



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Ciências Sociais e Humanas

**Relatório de Estágio Pedagógico:
Escola Secundária Frei Heitor Pinto**

Pedro Miguel Rodrigues Gomes

Relatório de Estágio para obtenção do Grau de Mestre em

Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário

(2º ciclo de estudos)

Orientador: Prof. Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins

Covilhã, Junho de 2013



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

Relatório de Estágio Pedagógico: Escola Secundária Frei Heitor Pinto

Pedro Miguel Rodrigues Gomes

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

Orientador: Prof. Doutor Júlio Martins

Co-orientador: Prof. Doutor Aldo Costa

Covilhã, Junho de 2013

Agradecimentos

“Longo e penoso é o caminho que do Inferno nos leva ao Paraíso”

(Dante Alighieri, 1265-1321, O Inferno)

Por detrás desta realização pessoal, além de um esforço considerável de minha parte, foi fundamental o apoio prestado pelas várias pessoas ao meu redor, apoio de variadas formas, que foi importante para mais facilmente chegar ao fim desta etapa. Será, então, justo mencionar todos os que me permitiram chegar até aqui.

Começo por agradecer a todos os professores da Universidade da Beira Interior que contribuíram para a formação curricular durante o Mestrado.

Agradeço, particularmente, aos Professores Júlio Martins e Aldo Costa, pela partilha de conhecimentos e acompanhamento ativo durante o Mestrado.

À Escola Secundária Frei Heitor Pinto, mais especificamente: à direção, a todos os professores, funcionários, grupo de educação física e alunos que, desde o início, nos receberam de forma acolhedora, fazendo-me sentir em casa.

Ao professor orientador Carlos Elavai Vieira, pela sua inteira disponibilidade de orientação do estágio, abrindo caminho para que, futuramente, sejamos professores de qualidade, pelo seu profissionalismo e apoio.

Aos professores Maria João e João Matoso, que me permitiram o acompanhamento no Desporto Escolar. Ao último, também pelo seu apoio, compreensão, além do contributo para a minha formação profissional e como Homem. Mais que um professor é um amigo e uma pessoa que me servirá de referência para todo o sempre.

Ao Professor Doutor Luís Maia, pela sua disponibilidade em realizar uma palestra, a meu pedido, pela sua amizade e sabedoria.

Aos colegas de estágio, Marta Batista e André Oliveira, pelo trabalho realizado ao longo do mesmo, pela partilha de conhecimentos, pela discussão de temáticas e pelo apoio prestado. Muitas vezes foi importante o apoio deles, através de palavras de conforto, quando os níveis de motivação estavam mais em baixo.

Aos meus colegas de trabalho Fátima Santos, Marco Ferraz e Nuno Gravito, pela compreensão, apoio e pelas substituições feitas, quando tive de estar presente em reuniões do estágio.

Aos meus amigos, sendo alguns deles colegas de curso, pelas palavras de conforto, tentando puxar-me para cima, quando mostrava cansaço e pouca motivação.

A toda a minha família, que desde sempre me apoiou, motivando-me a continuar e não desistir desta formação curricular.

Particularmente aos meus pais, pela minha vida, pelo exemplo de dedicação e perseverança, carinho e amor.

À minha namorada, Sara Pais, pela ajuda na resolução de dificuldades, pelo apoio naquelas fases difíceis em que me deu o ombro para chorar, pela paciência quando estava mais cansado, pelo companheirismo e amor.

Por último, agradeço a Deus, pois, sem essa força transcendente, nada disto seria possível.

Resumo (Capítulo 1)

O presente relatório é efetivado no âmbito do estágio pedagógico, realizado na Escola Secundária Frei Heitor Pinto, tendo como fim a conclusão do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

O objetivo deste relatório é descrever e refletir sobre a minha passagem pelo estágio, traçando os objetivos da escola, do grupo de Educação Física e do grupo de estágio. Será caracterizada a escola onde foi realizado o estágio pedagógico, assim como as turmas onde aplicámos a metodologia e lecionámos, sendo estas 4 turmas do ensino secundário, nomeadamente o 10ºA, o 10ºBD, o 11ºC e o 11ºF. É apresentada a metodologia das aulas, no que diz respeito ao planeamento e à lecionação, tendo por base o acompanhamento do professor orientador Carlos Elavai Vieira. Serão referidos os recursos humanos e matérias ao dispor da escola. Também serão dadas a conhecer as atividades não letivas desenvolvidas ao longo do ano, nomeadamente a direção de turma, desporto escolar e outras atividades para a comunidade escolar organizadas pelo grupo de Educação Física e pelo grupo de estágio. Por último, irá ser feito um balanço através duma reflexão do estágio e sua importância enquanto futuro professor de Educação Física.

Palavras-chave:

Educação Física; Ensino e aprendizagem; Lecionação; Alunos; Estágio Pedagógico.

Resumo (Capítulo 2)

A presente investigação visou estudar a importância atribuída pelos alunos a fatores motivacionais e avaliar de que forma características individuais e escolares, em particular, a área científica de estudo, contribui de forma diferenciada para os níveis de motivação dos alunos para a prática de atividade física, em contexto escolar. A amostra foi constituída por 149 alunos a frequentar o ensino secundário, numa escola da região da Cova da Beira, com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos, de diferentes áreas científicas. Foi utilizado como instrumento de recolha de dados o questionário Kobal (1996). Os resultados demonstraram que, em média, os alunos atribuem maior importância a motivos *intrínsecos* do que *extrínsecos* para se manterem motivados para as aulas de Educação Física. Registaram-se também diferenças, estatisticamente significativas, quando comparados os níveis médios de motivação segundo o género, envolvimento desportivo e área científica de estudo dos alunos. Os resultados do nosso estudo levam-nos a concluir que os alunos são motivados por diferentes fatores e existem também diferentes características, individuais e escolares, a interferir nesses níveis de motivação, sendo necessário que o professor compreenda essas

diferenças e preveja no planeamento das suas aulas esta diversidade, de forma a manter e estimular a motivação dos alunos para as aulas de Educação Física.

Palavras-chave:

Motivação Intrínseca, Motivação Extrínseca, Amotivação, Educação Física.

Abstract (Chapter 1)

This report is effected within the pedagogical internship, held in the Frei Heitor Pinto High School, in order to complete the Master of Teaching Physical Education in Basic and Secondary Education/Schools. The purpose of this report is to describe and reflect on my internship, tracing the goals of the school, the group of Physical Education and the internship group. Be characterized the school where the teaching practice was conducted, as well as classes we applied the methodology and we lecture, and these four classes of secondary education, namely 10^ºA, 10^ºBD, 11^ºC and 11^ºF. It is presented the classroom methodology, with regard to the planning and teaching based on the monitoring of the mentor teacher Carlos Elavai Vieira. Will be referred to the human and material resources available to the school. Also be made known the non-teaching activities developed throughout the year, including the direction of class, school sports and other activities for the school community organized by the group of Physical Education and the group stage. Finally, an assessment will be done through a reflection of the internship and its importance as a future teacher of Physical Education.

Keywords:

Physical Education; Teaching and Learning; Lecturing; Students; Pedagogical Internship.

Abstract (Chapter 2)

The present investigation aimed to study the importance attributed by students to motivational factors and assess how individual and academic characteristics, in particular, the scientific area of study, contributes differently to the motivation levels of students towards the practice of physical education in the school context. The sample was constituted by 149 students attending high school, a school in the region of Cova da Beira, aged between 15 and 19 years, from different scientific areas. The instrument used for the collection of data was the Kobal Questionnaire (1996). The results showed that, on average, students

attach more importance to intrinsic than extrinsic reasons to stay motivated for physical education classes. There were also statistically significant differences when compared to the average levels of motivation by gender, sports involvement and scientific area of study of the students. The results of our study lead us to conclude that students are motivated by different factors and there are also different characteristics, individual and academic, that interfere with those levels of motivation, thus it's necessary that the teacher understands those differences and, when planning, provides in his lessons diversity, in order to maintain and stimulate students' motivation towards physical education classes.

Keywords:

Intrinsic Motivation, Extrinsic Motivation, Amotivation, Physical Education.

