



UNIVERSIDADE da MADEIRA

Centro de Competências das Ciências Sociais

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

**Relatório do Estágio Pedagógico na  
Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo  
Augusto da Silva**

**Hércules Miguel Caldeira Gouveia**

**Setembro 2015**



Centro de Competências das Ciências Sociais

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

# **Relatório do Estágio Pedagógico na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva**

Orientador: Professor Doutor Ricardo Alves

Professor Estagiário: Hércules Miguel Caldeira Gouveia

**Setembro 2015**

## **Agradecimentos**

A toda a minha família, por me apoiarem e estarem sempre presentes, sendo sem dúvida o “leme da minha vida”.

À minha namorada Joana por todo o amor, carinho e incentivo, nesta nossa caminhada.

Aos professores orientadores Ricardo Alves e Adérito Nóbrega, pelos momentos de orientação, partilha, reflexão, incentivo, compreensão, disponibilidade, motivação ao longo deste processo.

À minha colega e amiga Carolina Escórcio pela amizade, espírito de camaradagem e de entejuda nos momentos mais e menos positivos que caracterizaram este ano letivo.

À toda a comunidade educativa da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, em especial o grupo disciplinar de Educação Física por todo o apoio e incentivo.

Aos meus colegas e amigos de Licenciatura e de Mestrado por todos os momentos.

A todos os meus amigos, em especial ao grupo de amigo parapentistas, pelos grandes momentos de ânimo e de motivação na “luta” constante da vida.

## **Resumo**

Este documento tem como principal propósito relatar e reflectir todo o percurso efetuado ao longo do estágio pedagógico, realizado na Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, no ano letivo 2014-2015.

O presente trabalho visa dar resposta às linhas programáticas estipuladas para o Mestrado em Ensino da Educação Física na Universidade da Madeira. Procura também expressar as principais vivências deste processo complexo, da teoria à prática, e reflectir sobre as dificuldades, estratégias e competências adquiridas.

A prática letiva implicou a gestão constante do processo ensino aprendizagem numa turma do 7º ano. Dá-se grande foco à avaliação e aos seus critérios, pois é um aspeto fundamental devido ao papel regulador das práticas pedagógicas. Com as assistências às aulas tende-se adquirir e desenvolver competências na observação.

Nas atividades de integração no meio foram realizadas a caracterização da turma, o estudo de caso e duas atividades de extensão curricular.

Foram também desenvolvidas também as atividades de integração na comunidade escolar (IV Festival de Desporto da Levada), que consiste em proporcionar à comunidade escolar a experimentação, conhecimento e aquisição de competências de modalidades normalmente pouco abordadas no meio escolar.

Em simultâneo, foram desenvolvidas as atividades de natureza científico-pedagógica, tendo como principal objetivo o aumento da dinâmica no grupo de Educação Física (EF) (ação científico-pedagógica individual), abordando a problemática da inclusão de alunos com Necessidades Especiais na EF e uma formação dirigida aos professores de Educação Física da Região Autónoma da Madeira (RAM) (ação científico-pedagógica colectiva), com o tema “*O lugar da Educação Física: certezas, dúvidas e incoerências*” organizada por todos os núcleos de estágio.

**Palavras-chave:** Estágio pedagógico, Educação Física, Escola, Ensino Aprendizagem, Inclusão.

## **Abstract**

This document's main purpose report and reflect the entire journey made throughout the teaching practice, held in the Primary and Secondary School Dr. Ângelo Augusto da Silva, in the academic year 2014-2015.

This work aims to meet the program guidelines established for the Master in Teaching Physical Education at the University of Madeira. It also seeks to express the main experiences of this complex process, from theory to practice, and reflect on the difficulties, strategies and skills acquired.

The teaching practice involved the constant management of the teaching-learning process in a class of Year 7. Gives up big focus on the assessment and its criteria, it is a fundamental aspect because of the regulatory role of pedagogical practices. With assists to school tends to acquire and develop skills in observation.

In integration activities on the characterization were performed at the class, the case study and two extension curricular activities. Also they have also developed integration activities in the school community (IV Levada Sports Festival), which is to provide the school community experimentation, knowledge and skills acquisition modalities usually little addressed in schools.

