de escolaridade, podemos referir, em relação ao factor “Estatuto”, que este parece assumir mais importância no mais baixo ano de escolaridade inquirido, o 8º ano, com valores de 31% para respostas que lhe atribuem conotação de Muito e Totalmente Importante, podendo acrescentar-se o facto de existirem ainda 28% de respostas conotando-o de Importante (tabela 5).

Também no factor “Emoções” o 8º ano pode ser destacado como sendo o ano de escolaridade que menos importância concede a este domínio, verificando-se portanto os 28% de respostas negativas, entenda-se Nada Importante e Pouco Importante. Há que referir no entanto que também é o 8º ano que demonstra neste factor uma maior percentagem de respostas de conotação Importante, mais especificamente 46%. Em relação a este factor importa também realçar que parece verificar-se uma tendência para aumentar a sua importância proporcionalmente ao aumento do ano de escolaridade, finalizando o 11º ano com 92% de respostas entre Importante e Totalmente Importante (tabela 6).

Relativamente ao factor “Prazer” julgamos importante fazer alusão à ligeira tendência verificada para decrescer a sua importância à medida que aumenta o ano de escolaridade, sendo o 11º ano aquele que menos importância concede a este factor, com uma soma de 13%. Ainda assim verifica-se que este será um dos factores fundamentais que motivam os jovens para a prática desportiva (tabela 7).

No que diz respeito ao factor “Competição” o que se pode observar é uma crescente valorização à medida que aumenta o ano de escolaridade, verificando-se que nos dois últimos anos analisados, 10º e 11º anos, mais de 50% dos alunos lhe concedem muita ou total importância. Esta tendência inverte-se quando analisamos as respostas que conotam este factor como pouco ou nada importante, verificando-se um aumento dos valores até ao 8º ano, com 20% (tabela 8).

O factor “Forma Física” é na generalidade aceite por todos os anos de escolaridade como um motivo muito importante para praticar actividade desportiva, existindo uma percentagem muito baixa de respostas que lhe concedem pouca ou nenhuma importância. Apesar disso verifica-se uma ligeira tendência para a importância aumentar à medida que aumenta o ano de escolaridade, com o 11º ano a obter os valores mais elevados, de 78% (tabela 9).

O “Desenvolvimento Técnico” parece ser também um motivo bastante importante para os jovens se inserirem na prática desportiva, com predominância nos anos de escolaridade mais elevados, 9º, 10º e 11º anos. O 8º ano é aquele em que este factor parece não ser tão valorizado (tabela 10).

A “Afiliação Geral” evidencia-se como um factor importante na motivação dos jovens para a prática desportiva, apesar de não ser um dos mais relevantes. A grande maioria dos jovens considera ser um importante estímulo, principalmente o “Estar com os amigos” e “Fazer novas amizades”. É importante realçar o destaque do 11º ano por ser aquele que apresenta valores mais elevados na consideração de Nada ou Pouco Importante relativamente a este factor, principalmente na questão 22 “Pertencer a um grupo” (tabela 11).

Por último, a “Afiliação Específica”, com semelhança em relação aos resultados obtidos no factor anterior, apresenta valores de onde poderemos concluir que a maioria da amostra concede importância com os estímulos apresentados, destacando-se claramente o 10º ano como aquele que mais concorda e o 8º como o ano que menos concorda (tabela 12).

DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Como forma de responder ao último objectivo estipulado, e de confirmar a hipótese adiantada, é de importância fulcral cruzar os dados obtidos através dos diferentes instrumentos aplicados e verificar a possibilidade de definir algumas tendências que auxiliem no retirar de ilações.

Partir-se-á de uma análise geral e cruzamento do total dos resultados obtidos (tabelas 5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12), e da correlação linear realizada (tabela 13), para obter uma análise por ano de escolaridade, construindo a base para a apresentação de conclusões.

Como apresentado anteriormente, é possível verificar com os resultados obtidos através do QAD uma tendência geral acentuada para as respostas discordantes das atitudes relacionadas com a “Batota” e com o “Anti-desportivismo”, assim como perceber uma propensão para concordar com atitudes de “Convenção e Empenho”, constatando no entanto, na análise dos totais médios dos 4 factores, a existência de uma maior percentagem de alunos com tendência a concordar com as atitudes positivas de “Convenção” e “Empenho” do que a discordar das atitudes consideradas negativas “Batota” e “Anti-desportivismo”. Ao analisar igualmente de forma geral os dados obtidos através do QMAD, em que poderemos afirmar que se verifica na amostra uma tendência para considerar a “Forma Física”, o “Desenvolvimento Técnico”, e por último o “Prazer” como motivos principais que levam à prática de Actividade Desportiva, é possível concluir que factores de ordem essencialmente intrínseca e orientados para a tarefa, como os obtidos nos resultados, parecem conduzir a atitudes tendencialmente adequadas ao contexto desportivo.

Estes resultados alinham-se com conclusões obtidas em estudos semelhantes, em que a orientação da motivação se relaciona com as atitudes tomadas, com realce para

a orientação motivacional para o ego conduzir a atitudes menos correctas (Fernandes, Vasconcelos-Raposo, Moreira & Costa, 2007).

Ainda assim é possível retirar bastantes mais ilações cruzando os dados dos diferentes factores dos instrumentos utilizados e analisando por ano de escolaridade, como é objectivo deste estudo.

Em relação ao 8º ano é possível perceber que os piores resultados no que diz respeito às atitudes do factor “Convenção” e “Empenho” se podem emparelhar com uma importância acentuada dada aos motivos que se relacionam com o “Estatuto” (correlações negativas), assim como com uma desvalorização dos motivos ligados às “Emoções” e ao “Prazer”.

No 9º ano, os melhores resultados nas atitudes relacionadas com a “Batota” e o “Anti-Desportivismo”, com grandes níveis de discórdia para com estas, assim como uma grande concordância atitudes de “Empenho”, podem relacionar-se com a menor importância concedida a motivos ligados ao “Estatuto”, e com o valor de que se parecem revestir os motivos de “Prazer” e de “Desenvolvimento Técnico”.

É no 10º ano que podemos observar que a maior concordância com atitudes de “Convenção” e “Empenho” poderá ter relação com a importância concedida aos motivos de “Afiliação Geral” e “Afiliação Específica”, mas também que uma fraca discordância com atitudes de “Batota” e “Anti-Desportivismo” poderá relacionar-se com a importância concedida aos motivos ligados à “Competição”.

Por último, no 11º ano, os piores resultados no que diz respeito à discordância com atitudes de “Batota” e “Anti-Desportivismo” encontram algum suporte na grande importância que os motivos de “Competição” assumem, ao contrário dos motivos relacionados com o “Prazer”, onde obtêm os piores resultados de todos os anos de escolaridade.