Índice

Capítulo I - Estágio Pedagógico	1
1 Introdução	1
2 Objetivos	2
2.1. Objetivos do estagiário	2
2.2. Objetivos da escola	2
2.3. Objetivos do grupo de Educação Física	3
3 Metodologia	4
3.1. Caracterização da Escola	4
3.2. Lecionação	5
3.2.1. Amostra	5
3.2.1.1. Caracterização da turma 10ºA	5
3.2.1.2. Caracterização da turma 10ºBD	5
3.2.1.3. Caracterização da turma 11ºC	6
3.2.1.4. Caracterização da turma 11ºF	6
3.2.2. Planeamento	7
3.2.2.1. Turma 10ºA	8
3.2.2.2. Turma 10º BD	9
3.2.2.3. Turma 11ºC	9
3.2.2.4. Turma 11ºF	10
3.2.2.5. Reflexão da lecionação	11
3.3. Recursos Humanos	13
3.4. Recursos Materiais	14
3.5. Direção de Turma	15
3.6. Atividades Não Letivas	16
3.6.1. Atividades do Grupo Disciplinar	16
3.6.2. Atividades do Grupo de Estágio	17
4 Reflexão	20
5 Considerações Finais	21
6 Bibliografia	21

Capítulo II - Seminário de Investigação em Ciências do Desporto - “Motivação dos alunos nas aulas de Educação Física”	22
1. Introdução	22
2. Métodos	24
2.1. Amostra	24
2.2. Procedimentos	24
2.3. Instrumentos	25
2.3. Procedimentos Estatísticos	25
3. Resultados	26
4. Discussão	33
5. Conclusão	35
6. Bibliografia	36

Lista de Figuras e Gráficos

Capítulo I

Figura 1. 4

Capítulo II

Gráfico 1. 27

Gráfico 2. 31

Lista de Tabelas e Quadros

Capítulo I

Tabela 1.	11
Tabela 2.	15
Tabela 3.	19

Capítulo II

Quadro 1	28
Quadro 2.	29
Quadro 3.	30
Quadro 4.	32
Quadro 5.	32
Quadro 6.	33

Capítulo 1 - Estágio Pedagógico

1. Introdução

Na sequência da Unidade Curricular Estágio Pedagógico, do 2º Ano de Mestrado, realizei estágio na Escola Secundária Frei Heitor Pinto - Covilhã, a fim de obtenção de grau Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

O presente estágio teve início em Setembro de 2012 e termina em Junho de 2013, sendo realizada a entrega deste relatório antes do final das aulas na escola.

O grupo de estágio foi formado por três estagiários e um orientador. Como colegas estagiários tive o prazer de trabalhar com Marta Batista e André Oliveira; já a nossa orientação de estágio esteve a cargo do Professor Carlos Elavai Vieira.

O estágio tem como principal objetivo aplicar os conhecimentos adquiridos em prática, na realidade escolar.

Neste relatório irei dar a conhecer a escola com os seus objetivos, assim como os objetivos do grupo de Educação Física e, mais particularmente, do grupo de estágio.

As turmas que lecionei serão caracterizadas, expondo o planeamento destas, tal como a minha atuação na prática, enquanto futuro professor de Educação Física, tendo em conta aspetos ligados à instrução, gestão e clima de aula.

No presente documento ainda serão referidos os recursos existentes, sejam eles a nível material ou humano, assim como as instalações que servem de apoio às aulas de Educação Física.

Sendo que durante o estágio tivemos também a oportunidade de trabalhar ao nível da direção de turma, onde realizámos variadas funções, desde o controlo de faltas, passando pela receção de encarregados de educação, até à realização e atuação de reuniões, esta é uma atividade de bastante pertinência que será desenvolvido durante o relatório.

Considerando que o trabalho enquanto estagiário não se limitou à direção de turma e à lecionação com a sua planificação das aulas, importante será referir as atividades não letivas, desenvolvidas ao longo do ano, como, por exemplo, o acompanhamento do desporto escolar durante o ano, tal como outras atividades realizadas, destacando as “Heitorizadas”, a “Quinzena da Atividade Física, Educação e Saúde” e o “Desafio Radical”.

2. Objetivos

2.1. Objetivos do estagiário

Acho bastante importante realizar Mestrado atualmente, pois, apenas com a Licenciatura, muito menos hipótese teria de ingressar no mundo do trabalho. Por um lado, porque a concorrência é considerável, e por outro, com apenas três anos de formação, sentir-me-ia incompleto em relação à minha formação como profissional.

Também penso que um profissional precisa de ter uma formação contínua ao longo da vida, para que exerça a sua atividade com qualidade.

Tendo o Mestrado a duração de dois anos, considero que no 2º Ano aplicamos os conceitos teóricos aprendidos no 1º. Assim, tenciono desenvolver a capacidade de lecionação, permitindo ganhar conhecimentos em ambiente escolar ao nível da planificação, da instrução, da gestão do tempo de aula e do clima de aula.

A direção de turma também é uma competência essencial, na medida em que contactamos diretamente com os alunos e seus encarregados de educação, sendo este ponto a ligação entre a escola e a família dos alunos.

Assim, esta formação, para mim, enquanto Ser Humano e futuro professor de Educação Física, é uma mais-valia, na medida em que me permite ganhar mais conhecimentos, não só em relação à Educação Física, como também nas variadas áreas de desporto, tendo em conta a característica humana a nível biológico, psicológico e social.

2.2. Objetivos da escola

Os objetivos da escola prendem-se com o Projeto Educativo de Escola 2011- 2014 (PEE 2011-2014). Deste modo, esta instituição tem como objetivo ser uma escola de referência através dos seus recursos físicos e humanos, desenvolvendo a competência científica, valores humanos e profissionais dos alunos. Esta é uma escola que dá bastante relevância a valores como ética, igualdade, solidariedade, respeito, cidadania e modernidade.

Mais pormenorizadamente, irei referir as principais missões da escola, sendo estas a promoção:

- de uma cultura de rigor, de autoavaliação, reflexão e espírito crítico;
- de um ensino diferenciado que tire partido das novas tecnologias, se baseie na aquisição progressivamente partilhada de conhecimentos e competências que despoletem uma construção pessoal mais positiva e consciente;

- de sucesso, procurando a integração plena de todos os alunos, assente nos valores de cidadania, da tolerância e do respeito pelos valores humanos e democráticos;
- da abertura crescente à comunidade, estabelecendo múltiplas parcerias que contribuam para a formação de cidadãos intervenientes, autónomos e solidários.

2.3. Objetivos do grupo de Educação Física

Os objetivos gerais do grupo de Educação Física visam a promoção da atividade física junto dos alunos, através das várias modalidades desportivas.

De acordo com o Programa Nacional de Educação Física e com o PEE 2011-2014, referido no ponto anterior, são fundamentados os objetivos do grupo de Educação Física, criando, assim, um regulamento para o uso de material desportivo com as suas regras de funcionamento inerentes, tal como a atribuição das instalações desportivas para os professores em cada período letivo.

Assim, irei referir, neste ponto do presente relatório, algumas regras de funcionamento, com responsabilidade atribuída aos professores:

- o Professor é responsável pelo local onde decorre a aula, assim como por todos os materiais e equipamentos desportivos, utilizados ou não no decorrer da aula;
- é dever do professor controlar todas as atividades dos alunos;
- exige-se pontualidade por parte dos professores na entrada das aulas e rigor nas horas de saída;
- terminar a aula de 90 minutos 5 a 10 minutos antes do toque de saída e a de 45 minutos, 5 minutos antes do referido toque;
- informar os funcionários, antes do toque de entrada, sempre que não seja necessário os alunos equiparem-se;
- providenciar para que o material didático, após ter sido utilizado, seja recolocado, de forma correta, no respetivo lugar, uma vez que cada professor é responsável pelo material utilizado na sua aula, bem como pela sua arrumação;
- comunicar ao delegado de instalações e ao funcionário sempre que se verificar qualquer danificação no material didático que tenha sido utilizado;
- dar baixa do material danificado, a fim de que se proceda à reparação, substituição ou atualização do inventário.

3. Metodologia

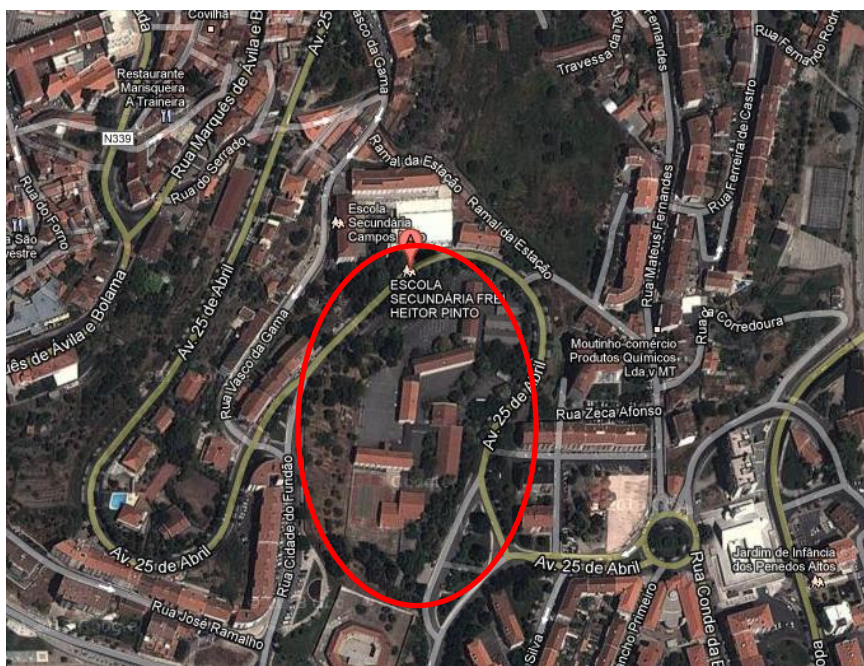
Neste ponto irei realizar uma caracterização da escola acolhedora de estágio, assim como do meu trabalho, enquanto professor estagiário, desenvolvido na mesma.