At the same time, the activities of scientific and pedagogical nature have been developed, with the main objective of increasing the dynamics in the group of physical education (PE) (individual scientific-pedagogical action), addressing the issue of inclusion of students with Special Needs in EF and training aimed at teachers of Physical Education of the Autonomous Region of Madeira (RAM) (collective scientific-pedagogical action), with the theme "The Place of Physical Education: certainties, doubts and inconsistencies" organized by all training groups.

**Keywords:** Pedagogical Internship, Physical Education, School, Education Learning, Inclusion.

## **Resumen**

Informe y objetivo principal de este documento refleja la totalidad del viaje realizado a lo largo de la práctica docente, que tuvo lugar en la Escuela Primaria y Secundaria Dr. Ângelo Augusto da Silva, en el curso académico 2014-2015.

Este trabajo tiene como objetivo cumplir con los lineamientos del programa establecido para el Máster en Enseñanza de la Educación Física en la Universidad de Madeira. Asimismo, se pretende expresar las principales experiencias de este proceso complejo, de la teoría a la práctica, y reflexionar sobre las dificultades, estrategias y habilidades adquiridos.

La práctica docente implicado la gestión constante del proceso de enseñanza-aprendizaje en una clase de Año 7. Se da por vencido foco grande en la evaluación y sus criterios, es un aspecto fundamental a causa del papel regulador de las prácticas pedagógicas. Con asistencias a la escuela tiende a adquirir y desarrollar habilidades en la observación.

En las actividades de integración en la caracterización se realizaron en la clase, el estudio de casos y dos actividades curriculares de extensión.

Además también se han desarrollado actividades de integración en la comunidad escolar (IV Festival de Deportes Levada), que consiste en proporcionar las modalidades de adquisición comunidad escolar experimentación, conocimiento y habilidades por lo general poco abordado en las escuelas.

Al mismo tiempo, las actividades de carácter científico y pedagógico se han desarrollado, con el objetivo principal de incrementar la dinámica en el grupo de educación física (PE) (acción científico-pedagógica individuo), abordar la cuestión de la inclusión de los alumnos con necesidades especiales en EF y formación dirigida a los profesores de Educación Física de la Región Autónoma de Madeira (RAM) (acción científico-pedagógica colectiva), con el tema "El Lugar de Educación Física: certezas, dudas e inconsistencias", organizado por todos los grupos de entrenamiento.

**Palabras clave:** Pedagógica Capacitación, Educación Física, escuela, aprendizaje Educación, Inclusión.

## **Résumé**

Rapport de l'objectif principal de ce document et reflète l'ensemble du trajet effectué dans toute la pratique de l'enseignement, tenue à l'école primaire et secondaire Dr Ângelo Augusto da Silva, pour l'année académique 2014-2015.

Ce travail vise à respecter les lignes directrices établies dans le programme pour la maîtrise en enseignement de l'éducation physique à l'Université de Madère. Il vise également à exprimer les principales expériences de ce processus complexe, de la théorie à la pratique, et de réfléchir sur les difficultés, les stratégies et les compétences acquises.

La pratique de l'enseignement impliquée la gestion constante du processus d'enseignement-apprentissage dans une classe de 7<sup>e</sup> année. Abandonne grand foyer sur l'évaluation et ses critères, il est un aspect fondamental en raison du rôle de réglementation des pratiques pédagogiques. Avec passes à l'école tend à acquérir et développer des compétences en matière d'observation.

Dans les activités d'intégration sur la caractérisation ont été exécutés à la classe, l'étude de cas et deux activités parascolaires de vulgarisation.

En outre, ils ont également développé des activités d'intégration dans la communauté scolaire (IV Sport Festival de Levada), qui est de fournir les modalités d'acquisition communauté scolaire expérimentation, connaissances et les compétences généralement peu abordés dans les écoles.

Dans le même temps, les activités de nature scientifique et pédagogique ont été développés, avec pour objectif principal d'accroître la dynamique dans le groupe de l'éducation physique (PE) (de l'action scientifique et pédagogique individuelle), abordant la question de l'inclusion des élèves ayant des besoins spéciaux dans les EF et formation destiné aux enseignants de l'éducation physique de la région autonome de Madère (RAM) (action scientifique et pédagogique collective), avec le thème «La place de l'éducation physique: les certitudes, les doutes et les incohérences" organisée par tous les groupes de formation.

