



**UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR**  
**Ciências Sociais e Humanas**

## **Relatório de Estágio Pedagógico**

**Rodolfo Manuel Amaro Martins Silva**

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

Orientadores: Professor Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins  
Professora Doutora Kelly de Lemos Serrano O´Hara

**Covilhã, outubro de 2015**

## Agradecimentos

Sendo que este trabalho é um marco final no término desta importantíssima etapa, esta tem reflexões a todos os níveis desde o pessoal, académico e profissional. Assim, pretendo deixar alguns agradecimentos às pessoas que, de uma forma ou outra, contribuíram para o sucesso da mesma. Com o finalizar deste percurso e aquisição de novas experiências existem sempre pessoas que deixam a sua marca pela positiva.

Pretendo então agradecer ao Professor Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins, orientador pedagógico da Universidade da Beira Interior, pelos seus muitos ensinamentos transmitidos e pelo acompanhamento prestado ao longo destes dois anos do 2º ciclo de estudos.

Agradecer também aos Professores Doutor Aldo Costa e Doutora Kelly de Lemos Serrano O`Hara pelo acompanhamento e auxílio em todas as tarefas adjacentes à Unidade Curricular de Seminário I e II.

Pretendo ainda agradecer ao Agrupamento de Escolas Amato Lusitano que foi a Escola que se disponibilizou para que eu efetuasse o meu estágio pedagógico. De referir que dela fazem parte toda a direção, professores, funcionários e em especial a todos os professores que compunham o grupo de Educação Física pois eles foram um grande apoio durante esta etapa. Conseguiram-me ajudar e facilitar em alguns aspetos para que tudo corresse da melhor forma, dando as suas opiniões, críticas e até mesmo correções, mas no final sempre uma palavra amiga como incentivo.

Seguidamente agradecer ao meu Orientador de Escola António Martins, inicialmente por ter aceitado este cargo e depois por todo o seu contributo, linhas orientadoras e correções efetuadas na intenção de melhorar o meu processo pedagógico.

Quero também agradecer à Professora Nilda Garcia por me ter orientado no Desporto Escolar e por toda a confiança que depositou em mim.

Agradecer aos meus colegas de Estágio João Rafael Silva e Vera Silva pois mostraram-se sempre disponível para colaborar em tudo, revelando-se um grande pilar no êxito deste ano letivo.

O meu agradecimento estende-se também aos meus amigos Tiago Dias, João Tavares, Guilherme Sanches, Nuno Raposo, Daniela Martins, Bruno Silva, Bruno Sousa, Henrique Saraiva, João Batista, Tiago Pinto, João Correia, Luís Silva, Renato Lameira, Álvaro Quinteiro, Nelson Almeida, Luís Augusto e Rodrigo Costa pela amizade e companheirismo demonstrado ao longo do percurso académico.

O meu agradecimento ao meu amigo Pedro Castilho, pela hospitalidade em sua casa e pela nossa grande amizade.

## Relatório de Estágio Pedagógico

O meu agradecimento à Dina Aleixo, por tudo o que me ajudou e pelas horas que me apoiou nas alturas mais difíceis. Mostrou-se sempre compreensível e motivadora no sentido de eu lutar por um dia seguinte melhor.

Quero agradecer ao meu irmão por fazer de mim um exemplo para ele e por me apoiar sempre nas alturas mais difíceis.

Agradecimento especial aos meus pais, por serem um exemplo de vida para mim e por me transmitirem todas as atitudes e valores necessários para vencer esta “batalha”. A eles um muito obrigado pois mostraram-se sempre disponíveis e compreensivos a todos os níveis (afetivo, emocional e financeiro).

Por fim, deixar a todos os que, de forma direta ou indireta, me apoiaram e auxiliaram nesta caminhada em busca do sucesso. Os meus sinceros agradecimentos.

## Resumo

### Capítulo 1

O trabalho retrata todas as etapas do estágio pedagógico que foi desenvolvido na Escola Secundária Amato Lusitano, pertencente ao Agrupamento de Escolas Amato Lusitano no ano letivo de 2014/2015. Enquadra-se no Estágio Pedagógico em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

O principal objetivo do relatório é descrever o percurso exercido durante o ano letivo 2014/2015, procurando elucidar todas as atividades desenvolvidas na Escola, desde aulas pedagógicas, Desporto Escolar e diversas atividades desenvolvidas ao longo do ano. É de realçar o facto que o trabalho desenvolvido na escola foi desempenhado com o maior rigor, de forma a tomar as melhores decisões enquanto Professor Estagiário. Durante o estágio, percebeu-se a existência de algumas falhas que, depois de analisadas, foram corrigidas. Esta avaliação conduziu, posteriormente, a melhores decisões. Em seguida, mostram-se os planeamentos adotados para as duas turmas lecionadas e posteriormente, é apresentada uma breve descrição de todas as atividades não letivas realizadas, algumas pertencentes ao Grupo de Educação Física e outras relativas ao núcleo de estágio. Por fim, ostenta-se um sucinto balanço dos pontos positivos e negativos encontrados ao longo do ano letivo.

**Palavras-chave:** Escola, Educação física, Estágio pedagógico, Lecionação, Professores

### Capítulo 2

Este estudo tem por objetivo perceber qual a motivação e os motivos que levam os alunos a não praticar desporto escolar e, também, criar um programa plurianual para os alunos do 2º e 3º ciclo baseado nos resultados finais. Para isso pretendemos contar com alunos do 5º ao 9º ano de escolaridade e com os coordenadores do desporto escolar, sendo realizado uma observação dos resultados do género feminino e outra do género masculino. Será também realizada uma contextualização da amostra focando os aspetos socioeconómicos e geográficos. A população alvo será dividida em três grupos distintos: os que participam no desporto escolar, os que já participaram e agora não participam e os que nunca participaram. A recolha da informação far-se-á através de questionários já validados - QMAD (questionário de motivação para as atividades desportivas), QMPD (questionário da motivação para a participação desportiva), QRAPDE (questionário de razões para o abandono do desporto escolar), o QOD-SOQ (questionário de orientação desportiva) e o IMAAD (questionário de razões para a não pratica do desporto escolar) - a alunos e coordenadores do desporto escolar.

**Palavras-chave:** Abandono Escolar; Desporto Escolar; Motivação; Motivos

## Abstract

### Chapter 1

The work portrays all stages of teaching practice that was developed in Escola Secundária Amato Lusitano belonging to the Agrupamento de Escolas Amato Lusitano during the academic year 2014/2015. Is part of the Teacher Training in Physical Education Teaching in Primary and Secondary Education.

The main objective of the report is to describe the route exercised during the academic year 2014/2015, trying to elucidate all activities at the school, from teaching classes, school sports and various activities throughout the year. It is worth noting that the work carried out in the school was carried out with the enhanced accuracy in order to make the best decisions as Intern Teacher. During the internship, it was noticed that there are some flaws that, after consideration, were corrected. This evaluation led subsequently to better decisions. Then the schedules show up adopted for both taught classes and then, presents a brief description of all the non-teaching activities, some of which are part of Physical Education and others related to the training group. Finally, a brief assessment of the strengths and weaknesses found throughout the school year is flaunt.

**Keywords:** Physical Education, Practical Teacher Training, School, Teachers, Teaching

### Chapter 2

This study aims to find out the motivation and the reasons why students don't practice school sports and also create a multi-annual program for students of the 2nd and 3rd cycle based on the final results. For this, we intend to have students from 5th to 9th grade and with the coordinators of school sports, being held a note of the female gender results and other male gender. Will also be held a background of the sample focusing on the socio-economic and geographical aspects. The target population will be divided into three distinct groups: those who participate in school sports, those who have participated and now don't participate and those who have never participated. Data collection will be done through questionnaires - QMAD (motivation questionnaire for sports activities), QMPD (questionnaire of motivation for sport participation), QRAPDE (questionnaire reasons for abandoning the school sport), QOD-SOQ (sport orientation questionnaire) and the IMAAD (questionnaire of reasons to not practice school sport) - to the students and coordinators of school sports.

**Keywords:** Motivation; Reasons; School Abandonment; School Sport

## Índice

<b>CAPÍTULO I: Estágio Pedagógico</b>	<b>1</b>
1 - Introdução	1
2 - Objetivos	2
2.1. - Objetivos do Estagiário	2
2.2. - Objetivos da Escola	4
2.3. - Objetivos do Núcleo de Estágio	4
3 - Metodologia	4
3.1. - Caracterização da Escola	5
3.2. - Lecionação	6
3.2.1. - Caracterização da Amostra	6
3.2.1.1. - Caracterização da Turma de 11º MECA	7
3.2.1.2. - Caracterização da Turma de 12º MECA	7
3.2.1.3 - Modelo de Estrutura do Conhecimento do 11º MECA	8
3.2.2. - Planeamento	36
3.2.2.1. - Turma de 11º MECA	38
3.2.2.2. - Turma de 12º MECA	40
3.2.3. - Reflexão da Lecionação	42
3.3. - Recursos Humanos	44
3.4. - Recursos Materiais	45
3.5. - Direção de Turma	46
3.6. - Atividades não Letivas	47
3.6.1 - Desporto Escolar	47
3.6.2. - Atividades do Grupo Disciplinar	49
3.6.3. - Atividades do Grupo de Estágio	50
4 - Considerações Finais	55
5 - Referências Bibliográficas	57
<b>CAPÍTULO II: A motivação e os motivos que levam os alunos a não praticar</b>	
<b>Desporto Escolar</b>	<b>59</b>
1 - Introdução	59
2 - Metodologia	61
2.1 - Amostra	62
2.2 - Instrumentos	64
2.3 - Procedimentos	65
3 - Análise estatística	66
4 - Resultados	66
5 - Discussão	78
6 - Limitações do estudo	81

## Relatório de Estágio Pedagógico

7 - Conclusões	81
8 - Referências Bibliográficas	83
ANEXOS	85
Anexo I: Exemplar de um Plano de Aula relativo ao módulo de Badminton da turma de 11º MECA	86
Anexo II: Exemplar do Planejamento Anual do Ano Letivo 2014/2015 da turma de 11º MECA	90

## Índice de Figuras

Figura 1 - Escola após a conclusão das obras em 1962	5
Figura 2 - Percentagem de desempenho na Posição Base	13
Figura 3 - Percentagem de desempenho na Pega	14
Figura 4 - Percentagem de desempenho nos Deslocamentos	14
Figura 5 - Percentagem de desempenho no Serviço Curto	15
Figura 6 - Percentagem de desempenho no Serviço Longo	15
Figura 7 - Percentagem de desempenho no Clear	16
Figura 8 - Percentagem de desempenho no Lob	16
Figura 9 - Percentagem de desempenho no Amorti	17
Figura 10 - Percentagem de desempenho no Drive	17
Figura 11 - Percentagem de desempenho no Smash	18
Figura 12 - Percentagem de desempenho na Posição Base na Avaliação Sumativa	19
Figura 13 - Percentagem de desempenho da Pega Universal na Avaliação Sumativa	20
Figura 14 - Percentagem de desempenho nos Deslocamentos na Avaliação Sumativa	20
Figura 15 - Percentagem de desempenho do Serviço na Avaliação Sumativa	21
Figura 16 - Percentagem de desempenho do Clear na Avaliação Sumativa	21
Figura 17 - Percentagem de desempenho do Lob na Avaliação Sumativa.	22
Figura 18 - Percentagem de desempenho do Amorti na Avaliação Sumativa	22
Figura 19 - Percentagem de desempenho do Drive na Avaliação Sumativa	23
Figura 20 - Percentagem de desempenho do Smash na Avaliação Sumativa	23
Figura 21 - Equipa de Juvenis Masculinos - Futsal do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano	49
Figura 22 - Megas na Escola João Roiz	50
Figura 23 - Aluno a desenvolver uma atividade	51
Figura 24 - Jogo 1 - Coelha para a toca	51
Figura 25 - Jogo 2 - Desordem com Ordem	52
Figura 26 - Jogo 3 - Bolas e Bolinhas	52
Figura 27 - Jogo 4 - Circuito	53
Figura 28 - Área C2 - Artes	53
Figura 29 - Área C3 - Carripanas	53
Figura 30 - Área C4 - Robots	54
Figura 31 - Implosão do Bidão	54
Figura 32 - Distribuição quanto ao género	63
Figura 33 - Modalidades favoritas dos alunos	63
Figura 34 - Percentagem por género	71
Figura 35 - Percentagem das modalidades praticadas	71

## Índice de Tabelas

Tabela 1 - Material de Badminton	11
Tabela 2 - Avaliação Diagnóstica Qualitativa	12
Tabela 3 - Avaliação Diagnóstica Quantitativa	13
Tabela 4 - Avaliação Sumativa	18
Tabela 5 - Planificação da Unidade Didática	26
Tabela 6 - Habilidades Motoras	27
Tabela 7 - Cultura Desportiva	27
Tabela 8 - Conceitos Psicossociais	27
Tabela 9 - Fisiologia do Treino e Condição Física	28
Tabela 10 - Exercícios para Posição Base	30
Tabela 11 - Exercícios para Deslocamentos	30
Tabela 12 - Exercícios para Serviço	31
Tabela 13 - Exercícios para Clear	31
Tabela 14 - Exercícios para Lob	32
Tabela 15 - Exercícios para Amorti	32
Tabela 16 - Exercícios para Drive	33
Tabela 17 - Exercícios para Smash	33
Tabela 18 - Exercícios para consolidar as técnicas aprendidas	34
Tabela 19 - Aplicação da Unidade Didática	35
Tabela 20 - Critérios de Avaliação - Curso Profissional	40
Tabela 21 - Critérios de Avaliação - Curso Profissional	41
Tabela 22 - Critérios de Avaliação em caso de Atestado médico - Curso Profissional	42
Tabela 23 - Categorias em que se distribuem os elementos por função na escola	44
Tabela 24 - Distribuição dos Professores de Educação Física segundo a sua situação na Escola	44
Tabela 25 - Cargos desempenhados pelos Professores do Grupo de Educação Física	45
Tabela 26 - Distribuição dos alunos quanto ao ano de escolaridade	62
Tabela 27 - Modalidades praticadas pelos alunos	64
Tabela 28 - Distribuição das modalidades praticadas	67
Tabela 29 - Distribuição das modalidades praticadas no Desporto Escolar	68
Tabela 30 - Percentagem da Pergunta “Interessei-me por outros passatempos”	68
Tabela 31 - Percentagem da Pergunta “Não tinha tempo”	69
Tabela 32 - Percentagem da Pergunta “Tinhas outras coisas para fazer”	69
Tabela 33 - Percentagem da Pergunta “Estudar é mais importante do que praticar Desporto”	69
Tabela 34 - Percentagem da Pergunta “Não existia a minha modalidade favorita”	69
Tabela 35 - Percentagem da Pergunta “Não me divertia, nem tinha prazer”	70
Tabela 36 - Percentagem de alunos que praticaram a sua modalidade favorita	70

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 37 - Percentagem da Pergunta “Gosto de me divertir”	72
Tabela 38 - Percentagem da Pergunta “Quero ser fisicamente saudável”	72
Tabela 39 - Percentagem da Pergunta “Quero continuar a melhorar o meu nível Desportivo”	73
Tabela 40 - Percentagem da Pergunta “Tento dar o máximo quando tenho um Objetivo específico”	74
Tabela 41 - Percentagem da Pergunta “Tento vencer com muito empenho”	74
Tabela 42 - Percentagem da Pergunta “Trabalho muito para ter sucesso no desporto”	74
Tabela 43 - Percentagem da Pergunta “Executar da melhor maneira é muito Importante para mim”	75
Tabela 44 - Percentagem da Pergunta “A melhor maneira de perceber as minhas capacidades, é estabelecer um objetivo e tentar alcançá-lo”	75
Tabela 45 - Tabela cruzada - Modalidade Favorita VS Modalidade Praticada	76
Tabela 46 - Percentagem da Pergunta “Falta de tempo”	77
Tabela 47 - Percentagem da Pergunta “Tenho outras coisas para fazer”	77
Tabela 48 - Percentagem da Pergunta “Os horários das instalações não são adequados”	77
Tabela 49 - Percentagem da Pergunta “As modalidades existentes não são as que mais gosto”	78

# CAPÍTULO I - Estágio Pedagógico

## 1. Introdução

A seguinte reflexão visa analisar o trabalho desenvolvido no Estágio Pedagógico inserido no Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensino Básicos e Secundário ao longo do ano letivo 2014/2015, nas diferentes áreas da educação. O estágio pedagógico decorreu no Agrupamento de Escolas Amato Lusitano.

Ao longo do estágio curricular mantem-se contacto com a realidade escolar e num contexto real. Os conhecimentos adquiridos ao longo da formação académica são postos em prática. É neste contexto que se descobre verdadeiramente o que é o ensino e as dificuldades com que o Professor se depara.

Machado (1995), enuncia que “O professor, no desempenho da sua função, deve deixar a sua marca na formação dos seus alunos. É responsável por muitos dos descobrimentos e experiências vividas pelos jovens. Como profissional deve ter capacidade de transmitir conhecimentos suficientes para melhorar tanto os aspetos físicos e motores, como também a componente social, cultural e psicológica”.

Barbosa (2001) afirma que “É necessário que o professor dê uma explicação aos alunos do que é a Educação Física, ainda mais por serem crianças, pois têm a ideia que a Educação Física é apenas jogar à bola. Deve-se explicar todo o processo de como é uma aula de Educação Física, ressaltando o lado educacional tanto do corpo como do intelecto. Deve-se ainda explicar os processos de higiene, convivência em grupo (socialização), preconceitos (racial, religioso, social e sexual), mas sempre de uma forma positiva, em que a linguagem utilizada seja de acordo com a população alvo”. Pode-se afirmar que o Professor tem várias dificuldades diariamente, pois é visto como um exemplo para os seus alunos. No entanto é ainda um mensageiro, pois transmite informação e conhecimento em cada aula que leciona.

No início do estágio, para além da grande motivação por se dar início à componente prática de lecionação, também as expectativas, as dúvidas e os receios eram elevados. Com o passar dos dias e das aulas lecionadas, foi aumentando a confiança. As sugestões e exemplos de experiências vividas que o Professor Orientador e os restantes docentes de Educação Física iam transmitindo, ajudaram os Professores Estagiários a ultrapassar os desafios diários.

Pode-se afirmar que a componente da prática pedagógica é mais do que lecionação, pois para que esta esteja bem estruturada/organizada e resulte num processo ensino aprendizagem bem-sucedido é necessário que se execute um conjunto de tarefas, tais como planeamentos anuais e de aula, relatórios, registos, atividades e atas que suportem e sustentem

## Relatório de Estágio Pedagógico

tudo o que será desenvolvido ao longo do ano letivo. O contexto “Escola” é complexo, por isso exige uma grande responsabilidade, consciência e disponibilidade total.

Desta forma e para não defraudar as expectativas criadas, apostando num ano bem-sucedido, foi necessário uma adaptação à realidade escolar. A realidade da Escola onde se desenvolveu o estágio é ligeiramente diferente do que tinha sido apresentada em teoria, pois cada escola funciona e rege-se de forma diferente. Por isso, o caminho percorrido não foi fácil nem passivo, pelo contrário, foi trabalhoso, motivador e ativo na procura de soluções para os diversos acontecimentos que surgiam diariamente.

O ano letivo foi um grande expositor de vivências e emoções. Durante o estágio aplicou-se e conseguiu-se alcançar o que foi inicialmente ambicionado e por todo o trabalho desenvolvido nos anos de formação, pode-se afirmar que as competências técnicas e pedagógicas melhoraram. Neste ano de aprendizagem, como Professor Estagiário, foram abertos outros campos de visão relativamente ao processo Ensino-Aprendizagem, estimulando uma componente de análise mais completa e que faz com que sejamos mais perfeccionistas e ao mesmo tempo críticos com aquilo que desenvolvemos. Resende & Soares (1997) enunciam que os objetivos de ensino, ou seja, aqueles que cada professor deverá elaborar para nortear a relação ensino-aprendizagem, devem seguir o princípio da progressividade em termos de complexidade, apesar de, necessariamente, não pressupor, no âmbito da prática, um cumprimento sequencial linear. De certa forma, a sequenciação leva em consideração as teorias integracionistas de desenvolvimento humano.

Em suma e em jeito de reflexão do ano letivo, pretende-se mostrar todos os aspetos principais que constituíram a prática pedagógica, fazendo um resumo de todas as funções e atividades inerentes ao cargo de Professor Estagiário, com fundamentação crítica e rigorosa.

## 2. Objetivos

### 2.1 Objetivos do Estagiário

O estágio pedagógico realizado durante um ano letivo é uma etapa extremamente importante na formação dos professores. Nesta etapa os professores estagiários exercitam sobre uma situação prática real. O estagiário é supervisionado por um orientador da Escola onde está inserido, bem como por um orientador da Universidade da Beira Interior, mais propriamente um docente do mestrado via Ensino de Educação Física. O Professor Estagiário interage com a comunidade escolar, especialmente com o Grupo de Educação Física, pois é este que regulamenta atividades, define datas e aprova ou rejeita novas propostas de atividades, no âmbito da Educação Física.

O docente tem como responsabilidade cumprir com regras de boa conduta pessoal,

## Relatório de Estágio Pedagógico

pontualidade e sensatez nas decisões que toma porque não o exerce apenas enquanto regente de uma disciplina específica, mas também o faz servindo de exemplo e de promotor de bons princípios. Também o Professor Estagiário deverá ter as mesmas preocupações.

O Professor Estagiário tem como objetivos desenvolver, aprofundar, aplicar e investigar conhecimentos adquiridos durante o 1º e 2º ciclos de estudos, bem como formas de lecionar, procurando melhorar a forma como o faz, isto é, a transmissão de conhecimentos aos seus alunos.

Sendo este um ano importante na formação do Professor Estagiário, deve vivenciar o maior número de experiências possíveis, de forma a estar preparado para o futuro. O Professor Estagiário deve procurar e encontrar uma resposta adequada para cada situação. Os feedbacks transmitidos pelos alunos e pelos professores que assistem dar-lhe-ão indicação dos aspetos positivos e dos que necessita melhorar.