3.1. Caracterização da Escola

A Escola Secundária Frei Heitor Pinto localiza-se no concelho da Covilhã, pertencente ao distrito de Castelo-Branco e à Direção Regional de Educação do Centro. É uma escola pública com 3º ciclo e Secundário, englobando a escolaridade desde o 7º até ao 12º Ano, dispendo de várias ofertas curriculares, como a área de ciências e tecnologias, a área das ciências socioeconómicas, a área de línguas e humanidades, o curso tecnológico de desporto e os cursos profissionais de técnico de apoio à gestão desportiva e de técnico de gestão ambiental.

Esta é uma escola que recebe alunos de várias freguesias do concelho e até mesmo de conselhos próximos. Então, será importante referir que a escola se insere na região da Cova da Beira, próximo da encosta da Serra da Estrela e que o conselho da Covilhã é constituído por 31 freguesias. Na figura 1 é dada a conhecer a localização da escola.

Figura 1 - Localização da escola



Merece destaque o facto de que muitos alunos da escola se deslocam diariamente das suas freguesias de residência (até aproximadamente 50Km de distância), podendo demorar mais de uma hora de viagem até à escola.

A população discente é de 644 alunos na totalidade, sendo que 81% dos alunos frequentam o ensino regular e 19% o ensino profissional e tecnológico. Dos 644 alunos da escola, 38% frequentam o 3º ciclo, discriminadas por 9 turmas de ensino regular e 3 turmas de CEF. Os restantes 62% dos alunos da escola frequentam o ensino secundário, constituído por 15 turmas de ensino regular e 7 de ensino profissional e tecnológico.

Relativamente ao Desporto Escolar, a escola oferece as modalidades de Basquetebol (feminino), Voleibol (masculino), Futsal (masculino), Desportos Gímnicos e Natação.

No que diz respeito aos espaços desportivos, a escola apresenta o ginásio 1 (G1), o ginásio 2 (G2), um campo de futebol e de atletismo exterior (A1), um outro campo de futebol e basquetebol (A2) e um campo de basquetebol (B1).

Para as aulas de Educação Física, as instalações desportivas são atribuídas para que cada professor, com a sua turma, tenha um período letivo em cada instalação. No nosso caso, utilizámos o G1 para a modalidade de ginástica, o A1 para o atletismo e o B1 para o basquetebol.

3.2. Lecionação

Ao grupo de estágio foram atribuídas 5 turmas - 10ºA, 10ºB, 10ºD, 11ºC e 11ºF, sendo que as turmas 10ºB e 10ºD realizaram a disciplina em conjunto (10ºBD), sendo portanto consideradas, para nós, apenas quatro turmas a lecionar.

3.2.1. Amostra

Deste modo apresento, em seguida, a caracterização da amostra de cada uma das turmas referidas.

3.2.1.1. Caracterização da turma 10ºA

A turma 10ºA é constituída por 26 alunos na totalidade, sendo que 22 estão inscritos na disciplina de Educação Física.

Relativamente à responsabilidade da turma, o diretor de turma é o Prof. Augusto Carvalho, a delegada de turma é a aluna Ana Romano e a subdelegada a aluna Inês Mousaco.

Dos 22 alunos inscritos à disciplina, 11 são do género feminino e 11 são do género masculino, com uma média de idades de 15,1 anos. A turma pertence ao curso de Ciências e Tecnologias e grande parte dos alunos já frequentava a escola no ano anterior.

3.2.1.2 Caracterização da turma 10ºBD

A turma 10ºBD, tal como referi anteriormente, é composta pelo conjunto das turmas 10ºB e 10ºD. Ambas as turmas são compostas por um número reduzido de alunos inscritos à

disciplina, pelo que a escola optou pela sua junção. Cada uma das duas é composta por 9 alunos (inscritos à disciplina), pelo que perfaz um total de 18 alunos na turma geral.

Em termos de responsabilidade, temos que o 10ºB está ao cargo do diretor de turma Prof. Rui Costa e a turma 10ºD ao cargo da Prof.ª Maria João Boucho. A turma 10ºB pertence ao curso de Ciências e Tecnologias, enquanto que a turma 10ºD pertence ao curso das Ciências Socioeconómicas. Nenhum aluno frequentou a escola no ano anterior, sendo a maioria oriundos da escola do Tortosendo e do Paúl.

Dado que, para nós, as duas turmas trabalham em conjunto, denominamo-las por 10ºBD, como já referi, onde temos um total de 18 alunos, sendo 4 são do género feminino e 14 do género masculino. A média de idades no 10ºB é de 15,1 anos e no 10ºD é de 15,5.

Relativamente à turma 10ºD, houve uma transferência no início do ano letivo, saindo um aluno, mas o número manteve-se, pois também entrou um aluno novo a meio do 2º período.

3.2.1.3 Caraterização da turma 11ºC

A turma 11ºC é constituída por 21 alunos, todos eles inscritos à disciplina. A responsabilidade da mesma está a cargo da diretora de turma, Prof.ª Maria João Silva, tendo como delegada de turma a aluna Patrícia Garcia e subdelegado o aluno Ricardo Santos. A turma pertence ao curso de Línguas e Humanidades e a totalidade dos alunos já frequentava a escola no ano anterior. Dos 21 alunos, 14 são do género feminino e 7 são do género masculino, registando uma média de idades de 16,4 anos.

3.2.1.4 Caraterização da turma 11ºF

Relativamente à turma 11º F sabe-se que, no início do ano letivo, era constituída por 23 alunos; contudo, 2 alunos desistiram e 1 outro foi transferido, ficando a turma reduzida a 20 alunos, estando apenas 19 inscritos à disciplina de Educação Física.

A responsabilidade da turma está a nosso cargo, ou seja, o diretor de turma é o Prof Carlos Elavai Vieira, conjuntamente com o grupo de estagiários. No que diz respeito ao delegado e subdelegado da turma, estes são os alunos João Biscaia e Carlos Moreira, respetivamente.

A turma pertence ao curso Tecnológico de Desporto e todos os alunos frequentaram a escola no ano anterior. Dos 19 alunos inscritos à disciplina, 7 são do género feminino e 12 são do género masculino. A média de idades da turma é de 16,7 anos.

3.2.2. Planeamento

O planeamento de aulas e temáticas a lecionar em cada turma foi desenvolvido através de uma sequência lógica de diferentes, mas interdependentes, planificações, surgindo, primeiramente, o desenvolvimento do plano anual, seguido do plano de unidade didática e por último o plano de aula. De seguida abordarei um pouco o objetivo de cada um.

➤ Plano Anual:

Este foi concretizado logo no início do ano letivo, na medida em que realizámos um planeamento para as diferentes turmas, com as modalidades a abordar em cada um dos períodos. O plano foi executado após a distribuição das instalações desportivas.

Tendo como base o Programa de Educação Física, foram definidos os objetivos gerais da unidade didática a abordar em cada período, assim como os conteúdos e o número de aulas previstas para cada turma.

➤ Plano da Unidade Didática:

Após a elaboração do plano anual, ficaram definidas as unidades didáticas a abordar, portanto partimos para a planificação ao nível da unidade didática.

No plano da unidade didática foram examinados, pormenorizadamente, pontos inerentes à modalidade, dos quais passo a citar:

- a história da modalidade;
- a caracterização e objetivo da modalidade;
- o campo de jogo e material;
- os sinais do árbitro;
- as competências gerais e específicas;
- os recursos e instalações;
- as componentes críticas e erros mais comuns dos conteúdos;
- as progressões pedagógicas;
- a extensão e sequência de conteúdos;
- a avaliação (sumativa, formativa e diagnóstica).

➤ Plano de Aula:

A planificação de cada aula foi realizada para definir exercícios e estratégias para cada conteúdo de cada unidade didática. Para isso houve uma sequência lógica de acordo com as planificações referidas anteriormente.

Assim, os planos de aula foram entregues ao professor orientador, previamente, para que ele tomasse conhecimento do que se iria passar na aula; da mesma forma, os relatórios eram-lhe também entregues após a realização da aula, no sentido de sabermos o que melhorar na aula seguinte.