De uma forma geral é possível com esta análise perceber relações entre factores dos diferentes instrumentos, sugerindo uma relação entre estas duas áreas, no entanto sem a significância que uma análise estatística mais avançada e completa poderia deixar afirmar.

Podemos traçar como tendências resultantes dos dados obtidos dos diferentes anos de escolaridade, que os motivos ligados ao factor “Competição” e a sua crescente importância parecem poder estar relacionados com a fraca discordância para com as atitudes de “Batota” e de “Anti-Desportivismo” (correlação negativa). Analisando os valores obtidos no factor “Competição” podemos observar que o 10º e o 11º ano apresentam os valores mais elevados, com cerca de 50% e 51% dos alunos a afirmam ser um aspecto decisivo que os leva a praticar desporto. A competição e o desejo de ganhar, quando analisados de forma isolada não podem ser encarados como factores negativos, porque as características do desporto abrangem sempre competição e superação. Contudo, este factor de motivação pode identificar-se com atitudes menos

correctas, algo que nos é possibilitado observar mais concretamente no 10º e 11º ano, onde é possível verificar diferenças na “Batota” e no “Anti-desportivismo”.

É possível também perceber que motivos relacionados com a “Afiliação Geral” e a “Afiliação Específica”, mas também as “Emoções”, com menor preponderância, podem estabelecer uma ligação com as atitudes que dizem respeito à “Convenção” e “Empenho” (correlações positivas). Podendo também estar relacionados com as atitudes de “Covenção” e “Empenho” surgem os motivos ligados ao “Desenvolvimento Técnico”, e também, com igual realce, os motivos ligados à “Forma Física”. Fazemos tal afirmação por verificar correlações positivas elevadas entre os factores, que de podemos esmiuçar dizendo que à excepção do 8º ano, praticamente todos os alunos revelam respostas positivas (90%) em relação ao factor “Empenho”, e quando cruzados estes resultados com os obtidos em relação a estímulos de carácter intrínseco e orientados para a tarefa, como o “Desenvolvimento Técnico”, a “Forma Física” e até mesmo o “Prazer”, verificamos a mesma tendência revelada na aplicação do primeiro instrumento, isto é, destaca-se claramente o 8ºano como tendo os valores mais baixos, podendo existir uma relação entre as atitudes adoptadas e os motivos que levam à prática desportiva.

Estes resultados parecem seguir na lógica do que foi discutido anteriormente, antevendo uma relação entre a importância de motivos orientados para o ego (“Competição”) e o nível de concordância para com atitudes menos correctas em contexto desportivo (“Batota” e “Anti-Desportivismo”).

Já os motivos orientados essencialmente para a tarefa (“Desenvolvimento Técnico”), parecem relacionar-se com o nível de concordância para atitudes positivas em contexto desportivo (“Empenho”).

CONCLUSÕES

As análises descritivas realizadas permitem retirar algumas conclusões acerca dos dados recolhidos, mesmo não sendo possível uma análise exaustiva e aprofundada, conseguida apenas através de um tratamento estatístico diferente. É possível ainda assim, apesar desta enorme limitação, identificar algumas tendências e valores importantes. Realçamos no primeiro estudo a primazia da adopção de atitudes correctas, principalmente no factor “Empenho”, contudo os resultados obtidos relativamente ao “Anti-desportivismo” são o factor mais alarmante, com um elevado número de alunos a concordarem com esta atitude. Relativamente ao segundo estudo é possível identificar quais os estímulos motivacionais que os alunos consideram mais relevantes, encontrando-se em primeiro o factor “Forma física” e depois o “Desenvolvimento técnico”.

É importante também referir que, tal como é evidenciado na bibliografia, o cruzamento dos dados recolhidos nos permitiu identificar que os factores mais relevantes para que os alunos pratiquem actividades desportivas são os factores de ordem intrínseca e orientados para a tarefa, motivações que levam tendencialmente a adoptar atitudes e valores adequados em contexto desportivo. Contudo verifica-se que motivações orientadas para o ego podem levar a concordar com atitudes e valores menos correctos no desporto, como aqueles que se relacionam com a “Batota” e o “Anti-desportivismo”.

Há que realçar ainda que os dados recolhidos e a análise posteriormente efectuada permitiram ir ao encontro dos objectivos estipulados, podendo, dentro das limitações já referidas, confirmar a hipótese alternativa, verificando-se alterações entre os diferentes anos de escolaridade que justifiquem e possibilitem relacionar os motivos que levam à PD com as atitudes adoptadas em contexto desportivo.

A área da motivação, das emoções e das atitudes é há muito estudada, havendo várias correntes de pensamento e teorizações na tentativa de explicar este fenómeno complexo e importante no comportamento humano.

Apesar dos vários estudos já existentes, a interdisciplinaridade permitiu abrir horizontes que trouxeram novas questões e problemas que necessitam ser investigados, e como resultado deste estudo nasceram um sem-número de dúvidas e ideias que poderão dar seguimento a este modesto trabalho.

São algumas dessas ideias:

- A investigação e definição de variáveis e indicadores para cada um dos factores das Atitudes como forma de poder observar e avaliar os comportamentos dos desportistas;
- Relacionar as variáveis observadas com resultados obtidos a partir de questionários como o QAD;
- Isolar alguns factores analisados no QAD e no QMAD na tentativa de estudar possíveis correlações existentes, quer de forma geral, quer analisando por nível de escolaridade;
- Perceber se uma intervenção ao nível das Atitudes poderá fazer alterar os resultados no QMAD, havendo uma mudança ao nível dos motivos que levam à prática desportiva;

Resumindo poderemos afirmar que os motivos que levam à prática desportiva poderão influenciar as atitudes posteriormente adoptadas em contexto desportivo, sendo importante para o professor conhecer esta relação e possuir as ferramentas que permitam um diagnóstico para posterior intervenção em relação às atitudes dos alunos. Para que tal seja conseguido importa que se aprofundem as investigações à volta desta problemática, visto ser possível vislumbrar cenários de evolução a diversos níveis.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Almada, F.; Feittosa, A. M.; Rosário, T.; Sérgio, M.; Viegas, T.; Vilela, J. (2008). O Sentido e a Acção. 2ª edição. Instituto Piaget.

Cid, L. F. (2002). Alteração dos Motivos para a Prática Desportiva das Crianças e Jovens. <http://www.efdeportes.com/> Buenos Aires: Revista Digital. Año 8 - N° 55.

Damásio, A. (2000). O Erro de Descartes. Europa-América, Lisboa.