O Professor Estagiário executa planificações a curto, médio e longo prazo, pois poderá variar de uma aula a um planeamento anual. Nestas planificações é necessário ter atenção a vários fatores, tais como o cumprimento dos objetivos/metap curriculares, de acordo com o ano de escolaridade em que o aluno se encontra, o gosto pela disciplina e pela prática da Educação Física, a motivação e ainda tentar incentivar o aluno a ter hábitos de vida saudável.

Cabe também ao Professor Estagiário realizar, avaliar e criticar os planos de aula para ter a certeza que as escolhas feitas são fundamentadas cientificamente e que vão ao encontro dos objetivos e metas definidas no programa de Educação Física. Segundo Moreira & Pereira (2008), a Educação Física deve assumir uma tarefa que se baseia na introdução e integração do aluno na cultura, formando um cidadão que vai usufruir do exercício físico e do desporto para conseguir uma melhor prática da aptidão física, em benefício de uma melhor qualidade da vida.

Uma das tarefas dos professores é avaliar. Este campo é bastante complexo pois há vários fatores que podem interferir. O Professor Estagiário tem também esta função e aqui certamente encontrará muitas dificuldades. Contudo, terá em vista a responsabilidade de efetuar avaliações de forma correta, exímia e justa.

O Professor Estagiário exerce ainda funções na direção de turma, nas reuniões de grupo de Educação Física e no Desporto Escolar. Desta forma participa e redige atas na direção de turma, dá a sua opinião, ajuda nas atividades do Grupo de Educação Física e ainda auxilia uma equipa/grupo no Desporto Escolar.

Em suma, o Professor Estagiário presencia e atua em várias experiências na escola. Esta vivência permite formar/ensinar melhor um Professor, pois dá a possibilidade de participar e conhecer a realidade escolar em contexto real. Desta forma, o estágio pedagógico serve para alargar conhecimentos, desenvolver capacidades de liderança, de comunicação e de argumentação. Todas estas vertentes foram apreendidas no ato da didática disciplinar, em que

## Relatório de Estágio Pedagógico

fundamentamos estratégias de ensino, perspetivando o trabalho de equipa como um fator de enriquecimento e de formação.

### 2.2 Objetivos da Escola

Os objetivos da escola onde decorreu o estágio, conforme o Projeto Educativo 2014/2015, são os seguintes:

- Melhorar os resultados académicos e físicos dos alunos;
- Prevenir o insucesso escolar e o abandono escolar;
- Combater a falta de motivação por parte dos alunos, nomeadamente em questões de assiduidade e indisciplina;
- Melhorar a qualidade de vida dos intervenientes na comunidade escolar (alunos, professores, funcionários e familiares), promovendo hábitos de vida saudáveis, num ambiente saudável e seguro.

### 2.3 Objetivos do Núcleo de Estágio

Os objetivos do núcleo de estágio, composto por João Rafael, Rodolfo Silva e Vera Silva, passam por:

- Desenvolver as capacidades motoras condicionais e coordenativas dos alunos durante a lecionação das aulas de Educação Física;
- Propor e realizar atividades para os alunos;
- Participar no ambiente escolar em que estão inseridos;
- Dar contributo para uma escola melhor e um melhor desenvolvimento escolar.

## 3. Metodologia

A metodologia utilizada neste relatório tem por base a intervenção na escola. Toda esta intervenção tem inserida a componente letiva e não letiva. Desta forma começa-se por descrever um breve resumo do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano.

Seguidamente faz-se uma caracterização das turmas lecionadas e uma descrição pormenorizada do planeamento aplicado a cada turma. Por fim, faz-se uma análise das atividades não letivas que desenvolvemos durante o presente ano letivo.

### 3.1 Caracterização da Escola

A Escola Secundária Amato Lusitano foi criada pelo Decreto nº 40209 de 28 de Junho de 1955. Este diploma legal respondia aos anseios da população albacastrense no sentido de criar a então Escola Industrial e Comercial de Castelo Branco, a funcionar nas instalações do atual Museu Francisco Tavares Proença Júnior. O primeiro diretor da escola foi o ilustre Sr. Dr. Pinto da Rocha. Esta escola iniciou as suas aulas em curso preparatório com 141 alunos, competindo-lhe, além disso, o encargo de melhorar, em curso de aperfeiçoamento, a capacidade profissional de 268 trabalhadores, o que fez 409 alunos em cursos diurnos e noturnos. A área da escola era de 22.400 m<sup>2</sup>, sendo 3.850 m<sup>2</sup> de área coberta e 7.800 m<sup>2</sup> de superfície pavimentada.



Figura 1- Escola Secundária Amato Lusitano após a conclusão das obras em 1962

Atualmente, a Escola Secundária Amato Lusitano, possui cursos do ensino secundário regular de 10º ano (Ciências e Tecnologias com 3 turmas, Ciências Sócio Económicas com 1 turma e Artes Visuais com 1 turma), 11º ano (Ciências e Tecnologias com 3 turmas, Ciências Sócio Económicas com 1 turma e Artes Visuais com 1 turma) e 12º ano (Ciências e Tecnologias com 3 turmas, Ciências Sócio Económicas com 1 turma e Artes Visuais com 1 turma). Possui também cursos do ensino secundário profissional, sendo o 10º ano composto por uma turma de Apoio à Gestão Desportiva, uma turma de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, uma turma de Multimédia e uma turma de Mecatrónica; já o 11º e 12º anos possuem igualmente uma turma de cada curso acima mencionado. A Escola Secundária Amato Lusitano conta também com cursos vocacionais, tanto no secundário como no 3º ciclo. Relativamente ao primeiro, conta-se uma turma do Curso de Turismo, Sustentabilidade e Ambiente; já no 3º ciclo, contam-se duas turmas de Empreendedorismo e uma turma de Microempresas. Por fim, a escola conta ainda com cinco turmas de 3º ciclo, nomeadamente, turmas do 9º ano de escolaridade.

O Agrupamento de Escolas Amato Lusitano é dinamizador de vários projetos que integram os alunos e os professores em diversas áreas, nomeadamente, na área da leitura, da química, da biologia, da matemática e da informática, através de clubes abertos a toda a

## Relatório de Estágio Pedagógico

população escolar.

No que respeita ao Desporto Escolar, este alberga as modalidades de Futsal, Boccia, Badminton e Natação. A escola possui um Jornal Escolar -“eSalpicos”, produzido pelos alunos em conjunto com os professores responsáveis. É de frisar que este jornal é lido pela maior parte da comunidade escolar. Um outro projeto em que os estudantes mais participam é o clube dos cientistas, onde realizam investigações apresentando-as posteriormente em concursos a nível nacional, tendo já ganho alguns prémios. O clube da robótica também se tem demonstrado bastante interessante para os alunos dos Cursos Profissionais, uma vez que os motiva na construção e utilização de novos materiais. O último projeto desenvolvido na escola e que tem sido bastante aceite pelos alunos, é o “CanALTV” cuja emissão conta com as rubricas de notícias da escola, entrevistas e momentos de leitura.

No Agrupamento de Escolas Amato Lusitano, dá-se importância a toda a inserção dos alunos no meio, para que possam continuar a apresentar bons resultados e para que a continuação na escola seja um ponto positivo na visão do aluno.

Conforme documentado no *site* do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano, constata-se que os maiores sucessos deste agrupamento foram o acompanhamento dos alunos por parte dos professores e diretores de turma, tendo sido interventivos fora da sala de aula, no apoio e na resolução de problemas, constata-se igualmente que outro dos maiores sucessos deste agrupamento foram as mediações profissionais, ou seja, a aquisição de novos profissionais, como por exemplo psicólogos na resolução de situações sociais. Para terminar, concluímos que o maior sucesso no que respeita à Educação Física foi a capacidade de adaptação dos professores para se focarem nos alunos com capacidades cognitivas baixas, motivando-os e fazendo-os participar na prática da Educação Física. É recorrente observar estes alunos a participar nas diversas atividades da escola.

### 3.2 Lecionação

#### 3.2.1 Caracterização da Amostra

Foram concedidas ao Grupo de Estágio a responsabilidade de lecionar quatro turmas do ensino secundário, sendo duas turmas do ensino regular e duas turmas do Curso Profissional de Mecatrónica. À responsabilidade do estagiário ficaram afetas as duas turmas do Curso Profissional de Mecatrónica (MECA), uma de 11º Ano e outra de 12º Ano. Ficou decidido que cada estagiário lecionaria as mesmas turmas do início até ao final do ano letivo, uma vez que não se considerou vantajoso para os alunos, nem para os estagiários alterar de turma em cada período.

### 3.2.1.1 Caracterização da turma de 11º MECA

A turma do 11º MECA era constituída por 12 alunos do sexo masculino. A média de idades era de 18 anos, tendo o aluno mais novo 16 anos e o mais velho 19 anos. Existia um aluno com Necessidades Educativas Especiais. No entanto, não comprometia o desempenho motor, nem cognitivo.

As aulas de Educação Física eram lecionadas às segundas-feiras entre as 8:30h e as 10h. De uma forma sucinta e através das experiências vividas ao longo do ano letivo pode-se caracterizar a turma, na disciplina de Educação Física, com um aproveitamento geral bom, pois todos os alunos tiveram aproveitamento escolar, isto é não houve nenhum aluno que apresentasse um resultado final negativo. Quanto ao comportamento, de uma forma geral também foi considerado bom. Apenas dois alunos, por poucas vezes, apresentavam comportamentos desviantes e menos apropriados na sala de aula, mas era suficiente uma chamada de atenção para que a aula voltasse a decorrer conforme esperado.

### 3.2.1.2 Caracterização da turma de 12º MECA

A turma de 12º MECA era constituída por 13 alunos do sexo masculino. A média de idades era de 20 anos, tendo o aluno mais novo 17 anos e o mais velho 21 anos. Existia um aluno com Necessidades Educativas Especiais. No entanto não comprometia o desempenho motor, nem cognitivo.

Um aluno não pode realizar as aulas práticas da disciplina por motivos médicos, apresentando um atestado médico para comprovar a sua lesão. Este aluno realizou vários trabalhos escritos de acordo com o módulo que estava a ser lecionado.

As aulas de Educação Física eram lecionadas às quartas-feiras entre as 15:10h e as 16:40h. De uma forma sucinta e através das experiências vividas ao longo do ano letivo pode-se classificar a turma, na disciplina de Educação Física, com um aproveitamento geral bom, pois todos os alunos tiveram aproveitamento escolar. Quanto ao comportamento, de uma forma geral também foi considerado bom. Apenas dois alunos, por poucas vezes, apresentavam comportamentos desviantes e menos apropriados na sala de aula, mas era suficiente uma chamada de atenção para que a aula volta-se a decorrer conforme esperado.

### 3.2.1.3 - Modelo de Estrutura do Conhecimento do 11º MECA

#### Introdução

O Badminton, no seu todo, demonstra um papel social e pedagógico e é na escola que essa função possui uma extrema importância, uma vez que desenvolve em cada um dos alunos capacidades a nível cognitivo, sócio afetivo e motor.

É uma modalidade que visa socializar e privilegiar a atividade física e motivar os atletas para a prática desportiva, essencial para um estilo de vida saudável, em ambiente urbano. Para além disso, promove habilidades motoras básicas (movimentos fundamentais e combinados), reforçando o desenvolvimento da capacidade motora, nomeadamente, a força, resistência aeróbia, velocidade, flexibilidade e coordenação. Através da prática desta modalidade combate-se o sedentarismo.

Com a prática desta modalidade desportiva na escola, os alunos tendem a mostrar interesse em praticá-la fora da escola, como por exemplo, em associações, clubes ou mesmo somente por lazer. Com isto, há uma crescente possibilidade de que estes alunos se tornem em adultos ativos e mais saudáveis. Assim sendo, denota-se que a Educação Física possui um papel importante, quer a nível da motivação quer a nível da criação de novos hábitos desportivos, que por sua vez, servirá (neste caso o Badminton) como alicerce para a prática desta modalidade. Para a Educação Física ter o papel importante que anteriormente foi referido é necessário que não se descartem os Professores de Educação Física, cujo papel é fundamental na transmissão destes e outros valores, tais como a transmissão de conhecimentos.

Com este trabalho, Modelo de Estrutura do Conhecimento, adiante designado por “MEC”, pretendo elaborar um documento que auxilie a lecionação das aulas de Badminton bem como a sua planificação num determinado contexto e, para isso, poderá contar com uma estrutura semelhante à de Joan Vickers que foi o instrumento proposto para auxiliar o professor.

Assim, o MEC será dividido em 8 módulos, pretendendo ser o primeiro referente às categorias transdisciplinares; o segundo, ao contexto; o terceiro, aos alunos; o quarto, à extensão e sequência da matéria; o quinto, aos objetivos preconizados; o sétimo, às situações de aprendizagem; e o oitavo, à aplicação propriamente dita durante as aulas.

O MEC pretende assim assimilar e descrever todas as possíveis situações, tendo em conta o universo escolar em que se lecionam aulas, não podendo de qualquer forma ser ignorado o seu valor.

## Módulo 1 - Análise da Modalidade

### Cultura Desportiva

#### História e Evolução do Badminton

O Badminton nasceu na Índia com um nome original de “Poona”, através dos oficiais ingleses que se encontravam em serviço nesse país e que gostavam de praticar esse jogo. Em 1870 os oficiais levaram-no para a Europa e, aí, passou a chamar-se Badminton. Este nome derivou do local da partida jogada em 1870, na propriedade de Badminton que pertencia ao Duque de Beaufort's, em Gloucestershire, Inglaterra.

Só em 1877 se publicaram as primeiras regras do jogo, pelo Coronel H. O. Selby, em Carachi, enquanto em 1893 foi criada a Associação Inglesa de Badminton. A partir daí (1899), foram realizados os primeiros torneios de carácter internacional, em Westminster (Londres).

Em 1934 viria a ser fundada a Federação Internacional de Badminton (IBF), com oito membros: Canadá, Dinamarca, Escócia, França, Holanda, Inglaterra, Nova Zelândia e País de Gales, sendo a sua sede no local de origem, Gloucestershire. Os anos que se seguiram foram gloriosos pois os países membros aumentaram, após a participação da modalidade nos jogos olímpicos de Barcelona em 1992. Atualmente tem 130 países membros, com tendência de crescimento.

Existem seis torneios principais promovidos pela IBF: Thomas Cup (campeonato mundial masculino de equipas), Uber Cup (campeonato mundial feminino de equipas), Sudirman Cup (equipas mistas), World Championship, World Juniors e World Grand Prix Finals.

#### A História do Badminton em Portugal

Em Portugal existem registos da prática da modalidade desde 1895, na Figueira da Foz, ano em que foi oferecido um par de raquetes ao escritor Professor Doutor João de Barros, segundo relato de Henrique Pinto. Em 1924, na Ilha da Madeira, através de cidadãos ingleses residentes nesse local, em 24 de Julho, organizou-se um encontro, na Quinta Gertrudes (Vale Formoso - Funchal), entre as equipas “Azul” e “Branco” disputando uma taça de prata. A equipa vencedora foi a “Branco”, em que fizeram parte os seguintes elementos: Eng. Luís Peter Clode, Sr.<sup>a</sup> Portugal da Silveira, Maria Helena Ferreira de Andrade, Maria Ernestina Jardim, José de Santa Clara Gomes, entre outros.

Em Lisboa, 1926, no Triângulo Vermelho Português, existiam campos de Badminton marcados e alguns sócios realizavam jogos de Badminton, entre eles o Eng. Osterlande e as suas filhas.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Mas foi com Sr. Henrique Pinto, por volta de 1953, este gerente da Livraria Portugal, que aos fins-de-semana jogava com os seus empregados e amigos na sua casa em Aqualva, Cacém, que a divulgação da modalidade foi feita em vários pontos do país. A 19 de Fevereiro de 1954, Henrique Pinto remeteu a todos os clubes uma circular de forma a realizar-se uma reunião (realizada a 10 Março de 1954) para estabelecer as bases para uma futura Direção da Federação Portuguesa de Badminton. A 1 de Julho de 1954 foi criada a Federação Portuguesa de Badminton cujo primeiro presidente foi o próprio Henrique Pinto. O primeiro torneio foi organizado pelo Lisboa Ginásio Clube.

Presentemente a Federação Portuguesa de Badminton, encontra-se sediada na cidade das Caldas da Rainha, existindo onze Associações Regionais que cobrem praticamente todo o território nacional.

### O Badminton nas Olimpíadas

A primeira vez em que o Badminton figurou numa olimpíada foi nos Jogos Olímpicos de 1974, em Munique, com o estatuto de modalidade de demonstração. Em Seul, 1988, o Badminton foi jogado como modalidade de exibição.

Depois do Comité Olímpico reconhecer a magnitude da modalidade, promoveu o Badminton a modalidade olímpica nos Jogos Olímpicos de Barcelona, em 1992. A popularidade da modalidade foi provada nesta ocasião, quando mais ou menos 1,1 bilhões de pessoas assistiram aos oito dias de competição na televisão.

Como era de se esperar, os países asiáticos conquistaram a maioria das medalhas em jogo. A Indonésia ganhou as medalhas de ouro, prata e bronze na categoria de singulares masculinos, de ouro na categoria de singulares femininos e de prata na categoria de pares masculinos. A Malásia levou o bronze na categoria de pares masculinos. Nos Jogos Olímpicos de Atlanta, em 1996, a categoria de pares mistos foi incluída nas competições.

Por três ocasiões, Portugal conseguiu o apuramento e esteve representado nos Jogos Olímpicos. Em Barcelona através de Fernando Silva e Ricardo Fernandes e em Sidney e Atenas através de Marco Vasconcelos.

### Módulo 2 - Análise do Contexto

Para iniciar o estágio e estando num nível inicial num novo local de trabalho, é de extrema necessidade realizar uma análise das condições de aprendizagem pois é através delas que se tomarão conhecimentos em relação ao espaço de ensino, ao material disponível e às condições de segurança que se deverão ter em conta.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Se a informação for recolhida e analisada corretamente, permitirá, ao estagiário, uma melhor preparação das unidades temáticas e, por consequência, o sucesso da mesma. Estas informações permitirão igualmente a busca de soluções para eventuais imprevistos.

### Recursos Espaciais

Para esta unidade didática, Badminton, pudemos contar com um espaço coberto, o Pavilhão Municipal de Castelo Branco. Não existiam mais espaços exteriores ou interiores disponíveis por se encontrarem ocupados com as aulas das outras turmas.

### Recursos Materiais

Para a modalidade de Badminton, pudemos contar com diversos materiais e que se encontram descritos na Tabela 1.

Tabela 1 - Material de Badminton

Modalidade	Material	Quantidade	Local
Badminton	Raquetes	24	Arrecadação
	Volantes	30	Arrecadação
	Postes	6	Arrecadação
	Redes	1	Arrecadação
	Cones	10	Arrecadação

### Recursos Temporais

De acordo com a planificação anual da unidade didática de Badminton, decorreram 7 aulas, em blocos de 90 minutos.

### Recursos Humanos

A turma a que o estagiário lecionará aulas é composta por 12 alunos, todos eles do género masculino. Um dos alunos possui Necessidades Educativas Especiais.

### Módulo 3 - Análise dos alunos

A análise dos alunos é um aspeto bastante importante e a sua análise deverá ter um especial cuidado pois é através deles que se observarão as evoluções dos planos realizados, bem como, as habilidades lecionadas e trabalhadas.

#### Estrutura da Turma

A turma do 11º MECA é constituída por 12 alunos. Um destes alunos pertencia ao grupo NEE`s (Necessidades Educativas Especiais). A média de idades dos alunos da turma encontra-se nos 18 anos, tendo o aluno mais novo 16 anos e o mais velho 19 anos.

#### Análise da turma através da Avaliação Diagnóstica

A turma realizou avaliação Diagnóstica. Os conteúdos analisados na avaliação Diagnóstica foram os gestos técnicos da modalidade, nomeadamente, Posição Base, Pega da raquete, Deslocamentos, Serviço Curto, Serviço Longo, Clear, Lob, Amorti, Drive e Remate/Smash (Tabela 2).

Tabela 2 - Avaliação Diagnóstica Qualitativa

	Posição Base	Pega	Deslocamentos	Serviço Curto	Serviço Longo	Clear	Lob	Amorti	Drive	Remate/ Smash
Aluno n.º 1	R	R	R	R	NR	R	NR	NR	NR	R
Aluno n.º 2	RB	R	R	R	NR	R	R	RB	NR	RB
Aluno n.º 3	NR	R	R	R	NR	NR	NR	R	NR	NR
Aluno n.º 4	R	RB	R	R	NR	R	NR	R	R	R
Aluno n.º 5	NR	R	RB	RB	NR	R	NR	RB	NR	NR
Aluno n.º 6	NR	R	R	R	NR	R	NR	R	NR	R
Aluno n.º 7	R	R	NR	NR	NR	R	NR	R	NR	R
Aluno n.º 8	R	R	R	R	NR	R	NR	NR	NR	R
Aluno n.º 9	R	R	R	R	NR	R	NR	NR	NR	R
Aluno n.º 10	RB	R	R	R	NR	RB	NR	R	NR	NR
Aluno n.º 11	R	R	R	R	NR	R	NR	R	NR	NR
Aluno n.º 12	NR	R	R	R	NR	R	NR	R	NR	R

Legenda	
NR	Não Realiza
R	Realiza
RB	Realiza Bem

Todos os alunos realizaram a avaliação Diagnóstica, percebendo-se que os alunos se encontravam num nível médio de “Realiza”, tendo sido apenas em alguns gestos técnicos que os alunos menos se destacaram. A avaliação foi feita com valores de 1 a 3. Sendo o 1 “ não realiza”, 2 “ realiza” e 3 “ realiza bem” (Tabela 3).