3.2.2.1. Turma 10ºA

Relativamente ao nosso trabalho no 10ºA, ao longo do ano, posso dividir pelos três períodos letivos. No 1º Período, a primeira aula foi orientada pelo professor orientador, tendo como objetivo uma apresentação dos professores e dos alunos. As seguintes três aulas foram planeadas e orientadas pelos professores estagiários, sendo que cada professor orientava uma sequência de exercícios, no sentido de promover alguma condição física aos alunos, perdida em tempo de férias. De seguida iniciámos a unidade didática de Ginástica, realizando uma avaliação de diagnóstico, transmitindo noções básicas através de uma aula teórica, passando posteriormente à exercitação e consolidação dos conteúdos. Nesta fase, nós, estagiários, colaborámos nas ajudas das diferentes estações/progressões, passando posteriormente a assumir as aulas individualmente. Depois da consolidação dos conteúdos, partimos para a avaliação sumativa, em que recorremos ao uso de câmara de filmar, para que, na atribuição de nota, esta fosse mais justa. O espaço utilizado durante o período foi o G1.

No 2º Período, o orientador de estágio propôs-nos uma metodologia diferente, pois a unidade didática a abordar foi o Atletismo. Então, cada estagiário ficou responsável por duas especialidades da modalidade, cabendo-me a mim a responsabilidade da corrida de barreiras com 5 aulas de 45min e do salto em comprimento com 4 aulas de 45min. Realizámos, então, aulas de transmissão, aprendizagem, exercitação, consolidação e avaliação dos conteúdos. A organização estabelecida pretendia dividir a turma em dois grupos, sendo que dois estagiários estavam a lecionar ao mesmo tempo, cada um com a sua especialidade e aos 45min os alunos trocavam de especialidade. O espaço utilizado foi o A1, pese embora o facto de nos termos deparado, bastantes vezes, com condições atmosféricas impossíveis para a utilização desse mesmo local, tendo nós que recorrer ao átrio ou ao G2.

Para o 3º Período, a metodologia foi diferente, ficando cada estagiário inteiramente responsável por uma turma com a respetiva unidade didática, sendo-me atribuída esta turma com a unidade didática de voleibol. Então, realizei uma avaliação de diagnóstico, depois uma aula teórica, partindo para a exercitação/consolidação dos conteúdos, sendo ainda realizada uma avaliação formativa após a consolidação dos conteúdos e no final do período terminei com a avaliação sumativa. Há ainda a salientar que esta turma tem alunos com opção de avaliação teórica, sendo ainda planificado o teste de acordo com os referenciais, realizados e fornecidos resumos sobre a matéria, consoante os critérios da matriz. O espaço atribuído foi o B1, mas, tal como no 2º Período, algumas vezes recorremos ao átrio ou ao G2.

3.2.2.2. Turma 10º BD

Na turma 10ºBD, o procedimento foi semelhante ao que foi aplicado no 10ºA, pois iniciámos com uma apresentação na primeira aula e partimos para 3 aulas de jogos pré-desportivos, no sentido de promover alguma condição física aos alunos. De seguida passámos à unidade didática a abordar, a Ginástica. O procedimento também foi bastante semelhante, realizando nós uma avaliação de diagnóstico, uma aula teórica dos principais conteúdos e partindo para a exercitação e consolidação dos conteúdos. Na fase terminal do 1º Período, realizámos a avaliação sumativa, recorrendo a filmagens, para tornar a avaliação mais justa. O espaço utilizado foi o G1.

No 2º Período, a unidade didática abordada foi o Atletismo e, tal como o sucedido com o 10ºA, cada um dos estagiários ficou com duas especialidades, sendo-me, então, atribuídas as particularidades corrida de estafetas e triplo salto. A corrida de estafetas dispôs de 3 aulas e o triplo salto de 6 aulas de 45min, incluindo a avaliação, propostas pelo professor orientador. Então, em cada especialidade, planeámos e lecionámos aulas de aprendizagem, exercitação, consolidação e avaliação sumativa dos conteúdos. A turma estava dividida em dois grupos de trabalho, estando metade da turma a trabalhar uma especialidade com um estagiário e a outra metade com outro estagiário, trocando os alunos de especialidade aos 45min de aula. O espaço atribuído foi o A1, contudo, quando as condições atmosféricas não o permitiram, a aula era planeada e lecionada no átrio ou no G2.

No que diz respeito ao 3º Período, a unidade didática abordada foi o Voleibol e, tal como referi anteriormente, cada estagiário ficou responsável por uma turma e pela respetiva unidade didática, sendo que nesta foi a minha colega Marta Batista a tomar tal responsabilidade.

3.2.2.3. Turma 11ºC

Na turma 11ºC, o 1º Período funcionou da mesma forma que nas turmas anteriores, pois a primeira aula foi de apresentação, dirigida pelo professor orientador, e as três aulas seguintes consistiram em jogos pré desportivos, aulas essas planeadas e orientadas pelo grupo de estágio, a fim de promover alguma condição física aos alunos regressados de férias. A seguir partimos, então, para a unidade didática a abordar, Ginástica. Durante as aulas de Ginástica, foi realizada uma avaliação de diagnóstico nas primeiras aulas, a realização de uma aula teórica com os conteúdos básicos da modalidade, a exercitação e consolidação dos conteúdos. A nossa contribuição foi, numa fase inicial, ao nível das ajudas nas diferentes estações/progressões. Numa fase mais avançada, assumimos as aulas de forma individual. Nas últimas aulas do período, foi realizada a avaliação sumativa, recorrendo, também, à câmara de filmar, a fim de tornar a observação mais justa. O espaço utilizado durante o Período foi o G1.

No 2º Período, a metodologia foi diferente nesta turma, pois a unidade didática a abordar foi o Basquetebol. Então, o grupo de estágio auxiliava o orientador, na medida em que intervínhamos todos, pese embora a principal instrução e o encadeamento dos exercícios e respetivo planeamento fosse da responsabilidade do professor orientador. Também foi realizada uma avaliação de diagnóstico nas primeiras aulas e depois partimos para a exercitação e consolidação dos conteúdos. No final do período, realizou-se a avaliação sumativa dos diferentes conteúdos através da observação direta. O espaço atribuído neste período foi o B1, contudo, em condições atmosféricas impossíveis para o espaço, recorriamos frequentemente ao A2, G2 ou ao átrio, consoante a disponibilidade.

A metodologia no 3º Período foi semelhante à metodologia do 2º Período, pois embora esta turma esteja a cargo do professor orientador, seja na planificação, seja na aplicação prática, atuamos junto dos alunos, no sentido de promover uma aprendizagem mais individualizada. A unidade didática abordada foi Desportos de Raquete (Badminton e Ténis). A turma não realizou avaliação de diagnóstico, pese embora o professor orientador tenha alguns dados acerca dos alunos. Depois da exercitação e consolidação dos conteúdos partimos para a avaliação sumativa. O espaço utilizado foi o A1, contudo, algumas vezes a aula teve de ser realizada no A2, no átrio ou no G2.

3.2.2.4. Turma 11ºF

Na turma 11º F, as primeiras aulas foram semelhantes às aulas das outras turmas, consistindo numa apresentação dos alunos e professores na 1ª aula e em jogos pré desportivos nas seguintes três aulas. Relativamente à unidade didática abordada, esta foi a de Basquetebol, iniciando-se com uma avaliação de diagnóstico dos seus principais conteúdos e, posteriormente, com a exercitação e consolidação dos mesmos. A nossa intervenção foi semelhante à unidade didática de basquetebol no 11ºC, pois intervimos junto dos alunos, tornando uma aprendizagem mais personalizada; contudo, foi o professor orientador a planificar e aplicar os exercícios práticos. Também realizámos uma aula individual, estando a turma ao cargo do estagiário em causa, que planeava e aplicava os exercícios. No final do período, realizámos a avaliação sumativa através da observação direta. O espaço atribuído foi o B1, contudo, frequentemente foram utilizados o A1, o átrio ou o G2, consoante a disponibilidade.

No que diz respeito ao 2º Período, a unidade didática abordada foi a Ginástica. Após a realização da avaliação de diagnóstico, partimos para a exercitação e consolidação dos conteúdos. A nossa intervenção nas primeiras aulas foi a do grupo todo, em que auxiliávamos o professor orientador, mas depois assumimos inteiramente o resto do período na turma, com aulas individuais dos estagiários, assim como a respetiva planificação. Nas últimas aulas do período, foi realizada a avaliação sumativa recorrendo à câmara de filmar, a fim de uma observação mais precisa. O espaço utilizado foi o G1.

No que diz respeito ao 3º Período, a unidade didática abordada foi Desportos de Raquete (Badminton e Ténis). Tal como referi anteriormente, cada estagiário ficou responsável por uma turma e pela respetiva unidade didática; o meu colega André Oliveira foi, então, o responsável pela presente turma apresentada.

