

UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

---

Ciências Sociais e Humanas

**Relatório de Estágio Pedagógico**  
**Escola Secundária c/ 3º Ciclo Amato Lusitano de Castelo Branco**

**Pedro Ricardo Martins Vasconcelos Figueiredo**

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

Orientador: Prof. Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins

Covilhã, Junho de 2013



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR  
Ciências Sociais e Humanas

**Relatório de Estágio Pedagógico:  
Escola Secundaria c/3º Ciclo Amato Lusitano de Castelo Branco**

**Pedro Ricardo Martins Vasconcelos Figueiredo**

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

Orientador: Professor Doutor Júlio Manuel Cardoso Martins

# Agradecimentos

*"Verifiquei que, aos homens, se devia agradecer o menos possível, porque o reconhecimento que lhes testemunhamos os convence, facilmente, de que estão a fazer de mais!"*

*Benjamim-Henri de Rebecque Constant*

Durante a realização deste estágio pedagógico, muitas foram as vivências e experiências que me irão acompanhar, agora que esta etapa chega ao final.

Ao longo deste ano muitas foram as pessoas com quem convivi, ajudando-me a viver de uma forma mais feliz e que tornaram possível a realização e conclusão deste estágio. A todos aqueles que sempre me ajudaram e influenciaram positivamente, contribuindo assim para o meu crescimento como pessoa e como professor, o meu agradecimento.

Sendo sempre ingrata a tarefa de um agradecimento quando se sente que esta corre o risco de conter algumas omissões, quero, no entanto, agradecer e expressar o meu reconhecimento a todas as pessoas, que mais de perto e de uma forma ou de outra, contribuíram para a realização deste estágio e tornaram possível a sua conclusão.

Porque ter amigos é indispensável, deixo aqui, desde já, os meus mais sinceros agradecimentos a todos aqueles que disponibilizaram o seu tempo para me apoiar, estando presentes nos bons e maus momentos, dando-me força e coragem para enfrentar as dificuldades.

Antes de mais, agradecer à Escola Secundária c/ 3º Ciclo de Amato Lusitano, à direção, professores, funcionários e particularmente aos professores do grupo disciplinar de Educação Física, e à Professor de Educação Especial Filipa Santos, pela forma como nos acolheram, pelos seus ensinamentos que contribuíram para a nossa formação enquanto docentes.

Neste contexto, não posso deixar de mencionar, em primeiro lugar, o meu agradecimento ao Professor orientador António Martins pela sua presença, boa disposição, amizade e disponibilidade para transmitir os seus conhecimentos e experiências que contribuíram e promoveram o ganho de instrumentos da minha parte, para que agora nesta fase da minha vida, possa encarar as próximas etapas com enorme confiança.

Ao Prof. Doutor Júlio Martins e Prof. Doutor Aldo Costa pelos conselhos, críticas e sugestões que permitiram que o trabalho referente a Seminário de Investigação II tivesse sido elaborado.

À minha colega de estágio, Raquel Martins, pelos bons momentos proporcionados durante esta jornada. Obrigado pelo apoio, incentivo e experiências partilhadas. Desejo-te as maiores felicidades e que tenhas sorte para o futuro que aí vem.

Aos alunos das turmas do 10º AVIS 1, 11º DESP 1, 11º AVIS 2, 12º DESP 2, por terem feito parte desta etapa, porque sem eles, nada conseguiria. Em particular, à turma 12º AVIS1, a turma que me foi atribuída, por toda a importância que teve nesta evolução enquanto

docente e como pessoa. Obrigado pelo bom ambiente e boa disposição durante as aulas, e por me permitirem transmitir-vos conhecimentos e experiências...ficarão sempre na minha memória!

O meu agradecimento estende-se também a todos os colegas e amigos, nomeadamente aos meus colegas de mestrado pela amizade, críticas e sugestões que durante estes dois anos me ajudaram a crescer enquanto profissional.

Não posso deixar de agradecer à minha família que sempre me apoiou nesta fase da minha vida. Agradecer aos meus pais, aos meus irmãos, afilhados, sogros, cunhado às minhas cunhadas, o meu obrigado pelas palavras de incentivo e força que permitiram acreditar que era capaz e encarar cada dia desta etapa com um sorriso.

Por último, mas a mais importante, à minha esposa Lipa, pelo amor, apoio e compreensão com que sempre me presenteou e, pelo carinho e força que sempre me transmitiu. Sem ti nunca teria chegado até aqui! Obrigado por estares presente!!

**A todos, o meu muito Obrigado!**

# Resumo

## Capítulo 1

O presente estágio foi realizado no ano letivo de 2012/2013, no âmbito do Estágio Pedagógico em Educação Física efetuado na Escola Secundária c/3º Ciclo de Amato Lusitano. O objetivo deste relatório é dar a conhecer toda organização, estruturação e mais-valia que foi este Estágio Pedagógico. De uma forma geral, foram descritos tanto os objetivos como a metodologia aplicada.

Assim, neste relatório foi efetuada a descrição e análise das atividades realizadas, desde o planeamento, à lecionação, da intervenção no Desporto Escolar e na direção turma à realização de atividades inseridas no plano de atividades do grupo de Educação Física e propostas pelo núcleo de estágio.

Ao longo deste ano foram aplicados e aperfeiçoados todos os conhecimentos ganhos durante a formação académica, que me permitiram elaborar estratégias e perceber os aspetos positivos bem como os negativos, de forma a poder melhorar o meu desempenho enquanto docente. As estratégias a adotar tiveram sempre em conta os recursos materiais disponíveis e os alunos que tinha pela frente para assim poder reformular / ajustar o planeamento e as estratégias a aplicar ao longo desta etapa.

Importa referir que o estágio pedagógico pretende desenvolver competências relacionadas com o planeamento das aulas, relações interpessoais com os alunos e professores, gestão da aula, avaliação e outros aspetos relacionados com a lecionação. Com o decorrer deste ano, numa perspetiva dinâmica do ensino, fui aprendendo e crescendo como pessoa e como professor em formação e contribuí para a formação dos alunos com que trabalhei ao longo deste estágio.

### **Palavras-chave:**

Estágio pedagógico; Estratégias; Educação Física; Planeamento; Aulas.

## Capítulo 2

No contexto educativo a avaliação é sempre um problema pela sua grande dificuldade. Os elementos ou ações que pretendemos avaliar até poderão ter os critérios bem definidos, mas esta será sempre condicionada por quem a vai fazer. Existem alguns fatores que poderão servir de justificação para estas ambiguidades, como é o caso dos anos de experiência do Professor, o conhecimento mais ou menos profundo da modalidade que está sob avaliação, o poder observacional que cada professor tem para descodificar a informação pertinente das ações entre outros fatores. Desta forma o objetivo deste trabalho foi averiguar o desempenho observacional para dois grupos de Professores (Estagiários e Experientes) sendo que os resultados destes poderiam ser sempre comparados com uns Especialistas da modalidade em causa. O teste foi feito em alunos de 7º ano e 12º ano. Assim realizou-se um vídeo numa situação de basquetebol 3x3, em que os diferentes grupos iriam preencher um grelha de avaliação obedecendo aos critérios de êxito retirados do programa de Educação Física, atribuindo uma nota por ação e uma final. Foram calculados os valores da média de cada grupo, desvio padrão, critérios não identificados no filme, os critérios com mais peso na atribuição da nota final e análise estatística para verificar se existiam diferenças significativas entre os grupos. Com este estudo pretende-se esclarecer se a experiência dos Professores poderá estar ligado ao desempenho observacional e ao rigor na atribuição das notas.

### **Palavras-chave:**

Desempenho observacional, Avaliação, Professores Estagiários e Experientes, Educação Física.

# Abstract

## Chapter 1

This stage was carried out in academic year 2012/2013, under the Teacher Training in Physical Education in the Secondary School made c / 3rd Cycle Amato Lusitano. The purpose of this report is to present the whole organization, structuring and capital gains that it was this Teacher Training. In general, the objectives have been described both as the methodology.

Thus, this report was made to the description and analysis of activities, from planning to instruction, intervention on school sports and class toward the completion of activities within the plan group activities and Physical Education proposed by the group stage.

Throughout this year have been applied and perfected all the knowledge gained during academic training, which enabled me to develop strategies and realize the positive aspects as well as negative, in order to be able to improve my performance as a teacher. The strategies have to take into account whenever the material resources available and students ahead of him so he could reshape / adjust the planning and strategies to apply during this step.

Please note that the teaching practice aims to develop skills related to lesson planning, interpersonal relationships with students and teachers, classroom management, assessment and other aspects related to instruction. In the course of this year, in a dynamic perspective of teaching, I was learning and growing as a person and as a teacher in training and contributes to the formation of the students I worked with throughout this stage.

### **Key-words:**

Teaching practice; Strategies; Physical Education; Planning; classes.

## Chapter 2

In the educational context, the evaluation is always a problem for its great difficulty. The elements or actions that we intend to evaluate, they may have the criteria well defined, but this will always be conditioned by the person that do it. There are some factors that may serve as a justification for these ambiguities, such as the years of experience of the teacher, the more or less deep knowledge of the sport that is under evaluation, the observational power that each teacher has to decode the relevant information of the actions, among other factors. Thus the aim of this study was to evaluate the observational performance for two observational groups of teachers (Trainees and Experienced) and the results of these could always be compared with modality experts group. The test was done on students in year 7 and year 12. So we made a video of a basketball situation of 3x3 and different groups would fill an evaluation grid according to the criteria of success removed from the Physical Education program, assigning a grade per action and a final. We calculated the mean values of each group, standard deviation, statistical analysis to determine whether there were significant differences between groups, criteria not identified in the film and finally the criteria with more weight in the assignment of the final grade. This study aims to clarify whether the experience of teachers can be linked to performance and the observational accuracy in the assignment of grades.

### **Key- words:**

Observational Performance; Assessment; Trainees and Experienced Teachers; Physical Education.

# Índice

<b>CAPÍTULO 1 (ESTÁGIO PEDAGÓGICO)</b> .....	1
<b>1 - INTRODUÇÃO</b> .....	1
<b>2 - OBJETIVOS</b> .....	2
2.1. - OBJETIVOS DO ESTAGIÁRIO .....	2
2.2. - OBJETIVOS DA ESCOLA .....	3
2.3. - OBJETIVOS DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA .....	5
<b>3 - METODOLOGIA</b> .....	6
3.1. - CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA .....	6
3.2. - LECIONAÇÃO .....	8
3.2.1. - AMOSTRA .....	8
3.2.1.1. - <i>Caracterização da Turma 12º AVIS1</i> .....	8
3.2.2. - PLANEAMENTO .....	9
3.2.2.1. - <i>Turma 12º AVIS1</i> .....	9
3.2.2.2. - <i>Outras turmas</i> .....	14
3.2.2.3. - <i>Reflexão da lecionação</i> .....	15
3.3. - RECURSOS HUMANOS .....	17
3.4. - RECURSOS MATERIAIS .....	19
3.5. - DIREÇÃO DE TURMA .....	24
3.5.1. - AMOSTRA .....	24
3.5.1.1. - <i>Caracterização da Turma 12º DESP2</i> .....	24
3.5.1.2. - <b>FUNÇÕES DO DIRETOR DE TURMA / REFLEXÃO</b> .....	25
3.6. - DESPORTO ESCOLAR .....	27
3.7. - ATIVIDADES NÃO LETIVAS .....	28
3.7.1. - ATIVIDADES DO GRUPO DISCIPLINAR .....	29
3.7.2. - ATIVIDADES DO GRUPO DE ESTÁGIO .....	33
3.7.3. - <b>AÇÕES DE FORMAÇÃO FREQUENTADAS</b> .....	40
<b>4 - REFLEXÃO</b> .....	41
<b>5 - CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	42
<b>6 - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	43
<b>CAPÍTULO 2 (SEMINÁRIO DE INVESTIGAÇÃO EM CIÊNCIAS DO DESPORTO)</b> .....	45

# Índice de Figuras

Figura 1: Mapa de localização da ESAL.....	6
Figura 2: Ginásio grande. ....	22
Figura 3: Ginásio pequeno.....	22
Figura 4: Campos de jogos exteriores polivalentes. ....	22
Figura 5: Campos de jogos inutilizado.....	22
Figura 6: Campos de jogos remodelado.....	22
Figura 7: Fotos do Dia da Orientação.....	30
Figura 8: Prova de Canoagem - Multiatividades de Ar Livre.....	32
Figura 9: Foto Workshop de Dança.....	34
Figura 10: Fotos II Encontro "ESpeciAL" - Jogos Sem Barreiras.....	39

# Índice de Quadros

Quadro 1: Organização curricular, calendarização do ano letivo e distribuição dos espaços desportivos.....	11
Quadro 2: Critérios de avaliação de Educação Física para o Ensino Secundário 2012-2013.....	13
Quadro 3: Critérios de avaliação de Educação Física para alunos com Atestado Médico - Ensino Secundário 2012-2013.....	14
Quadro 4: Distribuição da população escolar por categoria.....	17
Quadro 5: Distribuição da população docente e não docente por categorias. ....	18
Quadro 6: Distribuição dos alunos da ESAL por ciclo e oferta formativa. ....	18
Quadro 7: Distribuição dos docentes do grupo de Educação Física por categorias.....	18
Quadro 8: Cargos dos professores do Grupo de Educação Física no presente ano letivo.....	19
Quadro 9: Distribuição dos espaços e serviços na ESAL.....	20
Quadro 10: Espaços utilizados pela disciplina de Educação Física.....	21
Quadro 11: Recursos materiais existentes para a prática da disciplina de Educação Física.....	23
Quadro 12: Resumo de jogos do II Encontro ESPECIAL.....	35

# Índice de Anexos

Anexo 1 - Flyer do workshop de Dança .....	61
Anexo 2 - Matérias das unidades didáticas.....	62
Anexo 3 - Rotação dos espaços desportivos.....	63
Anexo 4 - Tabela de Avaliação do Secundário.....	64
Anexo 5 - Planos de aula - Andebol.....	65
Anexo 6 - Planos de aula - Basquetebol.....	67
Anexo 7 - Notícia no jornal regional Reconquista - Dia da Orientação.....	71
Anexo 8 - Notícia no jornal eSalpicos - “Multiatividades de Ar Livre” .....	71

# Capítulo 1 (Estágio Pedagógico)

## 1- Introdução

*“Eu nunca ensino aos meus alunos.  
Somente tento criar condições nas quais eles possam aprender”*  
Albert Einstein

O relatório de estágio visa descrever e analisar o trabalho realizado ao longo do presente ano letivo na Escola Secundária com 3º ciclo Amato Lusitano (ESAL), em Castelo Branco. Este estágio tem como objetivo a formação profissional do estagiário, no âmbito do mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, na Universidade da Beira Interior, Covilhã.

O estágio pedagógico é o culminar de todo um processo de formação na área pedagógica. Ao longo do percurso académico, foram sendo acumulados conhecimentos teóricos, que só assumem a sua importância, quando aplicados na prática. Este é um instrumento que permite uma aprendizagem de grande utilidade para qualquer professor em formação, pois possibilita o aperfeiçoamento e correção do desempenho do estagiário, orientados pelo professor orientador, e com a ajuda dos restantes professores do grupo de educação física.

A prática pedagógica no geral tem em conta um conjunto de tarefas que auxiliam o docente na organização e estruturação do processo de ensino aprendizagem e gestão do tempo de aula. Por gestão da aula entende-se o conjunto de comportamentos do professor que controlam o tempo, os espaços, os materiais, as atividades da aula e o comportamento dos alunos (Sarmiento et al, 1990). Neste sentido, como o professor não é somente um transmissor de conhecimentos, a sua atuação deve também passar por trabalhar a motivação e o prazer pela prática da disciplina, reconhecendo que os alunos são agentes importantes no processo de ensino aprendizagem. Mais do que a componente prática, inclui todas as planificações, relatórios, reuniões, atas, atividades, entre outras.

Os objetivos do estágio estão referidos no Regulamento de Estágio Pedagógico em Educação Física da UBI como sendo o Ensino-Aprendizagem, a Direção de Turma/Relação com o Meio, o Desporto Escolar/Intervenção na Escola e a Atividade de carácter Científico-Pedagógico. No final deste processo o estagiário deve apresentar um melhor domínio dos diferentes pontos abordados e em que vai intervir, construindo uma base de atuação que permita um posterior desenvolvimento, ou seja, a formação deve tratar “(...) da necessidade de acumular e renovar conhecimentos, ideias e perspetivas.” (Bento, 2008).

Neste relatório é realizada inicialmente uma referência aos principais objetivos do estagiário, da escola e do grupo de educação física. De seguida, apresentam-se as principais

características da escola e da turma, fazendo referência ao processo / metodologias da lecionação, o planeamento, os recursos materiais e humanos. Além disso, serão apresentadas também todas as atividades desenvolvidas durante o ano letivo organizadas pelo grupo de educação física e pelo grupo de estágio, a direção de turma e outras atividades. Para finalizar o primeiro capítulo apresento ainda a minha reflexão sobre o meu contributo, onde realço os aspetos positivos e negativos, e por fim, as considerações finais. No segundo capítulo, estará toda a informação relativa ao artigo relativo a Seminário de Investigação II.

De uma forma geral, o trabalho desenvolvido em contexto de escola promove uma melhor consciencialização da realidade do ensino, contribuindo para a minha formação como futuro docente na disciplina de Educação Física. Assim, este ano como docente estagiário é uma ferramenta de extrema importância e sobretudo de crescimento a nível pessoal e profissional.

## 2 - Objetivos

### 2.1. - Objetivos do Estagiário

Um objetivo do estágio pedagógico é a formação contínua de qualquer ser humano e é fundamental para aumentar, neste caso, a qualidade de ensino dos profissionais de Educação Física. Este é um processo de construção de conhecimentos e aprendizagens significativas na formação dos professores. Foi nesse sentido que ingressei neste mestrado, não só para obter a profissionalização que este ciclo de estudos permite, como também a continuidade do ganho de competências para aumentar o meu conhecimento como professor e coloca-lo em prática.

Deste modo, este ano tem implicações a nível intrapessoal, uma vez que, constitui uma experiência onde nos deparamos com sentimentos contraditórios de insegurança e desafio, de frustração e alegria, promovendo deste modo um crescimento pessoal e profissional. Este crescimento apenas é possível devido ao papel desempenhado por toda a comunidade escolar e aos professores orientadores deste estágio.

O estágio, tinha como objetivo melhorar as minhas competências indispensáveis ao bom desempenho de um Professor de Educação Física, tendo para isso de cumprir alguns itens:

- Planificar as aulas e orientar as turmas, promovendo o interesse dos alunos pelas aulas de EF, fomentando uma vida mais saudável e demonstrando um perfeito domínio das matérias;
- Adquirir competências no que diz respeito aos cargos de administração escolar, conhecendo quais as funções reais a que os diversos cargos estão sujeitos;
- Desenvolver competências de trabalho em equipa, não só com os professores orientadores como também no âmbito do núcleo de estágio, procurando partilhar

experiências e discutir estratégias de forma a contribuir para uma melhoria da formação e uma melhor atuação para com todos os intervenientes do processo de ensino.

- Perspetivar o espaço da aula, da escola e da comunidade como um campo de intervenção social e de formação da cidadania democrática;
- Promover nos seus alunos competências significativas no âmbito curricular;
- Organizar o ensino e promover aprendizagens no quadro do conhecimento científico, pedagógico e didático da Educação Física e Desporto Escolar;
- Promover um envolvimento ativo dos alunos nos processos de aprendizagem e na gestão do currículo;
- Promover a aprendizagem sistemática das técnicas do trabalho intelectual e motor e das formas de o comunicar;
- Utilizar linguagens e suportes de informação diversificados e adequados às diferentes situações;
- Utilizar a avaliação, nas suas diversas modalidades, como elemento regulador e promotor da qualidade do ensino, da aprendizagem e da escola.
- Analisar de modo crítico o Projeto Educativo de Escola e os respetivos projetos curriculares participando em iniciativas de intervenção na escola;
- Coorganizar e promover o ensino e treino do Desporto Escolar;

Relativamente às expectativas que tinha com o estágio propriamente dito, estas concretizaram-se, uma vez que a nível profissional, foi uma excecional experiência. Contactar com uma instituição de ensino, conhecer toda a sua organização e perceber como um grupo de pessoas pode proporcionar e contribuir através da educação em prol da formação dos jovens foi uma experiência enriquecedora.

Houve no entanto, alguns aspetos que me deixaram com alguma incerteza e ansiedade, foi sem dúvida a quantidade de trabalho, a preparação de todo o processo do de ensino, a conjugação com outras atividades extra estágio pedagógico que me obrigou a efetuar uma gestão do tempo disponível, mas com trabalho e empenho, fui-me adaptando e consegui aplicar os meus métodos de trabalho à realidade vivenciada.

De um modo geral, com o estágio, esperava assimilar e compreender o funcionamento da realidade de um Professor de educação Física e que me fizesse crescer como tal. Esperava que, ao longo de todo o estágio os orientadores, criticassem construtivamente todo o trabalho desenvolvido e me transmitissem os seus conhecimentos e experiências. Tudo isto com o objetivo de ter uma maior eficácia no processo de ensino / aprendizagem.