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 3: Avaliação Diagnóstica Quantitativa

	Posição Base	Pega	Deslocamentos	Serviço Curto	Serviço Longo	Clear	Lob	Amorti	Drive	Smash	Média do aluno	Média do aluno
Aluno n.º 1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1,5	2
Aluno n.º 2	3	2	2	2	1	2	2	3	1	3	2,1	2
Aluno n.º 3	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1,4	1
Aluno n.º 4	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1,9	2
Aluno n.º 5	1	2	3	3	1	2	1	3	1	1	1,8	2
Aluno n.º 6	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1,6	2
Aluno n.º 7	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1,5	2
Aluno n.º 8	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1,6	2
Aluno n.º 9	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1,6	2
Aluno n.º 10	3	2	2	2	1	3	1	2	1	1	1,8	2
Aluno n.º 11	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1,6	2
Aluno n.º 12	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1,6	2
Média por gesto	1,83	2,08	2	2	1	1,92	1,1	1,92	1,08	1,75		
Média por gesto	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2		

Relativamente à Posição Base (Figura 2), 50% dos alunos encontra-se no nível 2, considerado um nível médio. No entanto, 33% dos alunos encontra-se no nível 1, pelo que o Professor terá de corrigir a Posição Base desses alunos. Ao longo da Avaliação Diagnóstica constatou-se que os alunos têm dificuldade em realizar este gesto técnico devido à falta de alguma coordenação motora e não por desinteresse.

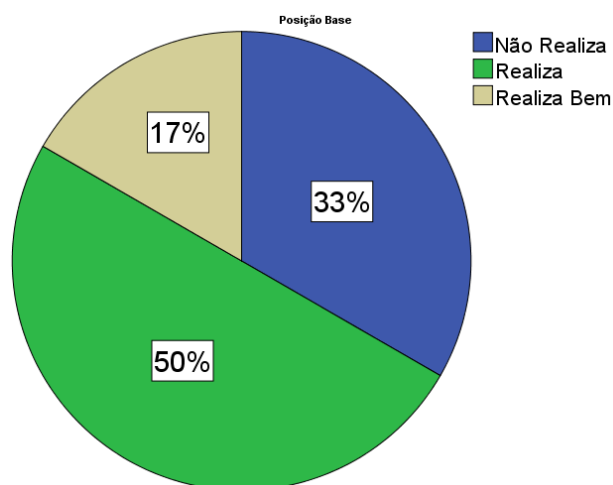


Figura 2 - Percentagem de desempenho na Posição Base

Quanto à Pega, a maior parte dos alunos situa-se no nível médio, sendo escassos os alunos que se situam no nível 3. A maior parte dos erros observados nos alunos e que fez com que fossem considerados no nível 2, foi o facto de não existir estabilidade e firmeza aquando do batimento. Esta situação proporcionou assim, uma menos boa execução de qualquer gesto técnico utilizado posteriormente (Figura 3).

## Relatório de Estágio Pedagógico

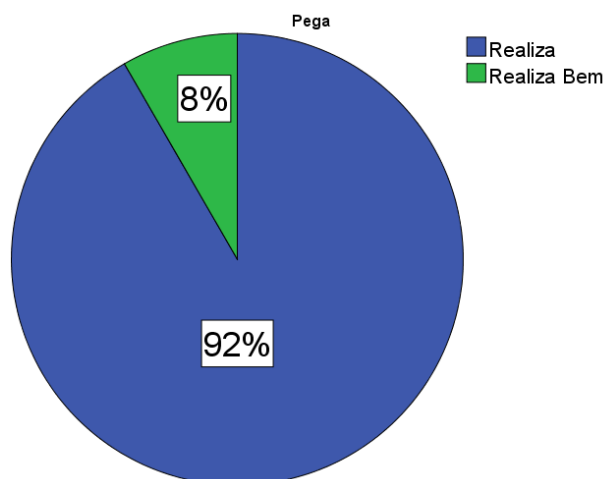


Figura 3 - Percentagem de desempenho na Pega

Já nos Deslocamentos, os alunos encontram-se num nível médio, no entanto, existem alunos que ainda não se deslocam de forma rápida e eficaz. Existe um aluno que tem problemas de coordenação motora ao qual foi atribuído o nível mais baixo. A maioria proporcionava jogos razoáveis, mas por vezes lentos. No entanto existia um aluno com um nível acima da média, como se pode comprovar na Figura 4.

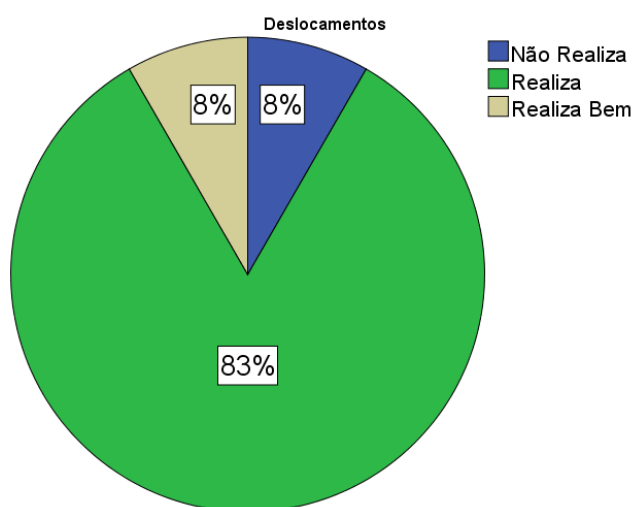


Figura 4 - Percentagem de desempenho nos Deslocamentos

Os alunos, no Serviço Curto, encontram-se num nível maioritariamente médio, nível dois, provavelmente por ser o Serviço que aprenderam em outros anos letivos. No entanto há alunos que não conseguem executar o Serviço Curto por má realização da pega na volante (Figura 5).

## Relatório de Estágio Pedagógico

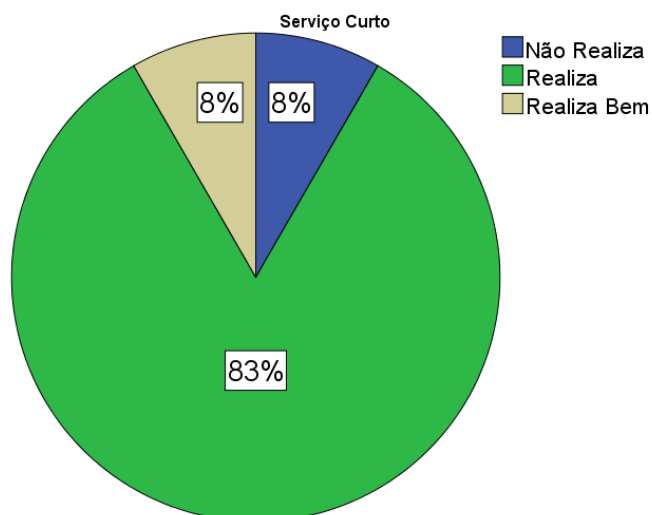


Figura 5 - Percentagem de desempenho no Serviço Curto

Não houve um único aluno a realizar Serviço Longo. No final da aula percebeu-se que nenhum deles tinha conhecimento do gesto técnico (Figura 6).

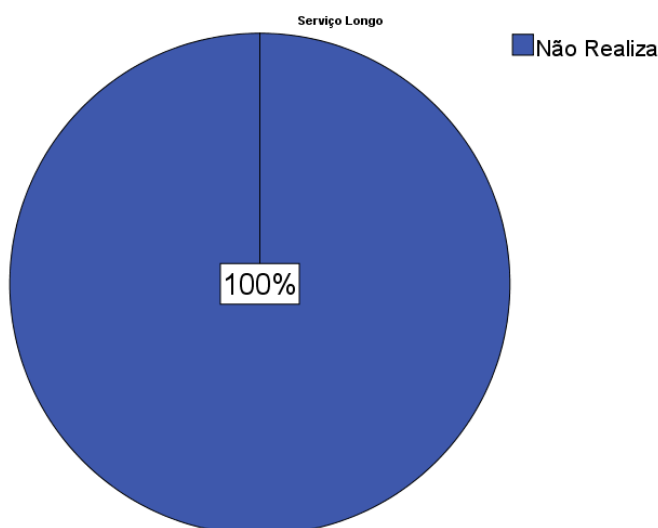


Figura 6 - Percentagem de desempenho no Serviço Longo

Quanto à técnica de Clear, os alunos continuam a demonstrar um nível médio. No final da aula percebeu-se que eles realizam essa técnica, pensando que estavam a realizar remate. No esclarecimento de dúvidas, o Professor Estagiário demonstrou e explicou as duas técnicas. Os alunos ficaram esclarecidos quanto às várias técnicas existentes e utilizadas no Badminton (Figura7).

## Relatório de Estágio Pedagógico

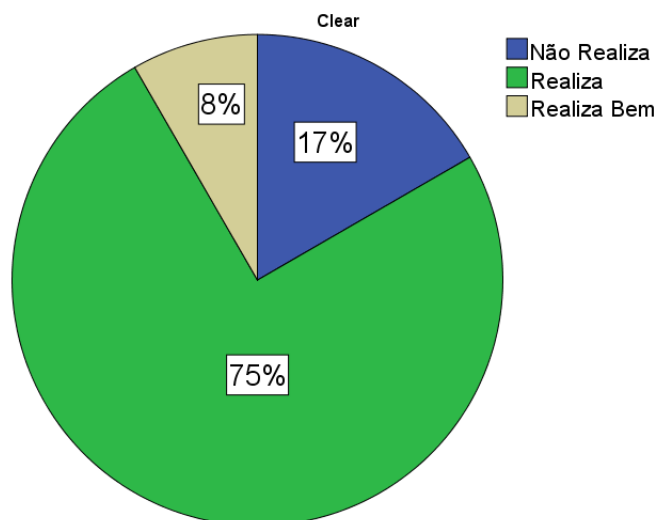


Figura 7 - Percentagem de desempenho no Clear

Na técnica de Lob, o nível dos alunos é baixo. Apenas um aluno realizava Lob. Os alunos desconheciam totalmente a técnica. No entanto, o aluno que realizava Lob executava-a a nível médio mas a execução não era totalmente adequada (Figura 8).

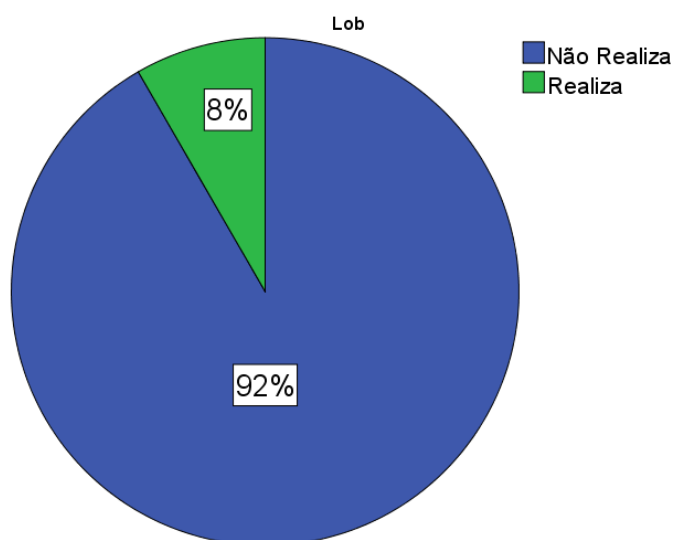


Figura 8 - Percentagem de desempenho no Lob

Na técnica de Amorti, o nível dos alunos era médio. Existiam alunos que a realizavam muito bem, no entanto existiam 25% de alunos que não conseguiam executar o gesto. Isto devia-se a uma má pega na raquete e a uma má leitura de distância da rede, pois havia alunos a tentar executar um amorti do fundo do campo (Figura 9).

## Relatório de Estágio Pedagógico

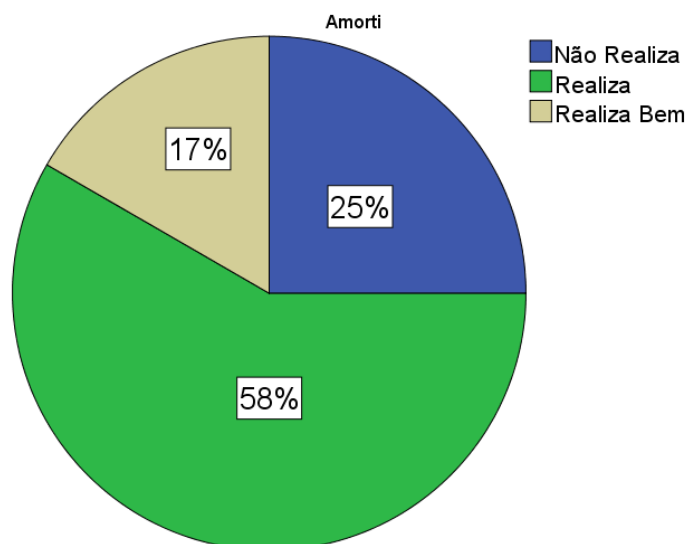


Figura 9 - Percentagem de desempenho no Amorti

A maioria dos alunos não realizava a técnica de Drive, por total desconhecimento da técnica. No entanto o aluno que a realizava era a um nível médio e a execução não era de todo adequada (Figura 10).

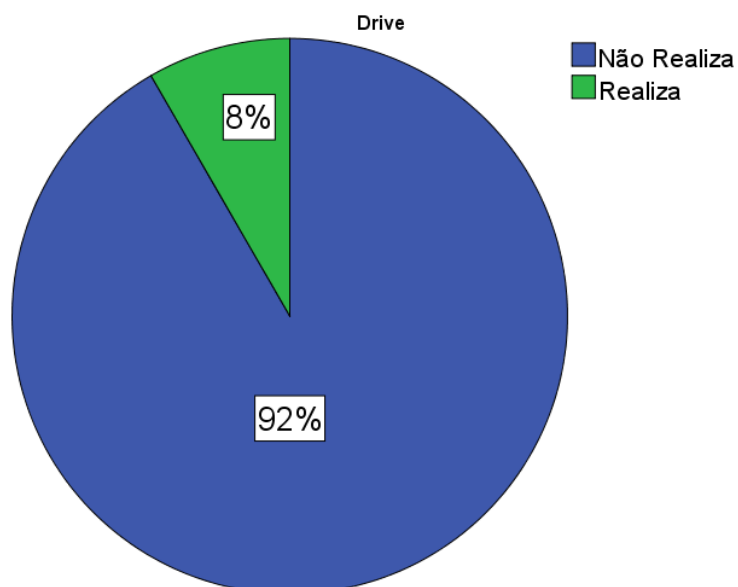


Figura 10 - Percentagem de desempenho no Drive

Na técnica de Smash, apenas um aluno não conseguia executar o gesto. A maioria dos alunos encontra-se no nível médio de realização, havendo ainda alunos a realizar a técnica num nível bastante acima da média e com uma grande taxa de sucesso (Figura 11).

## Relatório de Estágio Pedagógico

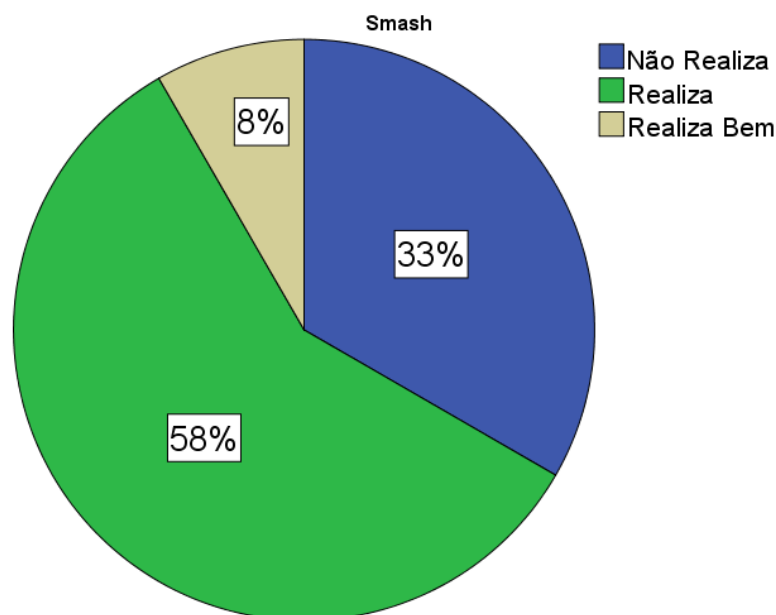


Figura 11 - Percentagem de desempenho no Smash

### Análise da turma através da Avaliação Sumativa

Ao longo das aulas, os alunos foram exercitando as capacidades onde possuíam mais dificuldades, encontrando-se de acordo com o programa de Educação Física do Ministério da Educação e, no momento da Avaliação Sumativa, efetuada no final do módulo, pode-se observar na Tabela 4 a evolução dos alunos nos diferentes gestos técnicos.

Tabela 4 - Avaliação Sumativa

	Posição Base	Pega	Deslocamentos	Serviço	Clear	Lob	Amorti	Drive	Smash	Nota Final	Nota Final (valores)
Aluno n.º 1	10	20	6	13	15	12	6	11	9	11,3	11
Aluno n.º 2	20	20	18	15	15	15	18	14	17	16,8	17
Aluno n.º 3	10	20	14	15	15	12	16	5	7	12,6	13
Aluno n.º 4	20	20	14	18	15	17	12	6	10	14,6	15
Aluno n.º 5	20	20	12	14	16	9	16	5	14	12,6	13
Aluno n.º 6	20	20	14	14	18	16	12	0	14	14	14
Aluno n.º 7	10	20	13	13	14	10	15	5	10	12,2	12
Aluno n.º 8	20	20	15	19	17	15	16	15	18	17,2	17
Aluno n.º 9	10	20	14	15	16	15	14	4	18	14	14
Aluno n.º 10	20	20	16	16	16	14	13	12	15	15,8	16
Aluno n.º 11	10	20	16	15	15	13	13	0	12	12,7	13
Aluno n.º 12	10	20	10	12	16	15	16	0	9	12	12

## Relatório de Estágio Pedagógico

Os parâmetros qualitativos “não realiza”, “realiza”, e “realiza bem”, foram convertidos em parâmetros quantitativos, onde o critério “não realiza” se encontra definido entre os 0 valores e os 7 valores, “Realiza” entre os 8 valores e os 14 valores e, finalmente, o critério “Realiza bem” encontra-se entre 15 valores e 20 valores.

Desta forma, obteve-se os valores descritos nos diferentes gráficos, seguidamente apresentados.

A figura 12 mostra que os alunos evoluíram bastante. Pois os alunos que não realizavam a Posição Base, durante a Avaliação Diagnóstica, neste momento já realizam. A percentagem do nível em que realizam bem também aumentou. Com estes valores pode-se afirmar que houve aprendizagem por parte dos alunos.

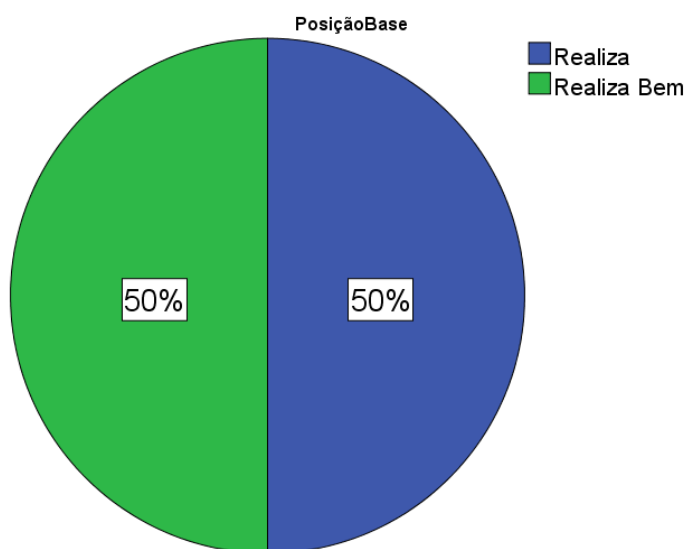


Figura 12 - Percentagem de desempenho da Posição Base na Avaliação Sumativa

Quanto à Pega Universal aprendida nas aulas, todos os alunos alcançaram o nível mais elevado uma vez que todos os alunos a realizavam bem. Houve imensos ganhos nesta matéria, como mostra a Figura 13.

## Relatório de Estágio Pedagógico

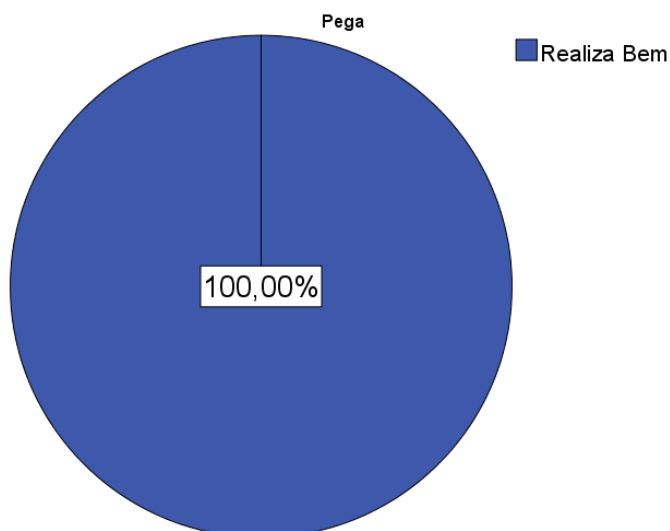


Figura 13 - Percentagem de desempenho da Pega Universal na Avaliação Sumativa

Relativamente aos Deslocamentos, houve aprendizagem por parte dos alunos. Alguns dos que estavam no nível médio, evoluíram para o nível mais elevado. No entanto o aluno que apresentava descoordenação motora na avaliação Diagnóstica, não evoluiu o suficiente para alcançar o nível médio (Figura 14).