Fernandes, H.; Vasconcelos-Raposo, J.; Moreira, M.; Costa, H. (2007). A influência das orientações motivacionais nas atitudes desportivas em aulas de Educação Física. *Motricidade* 3(3): 16-23.

Lemos, M. (1993). A motivação no processo de ensino/aprendizagem, em situação de aula. Dissertação apresentada para provas de doutoramento em Psicologia. Universidade do Porto.

Lonsdale, C. et al. (2009). Self-determined motivation and student's physical activity during structured physical education lessons and free choice periods. *Preventive Medicine* 48 (2009) 69-73.

Moreira, C.; Pestana, G. (2008). Algumas reflexões sobre a ética desportiva. *Motricidade* 4(3): 95-101.

Mouratidis, A.; Vansteenkiste, M. Lens, W.; Siederidis, G.; (2008). The motivational role of positive feedback in sport and physical education: evidence for a motivational model. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 2008, 30, 240-268.

Ntoumanis, N.(2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology* (2001), 71, 225± 242.

Reis, L. (1995). Motivação para a prática desportiva. Dissertação apresentada com vista a prova pública para a categoria de professor adjunto na área científica de Educação Física /Actividades Ritmadas. Escola Superior de Castelo Branco (prova não publicada).

Reinboth, M.; Duda, J. (2006). Perceived motivational climate, need satisfaction and índices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of Sport and Exercise* 7 (2006) 269-286.

Rocha, C. (2009). A motivação de adolescentes do ensino fundamental para a prática de educação física escolar. Dissertação apresentada com vista a obtenção do grau de mestre em Psicologia do Desporto. Faculdade de Motricidade Humana.

Sergio, M; (2006). A Educação Desportiva. *Motricidade* 2 (2): 117-122.

Taylor, I.; Ntoumanis, N. & Smith, B. (2009). The social context as a determinant of teacher motivational strategies in physical education. *Psychology of Sport and Exercise* 10 (2009) 235-243.

Taylor, I.; Ntoumanis, N.; Standage, M.; Spray, C. (2010). Motivational predictors of physical education students effort, exercise intentions and leisure-time physical activity: a multilevel linear growth analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 2010, 32, 99-120.

Tessier, D.; Sarrazin, P.; Ntoumanis, N. (2010). The effect of an intervention to improve newly qualified teachers' interpersonal style, students motivation and psychological need satisfaction in sport-based physical education. *Contemporary Educational Psychology* 35 (2010) 242-253.

Vicente, A. (2007). Para a Gestão Micro e Macro das Actividades Desportivas. O Diagnóstico nas Actividades Desportivas: Operacionalização nos Desportos Colectivos. Trabalho com vista à obtenção do grau de doutor em Educação Física e Desporto na especialidade de Ciências do Desporto, Universidade da Madeira.

Anexo I - Descrição das turmas

Turma ASC - Curso de Técnico Profissional de Animador SocioCultural		
Nº	Nome	Idade
6	Cristina Vaz	17
9	Filipa Vaz	17
11	Joana Martins	18
12	João Loução	18
17	Sara Gaspar	16
18	Tiago Borges	16
19	Vânis Esteves	17
21	João Lopes	18

Tabelas dos alunos da turma ASC

Turma C - Curso Científico Humanístico de Ciências Socioeconómicas		
Nº	Nome	Idade
2	António Pinto	15
3	Carolina Costa	15
5	Daniel Pais	15
6	João Henriques	17
7	João Fazendeiro	16
8	Maria Miguel	16
9	Maria Marcos	16
10	Rafael Presa	16
11	Tatiana Vodincear	18
12	André Santos	16

Tabela dos alunos do 11º C

Turma D - Curso Científico Humanístico de Línguas e Humanidades		
Nº	Nome	Idade
1	Alice Martins	16
2	Ana Moreira	15
3	Beatriz Barata	16

4	Brigite Saraiva	16
5	Bruna Conceição	15
6	Diana Ferreira	16
7	Flávia Romano	16
8	Florence Oliveira	17
9	Francisco Silveira	16
10	Gustavo Podão	16
11	João Gomes	16
14	Maria Tinalhas	16
15	Pedro Rebelo	18
16	Anderia Bento	16
17	Catarina Sequeira	16

Tabela com os alunos do 11ºD

Turma E - Curso Tecnológico de Desporto		
Nº	Nome	Idade
1	Ana Pinto	15
2	Ana Carvalho	17
3	Andreia Cruz	16
4	Andreia Bizarro	16
5	Andreia Neves	18
6	Artur Delgado	17
7	Beatriz Alves	16
8	Carolina David	16
9	Daniel Lourenço	17
10	Edgar Duarte	17
11	Filipe Rodrigues	16
12	Florência Pacheco	15
13	Hélder Machado	16
14	Jessica Lopes	15
15	João Bento	16
16	João Pinheira	16

17	João Abrantes	16
18	João Agostinho	16
19	João Craveiro	16
20	João Salvado	16
22	Mafalda Carreira	15
23	Nuno Venâncio	19
24	Renato Santarém	16
25	Samuel Casteleiro	19

Tabela dos alunos do 11ºE

Anexos II

MODALIDADES (MATÉRIA) A ABORDAR Ano Lectivo 2010/2011	
Ano de Escolaridade	Modalidade
7º Ano	Ginástica – Voleibol – Atletismo e Futebol
8º Ano	Ginástica – Basquetebol – Ténis e Andebol
9º Ano	Ginástica – Voleibol – Desportos de Raqueta (Ténis) e Andebol
10º Ano	Ginástica – Voleibol – Atletismo e Basquetebol/Andebol
11º Ano	Ginástica – Basquetebol – Desportos de Raqueta /(Ténis e Futebol)
12º Ano	Ginástica – Voleibol – Desportos de Raqueta /(Ténis e Futebol)
CEF'S	Dependentes da instalação atribuída e em consonância com o programa da disciplina para estes cursos
Cursos Profissionais	Dependentes da instalação atribuída e em consonância com o programa da disciplina para estes cursos