## **2.2. - Objetivos da Escola**

Sendo um dos objetivos da escola “contribuir para a formação integral dos alunos”, procurando orientá-los não só a nível pessoal, mas também numa perspetiva futura de

prosseguimentos de estudos, o Projeto Educativo enuncia claramente os princípios orientadores do modo de conceber a escola e de nela agir (democraticidade, humanização, iniciativa própria, responsabilidade e responsabilização, formação, abertura ao meio e avaliação).

As metas teóricas que enquadram estes princípios são a formação em três vertentes: humanística, a cidadania e a científico-técnica. Na conjugação destes princípios e metas está a centralidade do aluno e o reconhecimento de que esta é uma “escola inclusiva”. Neste sentido, a escola aceita todo o tipo de alunos e procura dar resposta às necessidades de formação pela abertura a um leque diversificado de cursos.

O Projeto Educativo da ESAL pressupõe que a finalidade da educação não é apenas a aquisição de conhecimentos técnico-científicos mas é também a consolidação de competências pessoais, culturais e sociais, visando o desenvolvimento integral do aluno como cidadão consciente, capaz de responder adequadamente às necessidades decorrentes da complexidade do mundo em constante mudança.

Os objetivos prioritários são os seguintes: promover atitudes e comportamentos socioculturais compatíveis com os valores humanísticos expressos na sociedade portuguesa, tais como o respeito e tolerância por si próprio, pelos outros e pelas instituições, através da realização, divulgação e participação em atividades ou iniciativas letivas e não letivas; promover atitudes e comportamentos que levem ao conhecimento e/ou intervenção na instituição e na comunidade envolvente, nomeadamente a cooperação e entreaajuda; promover o sucesso educativo, usando possibilidades legais e didático-pedagógicas passíveis de o implementar e incrementar; prevenir o abandono escolar através de medidas, coletivas ou individuais, de despiste, aconselhamento e acompanhamento que procurem soluções para casos particulares.

Conforme os conteúdos do Projeto Educativo da ESAL, privilegia-se a diminuição do insucesso, a valorização transversal da Língua Portuguesa, o envolvimento em atividades de formação de valores, o domínio do uso das TIC, a promoção da Educação para a Saúde, o respeito pelos Direitos Humanos, o controlo da indisciplina e o reforço da participação dos pais na vida da escola.

Posto isto, as áreas privilegiadas pela escola para o desenvolvimento educativo são: a organização pedagógica; a aprendizagem dos alunos, fundamentada nos seus resultados; a Educação para os Direitos Humanos, para a criatividade e a autonomia; atualização e informação; a relação escola/comunidade; formação dos membros da comunidade educativa, com uma atenção especial ao nível das novas tecnologias e a avaliação das atividades realizadas.

### 2.3. - Objetivos do Grupo de Educação Física

O grupo de Educação Física está integrado no Departamento de Expressões da ESAL, sendo constituído por 13 professores, dos quais 2 são professores contratados e 2 são professores estagiários e os restantes são professores de QND da escola.

Segundo as normas do grupo de Educação Física, é da competência do grupo disciplinar, ou de cada professor individualmente:

- Organizar um planeamento distribuído pelos diferentes períodos do ano letivo que deverá ser cumprido por todos os professores do grupo.
- Distribuição do conteúdo programático em unidades didáticas.
- Os alunos do 11º e 12º ano deverão proceder às escolhas de algumas modalidades a ser lecionadas, mediante o preenchimento de uma ficha inquérito, onde lhes serão propostas as matérias opcionais de sua preferência.
- Definição da avaliação a utilizar nas unidades didáticas a lecionar.
- Facultar aos alunos os critérios de avaliação adotados para cada ciclo de ensino e proceder ao esclarecimento de dúvidas que aí possam existir.
- Optar por unidades de ensino constantes do programa, que possam ser desenvolvidas na escola, mediante o material e instalações desportivas existentes.
- Definição do esquema rotativo de utilização das instalações desportivas e do material existente.
- A ordem das atas é determinada pela antiguidade, interrompida pela entrada em serviço de algum professor colocado de novo ou, ainda, determinada pela opção voluntária de algum colega que se comprometa a fazê-las no decurso de todo o ano letivo.
- Avisar o grupo, se possível, de eventuais faltas que o professor possa dar, possibilitando atempadamente a devida substituição.
- Realizar, em articulação com o departamento de expressões, onde está inserido, a avaliação interna da escola e elaboração do relatório de atividades.

O grupo de Educação Física tendo em conta o Programa Nacional de Educação Física (Jacinto et al., 2001) procura ir de encontro aos objetivos fundamentais que o professor de Educação Física deverá ter como base da sua atuação:

→ Melhorar a aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo adequado às necessidades de desenvolvimento do aluno.

→ Promover a aprendizagem de conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades físicas.

→ Assegurar a aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes atividades físicas, promovendo o desenvolvimento multilateral do aluno, através da prática de atividades físicas desportivas, atividades físicas expressivas (danças), jogos tradicionais e populares.

→ Promover o gosto pela prática regular das atividades físicas e assegurar a compreensão da sua importância como fator de saúde e componente da cultura, na dimensão individual e social.

→ Promover a formação de hábitos, atitudes e conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas sociais, no seio dos quais se desenvolvem as atividades físicas, valorizando: a iniciativa e a responsabilidade pessoal, a cooperação e a solidariedade; a ética desportiva; a higiene e a segurança pessoal e coletiva.

O professor de educação física deve determinar em cada unidade didática as dimensões sócio afetiva, cognitiva e motoras, consoante a aptidão geral da turma e o nível de prática dos alunos de acordo com o ano, o nível de ensino e a evolução dos alunos.

## 3 - Metodologia

### 3.1. - Caracterização da Escola

A Escola Secundária de Amato Lusitano foi criada pelo Decreto nº 40209 de 28 de Junho de 1955, sendo inicialmente chamada de Escola Industrial e Comercial de Castelo Branco. A escola começou a funcionar em instalações provisórias situadas no velho Paço Episcopal (onde atualmente está instalado o Museu Francisco Tavares Proença Júnior).

No ano de 1959 deu-se o início das obras das atuais que terminaram no dia 1 de Outubro de 1962. A escola foi dimensionada para uma população escolar mista de 1.200 alunos, onde se ministravam os Cursos do Ciclo Preparatório, Complementar de Aprendizagem - electricista -, de Formação - eletromecânico, formação feminina, geral de comércio e secções preparatórias para os Institutos -, de Mestrança - encarregado de obras - e oficinas anexas de canteiro e bordadora.

No dia 10 de maio de 1987, nasce com a publicação em Diário da República da Portaria n.º 261/87 de 2 de Abril - ao abrigo do disposto no artigo 2.º do Decreto-Lei n.º 93/86, de 10 de Maio, a Escola Secundária Amato Lusitano - Castelo Branco.



Figura 1: Mapa de localização da ESAL

A ESAL situa-se perto do centro da cidade de Castelo Branco, encontrando-se num terreno com cerca de 2,4 hectares. Na zona edificada podem distinguir-se 4 blocos autónomos, perfeitamente interligados: o bloco central, o dos ginásios e refeitório, o das oficinas de (Construção Civil, de Artes, de Mecânica, e de Eletricidade e Eletrónica) e o do bar dos alunos; O bloco central é constituído por 4 pisos. O 3º piso, direciona-se essencialmente para serviços de apoio às aulas e organização administrativa. Ainda neste piso temos o Gabinete da Direção e em frente os Serviços Administrativos, o Serviço de Ação Educativa e o armazém, a Sala de Professores, uma sala de apoio às atividades docentes e de seguida as salas de aula normais e cinco salas de informática. O Gabinete de Educação Física e o ginásio grande e pequeno também são neste piso. Subimos ao 4º piso e além de salas de aula normais e específicas de Desenho, temos o Gabinete de Apoio ao Ensino Especial, o gabinete de receção dos Pais e Encarregados de Educação e a Biblioteca Escolar.

Descemos ao 2º piso, fundamentalmente constituído por salas de aula; os balneários masculinos, feminino e refeitório. Ainda no 2º piso podemos entrar noutra bloco e visitar as oficinas: de Construção Civil, de Artes, de Mecânica, e de Eletricidade e Eletrónica. Passando pelo exterior, ou voltando pelo piso 2, podemos deslocar-nos até ao Bar dos Alunos e à Reprografia. No 1º piso, encontramos salas de aula, laboratórios de física e química, mais uma sala de informática e o espaço 550, do Grupo de Informática.

No exterior organizam-se dois campos de jogos (a necessitar reformulação que os 20 anos impõem), 2 campos recuperados (um sintético para futebol e outro para basquetebol e voleibol), pátios, caixa de areia e zona de lançamentos. As instalações da escola apresentam um nível de qualidade bastante aceitável, tendo em conta que é uma construção dos anos sessenta, mas que tem melhorado significativamente com a manutenção adequada que se tem realizado, feita quer a nível interno, quer a nível externo com intervenções de fundo a nível do governo e da Câmara Municipal.

A escola recorre ainda ao pavilhão municipal a cerca de 500 metros, de forma a colmatar a falta de espaços desportivos cobertos e que em alguns horários se torna um importante auxílio na distribuição das turmas pelos espaços disponíveis.

A ESAL está situada na cidade de Castelo Branco, e presentemente a população escolar é de 914 alunos, 129 docentes (sendo 110 de QND, 8 QZP e 11 contratados); uma psicóloga e 41 não docentes (12 assistentes técnicos e 29 assistentes operacionais). O corpo docente, pode considerar-se estável e com elevado potencial de continuidade, uma vez que a larga maioria dos professores pertencem ao QND.

Os alunos estão distribuídos pelo 3º ciclo e Cursos de Educação e Formação - CEF (8 turmas com um total de 152 alunos) e ensino secundário (cursos científico-humanísticos, tecnológicos e profissionais - 37 turmas com um total de 762 alunos). Os alunos, na sua maioria, são oriundos do sector terciário e de uma população residente com médio-baixo nível de instrução. O contexto socioeconómico não é teoricamente o mais favorável para um

melhor desenvolvimento a nível escolar, no entanto representa um desafio que importa enfrentar com determinação e ambição.

A ESAL, oferecendo um variado leque de cursos profissionais e o curso tecnológico de desporto, manifesta a preferência masculina por estas opções. Por outro lado, é interessante verificar que a população feminina opta, maioritariamente, por cursos que possibilitam o prosseguimento de estudos.

## **3.2. - Lecionação**

### **3.2.1. - Amostra**

#### **3.2.1.1. - Caracterização da turma 12º Avis 1**

A turma AVIS 1 do 12º ano era constituída por 19 alunos, mas uma aluna anulou matrícula no início do ano letivo. Dos 18 alunos, 5 estão a fazer disciplinas em atraso e melhorias de classificação. Todos os alunos estão inscritos em todas as 5 disciplinas deste ano de escolaridade, sendo 13 alunos do sexo feminino e 5 do sexo masculino. A média das idades dos alunos da turma é de 17 anos. É ainda importante referir que somente uma aluna da turma apresentou um atestado médico (de carácter permanente), que a impossibilitava de realizar esforços de alguma intensidade.

Relativamente ao encarregado de educação, na sua maioria, é a mãe que assume esta responsabilidade (13 alunos). Apenas 4 alunos têm o pai como encarregado de educação, e apenas 1 é o próprio aluno. Dos encarregados de educação dos alunos, 6 têm habilitações literárias ao nível do ensino superior (licenciatura), 6 têm escolaridade ao nível do ensino secundário e os restantes apresentam habilitações ao nível do ensino básico (2 com o 2º ciclo e 4 com o 3º ciclo). A maioria dos pais dos alunos da turma apresenta situações profissionais diversas, pois existem 6 em situação de desemprego e os restantes dividem-se entre trabalhadores por conta de outrem (23) e trabalhadores por conta própria (7). As profissões são muito diversas, desde 4 enfermeiros, 2 professores, 1 polícia a carpinteiros, ajudante de cozinha, entre outros. Em relação à situação socioeconómica dos pais dos alunos, temos 7 alunos a beneficiarem de subsídio (3 com escalão A e 4 com escalão B) e os restantes não beneficiam de subsídio.

A maioria dos alunos não apresenta dificuldades de aprendizagem, à exceção da disciplina de Português em que 6 alunos têm negativas (entre 8 e 9) e 10 alunos têm nota 10 nas classificações finais de período. Esta situação tem sido referenciada nos conselhos de turma, uma vez que a professora da disciplina tem demonstrado alguma preocupação em relação ao exame nacional da disciplina e à possibilidade de chumbo dos alunos à disciplina.

No geral, os alunos têm boas notas nas outras disciplinas, sendo interessados nas aulas e, apesar de algumas conversas paralelas que surjam, aplicam-se na realização das tarefas, tanto em grupo como individuais.

Ainda quanto ao comportamento geral da turma, o Conselho de Turma considera que se tem mostrado adequado à sala de aula, ao longo do ano letivo, à exceção de algumas desatenções, conversas paralelas e falta de trabalho. Nota-se que os alunos da turma revelam conhecimento pelas regras e ainda maturidade adequada ao contexto de aula. São, geralmente, alunos bem-educados e desrespeitadores.

Ao nível do trabalho desenvolvido na disciplina de Educação Física, em termos gerais os alunos são participativos, intervindo ativamente e positivamente em quase todas as atividades propostas. Nas atividades que não gostavam tanto, os alunos tinham de ser motivados, mas realizavam sempre as tarefas pedidas, proporcionando momentos de interação entre aluno e professor. O clima de aula foi sempre muito bom, sendo uma turma que permitia o diálogo aberto e exposição dos conteúdos a abordar.

### **3.2.2. - Planeamento**

*“Compreender o planeamento do Professor é, do ponto de vista psicológico, como o Professor transforma e interpreta conhecimento, formula intenções e atua em função desse conhecimento e dessas intenções.”*

*Amândio Graça*

#### **3.2.2.1. - Turma 12º Avis 1**

O planeamento é uma ferramenta facilitadora de deliberações a serem tomadas pelo docente, em que os principais objetivos são a previsão, a racionalização e a eficácia do processo de ensino (Sousa, 1991).

A planificação deve ser compreendida como uma ferramenta metodológica para designar duas coisas diferentes, por um lado o caminho a percorrer (estratégias), por outro a meta a alcançar (objetivos) (Bento, 1998). Posto isto, cada vez que se inicia um ano letivo tem-se por objetivo atingir diversas metas / objetivos, torna-se assim importante fazer uma previsão da ação a ser realizada, por forma a ter linhas orientadoras do processo ensino aprendizagem.

O plano anual deve ser um documento possível e realista, didaticamente exato e preciso, de modo a que oriente para o fundamental do processo de ensino - aprendizagem (Bento, 1998).

O desenvolvimento de um programa de educação física necessita de uma série de decisões no que concerne aos objetivos a atingir e às atividades que os permitem alcançar (Siedentop, 1998).

A planificação anual da disciplina de educação física é construída com base no programa definido pelo Ministério da Educação, tendo em conta os objetivos e conteúdos a abordar nas diversas modalidades. De acordo com os autores do programa do ensino secundário (Jacinto et al., 2001), pode adotar-se um regime de opção, para que cada aluno tenha possibilidade de se aperfeiçoar em diversas matérias: duas de jogos desportivos coletivos, uma de ginástica ou atletismo, dança e outras duas modalidades. As opções para as outras duas modalidades foram: ténis ou badminton e orientação ou floorball.

Posto isto, no início do ano letivo as aulas de Educação Física, das turmas dos 11º e 12º anos, funcionavam por agrupamentos, tendo os professores estagiários acompanhado o professor orientador na condução e lecionação, maioritariamente, das aulas de atletismo, enquanto a ginástica foi lecionada por outros professores.

O planeamento em educação física tem várias variáveis a ter em conta, e segundo Siedentop (1998), os fatores que influenciam a planificação de um programa em educação física são: a conceção pessoal do professor sobre a educação física, a natureza da instituição local, os recursos materiais e equipamentos disponíveis, o programa educativo da escola e as características dos alunos.

De acordo com o calendário escolar e as respetivas interrupções letivas, foi construído pelo grupo de Educação Física um modelo de organização curricular, contemplando os conteúdos programáticos do ensino secundário para o ano letivo (anexo 2), assim como a rotatividade dos espaços (“roulement”) e a duração de cada conteúdo. Desta forma, na turma do 12º Avis1 as matérias lecionadas foram programadas da seguinte forma:

<b>Calendarização da turma 12º Avis 1</b>			
<b>Período</b>	<b>Datas</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Espaços</b>
<b>1º</b>	12 a 19 setembro (1 semana)	Fitnessgram	Ginásio pequeno e Exterior
	20 setembro a 02 novembro (6 semanas)	Atletismo	Exterior
	05 de novembro a 07 de dezembro (5 semanas)	Andebol	Pavilhão Municipal
	10 a 14 dezembro (1semana)	Fitnessgram	Ginásio pequeno e Exterior
<b>2º</b>	03 janeiro a 22	Basquetebol	Exterior

	fevereiro (7 semanas)		
	25 fevereiro a 15 março (2 semanas)	Orientação	Cidade de Castelo Branco
	11 a 15 março (1 semana)	Fitnessgram	Ginásio pequeno e Exterior
3º	02 de abril a 17 de maio (7 semanas)	Badminton	Ginásio Grande
	20 a 31 maio (2 semanas)	Dança	Ginásio Grande
	03 a 07 junho (1 semana)	Fitnessgram	Ginásio pequeno e Exterior

Quadro 1: Organização curricular, calendarização do ano letivo e distribuição dos espaços desportivos.

Como se pode verificar no quadro, o grupo de Educação Física também decidiu incorporar no planeamento anual, em todos os períodos letivos, o programa de Aptidão Física FITNESSGRAM®, considerando os objetivos da aplicabilidade deste programa, onde os seus resultados são um parâmetro de avaliação das capacidades motoras dos alunos e como suporte da saúde e bem-estar que a atividade física nos permite obter. Dentro da bateria de testes de Aptidão Física FITNESSGRAM®, o grupo, definiu como parâmetros de avaliação o teste da milha para resistência aeróbia, por considerar que este seria o teste ideal para avaliação da resistência, o senta e alcança para a flexibilidade, abdominais (força e resistência abdominal) e extensões de braços (força e resistência da região superior do corpo).

Quanto à modalidade de atletismo, e seguindo as diretrizes do programa de educação física, as áreas abordadas foram a corrida de barreiras, velocidade, triplo salto, salto em comprimento, salto em altura, lançamento do peso e resistência aeróbia (12 minutos). A avaliação contemplou 1 salto, 1 lançamento, 1 corrida e como opção a corrida de resistência aeróbia, podendo os alunos escolher se queria optar pelas 4 áreas valendo 25% cada ou pelas primeiras 3, valendo cada 33% (anexo 4).

Concluída a modalidade de atletismo, terminaram os agrupamentos e, cada docente estagiário ficou responsável pela turma que lhe foi atribuída pelo orientador. No meu caso foi o 12º Avis 1, em que a modalidade seguinte lecionada foi o andebol durante as 6 semanas posteriores, terminando, na última semana do período, com a avaliação do Fitnessgram.

Durante o 2º período foram lecionadas as modalidades de basquetebol durante 7 semanas e orientação por 2 semanas, tendo terminado o período com a avaliação do Fitnessgram.

Por fim, no 3º período a modalidade de badminton foi a lecionada ao longo das primeiras 7 semanas, seguindo-se 2 semanas de dança (Chá-Chá-Chá). Para finalizar, uma semana para os alunos realizarem a bateria de testes do fitnessgram e recuperações de notas, caso necessário.

As programações podem ser a longo prazo, como o calendário Escolar; planificação das modalidades a abordar em cada ano de escolaridade, rotações dos espaços desportivos, plano anual das nossas turmas, fazendo referência às datas da lecionação de cada unidade didática; programação a médio prazo: unidade didáticas e programação a curto prazo: planos de aula e planos de treino do Desporto Escolar, onde se faz referência aos exercícios e sua organização, de modo a atingir os objetivos específicos e gerais estabelecidos.

Assim, para todas as aulas, foram elaborados, atempadamente, planos de aulas (anexo 5 e 6), os quais foram discutidos e criticados com o orientador, antes e depois da aplicação dos mesmos.

Todos os planos de aula efetuados por mim, tiveram em conta a estrutura do planeamento segundo Jorge Abrantes cit in Martins, J. (2011), onde existia sempre uma fase preparatória, onde se não deve incluir tarefas administrativas, mobilização geral e específica, muitos exercícios e poucas repetições, esta sempre relacionada com os exercícios da fase principal, tendo sempre um carácter lúdico. Uma fase principal onde se realizava a aquisição de habilidades intensa mas garantindo recuperação, a exercitação de habilidades adquiridas, a simulação de competição na modalidade lecionada, a variação de técnicas base e a exercitação de variantes táticas. Por fim, a fase retorno à calma, onde diminuía a intensidade através de atividades lúdicas, alongamentos e realizava o balanço da aula. Em anexo segue um plano de aula tipo utilizado nestas sessões.