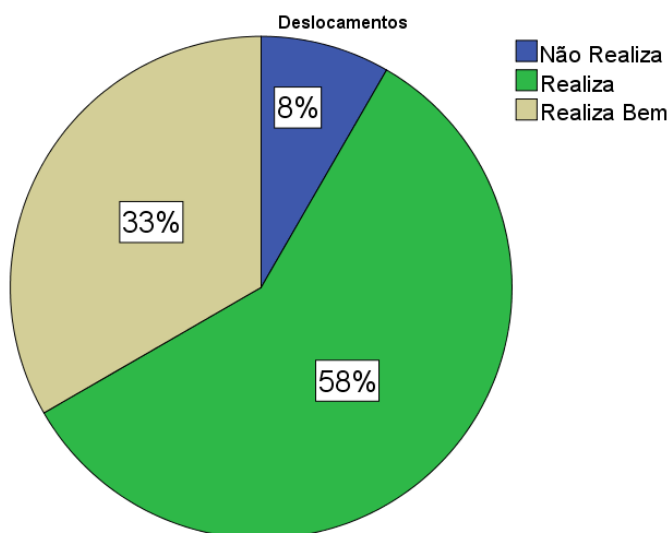


Figura 14 - Percentagem de desempenho nos deslocamentos na Avaliação Sumativa

Na Avaliação Sumativa decidiu-se avaliar os Serviços Curto e Longo de forma conjunta. Neste gesto técnico, também ocorreram melhorias no desempenho dos alunos. O aluno que não conseguia realizar o Serviço Curto aprendeu e realiza o gesto técnico. Houve ainda alunos a melhorar muito o seu desempenho, subindo assim para o nível mais elevado (Figura 15).

## Relatório de Estágio Pedagógico

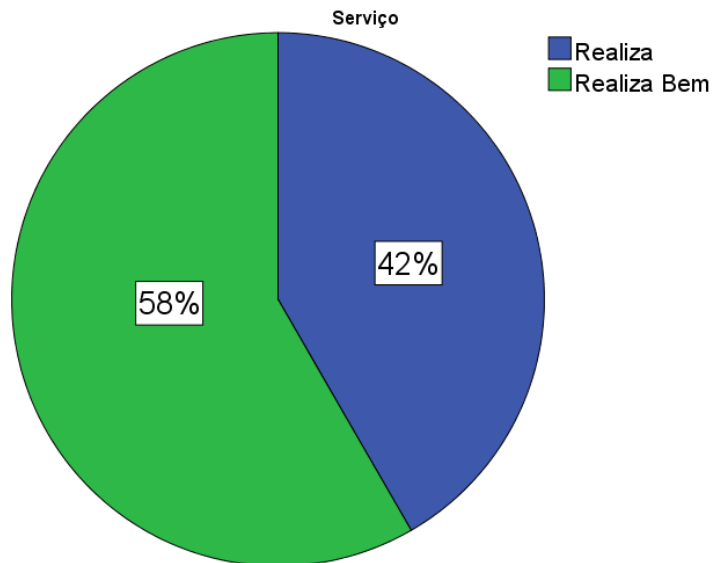


Figura 15 - Percentagem de desempenho do Serviço na Avaliação Sumativa

Na técnica de Clear puderam observar-se imensos ganhos por parte de todos os alunos, excetuando um aluno que não conseguia realizar o gesto técnico (Figura 16). Salienta-se o facto de o aluno não ter realizado algumas aulas, o que pode ter contribuído para o desempenho inferior aos colegas.

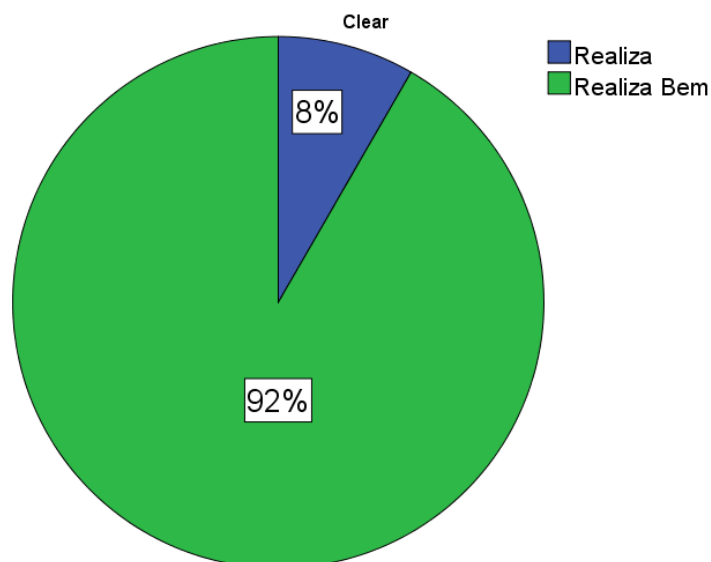


Figura 16 - Percentagem de desempenho no Clear na Avaliação Sumativa

Quanto ao Lob, foi onde se verificou maior número de ganhos, pois na Avaliação Diagnóstica apenas um aluno realizava a técnica e 92% dos alunos não realizava. No final da

## Relatório de Estágio Pedagógico

Avaliação Sumativa, 50% dos alunos realiza bem o gesto técnico e 50 % realiza a técnica a nível médio (Figura 17).

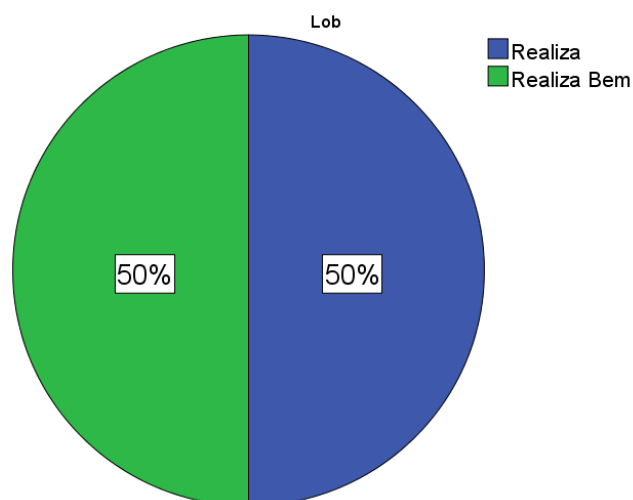


Figura 17 - Percentagem de desempenho do Lob na Avaliação Sumativa

Relativamente ao Amorti, na Avaliação Sumativa 50% dos alunos realiza bem a técnica, enquanto na Avaliação de Diagnóstica apenas 17% o fazia. Neste momento final só há um aluno que não realiza o gesto técnico. Quanto aos alunos que realizavam o Amorti num nível médio diminui de 58% para 42% (Figura 18).

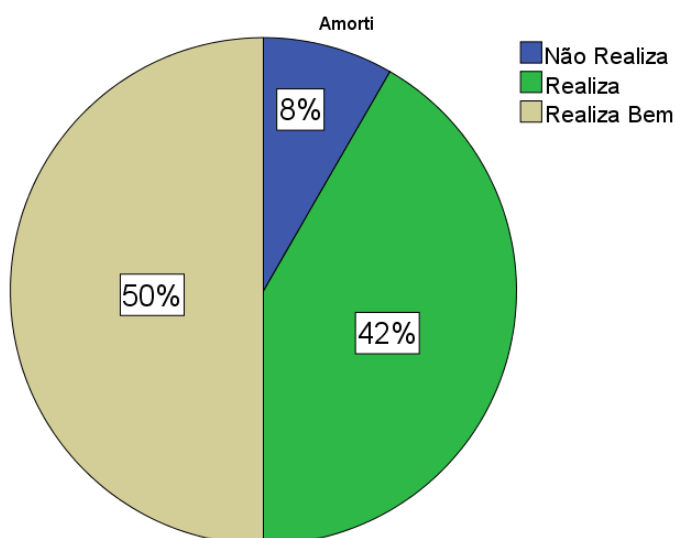


Figura 18 - Percentagem de desempenho de Amorti na Avaliação Sumativa

Também na técnica de Drive, existiu aprendizagem dos alunos, pois na Avaliação Diagnóstica 92% dos alunos não realizavam a técnica e este valor desceu para 67% durante a

## Relatório de Estágio Pedagógico

Avaliação Sumativa. Neste momento de avaliação um aluno realiza bem e os restantes 25% realizam Drive a um nível médio (Figura 19).

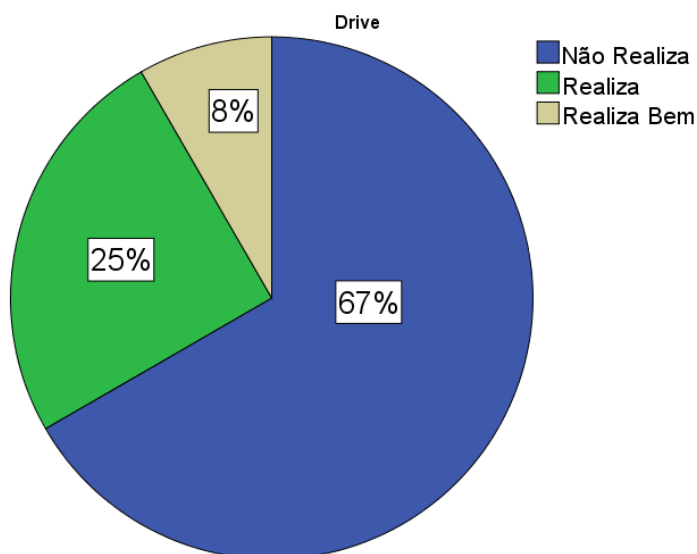


Figura 19 - Percentagem de desempenho do Drive na Avaliação Sumativa

Os alunos também melhoraram o desempenho na técnica de Smash, pois na Avaliação Diagnóstica 33% não realizava a técnica, 58% realizava-a e apenas 8% a realizava bem e no momento final da Avaliação, apenas um aluno (8%) ainda não realiza a técnica e a percentagem de alunos que a realiza bem cresceu para 33% (Figura 20).

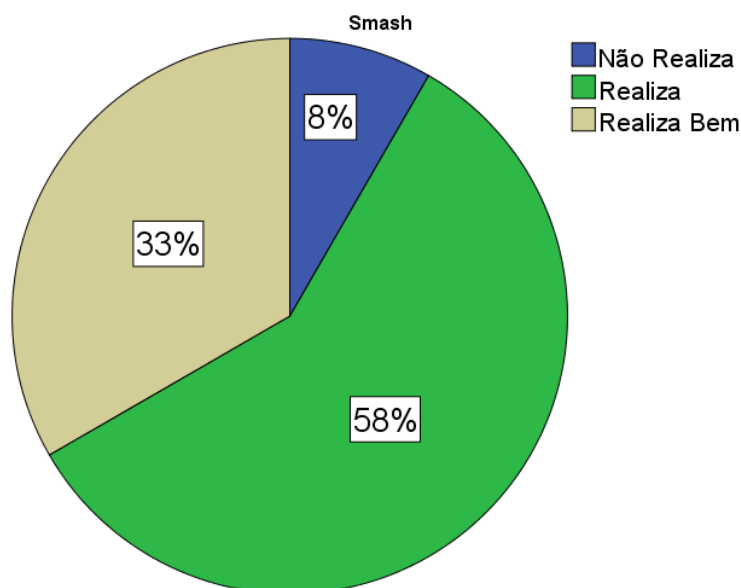


Figura 20 - Percentagem de desempenho do Smash na Avaliação Sumativa

Analisando a tabela de Avaliação Sumativa e, comparando-a com a de Avaliação Diagnóstica, percebe-se que os alunos evoluíram positivamente em todos os aspetos. Caso

## Relatório de Estágio Pedagógico

existisse mais tempo, provavelmente os alunos obteriam valores ainda mais elevados. Em suma, a evolução dos alunos, no geral, foi notória em todos os gestos técnicos.

### Módulo 4 - Extensão e Sequência dos conteúdos

#### Unidade Didática

A Unidade Didática apresenta ao professor e também aos alunos, etapas claras e distintas do processo de ensino/aprendizagem constituindo um contributo para a melhor concretização dos objetivos propostos na planificação anual.

Neste nível de planificação o professor define o contributo específico por cada módulo no âmbito dos objetivos da Educação Física relativos a cada nível de ensino, tendo em atenção:

- O contributo para o desenvolvimento de habilidades e capacidades motoras;
- Os conhecimentos a apreender;
- O contributo para a formação e educação.

As aulas só terão qualidade quando inseridas num processo claramente definido e orientado por objetivos concretos. Aqui reside o papel fulcral das Unidade Didáticas.

Mediante as condições existentes há que tomar decisões acerca da melhor forma de organizar a Unidade Didática.

Mais do que distribuir matéria pelas diferentes aulas e a planificação das mesmas, deve definir a função didática predominante de cada aula, aquilo em que o professor se deve concentrar e a organização didático - metodológica a seguir.

Da estrutura do módulo surge a primeira aula, para avaliação Diagnóstica das capacidades técnicas e motoras dos alunos, contendo situações analíticas (para avaliação da técnica individual) e para avaliação em situação de jogo (com o fim de observar os comportamentos dos alunos durante o mesmo).

A realização da observação Diagnóstica antecedeu a definição do respetivo módulo, tendo como principal objetivo a coerência entre o planeamento e o nível de prestação motora inicial apresentada pelos alunos. Então fixaram-se os objetivos a atingir, de forma a tornar a matéria acessível e motivante para todos os alunos. A este nível de planificação, o professor terá de ter em conta:

- O nível de exigência a colocar;
- O tempo necessário para a transmissão, exercitação e consolidação das matérias;
- Como e quando realizar os controlos e avaliação.

## Relatório de Estágio Pedagógico

No que concerne à avaliação, esta também permitirá estabelecer uma comparação entre o nível inicial evidenciado pelos alunos e o nível final após a transmissão dos diversos conteúdos.

A tabela 5 resume o que foi abordado ao longo do módulo, pretendendo-se uma análise capaz de fazer melhorar as capacidades e conhecimentos dos alunos.

### Justificação da Unidade Didática

Esta Unidade Didática - Badminton - decorreu no primeiro período ao longo de 7 aulas, sendo a primeira aula a avaliação Diagnóstica a fim de perceber em que nível os alunos se encontram e para que se possa gerir de maneira produtiva as aulas de consolidação.

Apesar do escalão etário dos alunos, verificou-se que estes se encontram, na sua grande maioria, numa fase mediana, pelo que houve a necessidade de começar pelo básico.

Assim sendo, na primeira aula foi realizada a avaliação Diagnóstica, onde se pôde observar as diversas fragilidades dos alunos. Na seguinte foi lecionado as técnicas de Posição Base, Serviço curto e longo, Clear e jogo formal.

Na terceira aula foi consolidado o serviço curto e longo, Clear e jogo formal e iniciou-se a técnica de Lob.

Nas aulas seguintes foram sempre realizados exercícios de consolidação das diversas técnicas aprendidas e ainda a iniciação e consolidação da técnica de Amorti, Drive e Smash. Em todas as aulas foi realizado um torneio entre os alunos (Tabela 5).

De referir que nestas aulas, apenas foram dadas algumas indicações aos alunos de modo a corrigir alguns erros mais grosseiros.

Nas duas últimas aulas foi realizada a Avaliação final individualmente, isto é jogo formal 1x1, em que só um aluno era avaliado por jogo.

Tendo conhecimento acerca do local de ensino, material disponível e número de alunos optamos por uma unidade didática com a duração de 7 blocos de 90 minutos, durante a qual a modalidade é abordada nos seus variados aspetos (regulamento, técnica, etc.)

Em reunião com o Orientador, decidiu-se que seria vantajoso os alunos conhecerem todas as técnicas do Badminton, mesmo que a duração do módulo não fosse muito elevado. Penso que de uma forma geral todos os alunos ficaram a conhecer mais um pouco da modalidade de Badminton e que foi vantajoso para todos eles.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 5 - Planificação da Unidade Didática

Duração			90'							
Aulas			6	7	8	9	10	11	12	
Conteúdos										
Habilidades Motoras	Posição Base		Ad	I	C	C	C	A	A	
	Serviço		Ad	I	C	C	C	A	A	
	Amorti		Ad			I	C	A	A	
	Drive		Ad				I/C	A	A	
	Lob		Ad		I	C	C	A	A	
	Remate/Smach		Ad				I/C	A	A	
	Clear		Ad	I	C	C	C	A	A	
	Jogo Competitivo		Ad	I	C	C	C	A	A	
Fisiologia do Treino e Condição Física	Ativação Geral		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	Condição Física	Capacidades Condicionais	Resistência aeróbia	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
			Força	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
			Velocidade	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Condição Física	Capacidades Coordenativas	Ritmo	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
			Reação	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
			Orientação	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Retorno à calma		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
Conceitos Psicossociais	Cooperação		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	Respeito		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	Espírito de Equipa		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	Atenção		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Cultura Desportiva	História		✓							
	Regras e Segurança		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
	Equipamento		✓							

Legenda: Ad - Avaliação diagnóstica; I- Introdução da técnica; C - Consolidação; A- Avaliação

### Módulo 5 - Determinação de Objetivos

Neste módulo é pretendido descrever o que se pretende atingir com a realização desta unidade didática, mais concretamente, com os alunos. Assim, estão descritos mais abaixo os objetivos preconizados e que foram trabalhados (Tabelas 6, 7, 8 e 9).

Estes objetivos foram definidos pelo gabinete de Educação Física. A articulação destes objetivos com as capacidades dos alunos estará em conformidade com o Programa Nacional de Educação Física, uma vez que a unidade didática no 11º ano em Cursos Profissionais é de nível Elementar.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 6 - Habilidades motoras

Habilidades Motoras	
Objetivos Gerais	Objetivos Específicos
Realizar corretamente todos os exercícios propostos.	Aprender o jogo pelo jogo, recorrendo a formas reduzidas e lúdico-competitivas, contendo os elementos técnicos básicos do Badminton; Aprender a técnica que o nível de jogo vai requisitando; Desenvolver as capacidades coordenativas e condicionais.

Tabela 7 - Cultura Desportiva

Cultura Desportiva	
Objetivos Gerais	Objetivos Específicos
Familiarizar os alunos com a modalidade.	Conhecer a origem e evolução histórica da modalidade; Conhecer os seus princípios e regras fundamentais; Identificar e caracterizar os elementos técnicos e táticos fundamentais. Conhecer a regras de segurança; Conhecer o equipamento a utilizar ao longo das aulas.

Tabela 8 - Conceitos Psicossociais

Conceitos Psicossociais	
Objetivos Gerais	Objetivos Específicos
Fazer do desporto uma maneira de desenvolver os conceitos psicossociais intrínsecos aos indivíduos.	Desenvolver o interesse pela modalidade, bem como a concentração na aprendizagem; Desenvolver o espírito de cooperação; Desenvolver a relação «agressividade» / autocontrolo; Respeitar as regras do jogo bem como as decisões da arbitragem; Respeitar os colegas e o professor; Ser independente e autónomo na realização das tarefas; Ser responsável em relação ao material que utilizar.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 9: Fisiologia do Treino e Condição Física

Fisiologia do Treino e Condição Física	
Objetivos Gerais	Objetivos Específicos
<p>Predispor os alunos para as atividades a serem realizadas no decorrer da aula através da ativação geral;</p> <p>Desenvolver e melhorar as capacidades condicionais (Força, equilíbrio e coordenação) e coordenativas (Ritmo, coordenação e orientação) através dos exercícios propostos nas aulas;</p> <p>Melhorar a resistência muscular dos alunos através do retorno à calma.</p>	<p>Desenvolver a orientação espacial, importante na percepção espacial do espaço envolvente;</p> <p>Desenvolver o ritmo, importante para manter um movimento contínuo;</p> <p>Desenvolver a coordenação, para executar as diferentes ações técnicas em simultâneo.</p> <p>Desenvolver a velocidade de reação, deslocamento e execução, para conseguir realizar as técnicas de maneira contínua.</p>

### Módulo 6 - Configuração da Avaliação

A avaliação desta unidade didática será configurada em três momentos: A avaliação Diagnóstica, a avaliação formativa e a avaliação sumativa.

Em relação à primeira, será realizada na primeira aula desta unidade didática, pelo que o seu principal objetivo será obter informações específicas sobre a disponibilidade física, técnica de cada aluno, analisando os níveis em que cada aluno se encontra e quais os níveis a trabalhar para a concretização dos objetivos. Já na segunda, avaliação formativa, é a que decorrerá na aula seguinte à aula Diagnóstica até ao dia da avaliação sumativa, pois é através dela que se analisará a evolução dos alunos, bem como o empenho de cada um em consolidar as técnicas. Na última avaliação, avaliação sumativa, tem como objetivo fazer a análise geral da unidade didática, ou seja, fazer um balanço de maneira a perceber até que ponto os alunos evoluíram.

Os critérios de avaliação foram definidos pelo Professor Estagiário em conjunto com o Professor Orientador na escola e permitirão classificar quantitativamente o aluno tendo em conta os exercícios criados para esse efeito.

A avaliação final do período será realizada através dos resultados/classificação obtida na Avaliação Sumativa, obtendo assim a nota do módulo de Badminton.

### Domínios a Avaliar

#### Domínio Motor

Aqui será avaliado a competência na realização dos diversos exercícios e a aplicação das diferentes técnicas pelos alunos. Inclui-se neste domínio um outro, domínio socio afetivo, que visa tudo aquilo que são comportamentos tidos com os colegas e professores durante a aula.

Possui uma cotação final na nota desta unidade didática de 30%.

#### Domínio Técnico

Neste ponto, serão avaliadas as técnicas inerentes à modalidade de Badminton, sendo a sua cotação de 70% da nota total desta unidade didática.

### Avaliação de alunos dispensados da componente prática

A avaliação dos alunos, que se encontrem dispensados da componente prática por motivo justificável, penderá no domínio cognitivo e no domínio sócio afetivo possuindo para isso os seguintes cotações:

✓ Domínio Cognitivo (Relatório Aulas/Teste Escrito/ Trabalho teórico)

Este domínio tem um peso de **70%** da nota final e onde os trabalhos por Unidade Didática, os relatórios das aulas e os testes escritos são cotados de 0 a 200 valores.