Anexo III - Plano Anual - Turma C/D

Objectivos Gerais	Conteúdos	Período
<p>-desenvolver as capacidades motoras coordenativas e condicionais;</p> <p>-desenvolvimento da consciencialização do esquema corporal;</p> <p>- domínio de si (conhecimento de si próprio e compreensão dos seus limites);</p> <p>- relacionar-se com cordialidade e respeito com os seus companheiros, quer como adversários quer como parceiros;</p> <p>- aceitar o apoio dos companheiros nos esforços de aperfeiçoamento próprio;</p> <p>- apoiar os companheiros, promovendo a entajuda para favorecer o seu (deles) aperfeiçoamento;</p> <p>- cooperar nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as acções favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional.</p>	<p>Ginástica Artística:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Elementos Gímnicos no Solo. - Elementos Gímnicos nos Aparelhos: <ul style="list-style-type: none"> . trave . paralelas simétricas . paralelas assimétricas . barra fixa . cavalo <p>Ténis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regras e Regulamentos do jogo de Singulares e Pares. - Acções técnicas fundamentais. - Exploração espaço-temporal do jogo. <p>Voleibol</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regras e Regulamento. - Acções Individuais: <ul style="list-style-type: none"> . Operações Defensivas . Operações Ofensivas - Acções Colectivas <ul style="list-style-type: none"> . Combinações de Defesa . Combinações de Ataque <p>Dança</p> <ul style="list-style-type: none"> -Danças tradicionais -Hip-Hop, Slow Rythm e Step 	<p>TURMA – C/D: 1º PERÍODO (27 aulas)</p> <p>TURMA – C/D: 2º e 3º PERÍODO (20 Aulas)</p> <p>TURMA – C/D: 2º e 3º PERÍODO (16 Aulas)</p> <p>Turma – C/D: 2º PERÍODO (7 Aulas)</p>

Planode Unidade de Voleibol – Conteúdos e competências

Unidade e Didáctica	Competências Gerais	Conteúdos	Competências específicas
<p>V O L E I B O L</p>	<p>❖ O aluno deve participar activamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e do grupo: Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros ou adversários; Aceitando o apoio dos companheiros, bem como as opções do(s) outro(s) e as dificuldades reveladas por eles; Interessando-se e apoiando os esforços dos companheiros com oportunidade, promovendo a entreaajuda; Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as acções favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional na actividade da turma; Apresentando iniciativas e propostas pessoais de desenvolvimento da actividade individual e do grupo, considerando também as que são apresentadas pelos companheiros; Assumindo compromissos e responsabilidades de organização e preparação das actividades individuais e/ou de grupo, cumprindo com empenho e brio as tarefas inerentes. ❖ Analisar e interpretar a realização das actividades físicas seleccionadas, aplicando os conhecimentos sobre a</p>	<p><i>Acções Individuais</i></p> <p><i>Operações defensivas:</i></p> <p>- Manchete (A)</p> <p><i>Operações ofensivas:</i></p> <p>-Passe (A)</p> <p>-Serviço por baixo (A)</p> <p><i>Operações de suporte:</i></p> <p>-Deslocamentos (A)</p> <p>-Posição Base (A)</p> <p><i>Acções Colectivas</i></p>	<p>1- Cooperar com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo, escolhendo as acções favoráveis à vantagem da sua equipa, aceitando as indicações que lhe dirigem, bem como as opções e falhas dos seus colegas. Analisa a sua prestação e a dos companheiros, dando indicações e sugestões que favoreçam a sua melhoria.</p> <p>2-Aceita as decisões da arbitragem, identificando os respectivos sinais, e trata com igual cordialidade e respeito os colegas de equipa e os adversários.</p> <p>3-Adequa a sua actuação, quer como jogador quer como árbitro, ao objectivo do jogo, à função e modo de execução das acções técnico-tácticas e às regras do jogo.</p> <p>4-Em <i>situação de jogo formal 6 x 6</i>, colabora com os companheiros na organização colectiva da sua equipa para a recepção do serviço, <i>em W, (4:0:2)</i>, para defesa ao ataque adversário (<i>em 3:1:2</i>) e para protecção ao ataque da sua equipa em duas linhas (<i>6 avançado</i>), cumprindo as exigências técnicas referidas no programa anterior, e ainda os seguintes objectivos:</p> <p>4.1-Serve por baixo, colocando a bola no meio-campo oposto em condições de difícil recepção;</p> <p>4.2-Avisa os companheiros e posiciona-se para receber o serviço em manchete ou por cima, enviando a bola para o jogador passador de modo a que este possa escolher e realizar a acção que garanta ofensividade à sua equipa;</p> <p>4.3-Como passador, posiciona-se correcta e oportunamente para passar a bola a um companheiro à sua escolha (em posição mais vantajosa, de acordo com o posicionamento da outra equipa) e de modo a facilitar-lhe a finalização, ou finalizar em remate, passe colocado, se tem condições vantajosas (surpresa ou desequilíbrio</p>

<p>V O L E I B O L</p>	<p>técnica, organização e participação, ética desportiva, etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Interpretar crítica e correctamente os acontecimentos no universo das actividades físicas. ❖ Identificar e interpretar os fenómenos da industrialização, urbanismo e poluição como factores limitativos da Aptidão Física das populações e das possibilidades de prática das modalidades da Cultura Física. ❖ Elevar o nível funcional das capacidades motoras, particularmente de resistência geral de longa e média durações, de força resistente, da força rápida, de flexibilidade, de velocidade de reacção simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica. ❖ Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da Condição Física de uma forma autónoma no seu quotidiano. ❖ Conhecer e interpretar factores de saúde e risco associados à prática das actividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança. 	<p>Combinações de defesa:</p> <p>- Recepção ao serviço com 5 jogadores em W (A)</p> <p><i>Combinações de ataque:</i></p> <p>Passador à rede (A)</p> <p><i>Sistemas tácticos:</i></p> <p>-Sistema 0: 6: 0 (A)</p>	<p>da outra equipa);</p> <p>4.4-Quando a bola lhe é dirigida em condições favoráveis à finalização (ou que a exijam), realiza passe colocado, de acordo com o posicionamento da outra equipa e a trajectória da bola, colocando a bola num espaço vazio;</p> <p>4.5-Ao remate da sua equipa, colaborando com os companheiros, avança no terreno assumindo uma atitude e posição apropriadas à protecção do ataque;</p> <p>4.6-Ao ataque da equipa adversária (em remate), se se encontra na posição de passador ou mais próximo da zona onde se efectua o remate, participa na execução do bloco (a dois), coordenando o tempo de salto com o companheiro e com o tempo de remate do adversário, procurando impedir que a bola transponha a rede.</p> <p>4.7-Ao bloco da sua equipa, desloca-se em atitude defensiva (<i>jogador da posição 6</i>), protegendo a acção dos companheiros. Se não é responsável directo pela protecção do bloco, desloca-se mantendo uma atitude defensiva e cooperando com os companheiros na protecção ao bloco;</p> <p>5 - Realiza com correcção e oportunidade <i>no jogo e em exercícios-critério</i> as técnicas: a) serviço por baixo e b) serviço por cima, c) passe de frente e d) passe de costas alto, e) passe lateral, f) passe em suspensão, g) remate, h) manchete para defesa alta e baixa, i) bloco, j) deslocamentos e l) posição ofensiva básica e m) posição defensiva básica e os padrões globais das acções n) mergulhos e o) enrolamentos.</p>
--	---	---	---