O professor tem que ter uma capacidade de improviso / adaptação enorme, pois o que maioritariamente está programado, na hora poderá ter que sofrer diversas alterações indo de encontro aos objetivos estabelecidos, como é óbvio. Este processo facilita o ensino por parte do professor e a aprendizagem por parte do aluno.

As avaliações das modalidades abordadas ao longo do ano letivo foram contempladas nas unidades didáticas e tiveram em conta os objetivos definidos em cada uma. É necessário definir critérios de avaliação que permitam concretizar o grau de sucesso do aluno e fornecer, através da avaliação, informação que permita ao aluno autorregular a sua aprendizagem, tomando consciência do seu grau de sucesso.

O processo de avaliação tem três modalidades: diagnóstica (avaliação do nível de entrada das aquisições nucleares, permitindo ajustar a planificação realizada); formativa (avaliação com carácter informativo para os intervenientes sobre o processo de ensino devendo ser sistemática e contínua) e sumativa (avaliação qualitativa ou quantitativa global, efetuada em fim de ciclo de unidade de ensino).

A avaliação diagnóstica teve como objetivos identificar as características, potencialidades e dificuldades dos alunos e valorizar a pertinência, adequação e as estratégias pedagógicas do programa. Esta avaliação foi realizada na primeira aula de cada

unidade didática, através da observação direta e registados numa grelha, para detetar possíveis pontos que necessitassem de ser trabalhadas, estabelecendo níveis de competências, visando um processo de ensino aprendizagem mais adequado à turma, de acordo com o programa de educação física.

A avaliação formativa desenrolou-se ao longo do ano, sendo contínua e sistemática recolhendo informação, e tendo como uma das principais funções a regulação do ensino-aprendizagem.

A avaliação formativa teve como objetivos dar informação sobre a evolução e progresso dos alunos, identificar os pontos críticos da aplicação dos conteúdos e ajustar o planeamento das aulas. Foram contempladas as competências de ação, competências de conhecimento, competências de atitude, através das competências transversais e o domínio cognitivo através do questionamento durante o decorrer das aulas. O questionamento, segundo Siedentop (1998), permite controlar a aquisição de conhecimentos, desenvolver a reflexão, permitir a apreciação e aumentar a interação através de questões de análise, síntese, avaliação e de revisão.

Depois da instrução é importante testar a aquisição e a retenção de conhecimentos dos alunos, podendo ser feito através de feedback interrogativo que procura analisar o desempenho do aluno, questionando o aluno do que está a fazer e porque é que o está a fazer daquela forma. A avaliação relaciona-se também com a questão do *feedback* pedagógico, devendo o professor apoiar a sua intervenção ao nível das componentes críticas.

A avaliação sumativa realizou-se no final de cada unidade didática através da observação direta, pretendendo verificar o nível de prestação dos alunos nas várias matérias, e o grau de sucesso dos mesmos. Os resultados foram registados através de uma grelha de observação onde constavam os critérios / competências a adquirir efetuando-se uma análise das aprendizagens realizadas pelos alunos.

A avaliação dos alunos no ensino secundário, foi definida de acordo com os critérios e ponderações definidos no quadro abaixo.

DIMENSÕES		PARÂMETROS	PRESSUPOSTOS	PONDERAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DOMINANTES
COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	CONHECIMENTO	<b>Conhecimentos:</b> > Processos de desenvolvimento e manutenção da Condição Física; > Interpret. e particip. nas estruturas e fenómenos sociais extra-escolares.	<b>APREENSÃO TEÓRICA</b>  Conhecimentos assimilados e capacidade de transmissão	10%	Expressão: > Oral > Escrita
	ATIVIDADES FÍSICAS DESPORTIVAS	<b>Dimensão:</b> > Regras/Leis de jogo; > Psicomotora das habilidades; > Das competências técnico-táticas; > Coordenativa, condicional (em todas as matérias).	Como é a execução: > Eficácia { Qualidade Quantidade > Estética (Dimensão expressiva)	Total de 85%  60% Regras/Leis de Jogo 16,67% Restante 83,33%	> Questões orais ou escritas > Exercícios critério > Circuitos > Percursos > Provas combinadas > Jogo reduzido e/ou formal
	APTIDÃO FÍSICA (FITNESSGRAM)	> Condição física geral; > Situação dentro de uma Zona Saudável de Aptidão Física.	"Quanto" de: > Aptidão mio-articular; > Aptidão aeróbia.		15%  Milha 50%. Abdom. Ext. braços e Flex. 50%
COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS (METODOLOGIA DE TRABALHO, PARTICIPAÇÃO, VALORES / ATITUDES)		Intervém com frequência, pertinência e a propósito nas aulas; Apresenta o material necessário para a aula; Respeita colegas e professores; Revela interesse e empenho nas 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.	<b>Código de valores:</b> > Do professor; > Do grupo de professores; > Da escola; > Da comunidade; > Da sociedade.	15%	> Observação; > Anotação; > Grelha de registo de observações.

Quadro 2: Critérios de avaliação de Educação Física para o Ensino Secundário 2012-2013.

Para a avaliação dos conhecimentos / apreensão teórica, em cada período letivo foi realizada uma palestra com matéria teórica e, posteriormente, realizado um teste escrito. Estas palestras tiveram os seguintes temas: Relação entre a dosificação da intensidade e a duração do esforço (1º período); Fatores associados a um estilo de vida saudável (2º período); Princípios fundamentais do treino das capacidades motoras (3º período), do 1º ao 3º período respetivamente.

De acordo com a legislação, os alunos que apresentarem atestado médico, estão dispensados de realizar qualquer tipo de atividade física nas aulas de EF, por um período de tempo limitado ou durante todo o ano letivo. Estes serão avaliados nas dimensões socio afetiva e cognitiva, sendo o valor respetivo de cada dimensão 15% e 85%.

Neste sentido, e de acordo com as normas definidas em grupo disciplinar, os alunos que não puderam, temporariamente, participar nas aulas, cumpriram as tarefas incumbidas pelo respetivo professor, como, a elaboração do relatório da aula, participação na arrumação e transporte do material utilizado, funções de arbitragem, entre outras.

**ESCOLA SECUNDÁRIA COM 3º CICLO AMATO LUSITANO DE CASTELO BRANCO**  
**CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - ATESTADOS MÉDICOS**  
**ENSINO SECUNDÁRIO**

DIMENSÕES	PARÂMETROS	PRESSUPOSTOS	PONDERAÇÃO	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO DOMINANTES
COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS COGNITIVAS	<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>85%</b>	Expressão: > Oral > Escrita > Sinalética  Na execução de: - teste escrito e/ou trabalho (80%); - arbitragem, relatórios, etc. (20%).
COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS (METODOLOGIA DE TRABALHO, PARTICIPAÇÃO, VALORES / ATITUDES)	Intervém com frequência, pertinência e a propósito nas aulas; Apresenta o material necessário para a aula; Respeita colegas e professores; Revela interesse e empenho nas 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>15%</b>	> Observação > Anotação > Grelhas de registo de observações

Quadro 3: Critérios de avaliação de Educação Física para alunos com Atestado Médico - Ensino Secundário 2012-2013.

### 3.2.2.2. - Outras Turmas

Ao longo do ano letivo, de acordo com a área de atividade de ensino aprendizagem presente no regulamento de estágio pedagógico, para além da lecionação da nossa turma, tínhamos de colaborar nas atividades planeadas nas turmas do orientador de escola, e participar no ensino e avaliação das turmas.

Assim, também participei nas atividades letivas das turmas 10º AVIS1, 11º AVIS2, 11º DESP1 e 12º DESP2. A turma de 11º Desp.1 esteve a cargo da minha colega de estágio, estando eu sempre presente nas aulas, auxiliando-a sempre que fosse preciso, orientando os alunos para as tarefas propostas. A turma do 12º Desp.2 foi também a nossa direção de turma, sendo necessário discutir e resolver problemas inerentes, para além da lecionação dos conteúdos.

No início do ano letivo, tivemos a oportunidade de acompanhar outras turmas no decorrer da modalidade de atletismo e ginástica, uma vez que, como já foi referido anteriormente, as aulas de Educação Física, durante as primeiras 6 semanas, funcionavam por agrupamentos, podendo trabalhar com alunos de diversas turmas. Durante as unidades didáticas de orientação, floorball e dança voltamos a trabalhar com outras turmas, agrupando 2 turmas, por uma questão de gestão dos espaços disponíveis para floorball e dança. Na unidade didática de orientação marcámos percursos pela cidade, para os alunos realizarem e efetuamos a recolha do material utilizado para marcação destes percursos.

Outro aspeto importante foi o facto de poder trabalhar com a turma de psicomotricidade, nos dias em que por algum motivo a aula prevista nesse horário não se podia realizar. Assim, aproveitamos para acompanhar e ajudar os alunos com necessidades educativas especiais a desenvolver as suas capacidades e promover a participação dos alunos em atividades curriculares em contextos diferenciados.

Como uma das turmas do orientador era de 10º ano, tivemos oportunidade de lecionar as diferentes matérias estipuladas pelo programa de Educação Física para o ensino secundário.

#### 3.2.2.4. - Reflexão da lecionação

Com a lecionação tem-se por objetivo que os alunos adquiram as competências estabelecidas pelo programa de Educação Física (Jacinto, 2001) ao longo do ano letivo nas diferentes modalidades. Nesse sentido o docente tem um papel importante na transmissão dessas competências, onde o resultado final de uma aprendizagem escolar depende, em grande parte, da forma como o professor conduz o ensino (Costa, 1984).

Os imensos e diversos estímulos a que somos sujeitos exigem um esforço de adaptação que nos prepara para iniciar a prática docente mais consciente, sobretudo, de que muito temos de aprender.

Tivemos algumas dificuldades iniciais na elaboração da planificação e dos relatórios das atividades realizadas e das próprias aulas, porém, com o trabalho de análise realizado em grupo de estágio com a ajuda do nosso orientador, estas foram ultrapassadas.

O primeiro contacto com os alunos revelou-se algo ansioso e receoso, no entanto, com o decorrer do tempo e com o apoio do nosso orientador e grupo de Educação Física, esses receios rapidamente se desvaneceram resultando numa progressiva e fácil adaptação. Com o

tempo e a experiência vão-se adquirindo hábitos e competências que nos permitem melhorar o processo de ensino aprendizagem.

À medida que o ano ia decorrendo estas dificuldades foram sendo ultrapassadas com a prática e com o próprio conhecimento dos alunos que integram as várias turmas e as estratégias utilizadas foram sendo cada vez mais adequadas às aulas.

Tendo em conta que as turmas atribuídas ao núcleo de estágio foram de anos de escolaridade diferente, 12ºAvis.1 e 11ºDesp.1 e as modalidades escolhidas pelas turmas também não foram coincidentes, não foi possível elaborar as planificações das aulas em conjunto pelos docentes estagiários, no entanto, eram partilhadas ideias e discutidas todas as dúvidas e conteúdos a lecionar em conjunto com a opinião do orientador de escola.

Como as turmas apresentavam características diferentes e motivações distintas e os conteúdos a lecionar eram, igualmente, diferentes, as estratégias a utilizar nas nossas turmas foram distintas e diversificadas. Todas as estratégias utilizadas tinham como principal objetivo facilitar a transmissão e aprendizagem dos conhecimentos, assim como também se pretendia estimular e motivar os alunos.

Relativamente à lecionação da turma 12ºAvis.1, senti algumas dificuldades no planeamento da unidade didática de dança, visto nunca ter tido contacto com esta matéria. Neste sentido, o grupo de estágio realizou uma formação de dança tendo sido convidado um professor de dança para, no primeiro dia desta unidade durante as nossas aulas, fornecer os professores com os conhecimentos necessários para dar as aulas de merengue e chá-chá-chá. É de realçar que esta atividade correu muito bem tendo sido útil, tanto para professores como para alunos, que encaram esta oportunidade como uma forma de aprender mais sobre esta área.

Em relação aos restantes conteúdos abordados, o balanço foi bastante positivo, uma vez que o feedback dos alunos em relação às modalidades coletivas foi positivo e foram de um modo geral, aulas em que os alunos estavam motivados e empenhados. Na orientação tivemos alunos muito empenhados e que evoluíram rapidamente. Os rapazes da turma gostavam mais de ter praticado a outra opção, que era floorball, mas apesar de orientação não ter sido a escolha deles, também assimilaram os conteúdos de forma bastante satisfatória.

A lecionação desta turma foi sempre suportada com a elaboração de um plano de aula que me ajudasse a efetuar a gestão do tempo de aula, dar intensidade, progressão nos conteúdos abordados e motivadora. Os planos de aula nem sempre foram cumpridos à risca, devido ao facto de ser necessário, por vezes, efetuar ajustes ao plano e alterar a dinâmica ou algum exercício que não estivesse a ir de encontro aos objetivos pretendidos. Ao nível da avaliação, esbocei na planificação os aspetos gerais e os critérios de avaliação a ter em conta, de acordo com os definidos pelo programa e em reunião de departamento / grupo para o ensino secundário. Esta dimensão permitiu-me identificar o ponto de partida dos alunos e ir acompanhando a sua evolução. “À avaliação formativa e sumativa correspondem as funções de regular (guiar constantemente o processo de aprendizagem) e certificar (fazer o ponto da

situação sobre as aprendizagens adquiridas e atribuir diplomas). A avaliação diagnóstica tem como objetivo preparar bem o aluno para iniciar o processo de aprendizagem e para determinar os pré-requisitos necessários a novas aprendizagens.” (Gaspar, 2004).

Outro ponto de realce foi a possibilidade de lidar com alunos com necessidades educativas especiais (NEE). Esta foi uma experiência que não podemos disfrutar na sua plenitude ao longo do ano por incompatibilidade de horário, contudo foi gratificante trabalhar com estes jovens nas oportunidades que tivemos e no encontro final (II Encontro ESPECIAL), onde foi possível aplicar toda a experiência académica, profissional e social, e aprofundar esta área, vivenciar e proporcionar experiências, tornando esta etapa mais enriquecedor.

A participação no desporto escolar acentuou a integração no meio escolar, permitiu-me aplicar estratégias numa perspectiva de treino, diferente da lecionação de conteúdos, e possibilitou perceber a dinâmica que envolve a organização das provas, assim como, adquirir competências a esse nível.

De um modo geral, este ano de lecionação contribuiu para a minha formação como futuro professor, através de um conjunto de vivências, experiências, conhecimentos partilhados, trabalho desenvolvido e interação com a população escolar.

### 3.3. - Recursos Humanos

A ESAL, no ano letivo de 2012 / 2013, teve uma população escolar total de 1085 elementos, distribuídos da seguinte forma:

<b>Categorias</b>	<b>Nº de Elementos</b>
<b>Alunos</b>	<b>914</b>
<b>Docentes</b>	<b>129</b>
<b>Não docentes</b>	<b>41</b>
<b>Psicóloga</b>	<b>1</b>

Quadro 4: Distribuição da população escolar por categorias.

De seguida apresenta-se no quadro 5, o total de elementos pertencentes à classe docente e à não docente e suas subdivisões:

Categorias		Nº de Elementos
Docentes	QND	110
	QZP	8
	Contratados	11
Não docentes	Assistentes técnicos	12
	Assistentes Operacionais	29

**Quadro 5:** Distribuição da população docente e não docente por categorias.

A ESAL apresenta uma variada oferta formativa, estando os alunos distribuídos pelo 3º ciclo e pelo ensino secundário, da seguinte forma, simplificada no quadro 6:

Ofertas formativas		Nº de Elementos
3º Ciclo	Ensino Regular	152
	Cursos de educação e formação	
Ensino Secundário	Cursos científico-humanísticos	762
	Cursos tecnológicos	
	Cursos profissionais	

**Quadro 6:** Distribuição dos alunos da ESAL por ciclo e oferta formativa.

De acordo com o quadro 7, o grupo de Educação Física é constituído, maioritariamente, por professores pertencentes ao quadro de nomeação definitiva, como podemos verificar:

Categorias		Nº de Elementos
Docentes do grupo de Educação Física	QND	10
	Contratados	1
	Estagiários	2

**Quadro 7:** Distribuição dos docentes do grupo de Educação Física por categorias.

Dentro do grupo de educação física, temos alguns professores que desempenham diferentes cargos, como:

	Cargos	Professores
<b>Docentes do grupo de Educação Física</b>	Coordenador do Departamento de Expressões	Prof. Luís Rechena
	Coordenador de Grupo	Prof. Nuno Fonseca
	Orientador de Estágio	Prof. António Martins
	Diretora de Instalações	Prof. Paula E. Santo
	Coordenador do Curso Tecnológico de Desporto	Prof. João Teles
	Coordenador do Desporto Escolar	Prof. Miguel Bastos
	Docentes Estagiários	Prof. Pedro Figueiredo Prof. Raquel Martins

**Quadro 8:** Cargos dos professores do Grupo de Educação Física no presente ano letivo.

### 3.4. - Recursos Materiais

Os recursos materiais que a ESAL dispõe para responder às necessidades dos alunos são no geral, instalações bastante aceitáveis, e que dentro dos limites orçamentais tem vindo a melhorar ao longo dos tempos. A ESAL dispõe de 4 blocos: o bloco central com 4 pisos, onde se inclui o ginásio grande, o ginásio pequeno e refeitório, o bloco das oficinas e o do bar dos alunos e reprografia. O quadro 9 mostra a distribuição de espaços na ESAL:

<b>Espaços Interiores da ESAL</b>	
<b>Bloco Central</b>	<u>1º Piso</u> Salas de aula Laboratórios de física e química 1 Sala de informática Espaço 550 (Grupo de Informática)
	<u>2º Piso</u> Salas de aula Balneários Refeitório
	<u>3º Piso</u> Gabinete da Direção Serviços Administrativos, Serviço de Ação Educativa Armazém Sala de Professores Sala de apoio às atividades docentes Salas de aula normais 5 Salas de informática Gabinete de EF Ginásio grande e pequeno
	<u>4º Piso</u> Salas de aula normais e específicas de Desenho Gabinete de Apoio ao Ensino Especial Gabinete de receção dos Pais e Encarregados de Educação Biblioteca Escolar
<b>Oficinas</b>	Construção Civil
	Artes
	Mecânica
	Eletricidade e eletrónica
<b>Bar dos alunos e reprografia</b>	

Quadro 9: Distribuição dos espaços e serviços na ESAL.

No que concerne aos espaços desportivos disponíveis para a prática da disciplina de Educação Física, a ESAL possui espaços e materiais desportivos, no entanto, nem todos estão nas melhores condições. Como os espaços cobertos são reduzidos, os alunos deslocam-se ao pavilhão municipal, a cerca de 500 metros de distância, para poderem usufruir daquele espaço com excelentes condições, onde são praticadas, maioritariamente, as modalidades de andebol, voleibol, badminton e floorball.

Os espaços e o material existente funcionam sobre um sistema de rotatividade (anexo 3), no qual cada turma ocupa cada um deles, de acordo com a unidade didática para ser lecionada nesse espaço. Esta rotação de espaços está definida por turma / agrupamento desde o início do ano, tendo havido ajustes pontuais à planificação inicial.

Posto isto, apresento no quadro 10 os espaços da ESAL utilizados para a prática da disciplina de educação física.

<b>Espaços utilizados pela disciplina de Educação Física</b>
<b>Campos de jogos - exterior</b>
<b>Ginásio Grande</b>
<b>Ginásio pequeno</b>
<b>Pátios - velocidade e barreiras</b>
<b>Pavilhão Municipal</b>
<b>Campos de ténis Albi Sport Clube</b>
<b>Zona de saltos</b>
<b>Zona de lançamentos</b>
<b>Balneários</b>
<b>Arrecadações</b>
<b>Gabinete de Educação Física</b>
<b>Sala de canto coral</b>

**Quadro 10:** Espaços utilizados pela disciplina de Educação Física.

Relativamente às instalações disponíveis para as aulas de Educação Física e de Desporto Escolar, a escola dispõe de um ginásio grande, mais utilizado para voleibol, basquetebol, badminton, ginástica e dança. O ginásio pequeno serve para modalidades individuais (ginástica), dança e aplicação de alguns testes do fitnessgram.



**Figura 2:** Ginásio grande.



**Figura 3:** Ginásio pequeno.

Os espaços exteriores são os que se encontram em pior estado, no entanto podem ser praticadas as modalidades de basquetebol, andebol e futebol.



**Figura 4:** Campos de jogos exteriores polivalentes.

Importa, ainda, referir que no decorrer do ano letivo decorreram obras de remodelação de dois espaços desportivos que estavam bastante degradados. Daqui surgiu um campo sintético para futebol / futsal e outro campo preparado para basquetebol e voleibol, como se pode comparar nas figuras abaixo:



**Figura 5:** Campos de jogos inutilizado.



**Figura 6:** Campos de jogos remodelado.

Nos espaços exteriores temos ainda as zonas específicas para as várias áreas do atletismo. Como os alunos têm a possibilidade de escolher ténis ou badminton, a ESAL tem um protocolo de utilização dos campos de ténis do Albi Sport Club, situados junto ao pavilhão municipal.