✓ Domínio sócio afetivo (Atitudes/Valores/Auxilio ao Professor)

Este domínio tem um peso de **30%** da nota final. São avaliadas as competências transversais do aluno, tendo em conta a sua situação na aula.

### Módulo 7 - Progressões do Ensino Aprendizagem

No módulo 7 é pretendido apresentar as situações de aprendizagem relativas à unidade didática de Badminton (Tabelas 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17 e 18). Com estas progressões é desejado que os alunos evoluam as suas capacidades e habilidades, melhorando de uma aula para a outra, até ao final da unidade didática.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 10 - Exercícios para Posição Base

Posição Base - Exercícios		
	Situação de Aprendizagem	Esquema
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Corrida contínua à volta do campo de Badminton; Numa lateral do campo, os alunos realizam posição base de um cone ao outro; na outra parte lateral do campo, realizam exercícios dinâmicos em corrida (bacia, ombros, pulsos, cabeça etc.).</li> </ul>	

Tabela 11 - Exercícios para Deslocamentos

Deslocamentos - Exercícios		
	Situação de Aprendizagem	Esquema
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Estafetas - O campo está dividido em dois corredores. Os alunos terão que a cada batimento trocar com o colega que está do lado de fora do campo, utilizando apenas deslocamentos.</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ O exercício será realizado a pares. Cada par tem que se deslocar ao longo da rede realizado batimento com a raquete com objetivo de não deixar cair o volante. Podem apenas realizar deslocamentos. Quando cada par chegar ao final da rede, irá volta ao início e repetir.</li> </ul>	

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 12 - Exercícios para Serviço

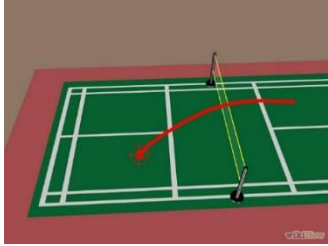
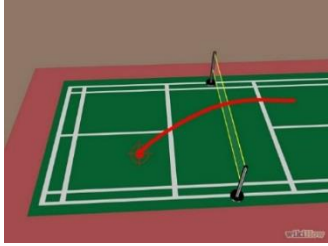
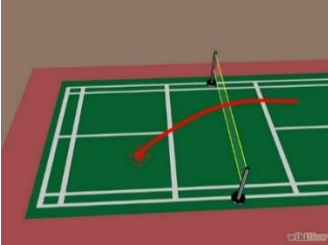
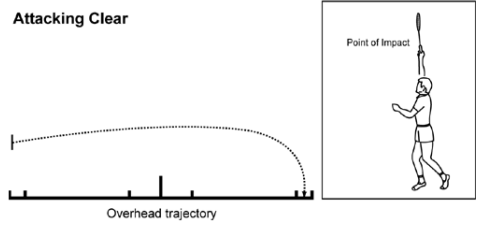
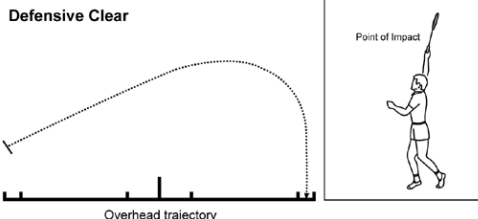
Serviço - Exercícios		
	Situação de Aprendizagem	Esquema
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Os alunos estarão em pares distribuídos pelos campos existentes e realizam serviço curto. É obrigatório realizar serviço cruzado e no lado correspondente aos pontos pares e ímpares.</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Os alunos estarão em pares distribuídos pelos campos existentes e realizam serviço longo. É obrigatório realizar serviço cruzado e no lado correspondente aos pontos pares e ímpares.</li> </ul>	
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Os alunos estarão em pares distribuídos pelos campos existentes e realizam serviço curto e serviço longo. É obrigatório realizar serviço cruzado e no lado correspondente aos pontos pares e ímpares.</li> </ul>	

Tabela 13 - Exercícios para Clear

Clear - Exercícios		
	Situação de Aprendizagem	Esquema
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Os alunos estarão dispostos ao longo da rede, frente a frente, realizando a técnica de Clear ofensivo.</li> </ul>	<p><b>Attacking Clear</b></p> 
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Os alunos estarão dispostos ao longo da rede, frente a frente, realizando a técnica de Clear defensivo.</li> </ul>	<p><b>Defensive Clear</b></p> 

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 14 - Exercícios para Lob

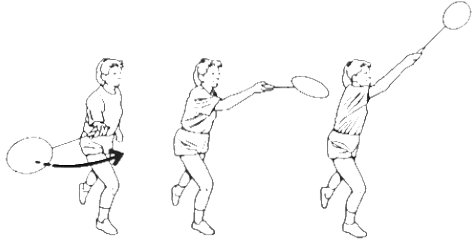
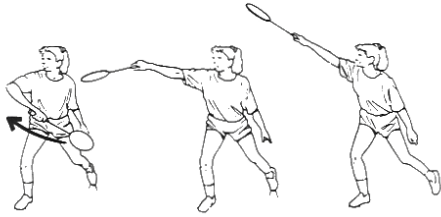
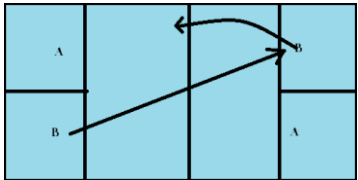
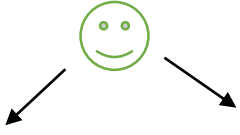

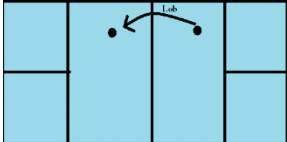
Lob - Exercícios		
	Situação de Aprendizagem	Esquema
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Os alunos estarão dispostos ao longo da rede, frente a frente, realizando a técnica de Lob á direita.</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Os alunos estarão dispostos ao longo da rede, frente a frente, realizando a técnica de Lob á esquerda.</li> </ul>	
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Devolver o volante, que é lançado em serviço, realizando com intencionalidade um dos seguintes elementos técnicos (lob ou amorti) tendo em conta a posição do adversário e a trajetória do volante.</li> </ul>	

Tabela 15 - Exercícios para Amorti

Amorti - Exercícios		
	Situação de Aprendizagem	Esquema
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Todos os alunos colocados em fila atrás da linha de fundo. À indicação do professor, o 1.º da fila sobe até ao meio campo e realiza um amorti no lado direito, volta ao meio e realiza um amorti do lado esquerdo, vai apanhar os volantes e volta para o fim da fila.</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Os alunos estarão dispostos em pares, frente a frente. Cada par realiza as técnicas de serviço curto, amorti, clear e lob.</li> </ul>	
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Dois alunos frente a frente, com um volante e raquete, realizam o Amorti e lob consecutivamente entre si tentando dar o maior número de toques possível sem deixar cair o volante.</li> </ul>	

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 16 - Exercícios para Drive

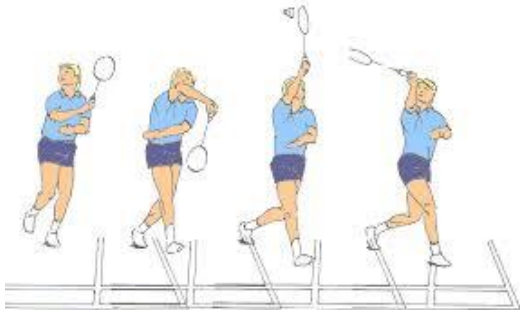
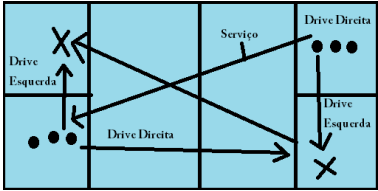
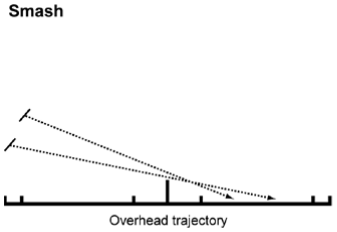
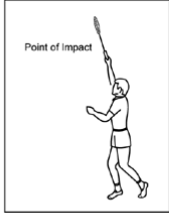


Drive - Exercícios		
1	Situação de Aprendizagem	Esquema
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Os alunos estarão dispostos ao longo da rede, frente a frente, realizando a técnica de Drive. Um dos alunos ataca e tenta fazer ponto, o outro defende usando a técnica de Drive.</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>Os alunos iniciam o exercício efetuando serviço para o lado oposto do campo. O colega que faz a recepção ao serviço deverá fazê-lo através da técnica drive, passando o volante para o campo onde iniciou. O drive deverá ser feito primeiramente do lado direito e depois do lado esquerdo.</li> </ul>	

Tabela 17 - Exercícios para Smash

Smash - Exercícios		
1	Situação de Aprendizagem	Esquema
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>Os alunos estarão dispostos ao longo da rede, frente a frente, realizando a técnica de Smash. Um dos alunos ataca realizando smash, o outro tenta defender usando os gestos técnicos que achar melhor.</li> </ul>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 20px;"> <p><b>Smash</b></p>  </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="font-size: small;">Point of impact</p>  </div> </div>

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 18 - Exercícios para consolidar as técnicas aprendidas

Exercícios para consolidar as técnicas aprendidas		
	Situação de Aprendizagem	Esquema
1	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Cada aluno terá uma raquete e um volante. O exercício realiza-se individualmente em que cada aluno circula pelo espaço livremente realizando batimento com a raquete. O exercício serve para descoberta de material.</li></ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Estafetas - O campo está dividido em dois corredores. Os alunos terão que a cada batimento trocar com o colega que está do lado de fora do campo, utilizando todos os gestos técnicos que sejam solicitados.</li></ul>	
3	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Jogo formal 1x1 até aos 21 pontos</li></ul>	

### Módulo 8 - Aplicação

A tabela 19 ilustra a Aplicação da Unidade Didática de Badminton.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 19 - Aplicação da Unidade Didática

Duração		90'							
Aulas		6	7	8	9	10	11	12	
Conteúdos									
Habilidades Motoras	Posição Base	Ad	I	C	C	C	A	A	
	Serviço	Ad	I	C	C	C	A	A	
	Amorti	Ad			I	C	A	A	
	Drive	Ad				I/C	A	A	
	Lob	Ad		I	C	C	A	A	
	Remate/Smach	Ad				I/C	A	A	
	Clear	Ad	I	C	C	C	A	A	
	Jogo Competitivo	Ad	I	C	C	C	A	A	
Fisiologia do Treino e Condição Física	Ativação Geral		Desenvolvido através de exercícios de aquecimento, exercícios de retorno à calma e situações de consolidação.						
	Condição Física	Capacidades Condicionais							Resistência aeróbia
									Força
									Velocidade
									Ritmo
	Capacidades Coordenativas	Reação							
		Orientação							
Retorno à calma									
Conceitos Psicossociais	Cooperação		Desenvolvido e estimulado em todas as aulas através do Jogo.						
	Respeito								
	Espírito de Equipa								
	Atenção								
Cultura Desportiva	História		Desenvolvido e estimulado em todas as aulas através do Jogo.						
	Regras e Segurança								
	Equipamento								

Legenda: Ad - Avaliação diagnóstica; I- Introdução da técnica; C - Consolidação; A- Avaliação

### Justificação da Aplicação

A aplicação dos diversos conceitos e técnicas ao longo da unidade didática de Badminton teve em conta a avaliação Diagnóstica, realizada na primeira aula, onde os alunos puderam realizar os aspetos técnicos e táticos de acordo com o seu conhecimento.

Após a análise dos resultados, pude observar que os alunos tinham algumas falhas a nível técnico (Serviço, Clear, Lob, Amorti, Drive e Smash) e a nível tático (Posição Base, Pega e Deslocamentos). Assim, observei quais as técnicas a iniciar e, também, as mais fáceis para evitar desmotivações por parte dos alunos.

A primeira aula após a avaliação Diagnóstica decorreu no dia 03 de novembro e foi onde os alunos puderam exercitar o Serviço e o Clear de acordo com os critérios de êxito e, uma vez que os resultados obtidos na avaliação Diagnóstica não foram os melhores, esta técnica foi essencial por ser uma das primeiras a ser necessário aprender, tanto pelo seu valor em jogo, como no desenvolvimento de outras técnicas.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Na aula seguinte foram lembrados os aspetos técnicos abordados na aula anterior. Posteriormente consolidou-se o lob, pois também apresentaram maus resultados na Avaliação Diagnóstica. O Lob é uma técnica importantíssima para avançar individualmente nos exercícios propostos. O jogo realizado nesta aula teve como principal objetivo aplicar o que foi consolidado, sendo dado feedback a propósito da melhor aplicação das técnicas.

Na quarta aula voltando a aplicar as mesmas técnicas da última, para que se realize a consolidação da matéria, foi inserido também o Amorti. É uma técnica que requer alguma técnica e exercitação para que seja consolidada. Na aula seguinte e visto que a assimilação das técnicas decorreu sem nenhum problema, foi inserido o Drive, o Smash e o jogo competitivo. Esta vertente foi inserida uma vez que os alunos se sentiam desmotivados por não competirem uns com os outros e, assim, criou-se uma aula chamativa para todos os alunos. O objetivo do jogo realizado nesta aula teve como meta a aplicação das diversas técnicas em situação de jogo e sob pressão adversária. Na aula seguinte deu-se continuidade ao torneio.

Em todas as aulas foram realizados jogos entre os alunos até aos 11 pontos, permitindo assim estarem todos em atividade e desta forma consolidando melhor todas as técnicas aprendidas. O Professor Estagiário passava pelos campos e corrigia algum pormenor técnico e motivava os alunos.

Para terminar a unidade didática, os alunos foram avaliados através do jogo formal, onde se realizavam as técnicas.

### 3.2.2 Planeamento

O planeamento é o pilar da organização da didática letiva pois sem ela perde-se a linha de orientação fidedigna que poderá levar para caminhos que não vão ao encontro dos objetivos finais propostos.

Metzler & Young (1984) verificaram que um planeamento eficaz pode melhorar o tempo potencial de aprendizagem, influenciando as oportunidades educativas dos alunos.

Segundo Siedentop (2008), a capacidade de preparar um programa estimulante e válido constitui um dos aspetos fundamentais de um Professor de Educação Física, sendo que uma preparação eficaz promove o empenho, o que proporciona que mais facilmente sejam atingidos os objetivos propostos.

A literatura destaca que as decisões de planeamento do professor têm reflexos sobre o processo de ensino. Assim, a forma como o professor estrutura e realiza o ensino, está intimamente relacionado com os seus processos de cognição e tomada de decisão e estes por sua vez com os comportamentos e os efeitos observáveis na turma. Neste sentido Bento (1998), define planeamento como uma reflexão pormenorizada acerca da duração e do controlo do

## Relatório de Estágio Pedagógico

processo de ensino numa determinada disciplina, catalogando o plano como um modelo racional, na medida em que permite antecipadamente reconhecer e regular o comportamento atuante, tendo como função motivar e estimular os alunos para as aulas, transmitir vivências e experiências, racionalizar a ação e, simultaneamente, orientar e controlar toda a dinâmica inerente.

Dia 1 de setembro de 2014 foi o dia da apresentação à escola começando assim o início do ano letivo. O Diretor do Agrupamento reuniu com todos os Professores do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano, desejando-lhes um bom ano letivo. Em seguida foi realizada uma reunião com o Orientador de Estágio de forma a delinear o ano letivo e para ser feita a distribuição das turmas pelos estagiários.

As normas pela qual o Agrupamento se rege e as atividades inseridas no Planeamento Anual de Atividades (PAA) são fatores que influenciam o planeamento anual de cada turma. Assim, foi efetuada uma reunião de Grupo de Educação Física para definir esse Planeamento Anual de Atividades, os objetivos dos grupos de equipas no Desporto Escolar, as ponderações das avaliações para os diferentes ciclos e a definição da rotação dos espaços físicos de aula para que cada professor soubesse o espaço que lhe ficava afeto.

Após uma reunião com o Orientador de Estágio ficou definido que cada aluno estagiário lecionaria 180 minutos por semana, ficando o João Rafael com a turma de 12º CT3, a Vera Silva com a turma de 11º CT3 e eu ficaria com o 11º MECA e o 12º MECA até final do ano letivo. Ficou decidido ainda que cada Professor Estagiário participaria numa modalidade do Desporto Escolar, trabalhando sempre em conjunto com o Professor responsável por essa modalidade no respetivo escalão etário. Tive oportunidade de lecionar, com a Professor Nilda Garcia, na modalidade Futsal - Juvenis Masculinos. No que respeita à direção de turma, colaborei com o Professor Miguel Bastos, secretariando cada reunião de turma.

Conforme já foi referido, coube-me trabalhar com dois Cursos Profissionais de Mecatrónica. Uma vez que as turmas já tinham programa definido, a planificação a longo prazo não foi tão difícil. Depois da distribuição das diferentes modalidades pelas aulas, concretizou-se a operacionalização das Unidades Didáticas, que segundo Bento (1998) são partes indispensáveis do programa de uma disciplina, na medida em que ostentam quer ao professor quer aos alunos, etapas claras e bem distintas de ensino-aprendizagem, sendo nesta fase que decorre a maior parte do delineamento e da docência do Professor. As unidades didáticas são elementos que possuem toda a informação importante sobre os domínios que devemos lecionar. Os domínios que contemplam as unidades didáticas são o psicomotor, o cognitivo e o sócio afetivo.

Como os Cursos Profissionais se regem por módulos, a avaliação dos mesmos é bastante importante. Só com a avaliação se consegue perceber se o processo ensino-aprendizagem está a ser corretamente aplicado. Segundo Siedentop (2008), as etapas importantes deste processo

## Relatório de Estágio Pedagógico

são: determinar os objetivos a atingir, voltar a formular estes objetivos como comportamentos, determinar critérios e níveis de êxito específicos, recolher dados sobre o nível base, atender aos objetivos utilizando estratégias específicas e medidas regulares e assumir a responsabilidade do seu próprio ensino, ou seja, detetar possíveis falhas no processo ensino aprendizagem.

Assim, pode-se afirmar que existem três tipos de avaliação, estas são Diagnósticas, formativas ou sumativas. Segundo Santos (2005), a avaliação de diagnóstico refere-se à identificação do nível inicial de conhecimento dos alunos numa determinada área, bem como a averiguação das características e particularidades individuais e grupais dos alunos. Assim, esta veio facilitar o processo de planificação das unidades didáticas, pois facilitou a adaptação dos níveis dos alunos a diferentes graus de aprendizagem. Quanto à Avaliação Formativa, segundo Almeida (2009) deve ser aplicada no decorrer do processo ensino-aprendizagem e tem como principal objetivo informar os alunos sobre o seu rendimento e a sua situação perante a matéria que estão a executar, dando novos alinhamentos sobre o que têm de atingir. Por último, a Avaliação Sumativa visa classificar os alunos segundo uma escala de níveis de aproveitamento de ensino-aprendizagem (Siedentop, 2008). Esta avaliação é baseada em três domínios fundamentais, domínio socio-afetivo (assiduidade, atitudes e valores, autonomia e responsabilidade), domínio cognitivo (aula, trabalho e teste) e o Domínio Psicomotor (as mais variadas modalidades através das ações técnico táticas).

### 3.2.2.1 Turma 11º MECA

A primeira aula com a turma do 11º ano do Curso Profissional de Mecatrónica foi dia 17 de setembro, inicialmente à quarta-feira das 16:50h as 18:20h, no entanto acabaria por ser alterada para segunda-feira das 8:30h às 10h. A primeira aula teve como objetivo conhecer os alunos, transmitir as regras de bom funcionamento na sala de aula e explicar que seria o Professor Estagiário responsável pela lecionação da turma, embora fosse sempre o Professor Orientador, o responsável da turma. Esta aula foi apenas de apresentação e breve diálogo.

Relativamente aos módulos a serem lecionados e indicados no programa, seriam os seguintes: Aptidão Física, Objetivos 4 e 5 da parte II do programa (matéria teórica), Dança, Futebol, Ginástica de solo e Badminton. A Ginástica de Solo foi substituída por Atletismo, por não haver espaço físico disponível, durante o ano letivo, para efetuar a lecionação da mesma. A opção do Atletismo deveu-se ao facto de no ano anterior, não ter sido lecionada esta modalidade. Os módulos referidos deveriam ser distribuídos por 27 tempos letivos, no entanto, tal não seria possível dado que os alunos teriam estágio a iniciar a 18 de maio. Por este facto, foi decidido que o planeamento seria definido por 5 blocos de 90 minutos de Dança, 7 blocos de 90 minutos de Badminton, 6 blocos de 90 minutos de Atletismo, 4 blocos de 90 minutos de Futebol, 3 blocos de 90 minutos de objetivos 4 e 5 da parte II do programa e por fim, 2 blocos

## Relatório de Estágio Pedagógico

de 90 minutos para a aplicação dos testes de Aptidão Física. A primeira aula de cada modalidade era destinada à Avaliação Diagnóstica e as últimas às avaliações sumativas dos módulos.

Uma vez que os espaços físicos apropriados à prática de Educação Física são diferenciados, foi elaborado um “Roulement” de ocupação. Os espaços destinados à prática da Educação Física e inseridos no referido “Roulement” são: Espaço 1 - Ginásio Grande e Pátio superior; Espaço 2 - Espaços exteriores; Espaço 3 - Pavilhão Municipal; Espaço 4 - Pátio Inferior; Espaço 5 - Ginásio pequeno; Espaço 6 - Pátio superior vedado. Este tipo de rotação de espaços influencia a construção do planeamento anual pois é necessário lecionar cada modalidade no espaço mais apropriado. Por exemplo o Espaço 1 só permite a prática de aulas de Badminton ou de Voleibol. O Espaço 2 só permite a prática de aulas de Atletismo, no Espaço 3 podem ser lecionadas aulas de Voleibol, de Andebol, de Badminton, de Futsal e de Floorball, o Espaço 4 permite lecionar aulas de Basquetebol e de Futebol, no Espaço 5 podem ser lecionadas aulas de ginástica e no Espaço 6 só é possível lecionar aulas de Ténis, de Futsal e de Andebol. É necessário existir uma boa distribuição de espaços, para que haja boa organização e gestão de recursos materiais.