Anexo V – Extensão e Sequência dos conteúdos

Extensão e sequência da matéria de ensino: Voleibol			Aulas Previstas													
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	Conteúdos psicossociais	Sociabilidade; Sentido de responsabilidade; Autonomia		CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT	CT
Acções individuais	Operações defensivas	Manchete (A)	AD	AD		T/E	E	E	E	C	C	C	C	C	AS	
		Bloco Individual (A)										T/E	E	E	AS	
	Operações ofensivas	Passé (A)	AD	AD	T/E	E	E	E	C	C	C	C	C	C	AS	
		Serviço por baixo (A)	AD	AD			T/E	E	E	E	C	C	C	C	AS	
		Remate (A)										T/E	E	E	AS	
	Operações de suporte	Deslocamentos (A)	AD	AD	T/E	E	E	C	C	C	C	C	C	C	AS	
Posição Base (A)		AD	AD	T/E	E	E	C	C	C	C	C	C	C	AS		
Acções colectivas	Combinações de defesa	Expectativa relativa 3:1:2 (A)														
		Recepção ao serviço com 5 jogadores em W (A)														
		Protecção de bloco (A)														
	Combinações de ataque	Protecção ao remate (A)														
		Passador à rede (A)					T/E	E	E	E	E	C	C	C	AS	
	Sistema Tácticos	Sistema 1x1	AD		E	E	E	E	C	C	C	C	C	C	AS	
		Sistema 3x3	AD			T/E	E	E	E	E	C	C	C	C	AS	

Tabela de extensão e sequencia dos conteúdos de voleibol do 2º Período

AD	Avaliação Diagnóstica
T	Transmissão
E	Exercitação
C	Consolidação
AS	Avaliação sumativa
CT	Conteúdo Transversal

Anexo VI - Exemplo de Plano de Aula

UNIDADE DIDÁTICA: Voleibol					AULA Nº 58
Professores: Prof. Carlos Elavai Vieira; Fábio Sanches/Francisco Pires/Ana Esteves					
Hora: 3ª feira das 10h10 às 11h40	Ano/Turma: 11º C/D	Nº Alunos: 24	Data: 24/05/2011	Espaço: G1	
OBJECTIVOS GERAIS: Exercitação do remate através de progressões e consolidação dos restantes conteúdos abordados.					

CONTEÚDOS	EXERCÍCIOS	ASPECTOS CRÍTICOS	T.P	T.T
	Parte Inicial			
Activação funcional	<p>Descrição: Breve corrida de intensidade baixa complementada com alguns exercícios de mobilização articular.</p> <p>Objectivos: predispor todo o organismo dos alunos para as exigências da aula.</p>		10'	10'
<p>Passé</p> <p>Manchete</p> <p>Remate – flexão do pulso</p>	<p>Descrição: Duas equipas de quatro elementos defrontam-se com o objectivo de enviar a bola de forma a tocar no solo da equipa adversária através de remate. Ver desenho do campo em anexo (Fig.1).</p> <p><i>Situação 1:</i> Apenas é possível enviar a bola através de passe.</p> <p><i>Situação 2:</i> Possibilidade de realizar remate.</p> <p><i>Regras de jogo:</i></p> <p>O início de jogo é realizado com um passe orientado para o passador.</p> <p>Cada bola fora dos limites do campo é fora e ponto para a equipa adversária.</p> <p>Se a bola tocar no solo do campo adversário é ponto.</p> <p>Cada finalização executada com sucesso e a bola foi previamente enviada pelo passador através de passe vale 3 pontos.</p> <p>Objectivos: Numa situação de aprendizagem lúdica os alunos realizam os gestos aprendidos.</p> <p>Estratégia: definição de quatro equipas com 4 elementos distribuídos pelos campos estabelecidos.</p> <p>Material: pinocos e duas bolas de voleibol.</p>	<p>Realização da actividade de forma empenhada e com interesse</p> <p>Executar os movimentos solicitados de acordo com as componentes críticas</p> <p>Aplicar as técnicas aprendidas nas situações correctas permitindo executar a opção mais vantajosa.</p> <p>Criação de dinâmicas de equipa que permitam reagir de forma eficaz nas várias situações ocorridas durante o jogo</p> <p>Estabelecimento de pontes de cooperação e entreajuda na aprendizagem dos colegas</p>		

				15'	25'
Exposição dos objectivos da aula	<p>Diálogo com os alunos/exposição dos objectivos da aula.</p> <p>Descrição: Colocação dos alunos em semi-círculo imposto pelo docente para ouvirem atentamente os objectivos da aula.</p> <p>Objectivos: Expor de forma desafiante os objectivos da aula aos alunos para que estes possam realizar as actividades de encontro aos mesmos, despertando o interesse e motivação para a realização das várias situações de aprendizagem.</p>	Escutar o professor de forma atenta e concentrada solicitando o seu auxílio no caso de existirem dúvidas.		5'	10:40 30'
	Parte Principal	Indicações	Critérios de êxito		
Remate	<p>Situação 1</p> <p>Descrição: execução do movimento de “armação” do braço semelhante ao efectuado no remate.</p> <p>Objectivo: consciencialização do movimento de “armação” do braço e posterior flexão do pulso momento de contacto com a bola.</p> <p>Estratégia: distribuição dos alunos em pares colocado frente a frente realizando os movimentos desejados trabalhando segundo a largura do campo de voleibol</p> <p>Material: 7 bolas</p>	<p>Flexão do pulso</p> <p>Armação do braço atrás da cabeça</p> <p>Tronco orientado para o colega</p>	<p>Realizar de forma empenhada cada situação de aprendizagem</p> <p>Cooperar com os colegas no processo de aprendizagem</p> <p>Execução dos vários comportamentos de acordo com as indicações do professor</p> <p>Coopera na aprendizagem dos colegas e analisa a sua prestação fornecendo indicações que possibilitem a melhoria de ambos.</p>		
	<p>Situação 2</p> <p>Descrição: realização do movimento de remate frente à rede sem bola.</p> <p>Objectivo: interiorização e consciencialização da colocação dos apoios a efectuar na preparação do remate.</p> <p>Estratégia: Os alunos distribuídos ao longo da rede efectuem os movimentos solicitados. Para alunos que tenham evidente dificuldade na colocação dos apoios o professor pode desenhar no solo círculos para a colocação dos respectivos apoios.</p> <p>Material: Rede</p>	<p>Impulsão a dois pés</p> <p>Avanço de apenas dois apoios</p> <p>Salto vertical</p>			
	<p>Situação 3</p> <p>Descrição: realização do movimento de remate com o objectivo de tocar na bola.</p> <p>Objectivo: consciencialização da colocação dos apoios e do movimento de “armação” do braço para o remate.</p> <p>Estratégia: distribuição dos alunos por três grupos executando o remate tocando na bola em vaga. Os alunos que não realizam aula vão colocar-se em cima de cadeiras atrás da rede para que os colegas toquem na bola.</p> <p>Material: Três cadeiras, três bolas e rede.</p>	<p>Armar o braço atrás da orelha</p> <p>Braço em extensão</p> <p>Tocar na parte superior da bola</p>			