Modalidades	Recursos Materiais
Desportos coletivos	<b><u>Bolas:</u></b> Futebol Futsal Basquetebol Voleibol Andebol Corfebol Rugby Floorball Redes de voleibol Cestos de Corfebol Balizas de floorball Stick's de floorball
Atletismo	Testemunhos Barreiras Dardos Pesos Cronómetros Fitas métricas.
Ginástica	Paralelas assimétricas e simétricas Praticáveis - ginástica de solo Colchões Barra fixa Trampolim Reuther Plinto longitudinal transversal Trave olímpica Cavalo de arções Bancos suecos.
Ténis e Badmínton	Raquetas Bolas

	Volantes Redes
<b>Outros</b>	Cones Arcos Sinalizadores Coletes Apitos Sistema de som Cd's para dança e fitnessgram

**Quadro 11:** Recursos materiais existentes para a prática da disciplina de Educação Física.

Segundo as normas do grupo de Educação Física, quando as condições climatéricas (chuva, vento, frio) forem consideradas inapropriadas para a realização da aula prevista pelo professor, devem ser verificadas as alternativas possíveis ao espaço inicialmente atribuído. Se não existir espaço disponível o professor não dá aula.

Relativamente aos recursos materiais, a escola tem variedade necessária para o desenrolar das aulas com qualidade e multiplicidade.

### **3.5. - Direção de turma**

#### **3.5.1. Amostra**

##### **3.5.1.1. Caraterização da Turma 12º Desp. 2**

A turma do 12ºDesp.2 é uma turma do curso tecnológico de Desporto constituída, inicialmente por 16 alunos. Posteriormente houve um aluno que anulou matrícula e outra aluna mudou de turma, ficando apenas 14 alunos e destes 14 alunos, dois estão a fazer melhoria de notas e estágio, mas também trocaram de turma. Esta turma fazendo parte dos cursos Tecnológicos de Desporto tem como disciplinas Português, Matemática B, Psicologia A, Organizações de Desenvolvimento Desportivo, Práticas Dinamizadoras Desportivas, Projeto Tecnológico e Estágio. Existem 5 alunos matriculados no 11ºDesp.2 e dois alunos matriculados no 10ºDesp.2 a fazer algumas disciplinas e atraso, como por exemplo, Português e Matemática B, apontadas por estes por serem mais teóricas e sendo assim apresentando maior dificuldade.

Esta turma é constituída por 6 alunos do sexo masculino e outros 6 do sexo feminino com uma média de idades de 18,33 anos. Podemos verificar que a situação familiar não é muito favorável, pois muitos destes alunos têm pais desempregados ou reformados, o que denota algumas dificuldades socioeconómicas. Existem quatro alunos que recebem apoio social, tendo dois deles escalão A e os outros dois escalão B. em termos de habilitações literárias, só um elemento é que possui formação académica superior, todos os outros têm o 2º e 3º ciclo ou ensino secundário.

As disciplinas apontadas como preferidas pelos alunos da turma foram a Educação Física, Inglês que já não têm e Psicologia, sendo as disciplinas de Matemática B e Português anotadas como aquelas onde apresentam mais dificuldades.

É uma turma que apresenta algumas dificuldades, tanto ao nível da aprendizagem como ao nível do interesse, falta de empenho na realização das tarefas desenvolvidas e concentração na aula. Excetuam-se duas alunas da turma que se destacam, nas mais variadas vertentes, pela positiva. Esta turma não é muito equilibrada, apresentando alguma instabilidade e alguns conflitos entre os colegas, principalmente entre as meninas e os meninos.

No que respeita à participação, de uma maneira geral, estes alunos são pouco participativos e quanto ao comportamento geral da turma, o Conselho de turma considera que se tem mostrado pouco satisfatório em algumas disciplinas, pontualmente.

Evidenciam-se alunos muito participativos nas atividades propostas enquanto outros se mostram bastante desligados daquilo que lhes compete. Salientou-se o facto de os alunos terem participado em inúmeras atividades desportivas, o que se refletiu de forma negativa na sua assiduidade e, conseqüentemente, no seu aproveitamento.

### 3.5.1.2. Reflexão / Funções do diretor de turma

Uma das áreas de atividade que o estágio aborda diz respeito à Direção de Turma/ Relação com o Meio, que perspetiva uma ligação à comunidade escolar, destacando-se a ligação com os encarregados de educação, protagonizada pelo Diretor de Turma. É no conselho de turma que são atribuídas responsabilidades que garantem a coordenação entre os professores e com os processos operacionais com os encarregados de educação.

A direção de Turma que acompanhámos, ao longo do ano letivo foi de outro professor, uma vez que ao nosso orientador não lhe foi atribuída direção de turma este ano. A turma que acompanhámos foi a do 12º Desp.2, turma atribuída ao nosso orientador de escola, o que facilitou o contacto com os alunos. A turma apresentava alguns problemas em termos de avaliações e de comportamento, no entanto, o facto de sermos professores estagiários e lecionarmos a disciplina preferida da turma facilitou uma boa relação desenvolvida com os alunos. Pois, conseguiu-se desde logo estabelecer uma fácil comunicação com os alunos,

tentando perceber e até aconselhar em caso de alguma atitude ou comportamento menos próprio.

Durante, todo o ano letivo fizemos questão de intervir em todos os assuntos deste âmbito de acordo com as diretrizes do Diretor de Turma de maneira a poder contribuir para melhorar os problemas que iriam surgindo.

Os docentes do grupo de estágio assumiram também algumas das responsabilidades do Diretor de turma, cooperando nos trabalhos da Direção de turma e dos conselhos de turma. A função do Diretor de Turma (DT) incorpora um conjunto de vertentes de atuação correspondendo aos seus diversos interlocutores: alunos, professores e encarregados de educação. Tendo os objetivos formulados por parte do Diretor de Turma no início do ano letivo, podemos destacar as principais tarefas que foram ocorrendo durante este ano:

- Receber os alunos no início do ano letivo, informando-os do papel do diretor de turma e procurar detetar eventuais interesses e necessidades dos alunos;
- Informar os pais e encarregados de educação o horário de atendimento e durante o ano letivo comunicar-lhes o aproveitamento, comportamento e assiduidade dos alunos;
- Preparar as reuniões de conselho de turma e de pais;
- Fomentar o diálogo com os pais;
- Realização, com os restantes professores, das apreciações individuais e globais da turma nas reuniões de conselho de turma, e posterior lançamento das notas e envio das mesmas no final de cada período letivos para os encarregados de educação.

O DT desempenha, junto dos docentes da turma, uma função de coordenação, e de mediação entre a ação dos professores e os restantes atores envolvidos no processo educativo: os alunos e os encarregados de Educação.

Relativamente às tarefas de natureza administrativa não surgiram dificuldades em executá-las, uma vez que desempenhei em todas as reuniões de Conselho de Turma, no final de cada período, a função de lançamento das notas no sistema informático da ESAL, realizei as grelhas do mapa de aproveitamento da turma, preenchi as avaliações descritivas globais e individuais dos alunos, com a ajuda dos professores das várias disciplinas.

Participei em todas as reuniões com os pais/encarregados de educação, tentando ao máximo esclarecer as dúvidas que me propunham, gerando-se um clima de à vontade, facilitando a comunicação e o contacto entre todos.

Posso afirmar que a experiência de acompanhamento, em todas as tarefas do DT foi extremamente positiva, já que considero ter adquirido os principais conhecimentos e competências inerentes a este cargo, que me permitirão no futuro, vir a desempenhar com mais segurança e eficácia estas funções. O DT deve possuir uma atitude crítica, dinamizadora e construtiva, associada a estratégias que procurem motivar os alunos.

### 3.6 - Desporto Escolar

Considerando os objetivos do Desporto Escolar, o mesmo tem como missão “contribuir para o combate ao insucesso e abandono escolar e promover a inclusão, a aquisição de hábitos de vida saudável e a formação integral dos jovens em idade escolar, através da prática de atividades físicas e desportivas.”, segundo o sítio do Ministério da Educação.

Neste sentido, o Desporto Escolar é uma área paralela da educação com impacto em diversas áreas sociais, promovendo a saúde, a inclusão e integração social e é ainda uma ótima ferramenta no combate ao insucesso e abandono escolar. Para além disso proporciona a todos, de igual forma, o acesso à prática de atividade física e desportiva, permitindo um maior e melhor desenvolvimento desportivo.

O Desporto Escolar disponibiliza aos alunos diversas atividades desportivas de modo a promover estilos de vida saudáveis que contribuem para a formação equilibrada dos alunos e permitem o desenvolvimento da prática desportiva.

Sendo o Desporto Escolar uma atividade orientada e promovida pelo grupo de Educação Física, este pretende:

- Proporcionar aos alunos o desenvolvimento de práticas desportivas do seu agrado;
- Promover a competição escolar como meio de aprofundamento de competências técnicas, táticas, físicas e psicológicas;
- Promover a relação e o contato desportivo com outros estabelecimentos de ensino;
- Promover e organizar atividades desportivas/torneios no seio da comunidade escolar.

A Escola Secundária Amato Lusitano, dispõe das seguintes modalidades:

- ✓ Futsal (Juvenis Masculinos e Femininos);
- ✓ Voleibol (Juvenis Femininos);
- ✓ Natação (todos os escalões e sexos) e Organização de uma Prova Distrital de Natação;
- ✓ Multiatividades (orientação, escalada, canoagem, BTT, ciclismo, tiro ao arco e outros) e Organização do Encontro Distrital de Multiatividades.

De acordo com o regulamento do estágio pedagógico da UBI, a intervenção na área do Desporto Escolar constitui uma das funções e competências do professor de educação física, e também um dos parâmetros de avaliação deste estágio pedagógico. A modalidade escolhida durante o estágio foi o futsal masculino, em cooperação com o professor responsável por esta modalidade, Miguel Bastos. As principais tarefas desempenhadas nos treinos, relacionadas com esta atividade, passaram pela cooperação na orientação e condução dos treinos, e substituição do professor responsável, quando este não podia estar presente nos treinos.

Torna-se importante a caracterização desta modalidade para responder, durante o treino, às suas exigências. Devido às dimensões do campo a velocidade dos desportistas é fulcral no ganho dos espaços para poder receber a bola nas devidas condições e sendo esta

uma modalidade intensa, a resistência é um dos aspetos mais importantes. No Futsal existe uma variedade de esforços de grande intensidade e curta duração, diferenciando esta modalidade desportiva de outras de alto rendimento. A flexibilidade dos acontecimentos e ações durante uma partida exige que o desportista esteja preparado para reagir aos mais diferentes estímulos da maneira mais rápida e eficiente possível (Silva et al., 2005). Durante o jogo o praticante está envolvido num determinado contexto onde lhe são atribuídas tarefas que este terá de conseguir responder através de determinados comportamentos.

Tendo em conta o planeamento, organização e operacionalização do treino (tendo em conta as exigências referidas anteriormente), penso que contribuí positivamente para o sucesso dos alunos de modo a dar-lhes a conhecer o jogo e promover situações positivas e lúdicas.

Os treinos decorreram no pavilhão municipal de Castelo Branco às quartas-feiras às 15h10, tendo os níveis de participação e assiduidade dos alunos ficado, por vezes, aquém do esperado, também porque alguns alunos tinham aulas neste horário. Assim, foi combinado outro horário às 16h40 para os alunos que não podiam estar presentes no horário principal.

Foram realizados, ao longo do ano, jogos de competição (dois jogos em casa, realizados no pavilhão municipal de Castelo Branco, um no Agrupamento de Escolas José Sanches de Alcains e outro no Instituto S. Tiago - Cooperativa de Ensino na Sobreira Formosa). Passamos a fase inicial e na fase final que decorreu na Escola Secundária de Alcains no dia 08 de abril, perdemos o primeiro jogo com a Escola Secundária Campos Melo, disputando depois o jogo de atribuição do 3º e 4º lugar, em que vencemos a Escola Secundária Frei Heitor Pinto por 7-6, ficando assim no 3º lugar na fase final distrital.

Acompanhei sempre a equipa nestes jogos, o que me permitiu conhecer melhor esta realidade e perceber os processos que estão por trás da organização destes jogos, tendo coadjuvado o professor responsável no acompanhamento, orientação e motivação da equipa.

De um modo geral, o trabalho realizado na área do Desporto Escolar decorreu de forma bastante positiva. Os responsáveis pela equipa de futsal tentaram, ao longo do ano letivo, manter os níveis de motivação e empenho dos alunos, o que se traduziu na manutenção e aumento do número de alunos praticantes, para além de outros alunos do curso tecnológico que auxiliaram na arbitragem e na mesa, tornando esta atividade muito enriquecedora.

Destaca-se o bom ambiente que se fazia sentir nos treinos, o que demonstrou companheirismo e confiança entre todos.

### **3.7 - Atividades não letivas**

No decurso do presente ano letivo, realizaram-se diversas atividades, de dinamização de atividades físicas, implementação de tarefas de organização do curso tecnológico, diversificação curricular e de pura dinamização do desporto escolar. Os docentes estagiários organizaram e colaboraram, na maioria das vezes conjuntamente com os elementos do grupo

de Educação Física, na dinamização destas atividades, procurando sensibilizar alunos, professores, comunidade escolar e extra-escolar em geral.

### 3.7.1 - Atividades do grupo disciplinar

De acordo com o Plano Anual de Atividades da escola, no qual constam as atividades dinamizadas pelos professores do grupo disciplinar, foram realizadas diversas ações, tais como:

- **Corta-Mato Escolar:**

A atividade foi organizada, sob orientação dos professores, pelos alunos da turma 11º Desp.2, estando prevista decorrer no dia 18 do mês de Janeiro. Porém não foi possível realizar na data agendada, devido às condições climáticas durante o mês de janeiro. A prova foi adiada, até que se realizou definitivamente no dia 4 de fevereiro, uma vez que a fase distrital iria ser logo na semana seguinte.

Os objetivos definidos para esta atividade foram:

- Sensibilizar a comunidade escolar para a prática desportiva;
- Apurar atletas para a prova distrital do DE;
- Implementar tarefas de organização de eventos desportivos por parte dos alunos do 11º ano do Curso Tecnológico de Desporto.
- Promover o convívio entre professores e alunos.

Nesta atividade todos os professores tiveram funções a desempenhar, e no que respeita à participação dos docentes estagiários, a função que me coube foi a de “gravador de chegada”, ou seja, referir, para um gravador de voz, os números dos dorsais no ponto de chegada dos participantes. Fui também um dos professores responsável pela entrega das medalhas a um dos escalões.

De referir que a atividade decorreu dentro da normalidade, sem quaisquer problemas a registar. Registou-se uma significativa participação dos alunos da escola a esta atividade.

- **Megas:**

Esta atividade foi organizada por uma das nossas turmas, o 11ºDESP1, sob orientação dos professores, no dia 24 de janeiro. Nesta atividade foram realizadas provas de mega salto, mega lançamento, mega sprinter, mega voo e mega quilómetro.

Os objetivos definidos para esta atividade foram:

- Apurar atletas para a prova distrital do Desporto Escolar;
- Implementar tarefas de organização de eventos desportivos por parte dos alunos do 11º ano do Curso Tecnológico de Desporto;
- Dinamizar as atividades físicas na escola.

Colaborei no apoio à organização desta atividade, acompanhando o decorrer da atividade que correu bem na parte organizacional, tendo havido, apenas, algumas falhas na rotação das provas. Alguns dos alunos foram apurados para a fase distrital, tendo uma aluna nossa ficado em 3º lugar no sprint em juvenis, a nível nacional.

- **Orientação:**

Esta atividade foi organizada pelo Professor Jorge Cardoso com o apoio dos professores estagiários e ainda outros professores do grupo na sua organização e na marcação dos pontos dos vários percursos que podiam ser realizados. Esta atividade foi realizada no complexo dos relvados sintéticos do parque urbano de Castelo Branco e contou com cerca de três centenas e meia de alunos de escolas da cidade.

Para muitos destes alunos, esta foi a primeira vez que puderam ter contacto com esta modalidade, uma vez que nunca tinham tido a oportunidade de vivenciar uma manhã de orientação pedestre. A atividade foi preparada de forma a poderem ser enquadrados alunos de todas as idades e até com necessidades educativas especiais. Para isso tivemos o suporte de cinco mapas para darmos a conhecer a orientação, três deles com graus de dificuldade distintos, um balizado especialmente para meninos com NEE, e um de score 100, que é o mesmo mapa mas com organização de prova diferente, isto é, cada ponto do mapa tem uma pontuação diferente e os participantes têm um tempo limite para juntar 100 pontos, devendo escolher a melhor estratégia para chegar a essa pontuação no menor tempo possível.



Figura 7: Fotos do Dia da Orientação

Os objetivos desta atividade foi dar a conhecer esta modalidade a toda a comunidade escolar, dar ferramentas de trabalho a professores menos identificados com esta área e promover a prática de atividade física aliada ao raciocínio na interpretação dos mapas. O balanço da atividade foi bastante positivo e foi um grande prazer contribuir para este dia de entusiasmo dos jovens presentes.

- **Concretização dos Projetos Tecnológicos e das Provas de Aptidão Tecnológica:**

No final do 3º período, todos os alunos do Curso Tecnológico de Desporto têm de concretizar um projeto e defender a sua PAT. Pois, nestes cursos têm como objetivos implementar tarefas de organização de eventos desportivos nas instituições / associações onde realizam estágio, de modo a dinamizar as atividades físicas na escola e na comunidade envolvente.

- **Palestra “Princípios Fundamentais do Treino das Capacidades Motoras”:**

Em todos os períodos os alunos assistem a uma palestra dada pelos professores sobre os conhecimentos teóricos definidos. Esta palestra está inserida na área: aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física. A palestra do 3º período ficou sob nossa responsabilidade, tendo decorrido de forma positiva. A oportunidade de realizar estas aulas teóricas a agrupamentos, geralmente, de 4 turmas, proporcionou-nos novas experiências nesta área, tendo necessitado de preparar a sua apresentação e elaborar estratégias e metodologias diferentes. Foi mais uma atividade diferente e que nos ajudou a crescer enquanto docentes.

- **IV Torneio Inter secundárias de Futsal:**

Este foi um torneio organizado por um grupo de alunos do 12º ano do Curso Tecnológico de Desporto, com orientação do grupo de Educação Física, em que participaram alunos da nossa escola, da Escola Secundária Nuno Alvares, Escola Profissional Agostinho Roseta e do Instituto de Educação Técnica de Seguros (INETESE).

Foi um torneio competitivo, com grande fair-play que contou com a colaboração da Associação de Futebol de Castelo Branco, que disponibilizou duas duplas de árbitros, dando mais valor a este torneio.

- **I Torneio Inter-Prósecundárias de Voleibol:**

O torneio foi organizado por um grupo de alunos do 12º ano do Curso Tecnológico de Desporto, com orientação do grupo de Educação Física, em que participaram alunos da nossa escola, da Escola Secundária Nuno Alvares, Escola Profissional Agostinho Roseta, Escola Tecnológica e Profissional Albicastrense, o Instituto de Educação Técnica de Seguros (INETESE) e, excepcionalmente, a Escola Superior de Educação.

Foi um torneio que proporcionou um saudável intercâmbio desportivo, com grande fair-play, cooperação, respeito e troca de competências e conhecimentos.

Os objetivos destas duas atividades foram:

- Implementar tarefas de organização de eventos desportivos por parte dos alunos do 12º ano do Curso Tecnológico de Desporto;
- Dinamizar atividades físicas na escola.

- **Encontro de multiatividades de ar livre:**

O II encontro distrital das equipas do desporto escolar organizado pelo professor Jorge Cardoso, com o apoio do grupo de estagiários e grupo disciplinar, realizou-se no dia 24 de abril na zona de lazer do Complexo Desportivo de Castelo Branco.

Nesta atividade juntaram-se 130 alunos de 8 escolas do distrito para competirem nas modalidades de canoagem, BTT, orientação e jogos de estratégia e cooperação. Este foi um evento que necessitou de grande preparação e planificação.

A prova foi dividida em 3 estações:

<p><b>JOGOS NO LAGO</b> (parte da manhã)</p>	<p>Cada equipa deve realizar uma estafeta montados nas respetivas <b>canoas</b>. A classificação será ordenada pelos melhores tempos realizados.</p>
<p><b>ORIENTAÇÃO</b> (parte da manhã)</p>	<p>Três ou quatro elementos de cada equipa (depende do nº de equipas inscritas), devem realizar uma prova de <b>Orientação Pedestre</b>. A classificação será ordenada pela média dos tempos de cada equipa.</p>
<p><b>JOGOS DE ESTRATÉGIAS E COOPERAÇÃO</b> (parte da tarde)</p>	<p>Cada equipa tem que realizar um conjunto de 8 jogos / atividades, competindo diretamente com outra equipa. Cada jogo terá uma classificação própria definida pelos melhores tempos ou pela melhor pontuação. A ordenação será feita pelo somatório de cada uma das classificações de cada jogo.</p>

A minha função para além de apoiar, na parte da manhã, a logística foi controlar o decorrer das atividades de canoagem e orientação apoiando os participantes nas tarefas.



**Figura 8:** Prova de Canoagem - Multiatividades de Ar Livre

Nos jogos da tarde, fiquei responsável pelo percurso de BTT, realizei o balizamento do percurso e registei todos os resultados dos percursos realizados.