3.2.2.5. Reflexão da lecionação

O estágio em causa serviu, acima de tudo, para ganhar experiência prática, sendo o maior desafio para mim, enquanto futuro professor de Educação Física.

Tal como fui referindo em cada turma, o espaço atribuído variou nos 3 Períodos para cada turma, portanto apresento na tabela 1, mostrando os espaços atribuídos em cada turma nos 3 Períodos, assim como a unidade didática abordada.

Tabela 1 - Espaços atribuídos a cada turma e unidades didáticas abordadas

Período	10ºA		10ºBD		11ºC		11ºF	
	Espaço	Unidade Didática	Espaço	Unidade Didática	Espaço	Unidade Didática	Espaço	Unidade Didática
1º	G1	Ginástica	G1	Ginástica	G1	Ginástica	B1	Basquetebol
2º	A1	Atletismo	A1	Atletismo	B1	Basquetebol	G1	Ginástica
3º	B1	Voleibol	B1	Voleibol	A1	Ténis/Badminton	A1	Ténis/Badminton

A lecionação das aulas, regra geral, foi debatida com os colegas de estágio e com o professor orientador. O professor orientador auxiliou-nos bastante, no sentido de haver um trabalho competente da nossa parte, uma vez que seremos profissionais da área.

A nossa intervenção nas aulas foi sendo gradual, sendo um aspeto com o qual concordo plenamente, já que, quando iniciámos o ano, não tínhamos a experiência que temos agora, no final do estágio, pois inicialmente poderíamos errar mais frente aos alunos. Nesse sentido, fomos um pouco protegidos pelo professor orientador que nos foi dando a possibilidade de lecionar de forma autónoma até ao final do ano.

Relativamente à planificação, esta começou a ser realizada antes das aulas começarem, onde construímos o plano anual das nossas turmas, assim como a planificação das primeiras aulas que consistiu em jogos pré - desportivos. Estas primeiras aulas, com caráter lúdico, também foram aulas com as quais concordo bastante, pois, além de promoverem alguma atividade física aos alunos (perdida em tempo de férias), permitiu também a nossa primeira aproximação aos alunos, sendo uma estratégia bastante interessante do professor orientador integrar os estagiários.

No que diz respeito à lecionação das unidades didáticas do 1º Período, estas foram iniciadas pelo professor orientador. Gradualmente, começámos nós (como grupo de estágio) a lecionar também, fosse em grupo, fosse numa fase mais avançada individualmente. Assim, considero o 1º Período como o mais importante para a adaptação aos alunos, aos colegas estagiários, ao professor orientador e à escola em geral.

No 2º período começámos a assumir a lecionação da aula completa, sendo que as aulas de 90min seriam dedicadas aos conteúdos de ginástica e as de 45min aos de atletismo. Na unidade didática de ginástica, o planeamento foi realizado em grupo, sendo que cada estagiário assumiria algumas aulas. No atletismo sentimos um trabalho mais individualizado, pois cada um dos estagiários ficou responsável por especialidades e de acordo com o número de aulas para cada especialidade, planificámos e lecionámos as aulas desde a aprendizagem, passando pela exercitação e consolidação, até à avaliação sumativa dos conteúdos.

O processo voltou a notar-se gradual, na medida em que passámos inteiramente a um trabalho individualizado, ficando cada estagiário responsável por uma turma e respetiva unidade didática durante o 3º Período, onde planificámos e lecionámos todas as aulas.

Durante a lecionação também realizámos avaliação dos alunos, tal como foi referido anteriormente, nomeadamente avaliação de diagnóstico, formativa e sumativa.

Sendo a lecionação um dos aspetos mais importantes no estágio, se não mesmo o mais importante, na minha opinião, necessário será referir as competências desenvolvidas ao longo do estágio, durante os períodos de lecionação. As competências ganhas através da lecionação passam pela: planificação, instrução, gestão e clima de aula. No que diz respeito à planificação, tentei: enunciar objetivos adequados e com precisão; selecionar e estruturar os conteúdos e atividades de aprendizagem; definir as estratégias adequadas para atingir os objetivos. Em relação à gestão de aula tentei: informar os alunos sobre os objetivos da aula; criar situações de aprendizagem criativas e adequadas; escolher um encadeamento adequado dos exercícios; gerir adequadamente os tempos das situações de aprendizagem. Na instrução tentei: dominar os conhecimentos relativos às matérias nas situações concretas; utilizar uma linguagem científica apropriada e adaptada ao nível dos alunos; fazer o acompanhamento ativo da atividade; utilizar o feedback pedagógico; controlar efetivamente as situações de aprendizagem. Falando, agora, do clima de aula, tentei: motivar os alunos para a atividade; manter um ritmo de aula equilibrado e adequado; estimular a cooperação entre os alunos; controlar as situações disciplinares da turma.

Todos estes aspetos anteriormente referidos foram avaliados de 1 a 5 pelos estagiários que apenas observavam a aula de um dos colegas. A ficha de observação foi fornecida pelo professor orientador.

O controlo da assiduidade dos alunos foi outra tarefa desempenhada durante as aulas, portanto, também segue em anexo um exemplo de grelha de assiduidade.

Uma experiência diferente foi a realização dos Megas na fase de turma, onde foram apurados os alunos para a fase de escola no Mega Salto, no Mega Sprinter, no Mega Quilómetro e no Mega Lançamento.

Será de salientar que a minha evolução ao longo do ano, nestes aspetos referidos anteriormente, só foi conseguida através dum acompanhamento e reflexão desenvolvidos pelo professor orientador e pelos colegas estagiários, onde eram referidos os aspetos positivos e onde deveríamos melhorar.

3.3. Recursos Humanos

Os recursos humanos da escola podem ser categorizados em população docente, população não docente, Grupo de Educação Física e o Grupo de estágio de Educação Física. De seguida falarei de cada uma das categorias.

✓ População docente:

A população docente é constituída pelos professores, sendo que 83% destes pertencem ao quadro da escola, o que permite que haja um trabalho contínuo dos professores, devido ao seu bom conhecimento da escola, colegas e alunos.

✓ População não docente:

A população não docente refere-se essencialmente aos funcionários de que a escola dispõe, sendo que existem, na totalidade, 37 funcionários. Destes, 22% possuem o carácter de técnicos e os restantes 78%, um carácter de assistentes operacionais. Durante o estágio, sentimos a falta de funcionários, nomeadamente junto das instalações desportivas, pois bastantes vezes necessitámos de um funcionário e não encontramos ninguém que pudesse apoiar. Refiro, ainda, que apenas existe um funcionário do sexo masculino entregue aos balneários, quando, na minha opinião, deveria existir também uma funcionária para entrar no balneário feminino, sempre que necessário.

✓ Grupo de Educação Física:

O grupo de Educação Física é composto por 9 professores; destes, 5 são do quadro da escola e 4 são contratados. O facto de existirem 5 professores no quadro da escola permite um trabalho de equipa e

contínuo, devido aos anos de experiência e conhecimento de instalações, regras e colegas.

✓ Grupo de estágio de Educação Física:

O grupo de estágio é constituído pelo professor orientador e por 3 estagiários, terminando estes o mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, na Universidade da Beira Interior.

O professor orientador, Professor Carlos Elavai Vieira, é professor da escola há vários anos, apresentando uma larga experiência como profissional da área. A sua experiência também é referida, de forma especial, como orientador de estágio, sendo que recebe estagiários há vários anos consecutivos.

Relativamente aos colegas estagiários, estes possuem alguns anos de experiência, nomeadamente em Atividades Extra Curriculares (AEC's) e particularmente o colega André Oliveira na área do Futebol regional.

No meu caso particular, apresento experiência ao nível do fitness e da natação. Deste modo, juntando as experiências de cada um, podemos ajudar-nos, no sentido de um trabalho mais colaborativo dentro do grupo de estágio, uma vez que todos nós temos experiência como professores.

3.4. Recursos Materiais

Nos recursos materiais irei fazer a distinção entre o material existente e as infraestruturas disponíveis para o funcionamento das aulas de Educação Física.

Em relação ao material existente na escola, e que serve de apoio às aulas de Educação Física, poderei referir um vasto leque de objetos para o trabalho em várias unidades didáticas que a escola aborda. Portanto, mais do que referir pormenorizadamente cada objeto que a escola possui, refiro que existe capacidade para promover variados trabalhos nos diferentes conteúdos das unidades didáticas, sendo estas: ginástica artística, rítmica e acrobática, atletismo, voleibol, basquetebol, corfebol, andebol, futebol, ténis, badminton e escalada.