	<p>Situação 4</p> <p>Descrição: os alunos realizam auto-passe enviando a bola numa trajectória que permita a realização do remate eficazmente.</p> <p>Objectivo: consciencialização da coordenação entre a trajectória da bola e a acção motora do aluno no remate.</p> <p>Estratégia: Com os mesmos grupos formados, os alunos realizam o auto-passe para a realização</p> <p>Material: 14 bolas</p>	<p>Enviar a bola numa trajectória vertical</p> <p>Cumprimento de todas as anteriores indicações</p>		20'	11:00 50'
<p>Serviço por cima</p> <p>Remate</p> <p>Bloco individual</p>	<p>Exercício 2</p> <p>Descrição: realização de um circuito com várias tarefas solicitadas, o serviço por cima, o remate e o bloco individual.</p> <p>Objectivo: exercitação dos vários conteúdos abordados sob observação e orientação do professor.</p> <p>Estratégia: divisão dos alunos pelas várias estações, efectuando todas as funções presentes no circuito, trocando com os colegas assim que efectua uma acção solicitada progredindo no exercício passando por todos os pontos do circuito.</p> <p>Material: 14 bolas e rede</p>	<p>O passador deve enviar a bola bem alto (acção 3)</p>		10'	11:10 60'
<p>Situação formal de jogo 6x6</p>	<p>Descrição: Os alunos realizam um jogo formal de voleibol de 6x6 segundo as regras da modalidade.</p> <p>Condicionantes: reforço dos comportamentos desejados.</p> <p>Quando o segundo toque é realizado pelo passador por passe e a finalização é executada correctamente equivale - 2 pontos.</p> <p>Finalização com sucesso em remate ao 3º toque, com bola enviada do passador em passe – 3 pontos</p> <p>Objectivo: Aplicação dos conteúdos aprendidos em situação de jogo formal, exercitando os comportamentos colectivos desejados no voleibol.</p> <p>Estratégia: definição de duas equipas pelo professor de forma a serem heterogéneas e de nível de desempenho semelhante. Caso existam alunos fora a cada troca de serviço é realizada a rotação para que o novo colega entre dentro de campo a servir.</p> <p>Material: 1 bola e rede.</p>	<p>Segundo toque é sempre efectuado pelo passador</p> <p>2º toque, sempre que possível, deve ser efectuado em passe.</p>	<p>Realiza a actividade de forma activa e empenhada.</p> <p>Aplica os conhecimentos aprendidos, executando técnicas segundo as componentes críticas.</p> <p>Compreende os comportamentos colectivos que devem desempenhar na equipa.</p> <p>Coopera com os colegas escolhendo as acções mais favoráveis à equipa.</p> <p>Compreende a importância</p>		

			da dinâmica de grupo e da divisão de tarefas.	15'	11:25 75'
	Parte Final				
	Retorno à calma, realização de alguns alongamentos aos grupos musculares predominantemente solicitados na aula			5'	80'
	Fim da aula.			10'	90'

Anexo VII - Avaliação

Critérios de Avaliação - 11º ano C/D - *Voleibol*

CONTEÚDOS	ASPECTOS TÉCNICOS	COTAÇÃO	
Posição Base	Revela algumas dificuldades na definição da base de apoio, na flexão dos membros inferiores, na definição mais avançada de um, na pequena flexão do tronco, na retroversão da bacia e na disponibilização dos M. Superiores para a intervenção.	1.5	5
	Revela postura equilibrada e pré-dinâmica na definição da base de apoio, na flexão dos membros inferiores, na definição mais avançada de um em função do espaço de jogo/companheiros/adversários, na pequena flexão do tronco, na retroversão da bacia e na disponibilização dos M. Superiores para a intervenção.	3	
	Revela postura equilibrada e pré-dinâmica na definição da base de apoio, na flexão dos membros inferiores, na definição mais avançada de um em função do espaço de jogo/companheiros/adversários, na pequena flexão do tronco, na retroversão da bacia e na disponibilização dos M. Superiores para a intervenção na 2ª atitude, em situação de deslocamento, favorável a uma correcta relação entre: corpo; bola; gesto técnico adequado.	5	
Deslocamentos	Desloca-se à retaguarda, lateral e frontalmente, numa forma equilibrada, sem grandes oscilações do seu C. de Gravidade e sem frequentes cruzamentos dos seus membros inferiores.	1.5	5
	Desloca-se à retaguarda, lateral e frontalmente, numa forma equilibrada, sem oscilações do seu C. de Gravidade e sem cruzamento dos seus membros inferiores.	3	
	Desloca-se à retaguarda, lateral e frontalmente, numa forma equilibrada, sem oscilações do seu C. de Gravidade e sem cruzamento dos seus membros inferiores, com intensidade e volume adequados a um melhor aproveitamento das execuções com bola.	5	
Passe	Mantém a circulação da bola, fazendo as devoluções em passe, com algumas incorrecções na acção dos membros inferiores (flexão-extensão) e na definição do “triângulo” bem à frente dos olhos, revelando dificuldades na sinergia de movimentos e na orientação do corpo, em função da trajectória pretendida, em situação de ausência de deslocamento, numa sequência intervalada com outras acções.	7.5	15
	Mantém a circulação da bola, fazendo as devoluções em passe, de forma alta e suave, sem incorrecções na acção dos membros inferiores (flexão-extensão) e na definição do “triângulo”, revelando dificuldades na sinergia de movimentos e na orientação do corpo, em função da trajectória pretendida, em situação de deslocamento, numa sequência intervalada com outras acções.	11	
	(...) + situação dinâmica (deslocamento/P. base + passe) ou em sequência com outras acções, realizando com precisão, numa variabilidade de posições e de distâncias	15	
Manchete	Realiza a manchete, em solicitações de bola em plano inferior e com intensidade (ex. serviço/Remate) com algumas incorrecções na acção dos membros inferiores (flexão-extensão) e na extensão dos membros superiores, revelando dificuldades na orientação do corpo, em função da trajectória pretendida (passador).	7.5	15
	Realiza a manchete, em solicitações de bola em plano inferior e com intensidade (ex. serviço/Remate) com poucas/nenhumas incorrecções na acção dos membros inferiores (flexão-extensão) e na extensão dos membros superiores, orientando o corpo segundo a trajectória pretendida (passador) enviando-a alta e com suavidade.	11	
	(...) + situação dinâmica	15	