**Mots-clés:** formation pédagogique, l'éducation physique, l'école, l'apprentissage de l'éducation, l'inclusion.

## Índice

Introdução .....	10
Caraterização da Escola .....	11
Prática letiva.....	14
Planeamento anual .....	16
Unidade Didática.....	18
Planos de aula.....	20
Avaliação .....	21
Critérios de Avaliação .....	23
Organização das Matérias de Ensino .....	24
Estratégias por Período.....	25
1º Período .....	25
2º Período .....	26
3º Período .....	28
Assistência às aulas .....	29
Objetivos .....	30
Metodologia .....	31
Apreciações gerais.....	32
Ação de Intervenção na Comunidade Escolar .....	33
Justificação da Ação.....	33
Objetivos .....	33
Organização .....	33
Apreciações gerais .....	34
Atividades de integração no meio .....	37
Caraterização da Turma.....	38
O conceito de adolescência e as principais transformações ao nível biológico, comportamental e social .....	38
Metodologia e instrumentos de recolha dos dados .....	40
Apresentação e discussão dos principais dados .....	40
Saúde.....	40
Alimentação .....	40
Prática desportiva curricular e extracurricular .....	40
Deslocação para a escola e horário de descanso .....	41
Balanço da Caraterização de Turma .....	41

Estudo de Caso.....	42
Revisão da literatura.....	45
Informações recolhidas no questionário da caracterização da turma.....	46
Objetivos do estudo de caso.....	47
Estratégias de intervenção.....	47
Balanço do estudo de caso.....	48
Ação de extensão curricular.....	49
Planeamento.....	50
Realização.....	51
Prospecção.....	52
Atividades de Natureza Científico-Pedagógica.....	53
Ação Científico-Pedagógica Individual ACPI.....	53
Definição de objetivos.....	54
Metodologia.....	55
Apreciação geral.....	56
Ação Científico-Pedagógica Coletiva.....	58
Objetivos.....	59
Enquadramento.....	60
Metodologia.....	61
Amostra.....	63
Análises dos resultados.....	63
Apreciações gerais.....	64
Outras atividades do Estágio Pedagógico.....	66
Considerações finais.....	66
Referências Bibliográficas.....	69
Anexos.....	74

## Introdução

Este trabalho consiste no relatório do estágio pedagógico integrado no 2º ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Este estágio foi realizado na Escola Básica e Secundária dr. Ângelo Augusto da Silva, com orientação científica do Professor Doutor Ricardo Alves e supervisão pedagógica do Mestre Adérito Nóbrega e o Núcleo de Estágio foi formado com a colega Carolina Escórcio.

Este documento tem como principal propósito documentar e refletir todo o trabalho efetuado durante este ano letivo.

Segundo Rodrigues (1997) o estágio é um momento de excelência de formação e reflexão. Corresponde a uma etapa fundamental na formação dos professores. As expectativas dos estagiários são por vezes claramente ambiciosas, ou até mesmo desajustadas, pelo que a interferência das variáveis de formação e do contexto assume um papel de crucial importância no enquadramento do professor em estágio.

O estágio pedagógico assume um papel de grande relevância em todo o processo de aprendizagem académica, visto que, em todo o processo de formação (5 anos), esta é a fase que podemos designar de convergência, de confrontação entre os saberes “teóricos” da formação inicial e os saberes “práticos” da experiência profissional e da realidade social do ensino (Piéron, 1996 citado por Rodrigues, 1997).

Nesta etapa de formação, considerada um momento de excelência e reflexão, as expectativas, como não poderiam deixar de ser, são ambiciosas. Isto poderá resultar da motivação para realização de um sonho, que é ser professor de Educação Física. Outra das razões, que também pode ser encontrada na literatura, é o facto de se transferir para este ano, todas as expectativas e conceções que foram construídas ao longo de toda a formação académica.

Além disso, nos momentos prévios à lecionação, fui contagiado por sentimentos de grande ansiedade, fruto da antecipação dos problemas ou até do choque da realidade (*transition shock*) com o meio escolar (Randall, 1992 *apud* Rodrigues, 1997). Contudo, com a formação académica adequada e exigente, o sentimento de autoeficácia inicialmente foi elevado. Com algumas situações de aulas práticas do 1º e 2º ciclo de

estudos ganhou-se uma maior dinâmica e simultaneamente uma percepção de capacidade em realizar tarefas exigidas pelo processo didático no estágio.