Falando, agora, das infraestruturas disponíveis para o funcionamento das aulas de Educação Física, podem ser diferenciadas em espaços de lecionação e espaços destinados aos professores, sendo os últimos utilizados no sentido de planeamento de aulas e convívio pessoal. Assim, no que diz respeito aos espaços destinados aos professores, é referida a sala de professores, a sala de diretores de turma e o gabinete de professores de Educação Física. Relativamente aos espaços de lecionação, são mencionados os 2 ginásios (G1 e G2), os três espaços exteriores (A1, A2 e B1), o átrio (quando existem condições atmosféricas adversas) e ainda, ocasionalmente, a sala de aula (sala 29).

3.5. Direção de Turma

A direção de turma foi outra tarefa em que sentimos a passagem gradual de um trabalho mais simples e colaborativo, por parte do grupo de estágio, para um trabalho mais individualizado, por parte de cada estagiário.

A turma a nosso cargo durante o estágio foi o 11º F, já da responsabilidade do professor orientador no ano letivo anterior. Portanto, tendo sido o professor orientador o diretor desta turma, permitiu a transmissão de alguns aspetos relevantes aos estagiários.

Assim sendo, tal como referi, existiu um trabalho gradual como diretores de turma, em que no 1º Período a responsabilidade foi assumida por todos os estagiários conjuntamente com o professor orientador e a partir do 2º Período foi calendarizado um tempo para cada um dos estagiários assumirem a direção de turma de forma individual. Ou seja, depois de um “sorteio”, estabelecemos que a colega Marta Batista seria a diretora de turma desde o início do 2º Período até ao dia 22 de Fevereiro, eu assumiria o cargo desde essa data até 19 de Abril e o colega André Oliveira desde aí até ao final do ano letivo. Para ser mais fácil de visualizar, apresento, em seguida, a tabela 2, alusiva à distribuição das funções da direção de turma em função dos períodos de tempo definidos.

Tabela 2 - Distribuição dos diretores de turma

Datas	Todos	Marta	Pedro	André
De 14 de Setembro a 4 de Janeiro	X			
De 7 de Janeiro a 22 de Fevereiro		X		
De 25 de Fevereiro a 19 de Abril			X	
De 22 de Abril a 7 de Junho				X

Em relação às tarefas desempenhadas enquanto diretor de turma, estas foram as seguintes:

- ❖ controlo da assiduidade dos alunos;
- ❖ envio de cartas aos encarregados de educação (comunicação de faltas e convocatórias);
- ❖ participação com o professor orientador na receção dos encarregados de educação;
- ❖ participação nas reuniões de encarregados de educação;
- ❖ realização da ata das reuniões de encarregados de educação;
- ❖ participação nas reuniões intercalares e de avaliação;
- ❖ caracterização da turma e tratamento dos dados biográficos;
- ❖ organização do dossier de turma.

É pertinente referir que a caracterização da turma e o tratamento dos dados biográficos só foram possíveis após a entrega de um questionário aos alunos. A caracterização e o tratamento dos dados da turma serviram de apoio à apresentação realizada para os professores da referida turma.

Relativamente às reuniões realizadas ao longo do ano, fosse com os professores da turma, fosse com encarregados de educação, tentei, sempre que possível, estar presente. Quanto às reuniões de encarregados de educação, a primeira surgiu no início do ano letivo, a fim de receber os alunos e os respetivos encarregados de educação. Posteriormente foi realizada uma segunda reunião para eleger os representantes de encarregados de educação e no início dos 2º e 3º Períodos realizaram-se as reuniões de cariz informativo e de entrega de notas dos educandos. Em relação às reuniões com os professores da turma, foi realizada uma reunião intercalar com os professores e o representante dos encarregados de educação, estando este presente numa parte da reunião. Por último, existiram reuniões no final de cada período, a fim de realizar a avaliação dos alunos e de se proceder ao lançamento das notas dos mesmos.

3.6. Atividades Não Letivas

As atividades não letivas são atividades desenvolvidas fora das aulas das nossas turmas e de caráter disciplinar. Pese embora considere a direção de turma como uma atividade não letiva, não falarei dela, uma vez que a descrevi no ponto anterior.

Irei referir outras atividades não letivas onde participámos, nomeadamente o desporto escolar e outras atividades esporádicas desenvolvidas.

3.6.1. Atividades do Grupo Disciplinar

➤ **Desporto escolar:**

No desporto escolar optei pela Natação, pois, sendo uma área do meu conhecimento e do meu gosto, pensei que poderia ser útil no acompanhamento dos alunos e no seu desenvolvimento de competências.

A natação, no desporto escolar desta escola, não discrimina géneros nem escalões, sendo permitido a todos os alunos da escola praticarem a modalidade. Existem cerca de 20 alunos assíduos aos treinos e às provas realizadas.

Também foi bastante gratificante trabalhar com este grupo de alunos e com os professores responsáveis da modalidade, nomeadamente o professor João Matoso e a professora Maria João, principalmente porque, enquanto aluno desta escola, também pratiquei a modalidade dirigida unicamente pelo professor João Matoso, sendo este também meu professor na escola enquanto aluno, tendo-me marcado bastante pela positiva, considerando-o uma referência.

Foi-me disponibilizado material de apoio e conjuntamente com o professor João Matoso, agrupámos os alunos por níveis, sendo que realizávamos uma planificação

de cada treino para quatro níveis diferentes de alunos. A constituição destes níveis e do encaixe dos alunos nestes foi realizada após a realização duma avaliação de diagnóstico, no início do ano letivo.

Acompanhei, sempre que possível, as provas realizadas, onde obtemos bons resultados, não só para a escola, mas também para os alunos e professores que sentiram que o trabalho ao longo do ano foi gratificante. Assim, temos que, após os 3 encontros a nível distrital, foram apurados 5 alunos para o encontro regional e 1 para o nacional.

Gostei bastante de acompanhar este grupo, onde aprendi mais sobre a área, fosse ao nível do treino, fosse ao nível das provas, fosse como pessoa.

➤ **Heitorizadas:**

As Heitorizadas são o evento mais simbólico na escola, a nível desportivo, realizado há vários anos consecutivos no complexo desportivo da Covilhã, envolvendo a participação de toda a comunidade escolar, desde alunos, a professores e até mesmo a funcionários.

A data marcada foi 8 de Maio, mas devido à condicionante das condições atmosféricas, a atividade foi adiada várias vezes, sendo realizada no dia 7 de Junho, último dia de aulas.

Sendo que este ano a organização esteve a cargo dos professores Pedro Marques e Sérgio Antunes, com a colaboração da turma 11°F, do Curso Tecnológico de Desporto, o leque de ofertas de atividades foi o seguinte: tiro ao arco, badminton, orientação, atletismo, voleibol, futevôlei, futebol, rugby e jogos tradicionais. A última oferta, a cargo do grupo de estágio.

Assim sendo, nos jogos tradicionais, realizámos um planeamento e um regulamento das seguintes atividades cronometradas: acorrentados, arco ao meco, corrida de sacas, água na caleira, raquetebol e jogo da venda.

3.6.2. Atividades do Grupo de Estágio

➤ **Quinzena da Atividade Física, Educação e Saúde:**

Sendo uma atividade que o professor orientador desenvolve há vários anos consecutivos na escola, com apoio dos estagiários, achámos que deveríamos dar continuidade, até porque a sua composição é bastante pertinente, na medida em que promove a saúde na comunidade escolar. A Quinzena da Atividade Física, Educação e Saúde foi desenvolvida de 18 de Fevereiro a 1 de Março, sendo distribuída por duas semanas, onde foram desenvolvidas as seguintes atividades: ginásio aberto, palestras, aula de grupo e rastreio de dados fisiológicos.

- Ginásio Aberto:

Esta atividade decorreu durante a 1ª semana da Quinzena, onde a maior parte das turmas participou na atividade durante a sua aula de Educação Física, orientada pelo grupo de estágio e pelo professor da turma.

Esta atividade só foi possível devido à cedência de material por parte do ginásio In Corpore Sano, ao qual agradecemos a sua disponibilidade.

- Palestras:

Foram realizadas 4 palestras durante a quinzena. Agradeço, desde já, a disponibilidade dos palestrantes, principalmente do Professor Doutor Luís Maia, tendo sido eu a convidá-lo. Passo a discriminar, de seguida, as palestras desenvolvidas:

- 1) Palestra “Os benefícios da atividade física para o campo psicológico” com o Professor Doutor Luís Maia da Universidade da Beira Interior, realizada no dia 19 de Fevereiro;
- 2) Palestra “Atividade física e saúde: da teoria à prática” com o Doutor Filipe Ferreira do Agrupamento de escolas do Tortosendo, realizada no dia 22 de Fevereiro;
- 3) Palestra “A importância da disciplina de Educação Física para a saúde” com o Dr. José Rodrigues, realizada no dia 27 de Fevereiro;
- 4) Palestra “Alimentação saudável” com o Mestre Albino Ferreira, realizada no dia 1 de Março.