	(deslocamento + manchete) ou em sequência com outras acções, realizando com precisão.		
Serviço	Executa o serviço em plano inferior com dificuldades, cumprindo com algumas componentes críticas mas revelando insegurança.	5	15
	Executa de acordo com as componentes críticas o serviço por baixo, enviando a bola numa trajectória rasante, criando dificuldades na sua recepção. Ou executa com algumas dificuldades o auto-passe possibilitando batimento no plano superior mas com necessidade de reposicionamento, orienta a projecção da bola para o meio campo adversário, com preocupações no posicionamento dos apoios, no papel activo dos dois membros superiores, executando o batimento com o braço flectido imprimindo à bola uma força de baixo para cima.	7.5	
	Realiza com alguma segurança, auto-passe possibilitando batimento no plano superior e projecta a bola para o meio campo adversário, contudo não cumpre com todas as componentes críticas do movimento.	10	
	Realiza com segurança e de forma harmoniosa, auto-passe possibilitando batimentos tensos no plano superior e projecta a bola para zonas vazias do meio campo adversário.	15	
Remate	Realiza com dificuldade o batimento, fazendo-o com descoordenação dos apoios e impulsão com um apoio, negligenciando o papel activo dos dois braços e executando uma “armação do braço” ineficaz.	7.5	15
	Realiza o movimento com alguma insegurança mas consegue realizar a flexão do pulso orientando a bola para o solo. Executa de forma coordenada a corrida de preparação para impulsão a dois apoios, com um movimento correcto do braço de batimento não esquecendo o importante papel do outro braço.	11	
	Realiza com segurança e de forma harmoniosa batimentos de ataque, fazendo-o com a mão acima do plano superior, com preocupações no posicionamento dos apoios, definindo a chamada a dois apoios de forma equilibrada no movimento de aproximação à rede e com papel activo dos dois membros superiores e criando dificuldades à sua recepção.	15	
Bloco individual	O aluno realiza o bloco individual bastante afastado da rede, movimentando-se para a sua aproximação, colocando as mãos juntas sem qualquer preocupação em ocupar a maior área possível.	1.5	5
	O aluno realiza o bloco aproximado da rede e coordenado com o momento de remate adversário, contudo não potencia o salto com o movimento dos braços mostrando preocupação em abrir bem as mãos para ocupar a maior área possível.	3	
	O aluno realiza o bloco aproximado da rede, conseguindo, se necessário, invadir o campo adversário, coordenando o tempo de salto com o momento de remate potenciando-o com a movimentação dos braços e revelando preocupação em bloquear a maior área possível	5	
Jogo colectivo (Jogo de 3 elementos)	Em situação de jogo, revela algumas dificuldades para assumir a posição base nos locais devidos de acordo com as regras da rotação e em função do sistema de jogo, realizando acções que frequentemente não conseguem dar seguimento às acções de equipa, resultando numa situação não vantajosa.	12.5	25
	Em situação de jogo, assume sempre ou quase sempre a posição base nos locais devidos de acordo com as regras da rotação e em função do sistema de jogo, realizando acções que conseguem dar seguimentos às jogadas de equipa, contudo não revelam ser vantajosas para a equipa.	17.5	
	Em situação de jogo, assume sempre a posição base nos locais devidos de acordo com as regras da rotação e em função do sistema de jogo, realizando acções que conseguem dar seguimento às jogadas da equipa e que resultam em situações claramente vantajosas.	25	

Anexos VIII - Apresentação dos resultados do Capítulo II

BATOTA 8º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	48%	19%	18%	9%	5%
	68%			14%	
BATOTA 9º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	46%	24%	20%	9%	2%
	70%			10%	
BATOTA 10º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	40%	25%	23%	6%	6%
	65%			12%	
BATOTA 11º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	43%	22%	15%	16%	4%
	65%			20%	

Tabela 1 - Tabela das frequências relativas médias do factor "Batota"

ANTI-DESPORTIVISMO 8º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	40%	17%	21%	15%	7%
	56%			22%	
ANTI-DESPORTIVISMO 9º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	42%	24%	13%	9%	12%
	66%			21%	
ANTI-DESPORTIVISMO 10º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	36%	19%	22%	10%	12%
	55%			23%	
ANTI-DESPORTIVISMO 11º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	28%	19%	23%	17%	12%
	48%			29%	

Tabela 2 - Tabela das frequências relativas médias do factor "Anti-desportivismo"

CONVENÇÃO 8º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	8%	9%	25%	21%	36%
	17%			58%	
CONVENÇÃO 9º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	2%	4%	23%	30%	42%
	6%			72%	
CONVENÇÃO 10º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	2%	2%	23%	24%	49%
	4%			73%	
CONVENÇÃO 11º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	5%	2%	23%	39%	31%
	7%			70%	

Tabela 3 - Tabela das frequências relativas médias do factor “Convenção”

EMPENHO 8º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	2%	3%	19%	20%	57%
	5%			77%	
EMPENHO 9º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	1%	1%	3%	38%	56%
	2%			95%	
EMPENHO 10º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	1%	1%	8%	34%	56%
	2%			90%	
EMPENHO 11º Ano					
	DT	D	N	C	CT
Médias	1%	1%	7%	33%	58%
	2%			91%	

Tabela 4 – Tabela das frequências relativas médias do factor “Empenho”

ESTATUTO 8º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	13%	27%	28%	16%	15%
	41%			31%	
ESTATUTO 9º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	17%	37%	27%	11%	9%
	53%			20%	
ESTATUTO 10º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	13%	34%	29%	13%	11%
	47%			24%	
ESTATUTO 11º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	17%	33%	30%	14%	7%
	49%			21%	

Tabela 5 - Tabela das frequências relativas médias do factor “Estatuto”

EMOÇÕES 8º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	3%	25%	46%	22%	3%
	28%			26%	
EMOÇÕES 9º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	1%	18%	39%	28%	14%
	19%			42%	
EMOÇÕES 10º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	1%	14%	37%	35%	14%
	15%			49%	
EMOÇÕES 11º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	2%	4%	42%	23%	28%
	7%			51%	

Tabela 6 - Tabela das frequências relativas médias do factor “Emoções”