O planeamento a curto prazo, ou seja o plano de aula tem de ter em conta os constrangimentos anteriormente apresentados. Por isso, foi elaborado um modelo standard de ficha de aula para que a construção dos planos de aula, fosse uniforme no Núcleo de Estágio. Sendo esta ficha de fácil leitura, prática na sua compreensão e operacionalização, continha todas as informações pertinentes e necessárias ao desenrolar de uma aula.

No que se refere à construção dos planos de aula (plano a curto prazo) com base na informação retirada da Unidade didática (planeamento a médio prazo), estes foram elaborados de forma a conseguir cumprir com o que é requerido no programa de Educação Física e com a informação recolhida da avaliação inicial (diagnóstico) da turma. Contudo, constatou-se que por vezes o nível de exigência do programa é relativamente elevado para alguns alunos. Este facto obrigou a ajustar o programa ao nível da turma. Este ajuste permitiu que todos se sentissem integrados e com a noção que os exercícios eram exequíveis, pelo que a aquisição de conhecimento foi mais fácil, e sustentada ao longo da Unidade Didática. Com a preocupação de fomentar o gosto pela Educação Física, foram sempre propostos exercícios de aquecimento com jogos lúdicos, exercícios dinâmicos, competitivos e motivadores.

No que respeita ao planeamento a médio prazo (unidades didáticas), durante o 1º período foram elaborados os planeamentos das modalidades de Dança e Badminton, no 2º período foram elaborados planeamentos das modalidades de Atletismo e Futebol e no 3º período foram preparadas as aulas teóricas e realizados os testes de Aptidão Física.

No final de cada unidade didática/módulo os alunos foram sujeitos à avaliação sumativa. Os critérios de avaliação definidos pelo Grupo de Educação Física encontram-se referidos na Tabela 20.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 20 - Critérios de Avaliação - Curso Profissional

MÓDULOS	PARÂMETROS	PRESSUPOSTOS	PONDERAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇ. DOMINANTES	
<b>CONHECIMENTO</b>	<b>Conhecimentos:</b> > Processos de desenv. e manutenção da cond. Física > Interpret. e particip. nas estruturas e fenómenos sociais extra-escolares.	<b>APREENSÃO TEÓRICA</b>	<b>100%</b>	Expressão: > Oral > Escrita	
<b>ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS</b>  <b>MATÉRIAS PRÁTICAS</b>	<b>Dimensão:</b> > Psicomotora das habilidades; > Das competências técnico-táticas; > Coordenativa, condicional (em todas as matérias)	Como é a execução: > Eficácia { Qualidade Quantidade > Estética (Dimensão expressiva)	<b>Total de 100%</b>	> Exercícios critério > Circuitos > Percursos > Provas combinadas > Jogo reduzido e/ou formal	
	Intervém com frequência, pertinência e a propósito nas aulas; Apresenta o material necessário para a aula; Respeita colegas e professores; Revela interesse e empenho nas atividades propostas; É responsável no cumprimento das tarefas; Respeita as normas de funcionamento das aulas; Respeita as instalações e o ambiente; É regularmente pontual; É assíduo.	<b>Código de valores:</b> > Do professor; > Do grupo de professores; > Da escola; > Da comunidade; > Da sociedade.		<b>30%</b>	> Observação > Anotação > Grelha de registo de observações
<b>DESENVOLVIME. CAPACIDADES MOTORAS APTIDÃO FÍSICA (FITNESSGRAM)</b>	> Condição física geral; > Situação dentro de uma Zona Saudável de Aptidão Física.	<b>"Quanto" de:</b> > Aptidão mio-articular; > Aptidão aeróbia.	<b>100%</b>	Milha 50%. Abdóm., Ext. braços e Flex. 50%	Confrontação com os valores tabelados.

### 3.2.2.2 Turma 12º MECA

A primeira aula com a turma do 12º ano do Curso Profissional de Mecatrónica foi dia 17 de setembro. As aulas decorreram à quarta-feira das 15:10h às 16:40h. A primeira aula teve como objetivo conhecer os alunos, transmitir as regras de bom funcionamento na sala de aula e explicar que seria o Professor Estagiário responsável pela lecionação das aulas, embora fosse sempre o Professor Orientador, o responsável da turma. Esta aula foi apenas de apresentação e breve diálogo.

Os módulos a serem lecionados estavam indicados no programa e seriam os seguintes: Aptidão Física, Objetivos 6 e 7 da parte II do programa (matéria teórica), Dança, Voleibol, Ginástica Acrobática e Orientação. Todos estes módulos deveriam ser distribuídos por 27 tempos letivos.

Uma vez que os alunos iniciariam o estágio no dia 4 de maio, não existiria a interferência com as aulas previstas pelo que todas as aulas seriam lecionadas. Ficou decidido que o planeamento seria definido por 5 blocos de 90 minutos de Dança, 7 blocos de 90 minutos de Ginástica Acrobática, 4 blocos de 90 minutos de Orientação, 6 blocos de 90 minutos de Voleibol, 2 blocos de 90 minutos de objetivos 6 e 7 da parte II do programa e por fim 2 blocos de 90 minutos para a aplicação dos testes de Aptidão Física. A primeira aula de cada modalidade foi destinada à Avaliação Diagnóstico e as últimas às avaliações dos módulos.

A rotação de espaços e o planeamento a curto prazo decorreram como referido no ponto 3.2.2.1.



## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 22 - Critérios de Avaliação em caso de Atestado Médico - Curso Profissional

DIMENSÕES	PARÂMETROS	PRESSUPOSTOS	PONDERAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DOMINANTES
<b>COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS COGNITIVAS</b>	<u>Conhecimentos:</u> > Técnicos e táticos das diferentes matérias; > Regras; > Processos de desenv. e manutenção da cond. Física > Interpret. e particip. nas estruturas e fenómenos sociais extra-escolares.	<b>APREENSÃO TEÓRICA</b>  Conhecimentos assimilados e capacidade de transmissão	<b>70%</b>	Expressão: > Oral > Escrita > Sinaléctica  Na execução de: - teste escrito <b>e/ou</b> trabalho ( <b>80%</b> ); - arbitragem, relatórios, etc. ( <b>20%</b> ).
<b>COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS (METODOLOGIA DE TRABALHO, PARTICIPAÇÃO, VALORES / ATITUDES)</b>	Intervém com frequência, pertinência e a propósito nas aulas; Apresenta o material necessário para a aula; Respeita colegas e professores; Revela interesse e empenho nas actividades propostas; É responsável no cumprimento das tarefas; Respeita as normas de funcionamento das aulas; Respeita as instalações e o ambiente; É regularmente pontual; É assíduo.	<u>Código de valores:</u> > Do professor; > Do grupo de professores; > Da escola; > Da comunidade; > Da sociedade.	<b>30%</b>	> Observação > Anotação > Grelhas de registo de observações

### 3.2.3 Reflexão da Lecionação

Em ponto de reflexão sobre o que foi a lecionação diria que foi uma experiência enriquecedora, valiosa e bastante importante contribuindo para um melhor desempenho profissional. O estágio superou as minhas expectativas. Relativamente à lecionação propriamente dita, o facto de as duas turmas que acompanhei serem de Cursos Profissionais e de se regerem por módulos, tornou-se uma experiência diferente dos restantes colegas, uma vez que tinham uma estrutura diferente de funcionamento. Os alunos mostraram sempre uma grande cooperação e colaboração durante as aulas, adquirindo os conhecimentos que lhes iam sendo transmitidos.

As duas turmas eram constituídas por poucos alunos, o que facilitou o meu trabalho de lecionação, gestão, organização de aula, correção de erros e de comportamentos desviantes.

No que respeita especificamente à lecionação do 11º Ano, os alunos mostravam-se relativamente bem comportados exceto um caso ou outro. No entanto, com algumas chamadas de atenção tudo se resolveu e as aulas funcionaram sem problemas. A turma possuía um nível cognitivo bom, conseguindo adquirir toda a informação transmitida, apesar de, por vezes, os alunos se mostrarem pouco predispostos para a prática da Educação Física.

A turma do 12º Ano apresentava também um bom nível cognitivo, um bom comportamento e um ambiente de aula bastante agradável. Apresentavam uma excelente motivação para a prática, mostrando-se sempre dispostos e motivados para qualquer atividade. Não ocorreram muitos comportamentos desviantes, pois a turma tinha uma média de idades de 19 anos, pelo que eram bastantes responsáveis e respeitadores.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Foram realizadas algumas adaptações e correções nos planos de aula, pois no decorrer do ano letivo percebeu-se que alguns exercícios resultariam melhor de outra forma que não a primeiramente planificada. Por vezes foram utilizados meios de auxílio de ensino, como apresentação de imagens e outras formas de simplificar a aquisição de novos conhecimentos, mostrando uma preocupação da minha parte para que os alunos conseguissem entender e perceber melhor o que lhes era pedido em cada exercício. A escolha dos exercícios é fundamental, pois a criação de exercícios motivantes desperta o interesse de todos os alunos aumentando os seus níveis motivacionais. É necessário haver esta motivação, pois mesmo que os alunos gostem por regra da disciplina de Educação física, poderá não ser o suficiente para o desenvolvimento dos mesmos e elevarem o nível de desempenho.

Em resumo, a minha aula, iniciava-se sempre com uma breve explicação para que os alunos percebessem o objetivo e o conteúdo da aula. Em seguida apresentava o exercício de ativação geral e corrigia algo que não estivesse de acordo com o que inicialmente estava definido. Enquanto os alunos realizavam o exercício, fazia o controlo das presenças. Com isto não perdia tempo de aula a fazer a chamada individualmente. Quanto ao plano de aula, dividia-se pelas diferentes fases da aula (Inicial, Principal e Final), indicava o material que ia ser necessário em cada exercício, bem como a duração de cada exercício. Este processo permite otimizar o tempo útil de aula.

A estratégia utilizada consistia em dividir a turma em grupos e estações para que todos os alunos estivessem em atividade física e empenho motor, o maior tempo possível, durante toda a aula. Quanto ao posicionamento foi sempre correto pois era escolhido, estrategicamente de forma a ter a visão total da turma. A linguagem era objetiva e clara para que todos os alunos facilmente compreendessem a informação transmitida, caso algum aluno não entendesse, exemplificava através de um outro aluno ou eu próprio o fazia.

Era privilegiada a autonomia dos alunos para perceber a sua aquisição dos conteúdos, responsabilidade, espírito de grupo e cooperação entre eles. Os exercícios de mobilização articular e flexibilidade eram demonstrados por mim. No final de cada aula, os alunos eram questionados sobre os conteúdos da aula e esclarecidos, caso existissem dúvidas.

Em suma, durante a minha lecionação penso que tomei as melhores decisões, sendo estas fundamentadas pelos conhecimentos adquiridos no 1º ano do 2º ciclo de estudos, fazendo uso dos mesmos, para otimizar e cumprir com as responsabilidades de um Professor. Este ano serviu de aprendizagem e algumas vezes, ao analisar a aula com o meu orientador, pude retificar e aprender novas estratégias de Ensino, melhorando o meu desempenho durante as aulas. Tentei ser sempre o mais minucioso possível quanto à lecionação. Em cada dia pude aprender algo novo, o que irá contribuir para me tornar um melhor profissional na área.

### 3.3 Recursos Humanos

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

Enquanto professor, não pode cair em esquecimento a importância dos diferentes seres humanos, pelo que é importante seguir uma boa conduta no que respeita à relação Docente vs. Docente e Docente vs. Não Docente. Todos os recursos humanos fazem parte da educação dos alunos e é necessário respeitá-los.

Na Tabela 23, são indicadas as categorias em que se distribuem os elementos, por função, na Escola Secundária Amato Lusitano durante o ano letivo 2014/2015.

Tabela 23 - Categorias em que se distribuem os elementos por função na escola

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

O Grupo de Educação Física é um grupo competente, cooperativo e coeso, existindo entreajuda e um grande respeito entre os docentes.

Nas Tabelas 24 e 25, observamos, respetivamente, a distribuição dos Professores de Educação Física segundo a sua situação na escola e os cargos que ocupam.

Tabela 24 - Distribuição dos Professores de Educação Física segundo a sua situação na escola

Categorias	Nº de Elementos	
Docentes do Grupo de Educação Física	QND	11
	Contratados	2
	Estagiários	3

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 25 - Cargos desempenhados pelos Professores do Grupo de Educação Física

Coordenador Departamento Expressões
Coordenador de Grupo
Orientador de Estágio
Diretor de Instalações
Coordenador de Curso Tecnológico de Desporto

### 3.4 Recursos Materiais

A Escola é um local de aprendizagem e de prática pedagógica, pelo que são necessárias várias estruturas de auxílio às necessidades educativas de cada disciplina para que a prática seja mais completa. A Escola deve assegurar o bem-estar dos alunos, desde o refeitório até à sala de aula.

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

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

Pode-se afirmar que os espaços específicos apresentam uma adequada diversidade e qualidade que responde razoavelmente a todas e tantas áreas lecionadas na Escola Secundária Amato Lusitano.

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

No que respeita a instalações, para a realização das aulas de Educação Física e do Desporto Escolar, a escola dispõe de um espaço que inclui um ginásio grande e um ginásio pequeno. O primeiro mais vocacionado para a prática de modalidades coletivas e o segundo para modalidades individuais (Ginástica).

## Relatório de Estágio Pedagógico

Os espaços exteriores são ainda espaços lúdicos para os alunos.

O material propriamente dito encontra-se disponível em locais de fácil acesso e consiste em: bolas de Basquetebol, de Andebol, de Ténis, de Futebol, de Futsal, de Floorball e de espuma, cones de sinalização, raquetes de Badminton, raquetes de Ténis, arcos, barreiras, coletes, volantes, bandeirolas, postes para a rede de Badminton, cesto bolas de Ténis, blocos de partida, cordas, barreiras de ferro, fasquia de Salto em Altura, corda para Salto em Altura, pesos, vassouras, dardos, testemunhos, discos, fita métrica, postes para a rede de Voleibol, rede de Voleibol, rede de Badminton, tabelas de basquetebol, cronómetros, apitos e um rádio.

No ginásio pequeno, os materiais disponíveis são trave, banco sueco, cavalo com arções, plinto, paralelas assimétricas, espaldares, colchões, colchões de queda, barra fixa, praticáveis, reuter, minitrampolim, cavalo.

No pavilhão municipal, existem bolas de Andebol, de Voleibol, de Futebol, de Rugby, de Ténis, de Floorball, bolas suíças, sticks de Floorball, balizas de Floorball, cones de sinalização, raquetes de Badminton, raquetes de Ténis, fita de marcações de campo, volantes, sinalizadores de areia, bandeirolas, postes para a rede de Badminton, postes para a rede de Voleibol, rede de Voleibol, rede de Badminton, marcador de pontos, cronómetro elétrico e coletes.

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

Mesmo nas situações mais adversas, em que está a decorrer em simultâneo a leção de seis turmas, as condições oferecidas permitem uma boa e completa aprendizagem. Todos os espaços estão preparados e adaptados para as modalidades que a escola abrange.

### 3.5 Direção de turma

Uma vez que ao meu Orientador de Estágio não lhe estava incumbida nenhuma direção de turma foi-me proposto colaborar com o Professor Miguel Bastos na sua direção de turma de 11º Ano do Curso de Apoio à Gestão Desportiva, turma 1.

Na direção de turma, o Diretor de turma tem a função específica de comandar, orientar e solucionar todos os assuntos que dizem respeito aos seus alunos. Segundo Marques (1989), a atividade do Diretor de Turma é desenvolvida junto dos alunos, dos professores da turma e dos pais e encarregados de educação, sendo os responsáveis pela promoção da integração escolar, do relacionamento com os pais e do desenvolvimento pessoal e social dos alunos. Assim, as três

## Relatório de Estágio Pedagógico

grandes áreas de intervenção da Direção de turma são o Conselho de turma, os Alunos e os Encarregados de Educação. Desta forma entende-se que o Diretor de Turma serve como elo de ligação entre os Professores, os Alunos e os Encarregados de Educação.

Como o Diretor de turma e os restantes professores já conheciam os alunos e o comportamento dos mesmos, não foi necessário tratar da caracterização individual. Todos os professores já lecionaram a sua disciplina, a esta turma, no ano anterior. A tarefa que me foi atribuída passava por efetuar a ata em conjunto com o secretário previamente definido. Ou seja, o estagiário em conjunto com um professor tinha de redigir a ata dos conselhos de turma e de todas as reuniões.

Esta função permitiu vivenciar um pouco do que são os “bastidores” de uma turma, percebendo todas as regras, organigramas para melhorar, corrigir e solucionar certos problemas inerentes à turma ou a alguns alunos de forma individual.

### 3.6 Atividades não letivas

A prática pedagógica não é só a componente de lecionação habitual nas aulas de Educação Física, pois existem outras formas de transmissão de conhecimentos, atitudes e valores, também consideradas atos pedagógicos. Assim, deve existir desenvolvimento de várias atividades e iniciativas de forma a variar o habitual dia-a-dia da escola, usando estratégias de ensino diferentes.

#### 3.6.1 Desporto Escolar

O Desporto Escolar são atividades desportivas não obrigatórias e não curriculares. Este serve de complemento às aulas de Educação Física pois algumas modalidades que são praticadas diferem de Escola para Escola e por vezes são modalidades que os alunos não têm possibilidade de praticar com tanta regularidade, durante as aulas. No Desporto Escolar fazem-se interações competitivas entre as escolas, começando numa primeira fase a nível escolar, seguindo-se a fase distrital, a fase regional e finalmente fase nacional.

O Desporto Escolar permite que todos os alunos do meio escolar possam praticar desporto de competição sem custos monetários e promove simultaneamente hábitos de vida saudável. O Ministério da Educação (2013) refere que “a prática desportiva nas escolas, para além de um dever decorrente do quadro normativo vigente no sistema de ensino, constitui um instrumento de grande relevo (...) na melhoria da qualidade do ensino e da aprendizagem. Complementarmente, o Desporto Escolar promove estilos de vida saudáveis que contribuem para a formação equilibrada dos alunos e fomenta o desenvolvimento da prática desportiva em

## Relatório de Estágio Pedagógico

Portugal.” Neste sentido, é facilmente perceptível que o Desporto Escolar é um grande auxílio à Educação. Este permite/facilita a inclusão dos alunos e a integração social, promove hábitos de vida saudável, contribui para a redução do abandono escolar e contribui para o desenvolvimento pessoal do aluno.

Esta foi mais uma das áreas que enquanto Professor Estagiário, tive oportunidade de participar. Como o Professor Orientador não era responsável por nenhum grupo/equipa a participar no Desporto Escolar, participei nesta atividade com outro professor da Escola. Assim, trabalhei a par com a Professora Nilda Garcia no escalão de Juvenis Masculinos - Futsal. O horário disponibilizado para o grupo treinar decorria às segundas-feiras entre as 12:00h e as 13:30h. No entanto, os alunos não tinham disponibilidade para treinar neste horário. Por isso, não pude elaborar planos de treino, nem planificações, como tanto gostaria de ter realizado. O que desenvolvi foi apenas algumas questões técnicas e táticas com correções, jogo após jogo. Inicialmente, as competições eram organizadas às quartas-feiras, num quadro competitivo a nível escolar com três equipas/escolas com diversos jogos em casa e fora. A equipa do Agrupamento Amato Lusitano venceu os quatro jogos a nível escolar. A prova distrital realizou-se em Castelo Branco. Neste dia fiquei responsável por ajudar a Professora Nilda na distribuição dos lanches aos alunos e participei ainda na decoração e montagem do Pavilhão Municipal, na identificação dos balneários, montagem da mesa de arbitragem, montagem do Pódio, entre outras.

É de salientar que ao nível de resultados, a equipa de Juvenis Masculinos do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano (Figura 21) conseguiu alcançar o título de Campeão Distrital e ainda um honroso sexto lugar a nível regional.

A participação nesta atividade de Escolas permite-nos conhecer as burocracias necessárias para a organização dos jogos, alargando os nossos conhecimentos nesta matéria, conferindo-nos maior autonomia. Podemos constatar que no Desporto Escolar apesar de existir competição, existe um grande sentido de “Fair-Play”.



Figura 21 - Equipa de Juvenis Masculinos - Futsal do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano

### 3.6.2 Atividades do Grupo Disciplinar

O Grupo de Educação Física em cada ano letivo elabora o Plano Anual de Atividades (PAA). Neste documento ficam registadas as datas e as atividades desportivas propostas para todo o Agrupamento. A organização e a operacionalização das atividades ficam a cargo de todos os professores de Educação Física. Eu e os meus colegas de estágio fomos integrados nestas tarefas, proporcionando-nos uma participação ativa em todas as atividades. Todas as atividades foram organizadas em colaboração com as turmas do Curso de Apoio à Gestão Desportiva. Nós apenas participámos na operacionalização das atividades no dia em que decorriam. Os Professores tinham funções específicas e todas as atividades decorreram conforme planeado. Durante as atividades criou-se um ambiente agradável para os alunos.

As atividades que pertenciam ao PAA foram as seguintes: o corta-mato do Agrupamento; os “Megas” (Figura 22); as caracterizações dos projetos das provas de aptidão profissionais; a organização dos Regionais de Natação e de Futsal (Juvenis); Torneio Inter-Turmas de Futsal na Escola João Roiz; Torneio 3x3 de Basquetebol na Escola João Roiz; visita de estudo ao centro de alto rendimento do Jamor; Torneio de Voleibol 2x2 e ainda as atividades do Núcleo de Estágio. Todas estas atividades/torneios são desenvolvidas com o principal objetivo de promover e fomentar o gosto pelo Desporto. Na maioria destas atividades o fator competição também está inserido e faz com que o espírito de “fair-play”, cooperação e respeito pelo colega/adversário estejam implícitos.