- Aula de grupo:

A aula de grupo foi realizada no dia 28 de Março para as turmas que estavam a ter aula de Educação Física, sendo que uma delas seria “nossa”. A professora convidada foi a colega de Mestrado Inês Fernandes, à qual agradecemos a sua disponibilidade para colaborar connosco nesta tarefa.

- Rastreio:

O rastreio foi realizado a professores e funcionários da escola, tendo decorrido durante a segunda semana, na sala de professores. Foram realizadas as seguintes medições de dados fisiológicos: Índice de massa corporal (IMC), tensão arterial, frequência cardíaca, glicémia, perímetro abdominal e percentagem de gordura corporal.

Apresento, na tabela 3, a discriminação das atividades desenvolvidas durante a Quinzena.

Tabela 3 - Atividades desenvolvidas durante a Quinzena

Dia/Semana	1ª Semana	2ª Semana
Segunda-feira	- Ginásio Aberto;	- Rastreio;
Terça-feira	- Ginásio Aberto; - Palestra: “Benefícios da atividade física para o campo psicológico”;	- Rastreio;
Quarta-feira	- Ginásio Aberto;	- Rastreio; - Palestra: “A importância da disciplina da Educação Física para a saúde”;
Quinta-feira	- Ginásio Aberto;	- Rastreio; - Aula de grupo;
Sexta-feira	- Ginásio Aberto; - Palestra: “Atividade física e saúde: da teoria à prática”.	- Rastreio; - Palestra: “Alimentação saudável”.

A atividade foi bastante envolvente, ainda mais porque foram desenvolvidas outras temáticas pelo Programa de Educação e Saúde (PES) da escola. Assim, foi um evento grandioso, onde as temáticas foram desenvolvidas pelo grupo de estágio de Educação Física, conjuntamente com o PES.

Além de uma entrevista para a imprensa da região, acerca da Quinzena, ainda foi realizada uma comunicação para o jornal da escola, “Chama”, que mereceu destaque, fazendo um balanço positivo da atividade.

➤ **Desafio radical:**

O desafio radical foi realizado no último dia de aulas do 2º Período, a 15 de Março, para os alunos da escola. Nesta atividade foram desenvolvidas atividades como Escalada, Rapel, slackline, downhill, dountown e skate.

Agradecemos aos convidados das diferentes especialidades a sua disponibilidade em estarem presentes neste dia.

➤ **Dia da Neve:**

Pese embora esta atividade não se tenha realizado, foi planeada e proposta no Plano Anual de Atividades (PAA) da escola. A sua não realização dependeu das condições atmosféricas e do seu orçamento.

A atividade consistia em promover um dia na Serra da Estrela com aulas de ski, para todas as turmas com as quais trabalhámos.

4. Reflexão

Foi para mim um orgulho realizar o estágio pedagógico na escola onde fui aluno, pois, embora tenha sido bastante trabalhoso, foi uma mais-valia para a minha formação enquanto futuro professor de Educação Física. Portanto, olhando as expectativas que tinha antes de iniciar o estágio, comparativamente com o que realmente aconteceu, não me surpreendeu muito, sendo esta uma escola bastante acolhedora e integradora.

Com este estágio tinha como objetivo melhorar a minha qualidade profissional, nomeadamente obter competências ao nível do ensino, aplicando os conhecimentos adquiridos nos anos de formação anteriores. Competências que melhorei ao nível do planeamento, da instrução, da gestão e do clima de aula, mas penso ser muito importante continuar a atualizar-me e a formar-me ao longo da vida, para que possa ser um profissional de qualidade.

Importante será referir que este trabalho desenvolvido ao longo de um ano só foi possível graças ao professor orientador Carlos Elavai Vieira, utilizando uma metodologia bastante boa para a nossa aprendizagem de qualidade, mostrando os caminhos e alertando para o melhor percurso a seguir. O trabalho progressivo orientado ao longo do ano permitiu uma evolução no meu ponto de vista.

Relativamente aos colegas de estágio, houve um relacionamento saudável, onde trabalhámos bem, dividindo bem as tarefas para cada um e ajudando-nos uns aos outros. Para mim foi bastante funcional, pois nunca tinha trabalhado com os mesmos.

As atividades de direção de turma, desporto escolar e outras atividades desenvolvidas para a comunidade escolar, além de permitirem uma aprendizagem diversificada de conhecimentos, permitiram também a competência organizacional e a proximidade com os variados intervenientes, sendo atividades bastante importantes para a minha formação enquanto futuro professor de Educação Física.

5. Considerações Finais

Um profissional, seja ele de que área for, tem de ter consciência de que o mundo está em constante mudança e atualização, pois só assim poderá desempenhar a sua atividade ao longo da vida, com profissionalismo. Digo isto, porque após este ano de formação prática notei que haveria muito mais a aprender e a melhorar nas competências aprendidas ao longo do estágio.

O Ser Humano, com a sua multifacetada complexidade, englobando as características biológicas, psicológicas e sociais, está em constante aprendizagem ao longo da vida, rumo à transcendência que nunca é atingível. Sendo, nós, futuros profissionais diretamente ligados à ciência humana, cabe-nos um papel imprescindível, tentando entender os alunos na sua complexidade.

Ser professor é, na minha perspetiva, uma das profissões mais importantes da sociedade, formando, enquanto crianças, os homens e mulheres de amanhã. Entendo que esta profissão está demasiada desvalorizada e deveria merecer maior destaque na sociedade.

Termino, fazendo um balanço geral da importância deste estágio para mim. As expectativas foram ao encontro do esperado e dos objetivos da minha formação, sendo um grande desafio, com momentos bons e bastante dedicados, mas também com momentos menos bons, de cansaço e com menores índices de motivação. Superei todos esses momentos, fosse por interesse pessoal, fosse através de palavras de coragem dadas pelas pessoas mais próximas, concluindo que sem trabalho nada se consegue e, para me tornar num melhor profissional, teria de assim ser.

6. Bibliografia

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

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

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

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

Capítulo 2 - Seminário de Investigação em Ciências do Desporto - “Motivação dos alunos nas aulas de Educação Física”

1. Introdução

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

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

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

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

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

alguma atividade física. Nestes indivíduos, a atividade física não lhes trás nenhum benefício, ou eles não conseguirão realizá-la de modo satisfatório (Briere et al, 1995).

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

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

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

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

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

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

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

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

2. Métodos

2.1 Amostra

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

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

2.2 Procedimentos

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

2.3 Instrumentos

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

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

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

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

2.4 Procedimentos estatísticos

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

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

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

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

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

3. Resultados

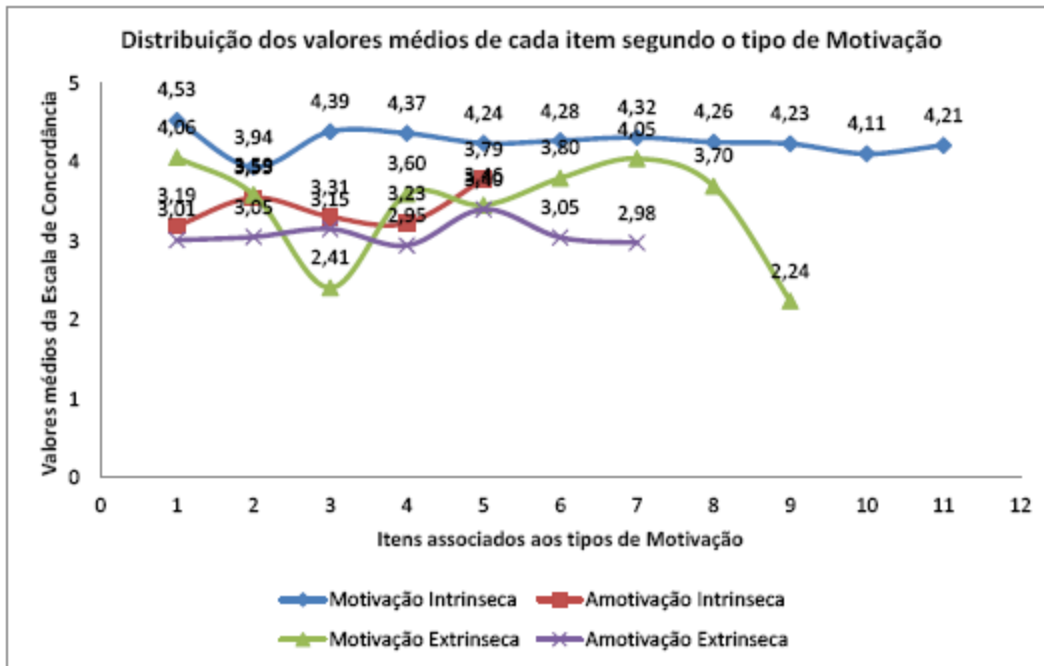
Os valores médios associados às respostas dos 149 alunos aos 32 itens originais que compõem o questionário Kobal (1996), utilizado para avaliar a motivação/amotivação intrínseca e extrínseca dos alunos envolvidos no estudo, encontra-se ilustrado no gráfico 1. Em anexo (Quadro A3), apresentam-se outras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

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

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

verificou-se que, em média, o item “AE5_ Alguns colegas querem demonstrar que são melhores que os outros” é um dos motivos externos que contribui para uma maior desmotivação dos alunos (3,04). Já o item “AE4_ Os meus colegas riem-se das minhas falhas” (2,95) é o item que, em média, menos contribui para a desmotivação na aula de Educação Física, quando considerados fatores externos.