No que concerne à Escola e ao grupo de Educação Física, as expectativas basearam-se essencialmente na integração no grupo, evitando ser rotulado ou discriminado segundo o socialmente conhecido “estagiário”.

Grande esperança era depositada no Núcleo de Estágio, apesar das questões e dúvidas iniciais sobre o trabalho e dinâmica de grupo, cumprimentos de objectivos e superação de obstáculos. A par, esperávamos encontrar todo o apoio nos professores orientadores e alguma abertura perante algumas propostas didático-pedagógicas menos convencionais.

Contudo, além da minha performance como o catalisador do processo de aprendizagem, assentava grandes expectativas na turma que iria lecionar. Surgiam questões no meu pensamento, como: *qual será o ano de escolaridade?*; *Consegurei motivar os alunos?*; *Haverá boa relação com os alunos?*; *Serei capaz de desenvolver as mais variadas capacidades nos alunos?*; *Será que aumentarão ainda mais o gosto da Educação Física?*

Assim, os principais objetivos deste relatório visam analisar todo o percurso efetuado durante o ano letivo, bem como reflectir sobre as opções e intencionalidades tomadas, pois é nesta reflexão que está se encontra uma grande riqueza para a formação integral do futuro profissional de Educação Física.

### **Caraterização da Escola**

A caracterização da escola não só permite conhecer a realidade escolar, como também contribuí para uma integração mais efectiva.

Neste processo, utilizou-se como principal meio de recolha de informações, o sítio electrónico da escola ([www.ebsaas.com](http://www.ebsaas.com)). Foi possível aceder a vários dados relacionados com o funcionamento da instituição, com os seus órgãos de gestão, recursos espaciais, regulamentos, planos e projetos.

A escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva está localizada na Rua do Comboio, freguesia de Santa Luzia, Concelho do Funchal. É uma zona envolvente histórica e privilegiada, sendo atualmente uma zona habitacional ocupada com quintas e vivendas.

Apesar de ser um antigo aluno desta escola e o espaço físico ter sofrido poucas alterações, foi determinante o acompanhamento do professor orientador aos vários espaços escolares, apresentando os vários serviços e respectivos agentes existentes na escola.

Além disso, na reunião geral de início de ano letivo, o presidente do conselho executivo fez questão de nos apresentar a toda a comunidade docente.

A Escola da Levada surgiu nos finais da década de 70, vocacionada para o 3º ciclo, com o propósito de dar resposta às necessidades da sociedade após a Revolução de Abril. Mais tarde, nos anos letivos 1984/1985 é inaugurada a atual estrutura e anunciada como uma das melhores escolas do país, pelas suas condições ideais de prática do desporto, oficinas, laboratórios e grandes salas de aulas. Deixa nesta altura de ser Escola da Levada e é baptizada de Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva em memória do ilustre pedagogo madeirense Dr. Ângelo Augusto da Silva.

Neste ano letivo acolhe mil e vinte e oito alunos distribuídos pelos 2º e 3º ciclo do Ensino Básico, Ensino Secundário, Cursos Tecnológicos, Profissionais do Ensino Secundário e pelos Cursos de Educação e Formação. Apura-se a existência de uma equipa multidisciplinar que abrange cerca de vinte e cinco clubes/projectos, destacando-se o Clube Escola da Levada (CEL), Eco-Escola, Núcleo do Desporto Escolar, Gabinete de Apoio ao Aluno (GAA) e Rádio Escola. Estes projetos e clubes têm como principais objetivos: promover uma política ativa de inclusão socio-escolar; fomentar atitudes cívicas de modo a prevenir e combater a indisciplina; desenvolver hábitos saudáveis, adquirir normas de conduta e evitar comportamentos de risco; promover a interação entre a escola e a comunidade envolvente; envolver os alunos em parcerias com outras escolas; incentivar a interdisciplinaridade, cooperando com os outros clubes e projetos existentes na escola; desenvolver atividades de carácter lúdico e didático que permitam o alargamento de conhecimentos.