Este foi um evento foi de grande responsabilidade e muito importante ao nível de desenvolvimento da capacidade de organização e planificação de atividades. Foi uma atividade muito gratificante e os feedbacks foram os melhores.

### 3.7.2 - Atividades do grupo de estágio

As atividades do grupo de estágio tiveram em conta a identificação de necessidades na escola e onde realmente poderíamos dar o nosso contributo à escola. Neste sentido, a dinamização / participação em atividades não letivas permitem que os alunos tenham um papel mais ativo na seu processo de aprendizagem, sendo um excelente complemento ao ensino formal.

Assim, durante este ano letivo foram promovidas, pelo grupo de estágio, outras atividades quer para alunos, quer para pessoal docente, que foram posteriormente inseridas no PAA da escola. As atividades desenvolvidas foram:

- **Workshop de Dança na Escola:**

A realização desta atividade de intervenção na escola surge perante uma situação de necessidade detetada no seio do grupo de Educação Física desta escola. Esta iniciativa destina-se a colmatar uma lacuna identificada na formação dos professores de educação física numa modalidade específica do currículo da disciplina, a dança.

Dado que esta modalidade revela uma enorme importância no desenvolvimento da coordenação psico-motora, que se transfere posteriormente para as restantes modalidades desportivas, bem como no desenvolvimento de várias aptidões sociais, pensamos ser de maior pertinência a inclusão da dança nas planificações anuais de educação física nesta mesma escola.

Dado o estudo do calendário escolar, e tendo em conta o facto do módulo de Dança ser realizado nas últimas semanas do último período, propusemos a realização da ação para o mês de Abril, em particular na semana de 15 a 19. Porém, devido à disponibilidade da agenda do Professor formador na área de Dança não foi possível nesta semana, tendo sido realizada esta ação de formação no dia 20 de Maio de 2013, das 8h30 às 12h. Esta formação foi destinada à comunidade escolar em geral e em particular professores de Educação Física.

Os objetivos principais deste workshop foram:

- Formar os agentes de ensino, em especial os Professores de Educação Física, com um amplo conhecimento na área da Dança.
- Proporcionar aos profissionais de Educação Física, as ferramentas necessárias para a lecionação de dança nas aulas de educação física.
- Proporcionar aos alunos uma aula diferente que lhes permitiu ter o primeiro contacto com estes estilos de dança de uma forma agradável.

Os recursos materiais que utilizamos foi o ginásio grande e meios audiovisuais. Na primeira parte da formação foi realizada uma exposição oral dos temas e de seguida na segunda parte, prática das técnicas abordadas. Tendo em conta que os tipos de dança a abordar, definidos pelo grupo, no Secundário passam pelo Merengue e o Chá-chá-chá, foi pedido ao Professor formador de Dança que se focasse principalmente nestas.



**Figura 9:** Foto Workshop de Dança

Importa realçar que a formação foi muito bem aceite por todos, principalmente pelos alunos que manifestaram o seu agrado relativamente ao facto de ser um Professor especializado em Dança (Danças de Salão) a introduzir estas danças e deste modo poderem praticar explorando a diversidade de passos que lhes foram fornecidos, juntando, posteriormente, a criatividade de cada um.

▪ **II Encontro ESPECIAL - Jogos Sem Barreiras:**

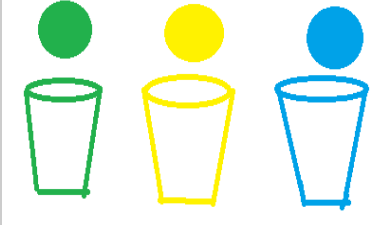
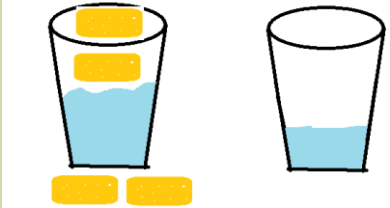
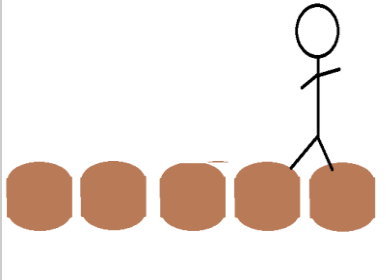
Esta atividade era destinada a crianças e adultos com necessidades educativas especiais de carácter permanente que frequentam as escolas da cidade de Castelo Branco e a vila de Alcains e foi realizada no seguimento do ano anterior, também fomentada pelo grupo de estagiários. Apesar de já não ser novidade, encarámos este II Encontro como uma possibilidade de alargar horizontes e criar novos jogos e novas dinâmicas.

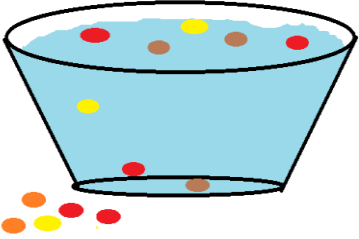
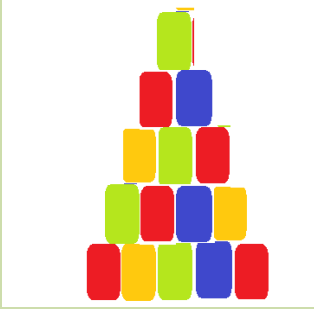
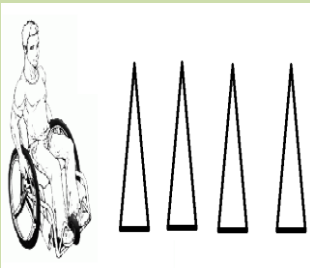
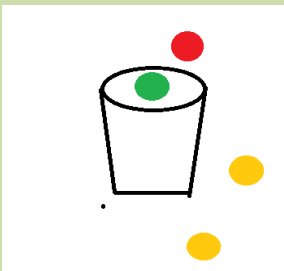
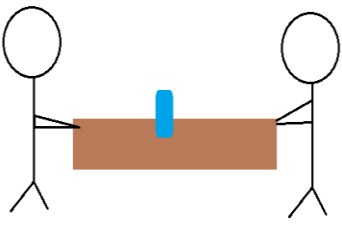
Este Encontro realizou-se no dia 16 de maio de 2013 na zona de lazer da Nercab, destinado a crianças e jovens com necessidades educativas especiais de carácter permanente. Contou com o apoio do Grupo de Educação Física e Educação Especial e pelo 10º ano do Curso Profissional de Apoio à Gestão Desportiva. Neste encontro tivemos o privilégio de ter cerca de 90 crianças e jovens, que vieram das diversas escolas / instituições de Castelo Branco e Alcains (João Roiz, Afonso Paiva, Cidade de Castelo Branco, Faria de Vasconcelos, APPACDM, ERID, ESAL e José Sanches). Estas crianças com características tão especiais que, por vezes, são descuradas na organização de eventos desportivos, tiveram possibilidade de passar um dia diferente a realizar um conjunto de atividades de psicomotricidade.

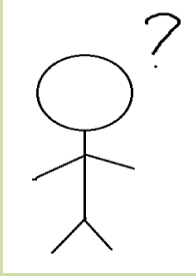
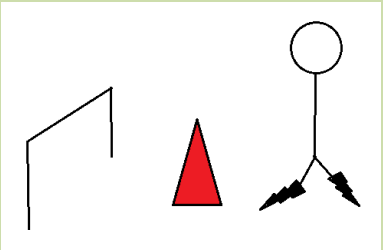

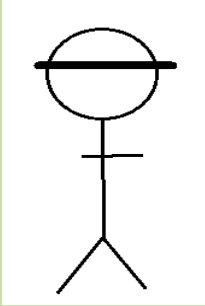
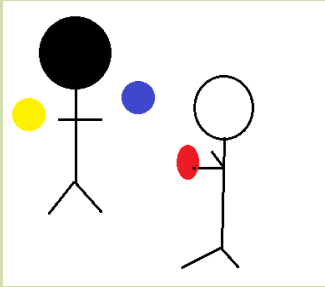
Os principais objetivos desta atividade foram promover um dia diferente a estas crianças, de modo a contribuir para o desenvolvimento físico e psicológico destes alunos incentivando à prática da atividade física. Contudo, a divulgação do projeto “Especial - O Futuro em Construção” também será um dos objetivos principais, de maneira a consciencializar e sensibilizar a comunidade escolar e o meio envolvente, face ao processo de

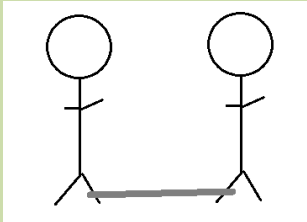
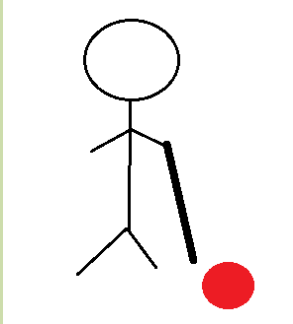


inclusão das crianças com Necessidades Educativas Especiais de carácter permanente (NEE-cp) na sociedade e no ambiente escolar servindo de chamariz para eventuais alunos com NEE-cp poderem futuramente frequentar a ESAL.

Esta atividade baseou-se num sistema de estações por onde todas as equipas passaram, isto é, realizaram-se 18 jogos com duração de aproximadamente 8 minutos mais 2 para a rotação para a estação / jogo seguinte. O quadro seguinte descreve os diferentes jogos realizados:

Estações	Nome do Jogo	Descrição do jogo	Esquema
Estação 1	Centopeia	O jogo tem por objetivo fazer passar 10 arcos pelo corpo sem largarem as mãos. Se largarem as mãos o jogo terá de começar de novo.	
Estação 2	Reciclagem	O jogo tem por objetivo fazer corresponder a cor das bolas à cor dos baldes.	
Estação 3	Balde para balde	O jogo tem por objetivo encher o outro balde com água através das esponjas.	
Estação 4	Ponte é uma passagem	O jogo tem por objetivo atravessar a ponte em cima dos troncos de árvores sem tocar no chão. Se caírem dos troncos terão de começar de novo.	

<p><b>Estação 5</b></p>	<p><b>Invencível Armada</b></p>	<p>O objetivo do jogo é colocar o maior número de cargas a boiar. Não se pode apanhar as cargas que já se encontram no fundo do alguidar.</p>	
<p><b>Estação 6</b></p>	<p><b>Torre de Pisa</b></p>	<p>O objetivo do jogo é empilhar o maior número de latas por cada jogador.</p>	
<p><b>Estação 7</b></p>	<p><b>Carrinho de mão</b></p>	<p>O objetivo do jogo era realizar uma gincana com um carro de mão levando um pino sem cair.</p>	
<p><b>Estação 8</b></p>	<p><b>Atira e encesta</b></p>	<p>O objetivo era encestar o maior número de bolas num cesto (de corfebol).</p>	
<p><b>Estação 9</b></p>	<p><b>A Maca</b></p>	<p>O objetivo era transportar garrafas de água cheias com 2 tábuas finas.</p>	

Estação 10	Adivinha advinhança	O objetivo é adivinhar o que o outro está a fazer por gestos. Não é permitido falar, apenas fazer mímica.	
Estação 11	Estafeta de rãs	O objetivo é fazer uma estafeta com barbatanas nos pés, contornando pinos, passando por cima e por baixo de barreiras.	
Estação 12	Barco ao fundo	O objetivo era afundar as latas de sardinha com água que era transportada por bolas de esponja de outro balde.	
Estação 13	Às cegas	O objetivo do jogo é conduzir o indivíduo sem falar, apenas guiando-o com o toque e apanhar as cartas que se encontram no chão.	
Estação 14	Tiro ao boneco	O objetivo é acertar num elemento que está em movimento.	

<p><b>Estação 15</b></p>	<p><b>Cabra peada</b></p>	<p>O objetivo é fazer um percurso em equipa com os tornozelos atados com elásticos.</p>	
<p><b>Estação 16</b></p>	<p><b>No caminho certo</b></p>	<p>O objetivo é conduzir a bola com os bastões sem sair do caminho definido. Se a bola sair do caminho terão de começar do início.</p>	
<p><b>Estação 17</b></p>	<p><b>Puzzle gigante</b></p>	<p>O objetivo é conseguir montar o puzzle gigante.</p>	
<p><b>Estação 18</b></p>	<p><b>Carrossel</b></p>	<p>O objetivo é que uma equipa sem largar as mãos consiga fazer um carrossel, passando todos os elementos por baixo dos braços dos outros até chegar ao fim.</p>	

**Quadro 12:** Resumo de jogos do II Encontro ESPECIAL

A atividade teve início às 9h30 com a chegada dos alunos das várias escolas. O início dos jogos decorreu às 9h45, tendo havido uma pausa às 10h30 para os participantes tomarem o seu reforço alimentar, aproveitando para descontrair e confraternizar uns com os outros. Os jogos decorreram até às 13h, encerrando a atividade com uma coreografia elaborada pela minha colega Raquel e ensaiada pelo grupo de Psicomotricidade para todos os alunos presentes a realizarem. Todos os participantes (professores e alunos) participaram e mostraram-se muito recetivos a esta iniciativa. De seguida, não foram atribuídos prémios de vencedores porque todos iriam ficar em 1º lugar, tal como decidido em reunião, mas foram

entregues lembranças às escolas participantes juntamente com os respectivos certificados e medalhas de participação a cada aluno.

Posteriormente seguiu-se o almoço num mega “piquenique” junto ao lago, fornecido pela ESAL. Nem todas as escolas participaram no almoço, pois algumas delas tinham horário para cumprir e não puderam ficar para almoçar.



Figura 10: Fotos II Encontro "ESpeciAL" – Jogos Sem Barreiras

Relativamente à organização em geral, recebemos feedbacks altamente positivos por parte das escolas participantes. Para o grupo de estágio foi muito importante termos realizado esta atividade neste âmbito e com esta dinâmica envolvente, uma vez que houve momentos em que tivemos de ser rápidos na adaptação de exercícios perante os participantes que surgiam. A maior dificuldade foi adaptar alguns jogos para meninos em cadeira de rodas, mas com a cooperação e entreaajuda de todos os intervenientes, conseguimos protagonizar mais um dia excelente neste ano letivo, demonstrando ser possível dar oportunidades a esta população especial de se divertir e explorar as suas capacidades.

Em suma, todas estas atividades não letivas proporcionaram a muitos alunos experiências novas, uma maior integração e socialização na comunidade escolar e meio envolvente. Facilitaram um conhecimento mais aprofundado dos alunos que compõem a escola e contribuíram também para a socialização de toda a comunidade escolar.

As atividades foram trabalhosas, mas gratificantes. Desenvolvemos este trabalho com entreaajuda, cooperação entre os estagiários, o nosso orientador e o grupo disciplinar. Em todas estas atividades desempenhei ativamente o meu papel, demonstrei capacidade de trabalho em equipa, de comunicação, dinamismo, rigor e boa disposição. Procurei refletir sempre sobre as atividades de forma crítica numa perspetiva de melhoria dos pontos menos fortes.

O núcleo de estágio de Educação Física trabalhou sempre em prol da comunidade escolar, privilegiando a integração de todos os docentes e alunos e contribuindo para a sua formação enquanto pessoas e como profissionais ou futuros profissionais.

### **3.7.3 - Ações de formação frequentadas**

Reconhece-se à formação contínua de professores um papel crucial na valorização da profissão docente, no desenvolvimento organizacional das escolas e na melhoria das aprendizagens dos alunos. Assim torna-se cada vez mais importante frequentar ações de formação, seminários ou outras formas de formação contínua de forma a melhorar a nossa intervenção na área.

Durante este ano letivo, frequentei algumas ações de formação, tais como:

#### **▣ I Congresso de Desporto, Educação e Saúde**

O I Congresso de Desporto, Educação e Saúde, realizou-se nos dias 31 de maio e 1 de junho 2013, na Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior e contribuiu para a divulgação do conhecimento científico nas áreas da educação física escolar, da atividade física e saúde.

Foi organizado pelo Departamento de Ciências do Desporto, e integrou conferências, comunicações livres, posters e workshops e teve como destinatários profissionais e estudantes das áreas do desporto, medicina, fisioterapia, psicologia, educação, sociologia, entre outras. De destacar que o evento foi acreditado pelo Conselho Científico Pedagógico da Formação Contínua de Professores e certificado pela Universidade da Beira Interior.

A participação neste congresso foi bastante positiva, pois permitiu-me aprofundar mais os meus conhecimentos na área do desporto, educação e saúde, assim como analisar a importância e o impacto das investigações científicas nesta área.

#### **▣ Seminário - A Atividade Física: Uma Pedagogia Saudável**

Esta ação, promovida pelo Prof. Dr. Júlio Martins do departamento de Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior, teve lugar no dia 20 de março de 2013, com a duração de 8 horas.

Durante este tempo foi possível debater algumas questões relacionadas com a atividade física e a sua importância na promoção de um estilo de vida saudável.

Foi um seminário bastante útil pois foram debatidos temas importantes nos tempos de hoje, em que os jovens fazem menos desporto e é necessário saber cativá-los para a prática de atividade física.

#### □ **Seminário de Investigação em Ciências do Desporto**

##### ***Como podemos melhorar o processo de ensino-aprendizagem?***

Esta ação, promovida pelo departamento de Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior, teve lugar no dia 10 de outubro de 2012, com a duração de 5 horas.

Durante este tempo foi possível debater algumas questões relacionadas com a intervenção pedagógica e como esta pode melhorar o processo de ensino-aprendizagem.

A participação nestas ações foi bastante útil, uma vez que se debateram temas atuais que dizem respeito ao que deve ser trabalhado ao nível da intervenção junto da população escolar e em geral.

As ações de formação são uma forma de desenvolver competências, tanto a nível pessoal como profissional, devendo ser uma tarefa a realizar durante todo o nosso percurso profissional.

## **4 - Reflexão**

O estágio pedagógico foi o culminar de um período de grandes aprendizagens, em que pude colocar em prática todas as competências adquiridas ao longo da minha formação académica. Foi uma etapa longa, intensa e cansativa, mas no final todo o trabalho é recompensado pelas experiências vividas, pelos conhecimentos adquiridos, pelo companheirismo, espírito de ajuda e sensação de dever cumprido.

Ao longo de todo o ano letivo foram vividos inúmeros momentos que contribuíram de forma positiva para a minha formação enquanto docente de educação física. Após a conclusão deste estágio, penso que o viver de experiências refletiu-se numa maior maturidade na análise das situações que surgiam, e em respostas mais rápidas e eficazes devido à capacidade de prever e antever problemas inerentes à nossa prática.

Na realidade, sinto que as minhas expectativas iniciais foram amplamente superadas, ao mesmo tempo que as preocupações e inseguranças iniciais foram-se desvanecendo, o que me permitiu evoluir e desenvolver competências na área do ensino.

O estágio e todo o trabalho aí desenvolvido é um instrumento que possibilita a intervenção direta de um futuro professor de Educação Física, sendo essa intervenção direcionada,

aplicada de forma real e consistente que permitiu com a sua elaboração, a identificação de problemáticas e a definição de estratégias possibilitadoras de integração de variáveis inerentes ao contexto de ensino.

Penso que durante o tempo em que decorreu a prática pedagógica fui capaz de evoluir, aprender e crescer quer como profissional, quer como pessoa. No que diz respeito à condução do processo de ensino - aprendizagem foi onde a evolução se fez notar mais ao longo de todo o ano letivo. Nas quatro dimensões relativas a este processo instrução, gestão, clima e disciplina foram visíveis grandes diferenças entre o início do estágio e o final do mesmo.

Relativamente à intervenção pedagógica, tentei criar um clima de aula positivo de forma a manter os alunos participativos e motivados nas tarefas, pois tal como defende (Siedentop, 1998), os professores eficazes tentam favorecer a aprendizagem ao instaurar um clima enriquecedor e estabelecer boas relações entre o professor e os alunos. No que concerne à competência didática, considero que elaborei sempre planificações coerentes e lógicas, tendo sempre em atenção as progressões dos alunos.

Quanto à dinamização da vida escolar, o grupo de estágio desenvolveu atividades bastante interessantes e que envolveram toda a comunidade escolar, tendo tido feedback's muito positivos.

Considero, como pontos fortes: a nossa integração na escola, desde os professores do grupo aos alunos das turmas em que lecionei e acompanhei aulas, a intervenção nas atividades do desporto escolar, a possibilidade de perceber o trabalho administrativo de direção de turma e participar ativamente dos conselhos de turma, reuniões de grupo, planificação de aulas e de treinos do desporto escolar, a organização de atividades promovidas pelo grupo de estágio e o contacto com a realidade das Necessidades Educativas Especiais, que permitiu ter uma perceção diferente no que se refere ao trabalho desenvolvido neste âmbito.

Como pontos fracos, posso apontar o facto de não ter tido oportunidade de lecionar aulas a nenhuma turma do 3º ciclo, visto o nosso orientador não ter turmas de 3º ciclo atribuídas. Penso que seria interessante perceber as diferenças existentes no ensino deste nível e nas estratégias a adotar.

Posto isto, importa referir que nesta Escola, encontrámos um bom ambiente de trabalho e todas as condições necessárias para pôr em prática o nosso trabalho. Esta etapa vai ficar, certamente, uma boa memória para a vida.