Considero que colaborei, cooperei e participei ativamente na dinamização, nas tarefas de gestão e controlo das atividades. De uma forma geral estas tiveram uma excelente organização. Em minha opinião, o balanço final foi extremamente positivo e pouco ou nada alteraria ao que foi realizado.



Figura 22 - Megas na Escola João Roiz

### 3.6.3 Atividades do Grupo de Estágio

O grupo de estágio participou em várias atividades do Grupo de Educação Física. Salienta-se ainda que organizou e delineou uma atividade de promoção do Agrupamento que decorreu no dia 27 de maio na E. B. I. João Roiz em Castelo Branco. Participaram várias escolas da cidade, nomeadamente, a própria escola João Roiz (com o 3º e 4º anos), Escola do Valongo (3º ano), Escola João de Deus (3º e 4º ano), a escola dos Cebolais/Retaxo (turma mista 3º e 4º ano) e a Escola dos Padres Redentoristas (4º ano).

O objetivo desta atividade visava a promoção da E. B. I. João Roiz de forma a cativar os alunos a selecionarem aquela escola para continuar os estudos.

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

Seguidamente, visionaram o filme da “Abelha Maia” até às 14 horas, em seguida iniciaram-se as atividades práticas encontrando-se em cada zona alguns alunos do Curso Profissional de Apoio à Gestão Desportiva, Professores de Educação Física, de Ciências da Natureza, de Música, de Físico-química, de Inglês e de Português.

A atividade decorreu através de rotação das diversas turmas pelas várias zonas onde se realizavam demonstrações referentes a cada uma das disciplinas. Assim, observa-se mais abaixo cada uma das zonas para que se compreenda melhor:

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

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

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

Barraca 3 - Falar Diferente - Nesta barraca, os alunos eram recebidos com alguns panfletos com imagens e a respetiva tradução em Inglês. Cada um dos alunos deveria resolver uma sopa de letras, que se encontrava noutra idioma e, com a ajuda de imagem, deveria encontrar as palavras (Figura 23).



Figura 23 - Aluno a desenvolver uma atividade.

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

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

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

Jogo 1 - Coelho para a Toca - Colocaram-se arcos no chão, ao sinal do professor, deveriam colocar-se dentro do arco da cor que o Professor indicava. Variação: retira-se um arco a cada ronda e sobrando um aluno. Nota: Nenhum dos alunos sai depois de falhar a entrada no arco, joga a ronda seguinte (Figura 24).



Figura 24 - Jogo 1 - Coelho para a Toca.

Jogo 2 - Desordem com Ordem - Delimitou-se um espaço (tábua). Os alunos deveriam correr à volta do espaço e obedecer à ordem do comandante (Professor). Os alunos deveriam

## Relatório de Estágio Pedagógico

ordenar-se consoante as ordens do comandante. Variância: As perguntas efetuadas. (Ex.: Do mais alto para o mais baixo, etc.) (Figura 25).



Figura 25 - Jogo 2 - Desordem com Ordem

Jogo 3 - Bolas e Bolinhas - Os alunos deveriam levar as bolas e as bolinhas de um lado para o outro com a cabeça ou com as costas e em pares. (Cabeça vs. Cabeça - Joelho vs. Joelho). Variância: Metade da turma contra a outra metade. Perdia quem tivesse mais bolas no balde (Figura 26).



Figura 26 - Jogo 3 - Bolas e Bolinhas

Jogo 4 - Circuito - Os alunos deveriam percorrer o circuito de ginástica após a explicação do professor. Este circuito envolvia atividades como saltar, rastejar, realização de rolamento à frente e pino (Figura 27).



Figura 27 - Jogo 4 - Circuito

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

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

Área C2 - Artes - Nesta área, que contou com a orientação dos alunos de Necessidades Educativas Especiais e a respetiva professora responsável, deveriam pintar diversas imagens em formato grande com a ajuda de tintas de guache (Figura 28).



Figura 28 - Área C2 - Artes

Área C3 - Carripanas - Aqui, os alunos dispunham de 10 carros a pedal e 6 triciclos. Cada um dos alunos, depois de escolher o meio de transporte, tinha 4 minutos para percorrer um percurso previamente delineado no chão. No fim desses minutos, rodava para um novo meio de transporte ou dava lugar aos outros alunos (Figura 29).



Figura 29 - Área C3 - Carripanas

## Relatório de Estágio Pedagógico

Área C4 - Robots - Nesta área, os alunos, com a ajuda do respetivo professor e alunos de Informática, aprendiam a controlar um drone (pequeno avião com uma câmara) e, também, tiravam fotografias cujo fundo poderia ser modificado via computador (Figura 30).

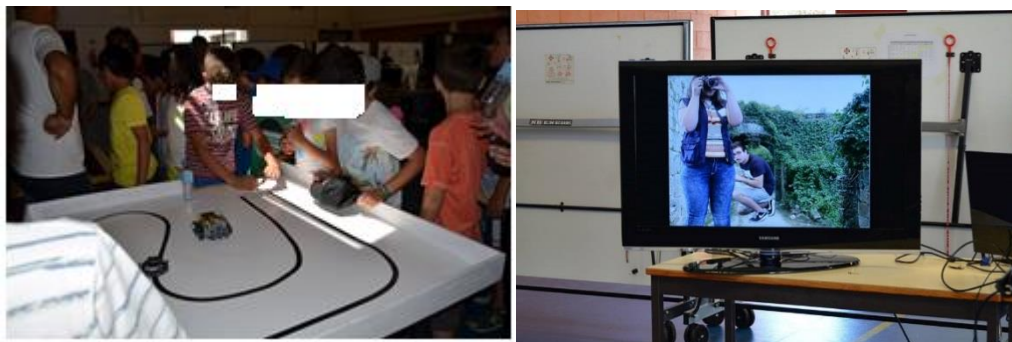


Figura 30 - Área C4 - Robots

A atividade terminou por volta das 17h30, após a realização de todas as rotações das turmas, foi servido um lanche a todas as crianças e respetivos professores presentes. É de frisar que após o lanche, ainda houve tempo para a “Implosão do Bidão” que decorreu no átrio da E. B. I. João Roíz com as devidas condições de Segurança (Figura 31).



Figura 31: Implosão do Bidão

### 4. Considerações Finais

Fazendo um balanço geral do que foi o estágio pedagógico posso dizer que superou as minhas expectativas. Este ano de estágio permitiu adquirir novos conhecimentos e aprofundar alguns que já possuía, permitiu ainda várias experiências para poder encarar as situações pedagógicas da Educação Física com outras bases. Penso que o estágio foi bastante produtivo e bastante importante, pois o número de situações novas a cada dia foram imensas. O estágio serviu e serve de complemento à componente teórica que nos foi lecionada no 1º ano do 2º ciclo de estudos. O equilíbrio de ambas as componentes contribuiu, claramente, para enriquecer o nosso conhecimento.

Quanto às apreensões e inseguranças iniciais estas foram sendo ultrapassadas a cada novo dia de leção, pois o à vontade, a confiança e a maturidade para poder encarar as situações, foram crescendo e proporcionaram uma abertura mais crítica na prática docente. Os tipos de abordagem e estratégias a adotar são específicas de cada contexto e pessoais de cada professor, por isso, não podemos afirmar que uma estratégia está completamente errada e outra completamente certa, os Professores devem ser flexíveis para perceber o que melhor se adapta em cada situação. O facto de ter podido lecionar a duas turmas com uma média de idades diferente tornou-se uma mais-valia, pois concedeu-me um conhecimento mais alargado quanto às estratégias, às linguagens e à transmissão de conteúdos a adotar. Ao nível das competências científicas de cada modalidade, penso que, de uma forma geral, consigo dominá-las, mas este era um medo inicial que possuía e que, na minha perspectiva, seria mais facilmente ultrapassável com mais componente prática durante o 1º ciclo de estudos. Contudo o nível que possuía permitiu-me responder a todas as situações, embora sabendo *a priori* que esta é uma profissão que exige uma constante atualização dos conteúdos por parte dos Docentes. Assim, considero que de uma forma geral, elaborei planificações coerentes, lógicas e direcionadas ao exigido pelo programa de Educação Física. No que concerne à operacionalização dos conteúdos houve sempre a preocupação de criar exercícios dinâmicos, competitivos e motivadores, dando grande ênfase ao tempo de empenhamento motor por parte dos alunos.

A aquisição de conhecimentos foram a todos os níveis, pois a interação com professores de várias disciplinas fizeram entender e conhecer melhor os organismos e os procedimentos gerais desta profissão. Quanto aos Professores de Educação Física, estes deram bastante apoio e esclareceram algumas dúvidas mais específicas da disciplina e deram conselhos para melhorar a prática pedagógica.

Quanto às atividades não letivas desenvolvidas pelo grupo de Educação Física e pelo Núcleo de Estágio, serviram para ganhar autonomia, responsabilidade e conhecimentos específicos direcionados para organizar eventos que envolvam grandes grupos de alunos. Muitas vezes somos surpreendidos por situações inesperadas, logo neste tipo de atividades a responsabilidade e poder de decisão aumenta, desta forma consegui adquirir uma maior

## Relatório de Estágio Pedagógico

capacidade de resolução dos problemas, enriquecendo assim o meu currículo pessoal enquanto Docente.

Toda esta grandeza de novas experiências só se tornou possível com a aceitação e disponibilidade mostrada pelo Agrupamento de Escolas Amato Lusitano e pelo Orientador António Martins em receber-me para poder efetuar o Estágio Pedagógico.

Os pontos negativos foram em muito menor escala que os positivos e têm de ser encarados como pontos a corrigir, pois o erro faz parte da aprendizagem.

O ponto negativo que mais me incomodou foi o facto de o programa de Educação Física se mostrar em algumas situações, desajustado, pois na maioria dos casos as exigências são demasiado elevadas.

O facto do Estágio Pedagógico não ser renumerado, torna-se um ponto negativo porque pode fazer com que os Professores Estagiários desenvolvam outras atividades em paralelo, fora do horário escolar, para poderem ter alguma fonte de rendimento, ficando com menos tempo para aperfeiçoarem os conhecimentos e técnicas a adotar na lecionação.

De referir ainda que o Estágio Pedagógico foi bastante positivo e com grandes ganhos ao nível do conhecimento do ato de lecionar, branqueando de certa forma, todos os pontos negativos enumerados. O ótimo ambiente vivido e experienciado ficará para sempre gravado na memória, para ser usado como referência no meu futuro profissional.

Este Estágio Pedagógico foi uma etapa que considero bastante trabalhosa mas muito produtiva, porque o que consegui, adquirir ao longo deste ano, fará de mim, certamente, um melhor Professor na atividade de docência. Procurei ser minucioso, rigoroso e ter uma atitude de grande responsabilidade em todas as tarefas que me estavam incumbidas.

Esta experiência foi, sem dúvida, muito gratificante e da qual guardo as melhores recordações. Não esquecendo a exigência desta profissão, fica o compromisso de não descorar angariação de novas competências, para que, quando chegar a minha oportunidade de exercer esta função, esteja dotado das melhores ferramentas de lecionação.

## 5. Referências Bibliográficas

- ✓ Agrupamento de Escolas Amato Lusitano. (2015). Cortamato escolar e festa do movimento. Consultado em:  
<http://www.aematolusitano-desportoescolar.pt/products/a12-de-dezembro-2014-cortamato-escolar-e-festa-do-movimento/>. Acesso em dezembro de 2014.
- ✓ Agrupamento de Escolas Amato Lusitano. (2015). Documentos Estruturantes. Consultado em:  
<http://aematolusitano.edu.pt/site/documentos/category/1-documentos-estruturantes>. Acesso em dezembro de 2014.
- ✓ Almeida, S. & Cardoso, L. (2009). *Bullying: Conhecimento e Prática Pedagógica no Ambiente Escolar*. São Paulo, Brasil.
- ✓ BARBOSA, C. L. de A. (2001). *Educação Física Escolar: as representações sociais*. Rio de Janeiro: Shape, 2001.
- ✓ Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. 2ª Edição. Lisboa: Livros Horizonte.
- ✓ BETTI, M.; ZULIANI, L. R. (2002). Educação Física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. *REMEFE: Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, São Paulo: Mackenzie, V.1. n. 1, p. 73-82, jan./dez.
- ✓ Coletivo de autores. (1992). *Metodologia do ensino da educação física*. São Paulo: Cortez.
- ✓ Critérios de Avaliação do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano para os Cursos Profissionais 2014/2015.
- ✓ Elenco Modular de Educação Física do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano para os Cursos Profissionais 2014/2015.
- ✓ Galvão, Z. (2002). Educação Física Escolar: A Prática do Bom Professor. *Revista Mackenzie de Educação e Esporte*, 1 (1):65-72.
- ✓ Machado, A. (1995). A interação: um problema educacional. In: de lucca, e. *Psicologia educacional na sala de aula*. Jundiaí: litearte.
- ✓ Marques, R. (1989). *O Director de Turma, o Orientador de Turma, Estratégias e Actividades*. Lisboa: Texto Editora.
- ✓ Metzler, M. & Young, J. (1984). The relationship between teachers preactive planning and student process measurs. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 55, 356- 364.
- ✓ Ministério da Educação (2013). *Programa do Desporto Escolar para 2013-2017*.
- ✓ Moreira, C. & Pereira, J. (2008). *O Ensino do conteúdo desportivo na Escola: O olhar dos Professores iniciantes e Professores experientes*. Consultado em:  
<http://www.eefe.ufscar.br/upload/2.pdf>. Acesso em novembro de 2014.
- ✓ Normas de Grupo Educação Física do ano letivo 2011/2012, escola secundária c/3º ciclo Amato Lusitano.
- ✓ Oferta Educativa do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano 2014/2015.

## Relatório de Estágio Pedagógico

- ✓ Programa Anual do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano 2014/2015.
- ✓ Programa do Desporto Escolar 2013-2017.
- ✓ Programa Nacional de Educação Física (Reajustado) 2001.
- ✓ Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas Amato Lusitano 2014/2015.
- ✓ Resende, H. & Soares, A. (1997). Elementos constituintes de uma proposta curricular para o Ensino-Aprendizagem da Educação Física na Escola: Um estudo de caso. Revista Perspetiva em Educação Física escolar. NITERÓI: EDUEF, 1(1): 26-35.
- ✓ Santos, M. & Najjar, A. (2005). Programas e campanhas de promoção de atividade física. São Paulo, Brasil.
- ✓ Sarmiento, P. (2004). Pedagogia do Desporto e Observação. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.
- ✓ Sarmiento, P. (2009). Pedagogia do Desporto e Observação. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana, Serviços de Edições.
- ✓ Siedentop, D. (2008). Aprender a Enseñar la Educación Física. Barcelona: INDE Publicaciones.
- ✓ The Cooper Institute for Aerobics research (2002). Fitnessgram: manual de aplicação de testes. Lisboa: FMH edições.

# CAPÍTULO II - A motivação e os motivos que levam os alunos a não praticar desporto escolar

## 1 - Introdução

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

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

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

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

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

No desporto, de acordo com Lima (2000), “a eliminação precoce das crianças e dos jovens consiste na reprovação antecipada dos candidatos a atletas, sem esperar que cada um deles manifeste, de facto, um nível de desenvolvimento de capacidades e qualidades, só possível através de uma efetiva participação em atividades físicas e desportivas, que são o motor desse mesmo desenvolvimento”.

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

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

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

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

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

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

No artigo de Carvalho, Soares et al. (2013), pretende-se perceber quais os motivos que levam os alunos a praticar Desporto Escolar e identificar os diferentes motivos que levam à prática dos alunos do 3º Ciclo e secundário. Depois de analisados os resultados, percebeu-se que os parâmetros “melhorar as capacidades”, “diversão”, “aprender novas habilidades” e “estar em boa forma física” foram os motivos que mais levaram à prática do Desporto Escolar. É a motivação que direciona as 1atitudes do ser humano, podendo fazer com que coisas indesejáveis se tornem aceitáveis ou ainda, desejáveis.

## Relatório de Estágio Pedagógico

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

Face ao que já foi referido e com base na importância que o Desporto Escolar tem vindo a assumir nas escolas de há uns anos atrás, neste estudo procuramos tentar compreender a importância do processo motivacional para a prática desportiva dos alunos, neste caso, no âmbito do Desporto Escolar. Numa primeira parte deste trabalho, é preconizado que se entendam as motivações que os alunos têm perante a intenção (ou não intenção) de praticar Desporto Escolar. Por outro lado, é pretendido perceber quais os motivos que levaram os alunos a nunca praticar, a praticar e a abandonar o Desporto Escolar.

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

## 2 - Metodologia

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

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

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

### 2.1 - Amostra

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

Analisando a amostra por Ano de escolaridade, pode-se constatar que a maior parte dos alunos (68.1%) frequentam o 5º, 6º e 7º Ano (Tabela 26).

Tabela 26 - Distribuição dos alunos quanto ao Ano de Escolaridade

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

No que respeita ao género, verifica-se que a distribuição é bastante homogénea, como se pode conformar na Figura 32.

## Relatório de Estágio Pedagógico

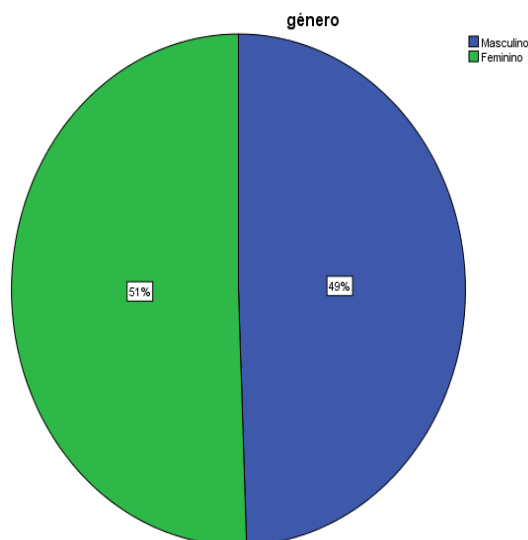


Figura 32 - Distribuição quanto ao gênero

Quanto ao local de residência observou-se que 82% da população inquirida reside na cidade. Algo que não surpreende, uma vez que o Agrupamento de Escolas a que os alunos pertencem, situa-se em Castelo Branco. As modalidades favoritas assinaladas pelo maior número de estudantes foram o Futebol e o Basquetebol. Situação que nos parece normal, dado que são estas as modalidades que a cidade de Castelo Branco oferece em maior número (Figura 33).

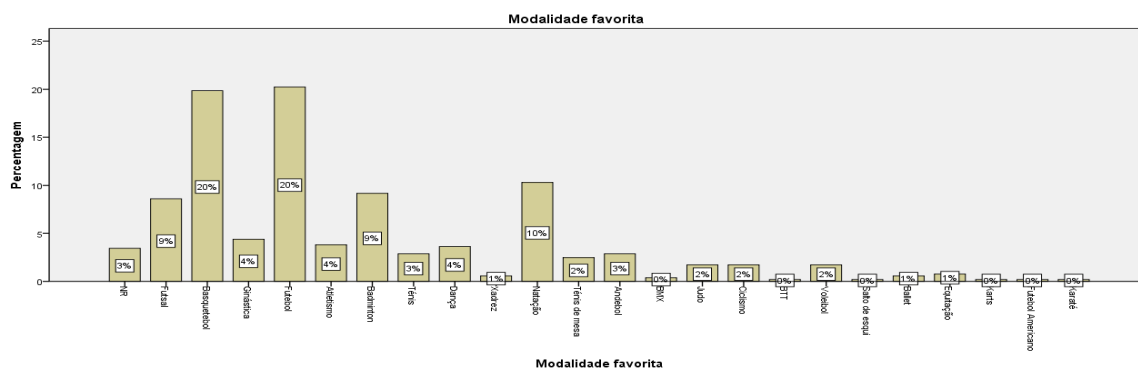


Figura 33 - Modalidades favoritas dos alunos

Quanto à modalidade mais praticada no Desporto Escolar, Futsal, Badminton e Tênis de mesa são as modalidades mais praticadas. De referir que este item foi avaliado numa amostra de 321 alunos, uma vez que 203 estudantes nunca participaram no Desporto Escolar (Tabela 27).

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 27 - Modalidades praticadas pelos alunos

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

### 2.2 - Instrumentos

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

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

O *QMPD* possui 30 razões par a prática desportiva referente ao desporto escolar (que é o motivo deste estudo), e em cada uma das respostas, os alunos poderão responder uma das três respostas possíveis: 1) Muito Importante; 2) Mais ou menos importante; 3) Pouco importante para a prática do desporto escolar. Na versão original deste questionário, o *QMPD* avalia sete fatores de motivação para a prática desportiva: a) Motivação para a realização/estatuto; b) orientação para a equipa; c) forma física; d) descarga de energia; e) Desenvolvimento de Capacidades; f) Amizade/Afiliação; e g) Divertimento/Recreação.

Utilizar-se-á também o questionário *QOD-SOQ* (questionário de orientação desportiva), traduzido e adaptado igualmente por Cruz et Al. (1993) do questionário original de Gill e Deele (1988), que pretende, através de 25 itens, avaliar três dimensões ou fatores de orientação

## Relatório de Estágio Pedagógico

desportiva somente a praticantes do desporto escolar: a) Competitividade, composta por 13 itens; b) Orientação para a vitória, composta por 6 itens; e c) Orientação para os objetivos, composto também por 6 itens. A escala de resposta será de 1 a 5, sendo o 1 “Concordo totalmente” e o 5 “Discordo totalmente”.

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

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

### 2.3 - Procedimentos

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

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

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

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

### 3 - Análise estatística

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

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

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

### 4 - Resultados

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

No que respeita à modalidade favorita verificou-se (Tabela 28) que os alunos tinham preferências muito distintas, uma vez que foram mencionadas 18 modalidades. As modalidades

## Relatório de Estágio Pedagógico

favoritas com maior expressão foram o Basquetebol (22.1%), o Futebol (17.8%) e a Natação (8%). Salienta-se ainda a Ginástica, o Badmínton e a Dança como modalidades favoritas para 7.4% dos inquiridos.