PRAZER 8º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	2%	6%	44%	18%	31%
	8%			49%	
PRAZER 9º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	1%	7%	26%	29%	37%
	8%			66%	
PRAZER 10º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	2%	7%	28%	25%	37%
	10%			62%	
PRAZER 11º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	4%	10%	24%	29%	34%
	13%			63%	

Tabela 7 - Tabela das frequências relativas médias do factor “Prazer”

COMPETIÇÃO 8º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	4%	15%	42%	21%	17%
	20%			38%	
COMPETIÇÃO 9º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	4%	13%	34%	24%	23%
	18%			48%	
COMPETIÇÃO 10º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	2%	15%	32%	28%	23%
	17%			51%	
COMPETIÇÃO 11º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	4%	8%	38%	27%	23%
	12%			50%	

Tabela 8 - Tabela das frequências relativas médias do factor “Competição”

FORMA FÍSICA 8º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	1%	5%	32%	25%	37%
	6%			62%	
FORMA FÍSICA 9º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	0%	4%	23%	32%	41%
	4%			73%	
FORMA FÍSICA 10º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	0%	2%	20%	33%	45%
	2%			77%	
FORMA FÍSICA 11º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	1%	1%	21%	34%	44%
	2%			78%	

Tabela 9 - Tabela das frequências relativas médias do factor “ Forma Física”

AFILIAÇÃO GERAL 8º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	3%	10%	36%	26%	15%
	13%			42%	
AFILIAÇÃO GERAL 9º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	6%	8%	33%	30%	23%
	14%			53%	
AFILIAÇÃO GERAL 10º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	1%	8%	26%	33%	33%
	9%			65%	
AFILIAÇÃO GERAL 11º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	8%	9%	33%	27%	24%
	17%			50%	

Tabela 11 - Tabela das frequências relativas médias do factor “ Afiliação Geral”

DESENVOLVIMENTO TÉCNICO 8º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	3%	5%	36%	32%	24%
	8%			56%	
DESENVOLVIMENTO TÉCNICO 9º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	0%	2%	21%	36%	41%
	2%			77%	
DESENVOLVIMENTO TÉCNICO 10º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	1%	2%	28%	33%	37%
	2%			70%	
DESENVOLVIMENTO TÉCNICO 11º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	1%	3%	25%	44%	27%
	4%			70%	

Tabela 10 - Tabela das frequências relativas médias do factor “ Desenvolvimento Técnico”

AFILIAÇÃO ESPECÍFICA 8º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	3%	17%	33%	25%	22%
	21%			47%	
AFILIAÇÃO ESPECÍFICA 9º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	5%	9%	30%	29%	27%
	15%			56%	
AFILIAÇÃO ESPECÍFICA 10º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	5%	7%	23%	30%	35%
	12%			65%	
AFILIAÇÃO ESPECÍFICA 11º Ano					
	NI	PI	I	MI	TI
Médias	4%	12%	32%	24%	29%
	16%			52%	

Tabela 12 - Tabela das frequências relativas médias do factor “ Afiliação Específica”

Tabela 13 – Correlações entre os factores do QAD e os factores do QMAD

	8º ano	9º ano	10º ano	11º ano	Média	Correlação
Batota - Estatuto	-0,19652	0,372796	0,271787	0,207	0,163766	0,2
Batota - Emoções	-0,2421	-0,49562	-0,56499	-0,73229	-0,50875	-0,5
Batota - Prazer	-0,59184	-0,93251	-0,82583	-0,91425	-0,81611	-0,8
Batota - Competição	-0,47485	-0,70741	-0,73158	-0,71165	-0,65637	-0,7
Batota - Forma Física	-0,79046	-0,92922	-0,90637	-0,82223	-0,86207	-0,9
Batota - Desenvolvimento Técnico	-0,67763	-0,91061	-0,86264	-0,6859	-0,7842	-0,8
Batota - Afiliação Geral	-0,57604	-0,69838	-0,91851	-0,72093	-0,72846	-0,7
Batota - Afiliação Específica	-0,77774	-0,8291	-0,90003	-0,8974	-0,85107	-0,9
Anti-Disp. - Estatuto	-0,20098	0,216922	0,0743	0,426819	0,129265	0,1
Anti-Disp. - Emoções	-0,13004	-0,76688	-0,58018	-0,36867	-0,46144	-0,5
Anti-Disp. - Prazer	-0,49029	-0,90964	-0,73219	-0,81643	-0,73714	-0,7
Anti-Disp. - Competição	-0,34496	-0,87951	-0,72722	-0,35412	-0,57645	-0,6
Anti-Disp. - Forma Física	-0,7069	-0,86727	-0,79368	-0,79065	-0,78963	-0,8
Anti-Disp. - Desenvolvimento Técnico	-0,5145	-0,84792	-0,75116	-0,57773	-0,67283	-0,7
Anti-Disp. - Afiliação Geral	-0,41235	-0,86158	-0,8427	-0,39657	-0,6283	-0,6
Anti-Disp. - Afiliação Específica	-0,66429	-0,92091	-0,79107	-0,61606	-0,74808	-0,7
Convenção - Estatuto	-0,10518	-0,65647	-0,47026	-0,57639	-0,45208	-0,5
Convenção - Emoções	0,017496	0,379115	0,315549	0,697779	0,352485	0,4
Convenção - Prazer	0,813032	0,980432	0,945923	0,923567	0,915738	0,9
Convenção - Competição	0,460952	0,695649	0,606774	0,743545	0,62673	0,6
Convenção - Forma Física	0,96776	0,99482	0,961536	0,932731	0,964212	1,0
Convenção - Desenvolvimento Técnico	0,730404	0,982508	0,903839	0,978384	0,898784	0,9
Convenção - Afiliação Geral	0,528377	0,755607	0,865051	0,820962	0,742499	0,7
Convenção - Afiliação Específica	0,634112	0,755607	0,93314	0,76672	0,772395	0,8
Empenho - Estatuto	-0,29313	-0,77841	-0,64107	-0,81174	-0,63109	-0,6
Empenho - Emoções	-0,2741	0,009073	0,19097	0,405802	0,082936	0,1
Empenho - Prazer	0,604089	0,809881	0,814025	0,857964	0,77149	0,8
Empenho - Competição	0,170976	0,327759	0,444076	0,347015	0,322457	0,3
Empenho - Forma Física	0,844178	0,885593	0,95391	0,347015	0,757674	0,8
Empenho - Desenvolvimento Técnico	0,504125	0,902992	0,833645	0,65825	0,724753	0,7
Empenho - Afiliação Geral	0,245898	0,438721	0,809459	0,451577	0,486414	0,5
Empenho - Afiliação Específica	0,395621	0,612742	0,893276	0,569178	0,617704	0,6