## **5 - Considerações Finais**

Este foi, sem dúvida, um ano de muito trabalho, foram dias intensos entre todas as responsabilidades inerentes ao estágio, os trabalhos de Seminário de Investigação e a atividade profissional, fundamental nos tempos que correm, pois sem essa atividade, não

seria possível ter feito este investimento na formação e na procura de mais competências / conhecimentos. E por tudo isto, o estágio foi indispensável mas exaustivo. Indispensável porque me sinto preparado para enfrentar a vida profissional, trabalhoso pois tive ultrapassar diversas etapas através de diferentes estratégias e gestão preciosa do tempo para atingir os meus objetivos.

O facto de ser bem recebido na comunidade escolar, não só pelos vários professores como também pelo orientador e o privilégio de ter feito aquilo que mais gosto, serão memórias que irei sempre relembrar. Foram muitos os contributos que este estágio me proporcionou.

De um modo geral, podemos afirmar que o estágio pedagógico foi um ótimo complemento de toda a formação escolar, dado que possibilitou aproximarmo-nos da realidade de ser professor desta área, sob o olhar e orientação do professor orientador, assim como de colegas do grupo de estágio e disciplinar, que contribuíram para a evolução e aprendizagem neste ano.

Esta foi, sem dúvida, uma experiência muito gratificante e da qual guardo as melhores recordações. Foi um ano de constante aprendizagem, onde retirei os melhores ensinamentos e onde sinto que evolui como pessoa e como profissional, mas espero que o futuro me reserve desafios que me façam continuar a crescer / evoluir.

## 6- Referências bibliográficas

Abrantes, J. citado por Martins, J. (2009) – Diapositivos apresentados no 2º ciclo de estudos do Mestrado Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Universidade da Beira Interior.

Bento, J. (1998). Planeamento e Avaliação em Educação Física. Livros Horizonte.

Costa, Carreiro (1984). O que é um ensino eficaz das actividades físicas no meio escolar, Revista Horizonte N.º 1.

Costa, Carreiro (1984). O que é um ensino eficaz das actividades físicas no meio escolar, Revista Horizonte N.º 1.

Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J. & Mira, J. (2001). Programa de Educação Física 10º, 11º e 12º anos - Cursos científico-humanísticos e cursos tecnológicos. Obtido em 2

de setembro de 2011, de Ministério da Educação - Departamento do ensino secundário:  
[http://www.dgidec.min-edu.pt/ensinosecundario/index.php?s=director io&pid=2](http://www.dgidec.min-edu.pt/ensinosecundario/index.php?s=director%20io&pid=2)

Sarmento, P., (1993). “Pedagogia do Desporto: Instrumentos d Observação Sistemática da Educação Física e Desporto.” Edições FMH.

Siedentop, D. “Aprender a Enseñar la Educación Física”. Publicações INDE. 1998  
Barcelona – España

Sousa, J. (1991). Pressupostos, princípios e elementos de um modelo de planeamento em Educação Física. Revista Horizonte, Vol. VIII, n.º 46.

### **Outros documentos consultados:**

Ministério da Educação (2009). Programa do Desporto Escolar para 2009-2013. Obtido em 1 de abril de 2012, de Direção Regional de Educação do Centro:  
[http://www.drec.min-edu.pt/repositorio/Programa\\_Desporto\\_Escolar\\_2009\\_2013.pdf](http://www.drec.min-edu.pt/repositorio/Programa_Desporto_Escolar_2009_2013.pdf)

Normas de grupo de Educação Física do ano letivo 2011/2012, Escola Secundária c/3º Ciclo de Amato Lusitano.

Projeto Curricular de Escola, Escola Secundária c/3º Ciclo de Amato Lusitano

Projeto Educativo de Escola, Escola Secundária c/3º Ciclo de Amato Lusitano

Regulamento de estágio pedagógico de Educação Física. Departamento de Ciências do Desporto. Universidade da Beira Interior.

## Capítulo 2 (Seminário de Investigação em Ciências do Desporto)

### Introdução

A avaliação da aprendizagem em Educação Física inserida no contexto geral da educação, constitui um grande desafio para os professores, levantando diversas questões durante o processo avaliativo. Na realidade os professores confrontam-se com diversas dúvidas sobre as estratégias de avaliação do processo de aprendizagem. O processo de implementação das práticas avaliativas na intervenção pedagógica de professores de Educação Física, em todos os níveis de ensino, é cercado de dúvidas e contradições caracterizando-se como elemento gerador de inúmeras reflexões e discussões sobre o assunto (Evandra Hein Mendes, et al., 2007).

O principal objetivo da avaliação é o diagnóstico, identificando as principais dificuldades da aprendizagem e suas causas, e, este processo, quando bem conduzido possibilita ganhos significativos na Educação e na aprendizagem do aluno.

Assim, a avaliação surge como um instrumento fundamental para a regulação do processo de ensino aprendizagem, uma vez que o planeamento também depende da avaliação para se poder diagnosticar as capacidades dos alunos, conhecer o rendimento dos alunos, motivar e incentivar os alunos. Para além disso a avaliação deve ser sistemática, integrada no processo educativo e contínua para que se possa conhecer o aluno e o seu nível de progresso com vista a adequar o ensino e efetuar ajustes atempados ao planeamento.

“Avaliar bem o desempenho de um aluno é tão importante como ensinar esse aluno, pois sem avaliação torna-se difícil compreender seu processo de aprendizagem e os efeitos positivos da prática docente” (Sebalch et al 2010, p. 147).

Segundo Siedentop (1998), as etapas importantes deste processo 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.

A análise do processo avaliativo levanta a reflexão sobre a responsabilidade de conduzir de forma coerente este processo, além disso, indica o caminho para que se faça um trabalho docente pautado e objetivo. O levantamento desta questão surgiu pelo facto de cada professor ter estratégias, pontos de observação diferentes e dessa forma podemos considerar que as avaliações poderão ser ambíguas.

De facto, a avaliação surge como utensílio fundamental para a regulação do processo de ensino-aprendizagem centrado não só no aluno, mas também no professor. Assim, a eficácia do processo avaliativo depende de vários fatores, tais como os objetivos da mesma, os critérios de êxito, as estratégias e situações critérios a utilizar para efetuar a avaliação, as características dos alunos e dos professores. Segundo Siedentop (1991), os professores têm tido vários métodos de avaliar, o juízo intuitivo, a observação visual, os registos de notas, as listas e escalas de classificação. O juízo intuitivo implica que um professor experiente com conhecimentos sobre o processo de ensino aprendizagem faça uma observação e desde logo uma avaliação geral.

Na opinião de Fensterseifer (1998) os professores para avaliar devem procurar o que para eles é importante e o que procuram analisar no processo, através da escolha dos instrumentos que possam fornecer maior número de dados. Da mesma forma os dados mais significativos devem ser selecionados, enumerando os critérios de satisfação e insatisfação com os resultados da análise.

Qualquer que seja o instrumento adotado para a avaliação, este apresenta inúmeras limitações. Se for um instrumento quantitativo, logo se poderá perceber que a atividade humana é imensurável e que só poderá fornecer alguns dados que ajudem numa avaliação também qualitativa. Se for um instrumento qualitativo, faltar-lhe-á a objetividade, o que exigirá, de quem o aplicar, um conhecimento mais amplo do sujeito avaliado” (Freire, 1994).

Segundo Carvalho et al. (2000, p.212), “o professor deve ter clareza dos objetivos em cada ciclo aula, unidade, semestre, dos momentos avaliativos formais, das rotinas avaliativas, onde podem ser utilizados recursos coerentes que ampliem a capacidade de observação [...] e atenção a auto crítica para os momentos avaliativos informais”.

As características dos professores, como os seus conhecimentos, o seu comportamento, as suas competências e a sua experiência são fatores que podem influenciar a eficácia da avaliação. Inicialmente, as investigações sobre avaliação respaldavam-se nas características dos professores que eram considerados “bons”, com condutas decentes que influenciavam decisivamente o alcance dos efeitos desejáveis (Gonçalves, 1994). Nesta conceção, os traços da personalidade / características do professor eram o foco da investigação.

Mendes (2007) refere que os professores pouco experientes questionam-se como devem avaliar, isto é, que parâmetros devem ter em conta no processo de avaliação. Assim, cada experiência de cada professor conduz a estratégias de ensino e avaliação distintas, pontos de observação diferentes e dessa forma podemos considerar que as avaliações poderão ser ambíguas. No contexto particular da Educação Física, em muitos casos, a avaliação torna-se subjetiva e não contemplada da forma como deveria ser (Marques, 2010).

Nesta perspetiva, este estudo procurou analisar o desempenho observacional de professores estagiários e professores experientes em comparação com um quadro observacional de referência composto por especialistas.

Desta forma levantámos as seguintes hipóteses  $H_0$  - não existem diferenças estatisticamente significativas;  $H_1$  - existem diferenças estatisticamente significativas.

## **Metodologia**

### **Amostra:**

A amostra foi composta por um total 15 professores estagiários e 15 professores experientes de ambos os sexos e de 2 especialistas da modalidade de basquetebol, para podermos analisar o desempenho observacional e comparar as diferenças entre as respostas dos dois grupos e dos especialistas.

Os grupos de professores foram constituídos tendo em conta alguns fatores de exclusão, como o número de anos de serviço como professor e serem possuidores de formação em treino de basquetebol. Os professores com no máximo 5 anos de tempo de serviço foram incluídos no grupo dos estagiários e os professores com mais de 5 anos foram incluídos no grupo de professores experientes. No caso de haver algum professor com mais de 5 anos de

tempo de serviço e formação no treino de basquetebol, este foi incluído no grupo de especialistas.

A escolha da amostra não teve um carácter aleatório, uma vez que foi necessário atender a algumas exigências de carácter ético:

- Pedir autorização à escola e aos pais dos alunos para que fossem realizadas as filmagens das situações de basquetebol;

- Informar os professores acerca do nosso estudo, garantindo toda a confidencialidade e anonimato dos dados obtidos (consentimento informado).

Neste estudo foi referenciado, novamente, na própria grelha de observação, a discussão dos objetivos do estudo com os participantes e colocadas duas questões que nos permitiram seleccionar os professores para os incluirmos no respetivo grupo correto.

### Procedimentos:

Para realizar este estudo foram realizados 2 vídeos com situações de basquetebol 3\*3, uma com alunos de 7º ano e outra com alunos de 12º ano. Foram preparadas duas grelhas de observação / avaliação com os critérios de êxito para cada situação, tendo em conta o nível e o ano de escolaridade.

Os vídeos e as grelhas de observação / avaliação foram distribuídos a cada um dos professores participantes com as grelhas a conter no seu cabeçalho os esclarecimentos sobre este processo de avaliação e estudo. Posteriormente, as grelhas de observação / avaliação foram recolhidas pelos pesquisadores.

Esta observação / avaliação é realizada através da visualização de dois exercícios de basquetebol onde se observam os gestos desportivos e/ou ações de natureza técnico-tática. Ambos os exercícios observacionais são correntes em processos de avaliação de alunos de Educação Física de diferentes ciclos de estudo. (Programa de 3º Ciclo e Secundário de Educação Física do Ministério da Educação, 2010)

Para este estudo foi produzida uma grelha de observação / análise com base nos critérios de êxito da situação prática em causa e o programa de Educação Física, definindo bem qual o ano e o nível do aluno.

Pretende-se que os professores efetuem as observações / avaliações nas mesmas condições, ou seja solicita-se que o tempo de visualização seja o tempo do vídeo, isto é cerca de 3 minutos, e que só seja visto por 2 vezes. Os filmes serão os mesmos para todos os professores não tendo sido possível, tendo em conta o tempo apertado, que o monitor onde foi feita a visualização do filme seja o mesmo.

Para o desenvolvimento deste estudo os participantes observaram o vídeo de uma situação de basquetebol 3\*3 com alunos do 7º ano e outro com alunos do 12º ano durante 3 minutos, com um máximo de visualizações de 2 vezes. Nestes vídeos encontrava-se sempre um aluno com um colete de cor distinta, sendo a respeito desse aluno que foi feita a avaliação do seu desempenho nas habilidades técnico-táticas e gestos técnicos que, no tempo disponível de observação, foi efetivamente possível avaliar. Como tal, foram avaliadas apenas as habilidades técnico-táticas e gestos técnicos que os professores tiveram capacidade de observar, convenientemente, para atribuir uma classificação rigorosa.

Nesta avaliação, pretendia-se que essa classificação (na escala comum em contexto educativo - entre 1 e 5 valores) estivesse contextualizada às exigências de desempenho que habitualmente se considera para o respetivo ciclo de estudos e nível de estudos (alunos de 7º ano ou 12º ano). Depois era atribuída uma classificação final ao desempenho global do aluno no basquetebol. Por último, era ainda pedido que os professores indicassem por ordem decrescente a importância das 3 habilidades técnico-táticas ou gestos técnicos que consideraram mais relevantes para atribuir essa classificação final.

### **Análise estatística:**

Os dados serão sujeitos a um tratamento quantitativo - numa escala de “Likert” fazer enumeração das notas atribuídas pelos diferentes tipos de professores face ao real e qualitativo - comparar os 3 pontos de observação mais importantes descritos pelos professores na avaliação feita. Nesta análise será efetuada a comparação dos pontos de observação mais referenciados entre os diferentes tipos de professores em comparação com o grupo de especialistas para verificar qual se aproxima mais deste.

Os dados recolhidos serão ainda sujeitos aos procedimentos estatísticos para analisar os dados de cada grupo e compará-los, através da média, desvio padrão e frequência. Para

verificarmos se existiam diferenças significativas entre os professores estagiários e professores experientes recorreremos ao tratamento estatístico através do programa IBM SPSS Statistics 20. Para isso realizamos o teste da normalidade para ambos os grupos e para o 7º e 12º ano para verificar qual o teste adequado para ser aplicado aos grupos independentes.

Como a distribuição não era normal, tivemos de realizar um teste não paramétrico e uma vez que tínhamos 2 amostras independentes, o teste aplicado foi o Mann-Whitney Test.

## Apresentação de dados

### Média:

Grupos	7ºano			12ºano		
	Estagiários	Especialistas	Experientes	Estagiários	Especialistas	Experientes
Média	3,3	2,5	3,6	4,2	3,5	4,3

Com a recolha dos dados conseguimos retirar algumas informações pertinentes para posteriormente serem tratadas e discutidas. Neste caso relativamente aos dados que retiramos da média das notas finais, verificamos que para os Estagiários o aluno do 7º ano em causa concluiu a avaliação com uma nota de 3,3. Para os Professores Experientes verificámos que o aluno obteve uma nota média de 3,6 e para os Especialistas estes obtiveram uma nota de 2,5 sendo que este grupo serviu de referência para a nossa comparação.

Para os alunos do 12º Ano a média das notas finais atribuídas foram 4,2 para o grupo dos Professores Estagiários, 4,3 para os Professores Experientes e 3,5 para o grupo de Especialistas.

### Desvio Padrão:

Grupos	7ºano			12ºano		
	Estagiários	Especialistas	Experientes	Estagiários	Especialistas	Experientes
Desvio Padrão	0,46	0,71	0,51	0,41	0,71	0,49

Quanto aos dados recolhidos conseguimos verificar que o desvio padrão, ou seja o intervalo em que as notas variam para cima e para baixo. Na situação de 7º Ano, para o grupo de Professores Estagiários as notas tiveram um desvio padrão de 0,46. Nos Professores Experientes 0,51 e finalmente para os Especialistas estes obtiveram um desvio padrão de 0,71.

No caso da situação do 12º ano que estava sob avaliação o desvio padrão, para o grupo de Professores Estagiários, teve uma oscilação de 0,41. Para os Professores Experientes este teve uma oscilação superior, com o valor de 0,49. Finalmente para o grupo de Especialistas este apresenta um valor de 0,71, se bem que este valor pode ser elevado devido ao reduzido tamanho da amostra.

#### Mann-Whitney Test:

##### 7º Ano

Ranks				
	Avaliador	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nota	Estagiários	15	13,00	195,00
	Experientes	15	18,00	270,00
	Total	30		

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Nota
Mann-Whitney U	75,000
Wilcoxon W	195,000
Z	-1,811
Asymp. Sig. (2-tailed)	,070
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,126 <sup>b</sup>

Usando o Mann-Whitney Test conseguimos verificar que para o aluno do 7º ano as diferenças entre Professores Estagiários e Professores Experientes não são estatisticamente significativas pois elas possuem uma significância de 0,070 o que indica que não podemos excluir a hipótese Ho.

12º ano

Ranks

	Avaliador	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nota	Estagiario	15	14,50	217,50
	Experientes	15	16,50	247,50
	Total	30		

Test Statistics<sup>a</sup>

	Nota
Mann-Whitney U	97,500
Wilcoxon W	217,500
Z	-,812
Asymp. Sig. (2-tailed)	,417
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,539 <sup>b</sup>

Usando o Mann-Whitney Test conseguimos verificar que para o aluno do 12º ano as diferenças entre Professores Estagiários e Professores Experientes não são estatisticamente significativas pois elas possuem uma significância de 0,417 o que indica que não podemos excluir a hipótese  $H_0$ .

**Critérios não identificados:**

Critérios não identificados		
	7º Ano	12º Ano
Estagiários	15	16
Experientes	13	11
Especialistas	7	9

Nas listas de todos os critérios de êxito retiradas do programa de Educação Física tanto para o 7º ano bem como 12º ano seguramente na apresentação em vídeo alguns deles não ocorreram, dessa forma tentamos perceber qual seria o grupo que melhor fazia essa decodificação e observação coerente. Assim para o 7º ano o grupo de Estagiários identificou

15 critérios aos quais não conseguiram recolher informação, nos Experientes apenas 13 e por fim os Especialistas só em 7 dos critérios é que eles não conseguiram recolher informação.

No caso dos alunos do 12º ano os professores Estagiários não conseguiram identificar 16 dos critérios na visualização do filme. Os professores Experientes com um número mais baixo não conseguiram identificar 11 e por fim os Especialistas com um número ainda mais reduzido de apenas 9 critérios mostrando que o seu olho clínico e experiência nesta modalidade poderão ser importantes na descodificação das ações do filme.

### Top 3 dos Critérios de êxito:

7º Ano			
	1º	2º	3º
<b>Estagiários</b>	Desmarcação/oferece linhas de passe	Drible	Lançamento
<b>Experientes</b>	Drible	Passe	Lançamento
<b>Especialistas</b>	Drible	Passe	Lançamento

12º Ano			
	1º	2º	3º
<b>Estagiários</b>	Lançamento	Desmarcação	Drible
<b>Experientes</b>	Desmarcação/oferece linhas de passe	Dribles	Posicionamentos
<b>Especialistas</b>	Lançamento	Passe e corte (desmarcação sem bola)	Ressaltos ofensivos

Na grelha de avaliação facultada os grupos de amostra tinham uma pequena pergunta em que teriam de escolher três dos critérios de êxito mais importantes para si no processo de avaliação, ao atribuir a nota ao aluno. Assim com este ponto tentámos perceber quais os critérios que os professores focam / valorizam mais, ou seja, quais os critérios que na observação atribuem mais peso no momento em que dão a nota final.

Sendo assim para o 7º ano verifica-se que os professores estagiários optam por colocar a desmarcação - oferece linhas de passe no critério mais escolhido, drible em segundo lugar e o

lançamento como a terceira opção. Para os experientes e especialistas estes colocam os mesmos critérios e com a mesma ordem de escolha sendo o drible em primeiro, passe em segundo e lançamento em terceiro.

No caso do 12º ano este mostrou uma maior variedade de escolhas, sendo que os Professores Estagiários mostraram uma prevalência no lançamento, desmarcação e como ultimo critério o drible. Nos professores Experientes as suas escolhas dos critérios mais importantes recairiam sobre a desmarcação - oferece linhas de passe, dribles e por último, os posicionamentos. Na ótica dos especialistas os critérios que têm mais peso na sua avaliação recaem sobre os lançamentos, passe e corte (desmarcação sem bola) e por último, ressaltos ofensivos.

## **Discussão de resultados**

O estudo será descritivo, pois vai descrever o desempenho observacional através das notas atribuídas nas avaliações feitas pelos diferentes tipos de professores e compará-las com a avaliação dos especialistas para perceber quem se aproxima mais de uma avaliação coerente. O estudo procura documentar os fenómenos de interesse, a importância dos pontos de observação escolhidos para dar uma determinada nota e a coerência dos comportamentos e atitudes dos professores face à avaliação.

Na discussão de resultados relativamente à média das notas obtidas no 7º ano podemos dizer que para ambos os grupos de Professores Estagiários e Experientes estes atribuíram uma nota relativamente superior à do grupo dos Especialistas. Nos Estagiários foi superior em 0,8 valores (3,3) e 1,1 valores nos Experientes (3,6). No caso das notas do 12º ano verificou-se também um aumento da média das notas finais tanto dos professores Estagiários quer dos Experientes relativamente às dos Especialistas, se bem que aqui com uma ligeira redução das diferenças face ao 7º ano. Isto poderá nos indicar que os Estagiários e Experientes têm um rigor e uma exigência inferior ao dos Especialistas. Com estes resultados as diferenças que conseguimos observar entre os grupos de Professores Estagiários e Experientes foram reduzidas, como foi provado através do Mann-Whitney Test em que as diferenças entre os Professores Estagiários e Experientes não foram estatisticamente significativas. As médias dos

dois grupos posicionaram-se acima da média do nosso grupo controle (Especialistas), demonstrando como era previsto uma exigência e rigor superior na avaliação face à dos restantes.