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



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

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

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

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

No sentido de conhecer a forma da distribuição de cada uma das quatro *scores motivacionais* analisou-se ainda a estatística de teste e a probabilidade de significância associada ao teste de aderência à normalidade de *Kolmogorov-Smirnov* (K-S), sob a hipótese nula de que as distribuições seguem distribuição normal (cf. Quadro 1). A probabilidade de significância associada à estatística de teste de K-S foi de 0.014, 0.019, 0.001 e 0,200 para as quatro distribuições, pelo que se conclui pela rejeição da hipótese nula de normalidade das distribuições para todos os *scores motivacionais*, com exceção do *score Amotivação Extrínseca* (pois $p=0,200 > 0,05$, pelo que se conclui pela não rejeição da hipótese nula de

normalidade da distribuição). Isto significa que para os scores *Motivação Intrínseca*, *Amotivação Intrínseca* e *Motivação Extrínseca* não se devem aplicar testes paramétricos na análise bivariada, uma vez que falha o pressuposto de normalidade das distribuições. Decidiu-se, neste sentido, recorrer à aplicação de testes não paramétricos para o conjunto dos quatro scores motivacionais em análise.

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

No sentido de analisar se, em média, a motivação para as aulas de Educação Física difere segundo o género, recorreu-se ao teste não paramétrico de *Mann-Whitney* sob a hipótese nula de que a motivação média dos rapazes, nas suas diferentes vertentes, é idêntica à das raparigas. O quadro 2 apresenta, respetivamente, os valores médios, a estatística de teste e probabilidade de significância associada ao teste de comparação de médias aplicado para os dois grupos independentes em análise.

Quadro 2. Comparação dos scores Motivação segundo Género

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

* $p < 0.05$

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

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

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

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

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

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

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

* $p < 0,05$

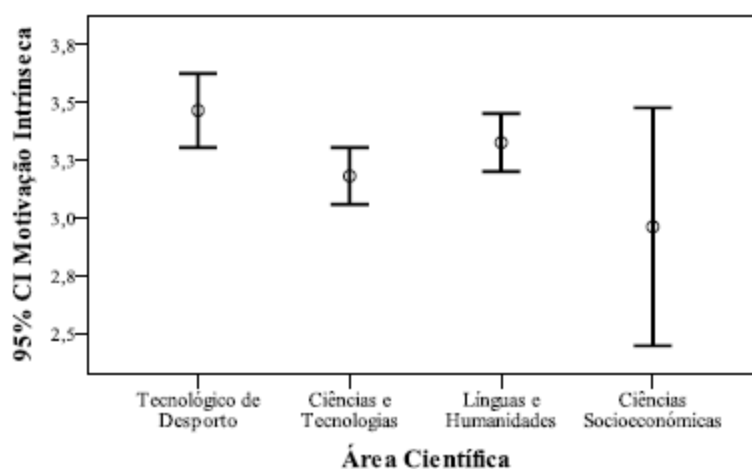
A probabilidade de significância associada ao teste de *Kruskal-Wallis* ($p=0,030$) para a dimensão *Motivação Intrínseca* permite concluir pela rejeição da hipótese nula de igualdade das médias, o que significa que existe pelo menos um par de médias que são

significativamente diferentes, isto é, existe diferenças significativas na *motivação intrínseca* média dos alunos que frequentam diferentes áreas científicas (cf. Quadro 3).

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

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

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



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

Os valores médios e a probabilidade de significância encontram-se registados no quadro 4. Com base neste quadro, conclui-se que apenas a *motivação intrínseca* é significativamente afetada pelo envolvimento dos alunos em outras atividades desportivas. De facto, como p-valor=0.000<0.05 para o *score motivação intrínseca* conclui-se pela rejeição da hipótese nula

de igualdade de médias. Analisando os valores médios, conclui-se também que os alunos que frequentam outras atividades desportivas fora do âmbito escolar têm, em média, uma *motivação intrínseca* mais elevada para as aulas de Educação Física do que os alunos que não praticam outras atividades.

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

Quadro 4. Comparação dos scores Motivação segundo o Envolvimento Desportivo

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

* $p < 0.01$

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

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

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

	Itens Originais do Questionário Kobal (1996)	Género		
		Fem	Mas	p-valor
<i>Amotivação Intrínseca</i>	AI1_ Não consigo realizar bem as atividades.	3,38	2,99	0,048
<i>Motivação Extrínseca</i>	ME1_ Faz parte das disciplinas da escola.	3,92	4,21	0,009*
	ME 3_ O meu rendimento é melhor que o de meus colegas.	2,13	2,72	0,001*
	ME 5_ Esqueço-me das outras aulas.	3,23	3,70	0,014*
	ME 9_ Sou melhor que os meus colegas.	2,03	2,48	0,002*
<i>Amotivação Extrínseca</i>	AE 3_ O professor compara o meu rendimento com o de outro colega.	3,42	2,86	0,012*
	AE 4_ Os meus colegas riem-se das minhas falhas.	3,17	2,70	0,034*

* $p < 0.05$

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

Dimensões	Itens Originais do Questionário Kobal (1996)	Area Científica				p-valor
		Tecnológico Desporto	Ciências e Tecnologias	Línguas e Humanidades	Ciências SocioEconómicas	
<i>Motivação Intrínseca</i>	MI1_Gosto de atividades físicas.	4,81	4,52	<u>4,38</u>	4,43	0,013*
	MI 3_Gosto de aprender novas habilidades.	4,70	<u>4,21</u>	4,60	<u>3,86</u>	0,001*
	MI 4_Acho importante aumentar os meus conhecimentos sobre os desportos e outros conteúdos.	4,73	<u>4,25</u>	4,41	4,00	0,014*
	MI 8 Compreendo os benefícios das atividades propostas em aula.	<u>4,33</u>	<u>4,08</u>	4,50	4,29	0,021*
	MI 9_As atividades dão-me prazer.	4,48	4,23	4,21	<u>3,43</u>	0,007*
	MI 11_Movimento o meu corpo.	4,30	<u>4,05</u>	4,50	<u>3,86</u>	0,039*
	ME 7_Sinto-me integrado na turma.	4,33	<u>3,86</u>	4,26	<u>3,57</u>	0,020*
<i>Motivação Extrínseca</i>	ME 8_As minhas opiniões são aceites.	<u>3,81</u>	<u>3,64</u>	<u>3,93</u>	2,43	0,010*

* $p < 0.05$

Quando analisados os valores médios associados aos itens cuja área científica tem um efeito estatisticamente significativo sobre a motivação dos alunos para as aulas de Educação Física (Quadro 6), verificou-se, por um lado, que os alunos que frequentam o curso Tecnológico de Desporto estão significativamente e intrinsecamente mais motivados para a prática de atividade física, pelo prazer e pelo desafio de aprender novas habilidades do que os alunos que frequentam outros cursos. Por outro lado, os alunos de Línguas e Humanidades estão mais motivados para as aulas de Educação Física por motivos intrínsecos de saúde e de estética. De notar que dos 42 alunos deste curso, 71,4% são raparigas. Adicionalmente constatou-se ainda que os alunos de Ciências socioeconómicas encontram-se menos motivados que os restantes alunos quando o fator motivacional é a aceitação das suas opiniões.

4. Discussão

A análise dos 32 itens, em termos dos valores médios, demonstrou que os alunos atribuíram maior importância a fatores intrínsecos do que extrínsecos de motivação. Também a análise dos quatro *scores motivacionais* identificou os motivos intrínsecos como os que mais contribuem para a motivação geral dos alunos face à Educação Física, comparativamente com as restantes dimensões motivacionais. Estes resultados corroboram com os resultados obtidos por Araújo et al. (2008), Costa (1998), Kobal, (1996), Ryan, et al. (1997) e Tresca et al.

(2000) nos diferentes estudos realizados sobre motivação dos alunos. Estes autores identificaram como fatores mais persistentes para manter os níveis de motivação mais elevados dos alunos os fatores intrínsecos em contraposição com os fatores extrínsecos. Os *scores amotivacionais* foram os que apresentaram maior dispersão de resultados.

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

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

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

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

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

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

5. Conclusão

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

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

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

6. Bibliografia

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

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