Os estudantes inquiridos mencionaram 13 modalidades praticadas no âmbito do Desporto Escolar (Tabela 29). A modalidade praticada pelo maior número de alunos foi o Badmínton (21.5%) seguindo-se a Dança (12.9%). O Futsal e o ténis de mesa surgem em terceiro lugar com 11%.

Tabela 28 - Distribuição das modalidades favoritas

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

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 29 - Distribuição das modalidades praticadas no DE

		Frequência	Porcentagem
Válido	NR	36	21,5
	Futsal	18	11,0
	Basquetebol	3	1,8
	Ginástica	1	,6
	Futebol	1	,6
	Atletismo	3	1,8
	Badminton	35	21,5
	Tênis	1	,6
	Dança	21	12,9
	Xadrez	14	8,6
	Natação	6	3,7
	Tênis de mesa	18	11,0
	Judo	6	3,7
	Ciclismo	1	,6
	<b>Total</b>	<b>163</b>	<b>100,0</b>

Surpreendentemente, apenas a questão “Interessei-me por outros passatempos” obteve o maior número de respostas na opção “Muito importante” para 35% dos inquiridos (Tabela 30). Salienta-se no entanto que para 34% dos inquiridos aquele motivo era pouco importante e para 31% “Mais ou menos importante”.

Tabela 30 - Porcentagem da Pergunta “Interessei-me por outros passatempos

		Frequência	Porcentagem
Válido	Pouco importante	56	34,4
	Mais ou menos importante	50	30,7
	Muito importante	57	35,0
	<b>Total</b>	<b>163</b>	<b>100,0</b>

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

“Estudar é mais importante do que praticar desporto”, “Não existia a minha modalidade preferida”, “Não me divertia, nem tinha prazer” e “Interessei-me por outros passatempos” (Tabelas 31, 32, 33,34, 35).

Tabela 31 - Pergunta “Não tinha tempo”

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

Tabela 32 - Pergunta “Tinha outras coisas para fazer”

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

Tabela 33 - Pergunta “Estudar é mais importante do que praticar desporto”

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

Tabela 34 - Pergunta “Não existia a minha modalidade favorita”

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 35 - Pergunta “Não me divertia, nem tinha prazer”

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

Ainda da análise do questionário, constata-se que a maioria dos alunos não praticou, no Desporto Escolar, a sua modalidade favorita (Tabela 36), uma vez que apenas a Dança e o Ténis de Mesa foram as exceções. De realçar que 7 modalidades favoritas dos alunos não foram praticadas por nenhum dos inquiridos, provavelmente por não serem oferecidas nas atividades do Desporto Escolar. O facto de os estudantes não praticarem a sua modalidade preferida pode ter contribuído para o abandono do Desporto Escolar. Quando as modalidades favoritas não são oferecidas pela escola, pode levar os alunos a procurá-las fora do seio escolar.

Tabela 36 - Percentagem de alunos que praticaram a sua modalidade favorita

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

No que diz respeito à motivação dos participantes no Desporto Escolar foram contabilizados 158 alunos, sendo que 65.2% são do género masculino e 34.8% pertencem ao género feminino. (Figura 34)

## Relatório de Estágio Pedagógico

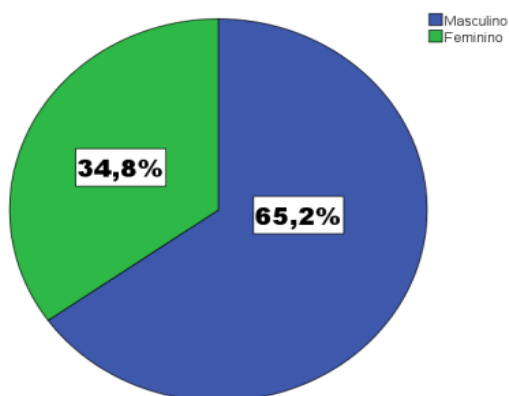


Figura 34 - Percentagem por gênero

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

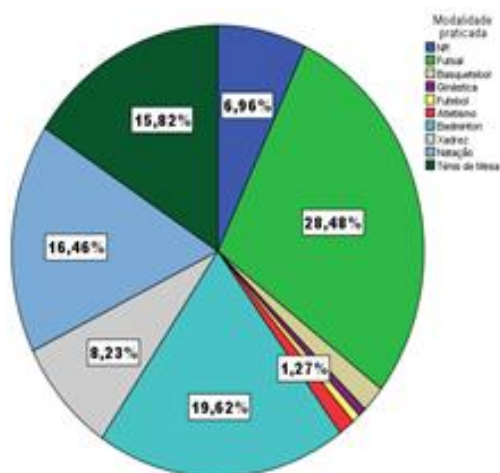


Figura 35 - Percentagem das modalidades praticadas

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

No que respeita à motivação dos participantes no Desporto Escolar, constatou-se que mais de 50% dos alunos assinalaram a opção “Totalmente importante” nas questões “Quero melhorar as minhas capacidades”, “Quero estar com os meus amigos”, Gosto de vencer”,

## Relatório de Estágio Pedagógico

“Quero dar largas há minha energia”, “Gosto de viajar”, “Quero manter-me em forma”, “Gosto da excitação que a modalidade me oferece”, “Gosto do trabalho em equipa”, “Quero aprender novas técnicas”, “Gosto de fazer novos amigos”, “Gosto de fazer alguma coisa em que seja bom”, “Gosto das recompensas que o desporto me traz”, “Gosto de fazer exercício físico”, “Gosto de ter alguma coisa para fazer”, “Gosto de ação”, “Gosto do espírito de equipa”, “Gosto de estar fora de casa”, “Gosto de competir”, “Gosto de me sentir importante”, “Gosto de fazer parte de uma equipa”, “Quero continuar a melhorar o meu nível desportivo”, “Quero ser fisicamente saudável”, “Gosto do desafio que a competição me oferece”, “Gosto dos treinadores/professores”, “Quero que os outros me vejam como um bom atleta”, “Gosto de me divertir” e “Gosto de usar equipamentos desportivos”.

Salienta-se que as três questões, consideradas pelos alunos, como mais importantes para a prática do desporto escolar foram as questões “Gosto de me divertir” com 76.6% de respostas (Tabela 37), “Quero ser fisicamente saudável” com 72.8% de respostas (Tabela 38) e “Quero continuar a melhorar o meu nível desportivo” (Tabela 39).

Tabela 37 - Pergunta “Gosto de me divertir”

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

Tabela 38 - Pergunta “Quero ser fisicamente saudável”

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 39 - Pergunta “Quero continuar a melhorar o meu nível desportivo”

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

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

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

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

Percebemos pelos seguintes Tabelas que o sentimento mais importantes durante a prática do Desporto Escolar, tendo como mais respostas “Concordo Totalmente”, as respostas “Tento dar o máximo quando tenho um objetivo específico” com 74.1% das respostas (Tabela 40), seguida por “Tento vencer com muito empenho” com 76.6% de respostas (Tabela 41), “Quero ser

## Relatório de Estágio Pedagógico

fisicamente saudável” com 64.6% de respostas e “Trabalho muito para ter sucesso no desporto” com 63.3% de respostas (Tabela 42). Observamos também as respostas “Executar da melhor maneira é muito importante para mim” com 59.5% (Tabela 43) e “A melhor maneira de perceber as minhas capacidades é estabelecer um objetivo e tentar alcançá-lo” com 59.5% das respostas (Tabelas 44).

Tabela 40 - Pergunta “Tento dar o máximo quando tenho um objetivo específico”

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

Tabela 41 - Pergunta “Tento vencer com muito empenho”

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

Tabela 42 - Pergunta “Trabalho muito para ter sucesso no desporto”

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 43 - Pergunta “Executar da melhor maneira é muito importante para mim”

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

Tabela 44 - Pergunta “A melhor maneira de perceber as minhas capacidades é estabelecer um objetivo e tentar alcançá-lo”

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

Após a recolha da informação sobre a modalidade praticada e a modalidade favorita, cruzámos os resultados numa tabela cruzada (Tabela 45) e obtivemos os resultados apresentados.

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

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 45 - Tabela cruzada - Modalidade favorita vs. Modalidade Praticada

		Modalidade Praticada										Total
		NR	Futsal	Basquetebol	Ginástica	Futebol	Atletismo	Badminton	Xadrez	Natação	Tênis de Mesa	
Modalidade Favorita	NR	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
	Futsal	4	16	1	0	0	0	0	3	1	0	25
	Basquetebol	2	2	2	1	1	0	7	2	1	3	20
	Ginástica	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	3
	Futebol	1	20	0	0	0	0	4	1	3	9	38
	Atletismo	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2
	Badminton	0	1	0	0	0	0	16	0	0	0	17
	Tênis	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	3
	Dança	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
	Xadrez	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	3
	Natação	0	1	0	0	0	0	0	0	18	0	19
	Tênis de Mesa	0	1	0	0	0	0	0	0	0	9	10
	Andebol	0	2	0	0	0	0	1	1	0	1	5
	BMX	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	2
	Judo	2	0	0	0	0	0	0	2	1	0	5
	Ciclismo	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	2
Voleibol	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
Karts	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>46</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>31</b>	<b>13</b>	<b>26</b>	<b>25</b>	<b>158</b>	

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

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

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

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

Assim, os motivos mais importantes para a não prática são a “falta de tempo” (Tabela 46), “tenho outras coisas para fazer” (Tabela 47), “os horários disponíveis das instalações não são adequados” (Tabela 48) e “as modalidades existentes não são as que mais gosto” (Tabela 49).

Tabela 46 - Pergunta “Falta de tempo”

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

Tabela 47 - Pergunta “Tenho outras coisas para fazer”

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

Tabela 48 - Pergunta “Os horários disponíveis das instalações não são adequados”

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

Tabela 49 - Pergunta “As modalidades existentes não são as que mais gosto”

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

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

## 5 - Discussão

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

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

Passando à análise deste estudo, o questionário relativo à avaliação dos motivos que levam ao abandono do Desporto Escolar, constatou-se que os principais motivos que levaram os alunos a abandonar o Desporto Escolar foram: a falta de tempo, a atribuição de maior importância ao estudo que à prática desportiva, a oferta desportiva oferecida pela escola não estava adequada aos interesses dos estudantes e o interesse dos alunos por outros passatempos.

## Relatório de Estágio Pedagógico

Segundo Moreno *et al.* (2009), os motivos pessoais (falta de tempo e diversão, aborrecimentos) foram os principais motivos para o abandono da prática desportiva e dentro destes, o fator determinante para o abandono da prática foi a falta de tempo.

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

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

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

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

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

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

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

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

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

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

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

## Relatório de Estágio Pedagógico

Os professores, hoje em dia, conseguem realizar treinos muito mais dinâmicos conseguindo fazer com que os alunos procurem essas modalidades para a prática desportiva. Assim, observamos que o profissionalismo dos professores está a aumentar e verifica-se que o maior constrangimento será mesmo a falta de motivação por parte dos alunos, ora seja através de novas atividades ora através de outras ocupações do tempo.

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

### 6 - Limitações do Estudo

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

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

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

### 7 - Conclusões

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

## **Relatório de Estágio Pedagógico**

estudo que à prática desportiva, a oferta desportiva oferecida pela escola não estava adequada aos interesses dos estudantes e o interesse dos alunos por outros passatempos.

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

## 8 - Referências Bibliográficas

- ✓ Amado, D.; Sánchez-Miguel, P. A.; Leo, F.M.; Sánchez-Oliva, D. & García-Calvo, T. (s/d). Sex differences in motivation and perception of utility of the scholar sport. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 245-257.
- ✓ Amorose, A & Horn, T. (2000) Intrinsic Motivation: Relationships with Collegiate Athletes` Gender, Scholarship Status and Perception of Their Coaches´ Behavior. *Journal Of Sport & Exercise Psychology*. 22, 63-84.
- ✓ Antunes, H. & Soares, J. (s/d). Motivos para a prática do desporto escolar e atributos da qualidade do serviço: As perceções dos praticantes segundo o género. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 9 (2), 209 - 221.
- ✓ Buonamano, R.; Cei, A. & Mussino, A. (1995). Participation motivation in Italian youth sport. *The Sport Psychologist*. 9, 265-281.
- ✓ Carvalho, A.; Soares, J.; Monteiro, R.; Vieira, S. & Gonçalves, F. (2013). Motivos que levam à prática do Desporto Escolar. *Revista da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto*, 1 (2), 243-252.
- ✓ Carvalho, C.; Mendes, F. & Oliveira, L. (s/d). Motivação para a prática desportiva dos alunos da Escola básica e secundária de Celorico de Basto. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- ✓ Coelho, A. (1999). *Desporto Juvenil: Em Perguntas e Respostas*. Centro de Estudos e Form, desp.
- ✓ Cruz, J. F. (1996). Motivação para a competição e prática desportiva. In *Manual de Psicologia do Desporto*. Braga: S.H.O- Sistemas Humanas e Organizacionais, Lda.
- ✓ Cruz, J.; Costa, F.; Rodrigues, R. & Ribeiro F (1988). Motivação para a competição e prática desportiva. *Revista Portuguesa de Educação* 1 (2): 113-124.
- ✓ Gomes, R. (2001). A promoção da comunicação entre treinadores e pais na iniciação e formação desportiva de crianças e jovens. *Revista Treino Desportivo*. Nº13, Março, pp. 30-37.
- ✓ Guedes, D. & Netto, J. (2013) Motivos para a prática de desportos em atletas jovens e fatores associados. *Rev. Educ. Fis/UEM*, 24 (1), 21-31.
- ✓ Januário, N.; Colaço, C.; Rosado, A.; Ferreira, V. & Gil, R. (2012) Motivação para a Prática Desportiva nos Alunos do Ensino Básico e Secundário: Influência do Género, Idade e Nível de Escolaridade. *Motricidade para a prática Desportiva*.8 (4), 38-51.
- ✓ Matos & Graça (1988). *Desporto Saúde Bem Estar*. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física (pp 311-317).
- ✓ Matos, M. & Cruz, J. (1997). Motivação no Desporto: Motivos para a prática e razões para o abandono do Desporto Escolar. *Revista "Psicologia: Teoria, Investigação e Prática"*, 2 (3), 459-489.

## Relatório de Estágio Pedagógico

- ✓ McPherson, B.; Curtis, J. & Loy, J. (1989). The social significance of sport: an introduction to the sociology of sport. Champaign, Ill: Human Kinetics.
- ✓ Moreno, J; Cerezo, C. & Guerrero, J. (2009). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de bachillerato de la provincia de Granada. *Rev. Educación*. Set./Dez. 2010;353:495-519.
- ✓ Moreno, R.; Dezan, F.; Duarte, L. & Schwart, G. (2006). Persuasão e motivação: Interveniências na actividade física e no desporto. *Revista digital*, 11 (103).
- ✓ Polles, M & Basbosa, C. (2012) Motivação de adolescentes de 10 a 18 anos em participar de projetos que envolvam a prática de atividades físicas. *Diálogos e Saberes*. 8 (1) 247-265. Mandaguari.
- ✓ Sprinthall, N. & Sprinthall, R. (1993). *Psicologia Educacional. Uma abordagem desenvolvimentista*. Lisboa: McGraw-Hill.
- ✓ Veigas, J.; Catalão, F.; Ferreira, M. & Boto, S. (2009) Motivação para a prática e não prática no Desporto Escolar. Consultado em: [www.psicologia.com.pt](http://www.psicologia.com.pt). Acesso em Dezembro de 2014.

# Anexos

## Lista de Anexos:

Anexo I - Exemplar de um Plano de Aula relativo ao módulo de Badminton da turma de 11º MECA

Anexo II - Exemplar do Planeamento anual do ano letivo 2014/2015 da turma de 11º MECA

## Relatório de Estágio Pedagógico

Anexo I - Exemplar de um Plano de Aula relativo ao módulo de Badminton da turma de 11º MECA



Universidade da Beira Interior


Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Estágio Pedagógico (Agrupamento de Escolas Amato Lusitano) - 2014/2015

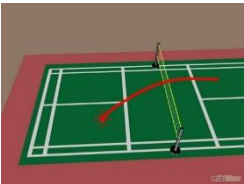
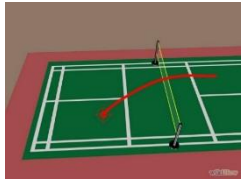
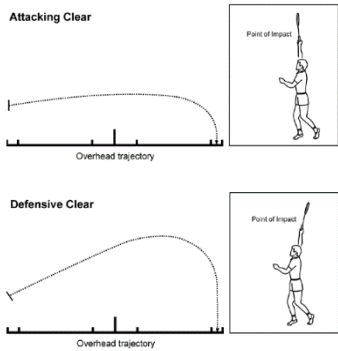

<b>Unidade Didática:</b>  Badminton - Elementar	<b>Data:</b> 3/11/2014 <b>Hora:</b> 8:30h <b>Duração:</b> '90` <b>Local:</b> Ginásio Grande	<b>Prof. Orientador:</b> António Martins <b>Alunos Estagiários:</b> Rodolfo Silva	<b>Sumário:</b> Aprendizagem das técnicas de Serviço curto, Serviço comprido e Clear.	<b>Nº Alunos:</b> 12 <b>Material:</b> Rede de Badminton; Raquetes; Volantes, Bola de borracha.
-------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------

- 1- Domínio Cognitivo: O aluno identifica e caracteriza os vários movimentos de Badminton
- 2- Domínio Motor: O aluno desenvolve as capacidades coordenativas do Badminton
- 3- Domínio Sócia afetivo: O aluno desenvolve o interesse pela modalidade, desenvolve o espirito de equipa e coopera com os colegas



## Relatório de Estágio Pedagógico

	Objetivos	Esquema	Descrição/Organização do Exercício	Intervenção do docente	Componentes Críticas do Movimento	Material	Tempo
P a r t e  I n i c i a l	Explicação da temática da aula		Os alunos estarão dispostos em semicírculo à frente do Professor.	Explicação da temática da aula	Os alunos estarão parados		2´
	Ativação cardiovascular		Jogo dos 10 passes: Haverá duas equipas em que cada uma tem o objetivo de realizar 10 passes entre os elementos na mesma equipa. Apenas puderam utilizar as mãos.	Dá início ao exercício.	Ativação cardiovascular	Bola de borracha	5´
	Mobilização Articular		Aquecimento articular.	Instrução do aquecimento.			3´

## Relatório de Estágio Pedagógico

<b>P a r t e  P r i n c i p a l</b>	Ensino de Serviço Curto		Os alunos estarão dispostos ao longo da rede, frente a frente e realizam serviço curto.	Ensino da técnica de serviço curto	Os alunos estarão frente a frente e realizam serviço curto.	Rede Volante Raquete	10´
	Ensino de Serviço Longo		Os alunos estarão dispostos ao longo da rede, frente a frente e realizam serviço longo.	Ensino da técnica de serviço longo	Os alunos estarão frente a frente e realizam serviço longo	Rede Raquete Volante	10´
	Ensino da técnica de Clear		Os alunos estarão dispostos ao longo da rede, frente a frente, realizando a técnica de Clear, defensivo e ofensivo.	Ensino da técnica de Clear	Os alunos estarão frente a frente e realizam Clear.	Rede Raquete Volante	15´
	Consolidação das técnicas aprendidas na aula.		Jogo formal 1x1 até aos 11 pontos.	Consolidação das técnicas aprendidas na aula	Rede Raquete Volante	30´	

## Relatório de Estágio Pedagógico

P a r t e  F i n a l	Retorno à calma	 	Os alunos realizam alongamentos estáticos e esclarecem alguma dúvida que possa ter surgido durante a aula.	Instrução dos alongamentos e resposta às dúvidas existentes			5´
----------------------------------------------------	-----------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------	--	--	----

## Relatório de Estágio Pedagógico

Anexo II - Exemplar do Planeamento Anual do ano letivo 2014/2015 da turma de 11º MECA

Dia/ Mês	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maió	Junho
Sábado			1							
Domingo			2			1	1			
2ª	1		3	1		2	2			1
3ª	2		4	2		3	3			2
4ª	3	1	5	3		4	4	1		3
5ª	4	2	6	4	1	5	5	2		4
6ª	5	3	7	5	2	6	6	3	1	5
Sábado	6	4	8	6	3	7	7	4	2	6
Domingo	7	5	9	7	4	8	8	5	3	7
2ª	8	6	10	8	5	9	9	6	4	8
3ª	9	7	11	9	6	10	10	7	5	9
4ª	10	8	12	10	7	11	11	8	6	10
5ª	11	9	13	11	8	12	12	9	7	11
6ª	12	10	14	12	9	13	13	10	8	12
Sábado	13	11	15	13	10	14	14	11	9	13
Domingo	14	12	16	14	11	15	15	12	10	14
2ª	15-Apres.	13	17	15	12	16	16	13	11	15
3ª	16	14	18	16	13	17	17	14	12	16
4ª	17	15	19	17	14	18	18	15	13	17
5ª	18	16	20	18	15	19	19	16	14	18
6ª	19	17	21	19	16	20	20	17	15	19
Sábado	20	18	22	20	17	21	21	18	16	20
Domingo	21	19	23	21	18	22	22	19	17	21
2ª	22	20	24	22	19	23	23	20	18	22
3ª	23	21	25	23	20	24	24	21	19	23
4ª	24	22	26	24	21	25	25	22	20	24
5ª	25	23	27	25	22	26	26	23	21	25
6ª	26	24	28	26	23	27	27	24	22	26
Sábado	27	25	29	27	24	28	28	25	23	27
Domingo	28	26	30	28	25		29	26	24	28
2ª	29	27		29	26		30	27	25	29
3ª	30	28		30	27		31	28	26	30
4ª		29		31	28			29	27	
5ª		30			29			30	28	
6ª		31			30				29	
Sábado					31				30	
Domingo									31	

Sabado e Domingo  
 Feriados  
 Interupção Letiva

Dança  
 Badminton  
 Atletismo

Futebol  
 Matéria Teórica  
 Fitness Gram