Nos dados retirados do desvio padrão estes poderão ser considerados inesperados, pois o grupo que mostrou ser mais coerente e com um desvio padrão inferior foi o grupo dos Estagiários, o que inicialmente não seria a nossa expectativa, mas sim o contrário.

Aqui poderemos dizer que o  $N=2$  no grupo de Especialistas pode ter influenciado o desvio padrão deste grupo, sendo que se a amostra fosse maior este grupo talvez se aproximasse mais da nota média e teria um desvio padrão mais reduzido.

Após retirarmos os dados dos critérios não identificados verificou-se que o grupo de Estagiários tal como era previsto teriam um menor poder de observação e menor número de vivências das ações individuais ou coletivas existentes no vídeo. Este indicador poderá nos levar a uma menor descodificação destas mesmas ações. Assim visualizou-se pelo número de critérios que não foram identificados que os Professores Experientes conseguem-se aproximar mais do número de critérios vistos pelos Especialistas (11), deixando assim o grupo dos Estagiários como o grupo com menor descodificação das ações (16). Este indicador poderá significar que estes sentem mais dificuldade ao nível do desempenho observacional, devido à sua inexperiência tal como é sustentado por alguns autores que defendem que “aprender a realizar uma boa observação de movimentos é um dos aspetos importantes na formação de professores”. Uma das limitações advindas da inexperiência do docente encontra-se intrinsecamente relacionada com a avaliação (Rosado, Virtuoso e Mesquita, 2004).

Na grelha de observação eram pedidos os três aspetos mais importantes para que o professor tenha atribuído determinada nota, de forma a fundamentar a mesma, selecionando os mais significativos, tal como defende Fensterseifer (1998).

Neste item também se pretendia procurar algumas diferenças entre os critérios mais referenciados para o 7º e 12º ano. Os principais resultados obtidos foram que no 7º ano, os Professores Experientes e Especialistas tiveram a mesma escolha de critérios e com a mesma ordem de preferência, começando pelo drible, passe e lançamento. Os Estagiários colocaram como critérios mais escolhidos “desmarcação - oferece linha de passe”, drible e lançamento. Daqui podemos retirar que o critério que os Estagiários deram mais importância foi a

desmarcação talvez por ser mais facilmente visível, em detrimento do passe escolhido pelos outros dois grupos, ou seja um critério mais de técnica individual. O facto de a preferência dos critérios serem os mesmos nos grupos Experientes e Especialistas mostra que eles têm um foco de atenção mais semelhante no momento da avaliação.

No 12º ano os resultados não foram tão semelhantes, verificando que no grupo dos Estagiários estes continuaram a ter preferência pelos mesmo critérios escolhidos no 7º ano, sendo que agora numa ordem diferente. Para os Experientes e Especialistas apesar de estes não serem concordantes nas escolhas, estes seleccionaram escolhas diferentes das que tinham feito para o 7º ano, optando por critérios mais de ações coletivas (passe e corte, posicionamentos) e por ações individuais mais complexas (ressaltos ofensivos, lançamento).

## **Limitações do estudo**

Uma grande limitação do nosso estudo prende-se com a dimensão da amostra, em particular no grupo de controlo (especialistas), devido a especificidade do grupo e a dificuldade em encontrar participantes com as características pretendidas. O tempo disponibilizado para a realização deste trabalho, o tempo que envolve a realização de estudos desta natureza e a falta de preenchimento de algumas grelhas de observação por parte de alguns possíveis participantes no estudo também foi limitativo.

Os alunos que realizaram a situação prática de basquetebol 3\*3 não tinham todos o mesmo nível, ou seja, constituíam um grupo heterogéneo e deveriam ser grupos homogéneos para que fosse mais fácil de identificar quem sabe e quem não sabe jogar. A situação reduzida de jogo 3\*3 também nos dificulta ou retira a possibilidade de poder observar alguns critérios que estão presentes na grelha de observação.

Por último, na revisão da literatura não encontramos trabalhos similares ao nosso, que tenham tido situações de basquetebol como matéria de ensino, o que limita o nosso estudo, nomeadamente na parte da discussão dos resultados.

## Conclusões

Concluindo, tendo que a avaliação é um processo criterioso e próprio, cada professor poderá ter os seus mecanismos de avaliação. Desta forma e com base nos resultados obtidos, conseguimos verificar que não existem grandes diferenças significativas entre os professores estagiários e experientes.

Neste estudo, algumas diferenças detetadas foram na escolha dos critérios de êxito mais importantes na atribuição de uma nota, sendo que os estagiários enumeraram critérios de ações individuais ou coletivas mais simples face aos experientes, que no 7º ano referiram critérios de êxito de ações individuais simples e no 12º ano, ações individuais ou coletivas complexas. Esta opção poderá estar ligada ao domínio de conteúdos e número de vivências que faz com que os professores experientes tenham um foco de atenção e um leque de conhecimentos mais vasto, permitindo uma maior descodificação das ações existentes no momento da avaliação.

Na Educação Física, assim como em contextos de treino desportivo, a observação assume-se como uma capacidade essencial para o uso, sendo fulcral na análise e avaliação das prestações dos alunos ou atletas, e como tal, na própria atividade do docente (Aranha, 2007).

## Referências Bibliográficas

- Aranha, A. (2007). Observação de aulas de Educação Física. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Bratfische, S. Avaliação em Educação Física: Um Desafio. R. da Educação Física/UEM, Maringá. (2003).
- Corrêa, L. Avaliação da aprendizagem em Educação Física. (1994)
- Dudley, D.; Okely, A.; Pearson, P.; Cotton, W. A systematic review of the effectiveness of physical education and school sport interventions targeting physical activity, movement skills and enjoyment of physical activity. *European Physical Education Review*. October 2011 17: 353-378.

- Freire, João B. Educação de corpo inteiro: teoria e prática da Educação Física. São Paulo: Scipione, 1994.
- Hardy, C.A. Perceptions of Physical Education Beginning Teachers' First Year of Teaching: are we doing enough to prevent early attrition? *Teacher Development*, Vol. 3, No. 1. (1999)
- Henriques, J. A avaliação autêntica em Educação Física - O problema dos jogos desportivos coletivos. (2012)
- Kingston, K.; Sproule, J. Effects of different teaching styles on the teacher behaviours that influence motivational climate and pupils' motivation in physical education. *European Physical Education Review*. October 2005 11: 257-285
- Kovac, M. Competencies in physical education teaching: Slovenian teachers' views and future perspectives. *European Physical Education Review*. October 2008 14: 299-323,
- Mendes, E.; Nascimento, J. & Mendes, J. Metamorfoses na avaliação em Educação Física: da formação inicial à prática pedagógica escolar. (2007)
- Mendes, R; Clemente, F.; Rocha, R.; e Damásio, A. Observação como instrumento no processo de avaliação em Educação Física. *Exedra*, nº 6. (2012)
- Moreira, C. & Pereira, J. O ensino do conteúdo esporte na escola: o olhar dos professores iniciantes e professores experientes. (2008)
- Morgan, P.; Bourke, S. Non-specialist teachers' confidence to teach PE: the nature and influence of personal school experiences in PE. *Physical Education and Sport Pedagogy*. Vol. 13, No. 1, January 2008, pp. 1-29
- Morgan, P.; Hansen, V. The relationship between PE biographies and PE teaching practices of classroom teachers. *Sport, Education and Society*. Vol. 13, No. 4, November 2008, pp. 373\_391
- Pereira, F.; Mesquita, I.; Graça, A. A Investigação sobre a eficácia pedagógica no ensino do desporto. *R. da Educação Física/UEM Maringá*, v. 21, n. 1, p. 147-160, 1. trim. (2010)
- Pires, Denise. Avaliação do desenvolvimento motor: uma análise acerca do conhecimento dos professores de educação física. (2007)
- Rodrigues, G. A Avaliação na Educação Física Escolar: caminhos e contextos. (2003)

- Rosado, A., Virtuoso, L., & Mesquita, I. (2004). Relação entre as competências de diagnóstico de erros das habilidades técnicas e a prescrição pedagógica no voleibol. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, 18(2), 151-157.
- Siedentop, D. *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Second Edition. Mayfield Publishing Company. (1983)
- Starc, G.; Strel, J. Influence of the quality implementation of a physical education curriculum on the physical development and physical fitness of children. *BMC Public Health* 12:61. (2012)

# ANEXOS

Anexo 1 - Flyer do workshop de Dança



ES/3 Amato Lusitano de Castelo Branco  
*O futuro em construção*

Núcleo de Estágio de Educação Física  
*Apresenta Workshop de*

# CHA CHA CHA E MERENGUE

20 de maio  
08:30 às 12:00

*Inscrições  
Abertas*





**MATÉRIAS DAS UNIDADES DIDÁTICAS - EDUCAÇÃO FÍSICA 10º, 11º e 12º ano 2012-13**

ANOS		1 - GINÁSIO GRANDE	2 - GINÁSIO PEQUENO	3 - PAVILHÃO MUNICIPAL	4 - PATIO INFERIOR e SUPERIOR	5 - ESPAÇOS EXTERIORES					
10º	Desenvolvimento das Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas; Aprendizagem dos Processos de Desenvolvimento e Manutenção da Condição Física; Aprend. Conteoc. Relativos à Interpret. e Particip. nos Estrutur. e Fenómen. Sociais Extra-Escolares.	<b>VOLEIBOL</b> (Parte Nivel Avançado) <b>E</b> <b>BADMINTON</b> (Nivel Elementar)	<b>GINÁSTICA SOLO</b> (Parte Ní. Av.) <b>APARELHOS</b> (Plinto,MT,Paral.Ass/Sim) (Ní. Elem. e Parte Ní. Av.)	<b>ANDEBOL</b> (Nivel Elementar) <b>E</b> <b>FUTEBOL</b> (Parte Nivel Avançado)	<b>TÊNIS</b> (Nivel Elementar) <b>E</b> <b>BASQUETEBOL</b> (Parte Nivel Avançado)	<b>ATLETISMO</b> (Parte Nivel Avançado) Barreiras, Velocidade, Triplo-Salto, Comprim., Alt.,Peso, Res. Aeró.12' NOTA: Avaliação: 1Salto+ 1Lanç+1Corr(+Opção Resist.)					
		<b>1º Período</b>		<b>2º Período</b>		<b>3º Período</b>					
11º	Desenvolvimento das Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas; Aprendizagem dos Processos de Desenvolvimento e Manutenção da Condição Física; Aprend. Conteoc. Relativos à Interpret. e Particip. nos Estrutur. e Fenómen. Sociais Extra-Escolares.	Avaliação Inicial Fitnessgr. <b>1 SEMANA</b>	Ginástica <u>ou</u> Atletismo Sis. (11e12). Solo (50%) + 1 opção(50%) - 4 escolas - Trave/Par. Ass. (Cavalo p/ meninas; Barra-Fix (Par. Sim. / Cavalo p/ rapazes) Atletismo: 11º e 12º. Barras; Velocidade, Triplo-Salto, Comprimento, Altura, Peso, Res. Aeró.12' <b>NOTA: Avaliação:</b> 1 Salto + 1 Lançamento + 1 Opção/Opção Resist.) <b>6 SEMANAS</b>	Desp. Col. 1 <b>QU</b> Desp. Col. 2 <b>QU</b> Opção 1 (Bad./Ténis) Aproximad. <b>1 SEMANA</b>	Avaliação do teste de Aptidão Física Fitnessgram <b>1 SEMANA</b>	Desp. Col. 1 <b>QU</b> Desp. Col. 2 <b>QU</b> Opção 1 (Bad./Ténis) Aproximad. <b>6 SEMANAS</b>	Dança <b>2 SEMANAS</b>  Orientação <b>QU</b> Floorball <b>2 SEMANAS</b>	Avaliação do teste de Aptidão Física Fitnessgra <b>1 SEMANA</b>	Desp. Col. 1 <b>QU</b> Desp. Col. 2 <b>QU</b> Opção 1 (Bad./Ténis) Aproximadam. <b>6 SEMANAS</b>	"Avaliação de Recuperação" em 2 das 3 modalidades (DC1,DC2,Opção 1) e a Atletism/Ginásti. <b>2 SEMANAS</b>	Avaliação do teste de Aptidão Física Fitnessgram. <b>1 SEMANA</b>
<b>E</b>		Em cada turma de 11º e 12º ano lecionam-se 2 desportos coletivos, Ginástica <u>ou</u> Atletismo, Dança e 2 outras matérias. Os alunos de cada turma escolhem 2 desportos coletivos e ainda optam por Badminton ou Ténis (Opção 1) e também optam por Orientação ou Floorball (Opção 2). Os 2 desportos coletivos escolhidos, a Ginástica <u>ou</u> o Atletismo e a opção 1 (Badminton ou Ténis) são lecionadas durante, aproximadamente, 6 semanas. A Dança e a opção 2 (Orientação ou Floorball) são lecionadas durante, aproximadamente, 2 semanas cada. Na 1ª metade do primeiro período existe Ginástica <u>ou</u> Atletismo e, na 2ª metade, uma das 3 matérias de duração de 6 semanas (Desp. Col.1, Desp. Col. 2 ou Opção 1). Na 1ª metade do 2º período leciona-se uma outra das 3 matérias de duração de 6 semanas e depois Dança (2 semanas) e a opção 2 (2 semanas). No início do 3º período leciona-se a última das 3 matérias de duração de 6 semanas e depois implementa-se uma organização que privilegie a "Avaliação de Recuperação" em 2 das 3 matérias que duram 6 semanas (2 desportos coletivos e opção 1) e a Atletismo/Ginástica (durante 2 semanas). No início do ano letivo e no final de todos os períodos procede-se à avaliação da Aptidão Física através da aplicação do Fitnessgram.									
12º	Desenvolvimento das Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas; Aprendizagem dos Processos de Desenvolvimento e Manutenção da Condição Física; Aprend. Conteoc. Relativos à Interpret. e Particip. nos Estrutur. e Fenómen. Sociais Extra-Escolares.	<b>O PROGRAMA a lecionar (nos 2 desportos coletivos escolhidos, na opção 1 e na Ginástica/Atletismo) é o NIVEL AVANÇADO</b>									
		No final do 3º período e para efeitos de cálculo da nota final do 7º, 8º, 9º e 10º ano, a modalidade com pior nota ao longo do ano letivo é retirada desse cálculo final.									

Anexo 3 - Agrupamentos - 11º e 12º anos - Rotação de Espaços

11ºs Anos		1º PERÍODO				2º PERÍODO				3º PERÍODO				Professor	
		Ginastica /Atletismo	Desp Col. 1, 2 ou Opção		Fitnessgram	Desp Col. 1, 2 ou Opção		Orientação/ Floorball	Fitnessgram	Desp Col. 1, 2 ou Opção		Orientação/ Floorball	Recuperações		Fitnessgram
1ª AGRUPAMENTO	DESP1		Andebol	P. Municipal		Badminton	GG/P. Municipal	Floorball		Futebol	Exterior	Dança			Raquel
	DESP2		Andebol	Exterior		Voleibol	P. Municipal			Badminton	GG	Orientação			RITA
	CT3		Futebol	Exterior		Badminton	GG/P. Municipal			Basquetebol	Exterior	Orientação			JORGE
	CSE		Badminton	GG		Futebol	Exterior			Andebol	P. Municipal	Orientação			HELENA
2ª AGRUPAMENTO	AVIS1		Andebol	Exterior		Badminton	GG/P. Municipal			Basquetebol	Ext./ GG	Orientação			LUIS
	AVIS2		Badminton	GG		Basquetebol	Exterior			Futebol	Ext/P. Mun	Orientação			TÓ MANEL
	CT1		Voleibol	P. Municipal		Badminton	GG/P. Municipal			Futebol	Ext/P. Mun	Floorball			HELENA
	CT2														HELENA

12ºs Anos		1º PERÍODO				2º PERÍODO				3º PERÍODO				Professor	
		Ginastica /Atletismo	Desp Col. 1, 2 ou Opção		Fitnessgram	Desp Col. 1, 2 ou Opção		Orientação/ Floorball	Fitnessgram	Desp Col. 1, 2 ou Opção		Dança	Recuperações		Fitnessgram
1ª AGRUPAMENTO	CT1		Voleibol	GG		Badminton	GG/P. Municipal			Andebol	P. Municipal	Orientação			HELENA
	CT3		Futebol	Exterior		Badminton	GG/P. Municipal			Basquetebol	Exterior	Orientação			JORGE
	AVIS1		Andebol	P. Municipal		Basquetebol	Exterior	Orientação		Badminton	GG	Dança			Pedro
	AVIS2		Basquetebol	Exterior		Badminton	GG/P. Municipal			Futebol	Exterior				RITA
2ª AGRUPAMENTO	CT2		Badminton	GG		Basquetebol	Exterior			Andebol	Ext/P. Mun	Orientação			HELENA
	CSE		Andebol	P. Municipal		Badminton	P. Municipal			Futebol	Exterior	Floorball			JORGE
	DESP1		Badminton	GG		Voleibol	GG			Andebol	Ext/P. Mun	Floorball			RITA
	DESP2		Andebol	P. Municipal		Badminton	P. Municipal			Voleibol	GG				TÓ MANEL

## Anexo 4 - Tabela de Avaliação do Secundário - Em vigor no ano letivo 2012 - 2013

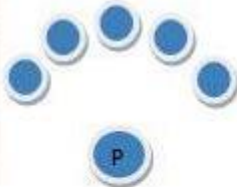
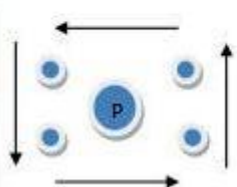
ESCOLA SECUNDÁRIA/3 AMATO LUSITANO DE CASTELO BRANCO  
 ATLETISMO - TABELA DE AVALIAÇÃO DO SECUNDÁRIO (em vigor no ano letivo 2011-2012)

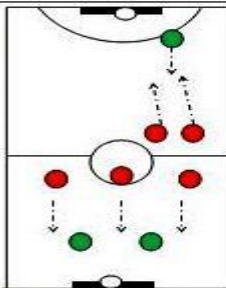
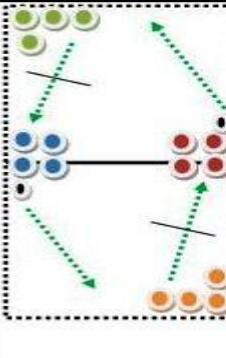
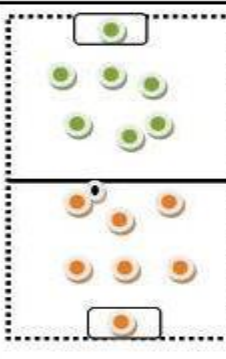
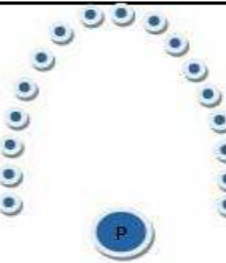
Valores	TRIPLO SALTO		SALTO EM COMPRIMENTO		SALTO EM ALTURA		LANÇAMENTO DO PESO		Valores	CORRIDA DE BARRERAS		VELOCIDADE		PROVA DE RESISTÊNCIA (COOPER - 12 MIN.)	
	MASC.	FEMIN.	MASC.	FEMIN.	MASC.	FEMIN.	MASC.	FEMIN.		MASC.	FEMIN.	MASC.	FEMIN.	MASC.	FEMIN.
5	7,00	5,50	3,00	2,00	1,00	0,80	6,70	4,20	5	14.0	15.5	11,3	13,8	7+90(1700m)	5+150(1300)
6	7,30	5,70	3,20	2,20	1,04	0,84	7,10	4,50	6	13.5	15.0	11,0	13,4	7+190(1800)	6+20(1400m)
7	7,60	5,90	3,40	2,40	1,08	0,88	7,50	4,80	7	13.0	14.7	10,7	13,0	8+60(1900m)	6+120(1500)
8	7,90	6,10	3,60	2,60	1,12	0,92	7,90	5,10	8	12.5	14.4	10,4	12,6	8+160(2000)	6+220(1600)
9	8,20	6,30	3,70	2,70	1,16	0,96	8,20	5,30	9	12.2	14.2	10,2	12,3	9+30(2100m)	7+40(1650m)
10	8,50	6,50	3,80	2,80	1,20	1,00	8,50	5,50	10	12.0	14.0	10,0	12,0	9+130(2200)	7+90(1700m)
11	8,70	6,70	3,90	2,90	1,23	1,02	8,80	5,70	11	11.8	13.8	9,8	11,7	9+180(2250)	7+140(1750)
12	8,90	6,90	4,00	3,00	1,26	1,04	9,10	5,90	12	11.6	13.6	9,6	11,4	10volt(2300)	7+190(1800)
13	9,10	7,10	4,10	3,10	1,29	1,06	9,40	6,10	13	11.4	13.4	9,4	11,1	10+50(2350)	8+10(1850m)
14	9,30	7,30	4,20	3,20	1,32	1,08	9,70	6,30	14	11.2	13.2	9,2	10,8	10v+100mt	8+60(1900m)
15	9,50	7,50	4,30	3,30	1,35	1,10	10,00	6,50	15	11.0	13.0	9,0	10,5	10v+200mt	8+110(1950)
16	9,80	7,70	4,50	3,50	1,40	1,14	10,40	6,80	16	10.7	12.7	8,8	10,2	11+70(2600)	8+160(2000)
17	10,10	7,90	4,70	3,70	1,45	1,18	10,80	7,10	17	10.4	12.4	8,6	9,9	11v+170mt	9+30(2100m)
18	10,40	8,10	4,90	3,90	1,50	1,22	11,20	7,40	18	10.1	12.1	8,4	9,6	12+40(2800)	9+130(2200)
19	10,70	8,30	5,10	4,10	1,55	1,26	11,60	7,70	19	9.8	11.8	8,2	9,3	12v+140mt	10volt(2300)
20	11,00	8,50	5,30	4,30	1,60	1,30	12,00	8,00	20	9.5	11.5	8,0	9,0	13+10(3000)	10v+100mt
	<b>Condições de realização</b>		<b>Condições de realização</b>		<b>Condições de realização</b>		<b>Condições de realização</b>			<b>Condições de realização</b>		<b>Condições de realização</b>		<b>Condições de realização</b>	
	É medido a partir do local onde o aluno realiza a chamada (coloca o pé de chamada) e não da tábua de chamada		É medido a partir do local onde o aluno realiza a chamada (coloca o pé de chamada) e não da tábua de chamada		Estilo Fosbury-Flop		Lançamento realizado com o engenho de 3Kg.			60 metros c/6 barreiras; partida de pé ou de blocos		Partida de pé ou de blocos; 60 metros		Cada volta tem a distância de 230m; Dentro dos parêntices vem representada a distância correspondente ao nº de voltas dadas mais os "X" metros aí referidos	

Avaliação
São leccionadas todas as matérias e são avaliadas:
<b>OPÇÃO 1 :</b>
1 Corrida(33,3%)+ 1 Salto (33,3%) + 1 Lançamento (33,3%)
<b>OPÇÃO 2 :</b>
1 Corrida(25%)+ 1 Salto (25%) + 1 Lançamento (25%) + Resistência (25%)

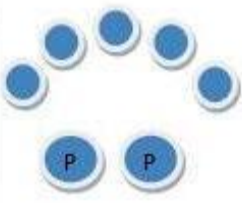
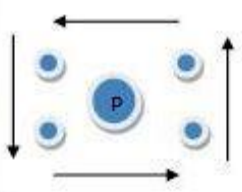
Avaliação Técnica - 50%
Avaliação Performance - 50%

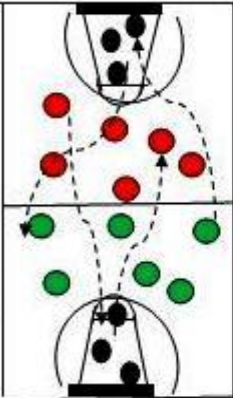
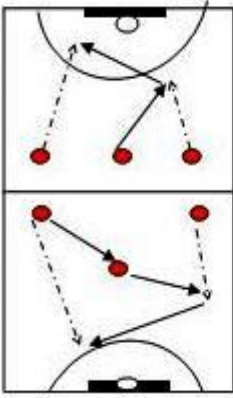
## Anexo 5 - Plano de aula - Andebol

Tempo		Objetivos Específicos	Descrição / Organização do Exercício	Esquema	Atividade do professor	Critérios de êxito	Material
P	T						
10'		Tempo de equipar, controlo de presenças (assiduidade e pontualidade). Entrada no espaço da aula, informações e enquadrar os alunos de forma abordar os conteúdos da aula, criação de um clima pedagógico favorável, despertar a disponibilidade / motivação para a prática.	No meio campo, os alunos dispõem-se em forma de semicírculo, virados para o professor, para que este os consiga visualizar todos os alunos para realizar a apresentação e a explicação dos conteúdos a abordar na aula.		- O professor regista as presenças dos alunos; - O professor transmite informação sobre os conteúdos a abordar.	Ouvir as explicações do professor e colocam dúvidas caso as tenham (informação de retorno)	-----
	10'						
10'		Ativação geral da componente muscular e mobilização das articulações do corpo para maximizar o desempenho motor.	Os alunos correm à volta dos marcadores, executando a mobilização específica solicitada pelo professor tendo em conta a modalidade a abordar e os grupos musculares solicitados na atividade.		- Orientar a ativação funcional geral e específica, exemplificando, observando e corrigindo os erros nos movimentos.	Executar os movimentos corretamente de acordo com o que lhe é solicitado.	Marcadores
	20'	Aquecimento específico dos membros inferiores e superiores.	Rodar pulsos, joelhos, pés, pescoço, braços, bacia.				

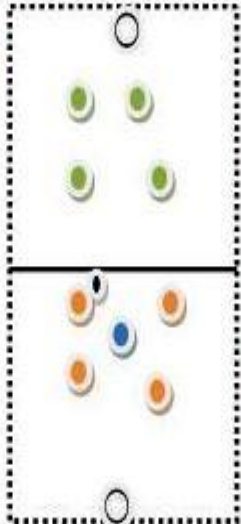

Parte Fundamental	20'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Controlar o passe e a recepção de bola a diferentes distâncias.</li> <li>- Deslocamento rápido após a realização do passe para um colega (ligação com o contexto de jogo: desmarcações).</li> <li>- Desmarcação para criar linhas de passe.</li> </ul>	<p><b>“Situções ofensivas e defensivas: 2 x 1 e 3 x 2”</b></p> <p>Os jogadores que têm posse de bola têm como objetivo marcar utilizando o remate à escolha. O outro jogador tem como objetivo defender, impedindo a progressão dos atacantes em direção à baliza.</p> <p><b>Condicionante:</b> Limitar Nº Passes e dribles que os atacantes terão de realizar para efetuar o remate.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentar correta e objetivamente o exercício proposto e o seu objetivo.</li> <li>- Dar feedbacks gerais e específicos.</li> <li>- Formar grupos heterogêneos.</li> <li>- Orientar a atividade, exemplificando, observando e corrigindo os erros nos movimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os atacantes conseguem desmarcar-se dos defesas criando linhas de passe;</li> <li>- Os defesas cortam as linhas de passe e pressionam os adversários impedindo a sua progressão em direção ao cesto, interceptando a bola;</li> </ul>	Bolas e marcadores
	40'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aperfeiçoamento dos gestos técnicos: drible, remate em suspensão, remate em apoio, passe picado e de ombro e recepção.</li> </ul>	<p><b>Remate em apoio e em suspensão em duas estações:</b></p> <p>O exercício inicia no jogador vermelho e azul, realizando drible até à linha da área de baliza e no final realiza remate em apoio ou em suspensão.</p> <p>Na baliza encontram-se outros jogadores (verde e laranja), que irão apanhar essa bola após o remate e vão realizar drible até metade da distância a que se encontrava inicialmente dos jogadores azul e vermelho, realizando de seguida passe para este, e ocupando a sua posição.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Exemplificar os exercícios dando maior ênfase aos pormenores importantes.</li> <li>- Exemplificar os exercícios, dando maior ênfase a pormenores importantes.</li> <li>- Ceder feedbacks individuais (corrigindo sempre que necessário) e à turma.</li> <li>- Motivar os alunos e dinamizar a aula.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realização do passe picado e de ombro, com intencionalidade fazendo com que a bola descreva a trajetória desejada.</li> <li>- Remate em apoio e em suspensão de ambos os lados, na sequência do drible e da recepção. O primeiro apoio com o pé do lado da mão que remate e o segundo apoio com o pé contrário.</li> </ul>	Bolas e marcadores
Parte Final	20'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consolidação das ações técnico-táticas abordadas no decorrer da aula.</li> <li>- Consolidação dos processos defensivos e ofensivos, aplicando as ações anteriormente praticadas.</li> </ul>	<p><b>Jogo formal 7x7</b></p> <p>Formam-se 2 equipas (7 elementos) que se vão defrontar em sistema de torneio, até obter os 15 pontos e ou durante 6 minutos vencendo a equipa que tem mais pontos.</p> <p>Os alunos que estão de fora formam outra equipa com os elementos da equipa que sai.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentar correta e objetivamente o exercício proposto e o seu objetivo.</li> <li>- Dar feedbacks gerais e específicos.</li> <li>- Ceder feedbacks individuais (corrigindo sempre que necessário) e à turma.</li> <li>- Motivar os alunos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coloca em prática os conteúdos técnico-táticos abordados anteriormente.</li> <li>- Coloca em prática as regras da modalidade.</li> <li>- Criação de linhas de passe na situação de jogo (desmarcação).</li> <li>- Condução de bola rápida em drible, na situação de vantagem numérica.</li> <li>- Criação de espaço para o remate.</li> </ul>	Bolas e marcadores
	80'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Retorno à calma, alongamentos / flexibilidade, considerações finais, arrumação do material.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os alunos virados de frente para o professor e com espaço entre si realizam os alongamentos solicitados pelo professor. Simultaneamente será feita uma reflexão da aula através do feedback dado pelos alunos.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar alongamentos finais, principalmente para os grupos musculares mais utilizados.</li> <li>- Conversa com os alunos sobre a aula para obter feedbacks.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Executar os movimentos solicitados pelo professor.</li> <li>- Atingir os objetivos propostos para a aula.</li> </ul>	-----

## Anexo 6 - Plano de aula - Basquetebol

Tempo		Objetivos Específicos	Descrição / Organização do Exercício	Esquema	Atividade do professor	Critérios de êxito	Material
P	T						
10'		Tempo de equipar, controlo de presenças (assiduidade e pontualidade), Entrada no espaço da aula, informações e enquadrar os alunos de forma a abordar os conteúdos da aula, criação de um clima pedagógico favorável, despertar a disponibilidade / motivação para a prática.	No meio campo, os alunos dispõem-se em forma de semicírculo, virados para o professor, para que este os consiga visualizar todos os alunos para realizar a apresentação e a explicação dos conteúdos a abordar na aula.		<ul style="list-style-type: none"> <li>- O professor regista as presenças dos alunos;</li> <li>- O professor transmite informação sobre os conteúdos a abordar.</li> </ul>	Ouvir as explicações do professor e colocam dúvidas caso as tenham (informação de retorno)	-----
	10'						
5'		Ativação geral da componente muscular e mobilização das articulações do corpo para maximizar o desempenho motor.	Os alunos correm à volta dos marcadores, executando a mobilização específica solicitada pelo professor tendo em conta a modalidade a abordar e os grupos musculares solicitados na atividade.		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Orientar a ativação funcional geral e específica, exemplificando, observando e corrigindo os erros nos movimentos.</li> </ul>	Executar os movimentos corretamente de acordo com o que lhe é solicitado.	Marcadores
15'	Aquecimento específico dos membros inferiores e superiores.						

Parte Inicial	5'	20'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Interação do aluno com a bola.</li> <li>- Aprender a controlar a recepção de bola.</li> <li>- Controlar o passe e a recepção de bola a diferentes distâncias.</li> <li>- Deslocamento rápido após a realização do passe para um colega (ligação com o contexto de jogo: desmarcações).</li> </ul>	<p><b>Jogo “captura a bandeira”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 Equipas, uma de cada lado do meio campo, têm como objetivo roubar a bandeira (bola) do adversário e trazê-la para o seu campo realizando o drible, sem que sejam apanhados pelos oponentes. Se isto acontecer, o atacante ficará colado no lugar até que outro companheiro de sua equipa o salve. Se ele tiver a bola quando for tocado, ela voltará para a sua zona de origem. Somente os atacantes podem entrar na área da bandeira. As equipas se atacam simultaneamente, ganha a equipa que tiver mais bolas na sua área.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresenta correta e objetivamente o exercício proposto.</li> <li>- Explica as regras e efetua as correções necessárias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os atacantes conseguem passar pelos defesas através de fintas de corpo e capturar as bolas, levando-as para o seu campo sem serem apanhados.</li> <li>- Os defesas adotam um posicionamento que lhes permita defender a sua bandeira e apanhar os adversários.</li> </ul>	Bolas e marcadores
	Parte Fundamental		10'	30'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desenvolvimento das ações técnico-táticas e combinações ofensivas.</li> <li>- Desenvolvimento da desmarcação.</li> <li>- Aperfeiçoamento do passe, recepção, lançamento na passada e parado.</li> </ul>	<p><b>Circulação Tática: Combinações Ofensivas (3x0)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1ª Combinação: A fila central faz passe para a da direita e esquerda alternadamente, este recebe a bola e <b>simula o lançamento</b>, realizando passe para a fila contrária que efetua <b>lançamento na passada</b>.</li> <li>- 2ª Combinação: A fila da direita faz passe para a central e desmarca-se em direção ao cesto, este recebe a bola virando o jogo para o corredor contrario, em que este depois executa o passe para o jogador que vem da desmarcação do lado direito efetuando o <b>lançamento parado</b>, podendo existir uma situação de ressaltito.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Explica e orienta o exercício.</li> <li>- Identifica erros e corrige-os com feedbacks ou interrompendo o exercício.</li> <li>- Motiva os alunos.</li> </ul>

Parte Fundamental	10'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicação dos aspetos técnico-táticos apreendidos em situação de jogo 2x1 e 3x2.</li> <li>- Defesa e ataque perante a situação de jogo apresentada. (Aperfeiçoamento dos processos defensivo e ofensivo);</li> </ul>	<p><b>Situação de jogo: 2x1; 3x2.</b></p> <p>Os jogadores que têm posse de bola têm como objetivo encestar utilizando o lançamento à escolha. O outro jogador tem como objetivo defender, impedindo a progressão dos atacantes em direção ao cesto.</p> <p><b>Condicionante:</b> Limitar N° Passes que os atacantes terão de realizar para efetuar o lançamento.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentar correta e objetivamente o exercício proposto e o seu objetivo.</li> <li>- Dar feedbacks gerais e específicos.</li> <li>- Exemplificar os exercícios, dando maior ênfase a pormenores importantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os atacantes conseguem desmarcar-se dos defesas criando linhas de passe;</li> <li>- Os defesas cortam as linhas de passe e pressionam os adversários impedindo a sua progressão em direção ao cesto, interceptando a bola;</li> <li>- O aluno executa o lançamento na passada de forma correta e encesta.</li> </ul>	<p>4 Bolas 8 Marcadores 4 Tabelas</p>
	15'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Manutenção de Posse de Bola (MPB) e Transições defensivas/ofensivas.</li> <li>- Controlar o passe e a receção de bola a diferentes distâncias.</li> <li>- Deslocamento rápido após a realização do passe para um colega (ligação com o contexto de jogo: desmarcações de apoio e rotura).</li> </ul>	<p><b>Exercício de Manutenção de Posse de Bola:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Divide-se o grupo em equipas de 4 elementos que se defrontam pela posse de bola.</li> <li>- Cada equipa têm de realizar 10 passes consecutivos entre si, para ganhar um ponto. Num campo joga-se: <b>4x4</b> e no outro: <b>4x4+Joker</b>.</li> </ul> <p><b>1º Progressão:</b> 8 passes e faz transição para zona livre efetuando o passe para o apoio da sua equipa que se encontra nessa zona. A equipa que fizer mais transições vence o jogo.</p> <p><b>2º Progressão:</b> 8 passes, faz transição para a zona livre, podendo efetuar o lançamento.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ceder feedbacks individuais (corrigindo sempre que necessário) e à turma.</li> <li>- Formar grupos heterogêneos.</li> <li>- Motivar os alunos e dinamizar a aula.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os alunos realizam o passe adequado, atendendo à distância a que se encontra o colega.</li> <li>- Os alunos desmarcam-se de modo a criarem linhas de passe para que o colega lhe consiga passar a bola.</li> <li>- Os alunos procuram "espaços vazios" para criar linhas de passe de forma a fazer a posse de bola com segurança.</li> <li>- Realizam os 10 passes sem perder a bola e sem sair da área de jogo.</li> </ul>	<p>4 Bolas 8 Marcadores 4 Tabelas Coletes</p>

Parte Fundamental	25'	80'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consolidação das ações técnico-táticas abordadas no decorrer da aula.</li> <li>- Consolidação dos processos defensivos e ofensivos, aplicando as ações anteriormente praticadas.</li> </ul>	<p><b>Jogo formal 4x4 e 4x4 e 1 ou 2 jokers</b></p> <p>Formam-se 4 equipas (4 elementos) que se vão defrontar em sistema de torneio, até obter os 15 pontos e ou durante 6 minutos vencendo a equipa que tem mais pontos.</p> <p>Num dos campos vai haver um joker que vai fazer sempre parte da equipa que está a atacar.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apresentar correta e objetivamente o exercício proposto e o seu objetivo.</li> <li>- Dar feedbacks gerais e específicos.</li> <li>- Ceder feedbacks individuais (corrigindo sempre que necessário) e à turma.</li> <li>- Motivar os alunos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coloca em prática os conteúdos técnico-táticos abordados anteriormente.</li> <li>- Coloca em prática as regras da modalidade.</li> <li>- Criação de linhas de passe na situação de jogo (desmarcação).</li> <li>- Condução de bola rápida em drible, na situação de vantagem numérica.</li> <li>- Criação de espaço para o lançamento.</li> </ul>	<p>2 Bolas Marcadores 4 Tabelas Coletes</p>
	10'		90'	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Retorno à calma, alongamentos / flexibilidade, considerações finais, arrumação do material.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os alunos virados de frente para o professor e com espaço entre si realizam os alongamentos solicitados pelo professor. Simultaneamente será feita uma reflexão da aula através do feedback dado pelos alunos.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizar alongamentos finais, principalmente para os grupos musculares mais utilizados.</li> <li>- Conversa com os alunos sobre a aula para obter feedbacks.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Executar os movimentos solicitados pelo professor.</li> <li>- Atingir os objetivos propostos para a aula.</li> </ul>

## Anexo 7- Notícia no jornal regional “Reconquista” - “Dia de Orientação”

16 de maio de 2013 reconquista desporto 29

Comunidade escolar descobre encantos da modalidade

# Orientem-se!...

**Três centenas e meia de alunos de escolas de Castelo Branco tiveram um primeiro contacto com a modalidade de orientação. E revelaram-se surpreendidos pela energia que emerge da prática.**

Foi realmente uma experiência interessante. Nunca tinha feito orientação, nem lido um mapa. Fizemos o percurso em grupo e divertimo-nos. Porém, esta modalidade exige para quem quiser levar isto mais a sério. É exercida o raciocínio”. É a Maria Inês, aluna do 8.º ano da Escola Afonso de Paiva, quem fala assim. E

fi-lo após cumprir a proposta desportiva de última semana no complexo de relvados sintéticos do parque urbano de Castelo Branco.

Cerca de três centenas e meia de estudantes de escolas da cidade albacarense, tiveram a oportunidade de viverem uma manhã de orientação pedestre. A proposta foi lançada pelo professor Jorge Cardoso, da Escola Afonso Lusitano, que integra a secção da modalidade em implementação no Benfica e Castelo Branco.

Individualmente ou em grupo, num ritmo mais acelerado ou num compasso moderado, os participantes deixaram-se envolver pelo espírito deste desporto. Houve mesmo quem demonstrasse aptidão para o praticar, numa combinação entre disponibilidade física e elasticidade de raciocínio na compreensão dos mapas.

“Foi agradável constatar o entusiasmo dos miúdos na descoberta dos pontos. Descobri-os e ver-se tudo bem marcado, transmite-lhes uma energia que muitas vezes os torna de ritmos lentos a perfis mais corajosos”, salienta Jorge Cardoso. Este responsável e a sua equipa apolaram-se em cinco mapas para dar-lhes a conhecer aos alunos o que é a orientação. Para além de três com graus de dificuldade distintos, havia ainda um balizado, “sobretudo para miúdos com necessidades educativas especiais, que também tivemos” e um de score 100, que é o mesmo mapa mas com organização da prova diferente.

Jorge Cardoso classifica a jornada de uma boa experiência também para professores, “para aqueles que não estão muito identificados com a orientação e que puderam aqui adquirir ferramentas para trabalhar no ambiente escolar”.

*Jovens atentos e empenhados apreciam as características da modalidade*



## Anexo 8 - Notícia no jornal escolar Salpicos - “Multiatividades ao ar livre”

# Multiatividades ao ar livre

“Multiatividades ao ar livre”, assim se chamou o segundo encontro distrital das equipas do Desporto Escolar, organizado pelo professor da ESAL Jorge Cardoso. No dia 24 de abril, juntaram-se na Zona de Lazer do Complexo Desportivo de Castelo Branco 130 alunos de 8 escolas do distrito. Desde Vila de Rei até Tortosendo, deslocaram-se alunos e professores para competir nas modalidades de Canoagem, BTT, Orientação e Jogos de Estratégia e Cooperação. Foi o resultado de dias e horas de trabalho para montar um evento desta envergadura. Aconteceu mesmo aqui ao lado, supervisionado pela ESAL e nem demos por ele. Mas é agora notícia!