Em relação às instalações desportivas, a escola possui instalações próprias e de grande qualidade. Existe um pavilhão gimnodesportivo preparado para o desenvolvimento de inúmeras atividades físicas e desportivas, ginásio com vários materiais e espelhos, quatro campos exteriores com excelentes condições, uma piscina (inativa) e uma sala de aula. Ainda está disponível uma área de terra batida que contém uma pista de saltos de atletismo mas que, além de necessitar alguma intervenção no sentido de melhorar as condições de prática, é utilizada pela comunidade escolar como parque de estacionamento.

Relativamente ao material, a escola possui um conjunto alargado e diversificado de materiais que os professores podem requisitar e utilizar nas suas aulas para assim conduzirem da melhor forma possível o processo de aprendizagem.

De referir ainda que a escola rege-se segundo o documento orientador, o Regulamento Interno, que fundamentalmente conduz todo o funcionamento da escola, desde as estruturas de gestão, ao funcionamento das aulas, instalações, instalações desportivas, estudantes, encarregados de educação e projetos.

## Prática letiva

A prática lectiva é a componente deste processo que nos traz mais dúvidas, incertezas e por conseguinte maior grau de ansiedade. É através dela que iremos colocar os nossos conhecimentos em prática, passar da teoria à realidade.

O nosso palco de atuação será o laboratório do nosso estudo, chamado “tira teimas”, onde serão aplicados os conhecimentos adquiridos.

Assim, segundo Almada *et al.* (2008), compete ao professor assumir o papel de orientador e catalisador deste processo, o qual deverá ser centrado nas necessidades, interesses e insuficiências do aluno e não um mero transmissor do conhecimento.

Segundo Simões (2010) citado por Simões (2014), hoje não é esperado apenas que o professor transmita conhecimentos, mas sim que permita a sua produção ou construção. Além disso, deve privilegiar o pensamento dos alunos, ajudar a pensar criticamente sobre a realidade, de modo a que se caminhe no sentido de ter jovens mais aptos a intervir, a comparar e a fazer as suas escolhas conscientemente.

A mesma autora recorre ainda a Lopes, Fernando, Vicente e Prudente (2010), para referir que é função do professor preparar e orientar um processo em que é necessária uma permanente adaptação, sem que se perca um sentido evolutivo, uma análise crítica dos processos de modo a dar respostas adequadas e ajustadas em tempo útil.

Desta forma, salientamos o facto da componente prática letiva não ser de carácter fixo, nomeadamente ao nível do planeamento, operacionalização, avaliação e controlo do processo. Pode-se afirmar que de todas as componentes, esta é a que sofre mais alterações. Este atributo de instabilidade prevê um processo de constante adaptação e que desenvolve em nós competências e capacidades que só são possíveis desenvolver a quem passa por este processo.

No que respeita à motivação dos alunos, tivemos sempre presente o lúdico e a competição como factores fundamentais para potenciar o envolvimento e a motivação dos alunos nas aulas.

Segundo Ferraz (2006), lúdico provem do latim *ludus*, que está relacionado com o jogo, divertimento, que se faz por gosto. O mesmo autor refere Huizinga e Callois (1990) e Chateau (1997), para mencionar uma das teorias do lúdico. Expõem que existe vários

critérios que especificam a sua natureza, como o autotelismo, espontaneidade, prazer, falta de organização, liberação de conflitos e a supermotivação. Baseia-se ainda em Macedo (2005) para analisar a dimensão lúdica, que segundo o autor, assenta em cinco indicadores: o prazer funcional (certo domínio sobre uma habilidade e repetir algo pelo prazer do exercício); o desafio (situação-problema, obstáculo a ser vencido); criação de possibilidades (é necessário que o aluno disponha de recursos suficientes para a realização da tarefa ou parte dela); dimensão simbólica (aspecto relacionado com o mundo da imaginação, do conceito, do sonho e da representação) e expressão construtiva ou relacional (investigar, planejar, estudar possibilidades, estratégias e alternativas).

Assim torna-se fundamental a abordagem do lúdico nas atividades de Educação Física, pois pode potenciar ou desenvolver ambientes de aprendizagem.

No que concerne à competição, segundo Marques (2004, cit. por Júnior e Korsakas, 2006), não é nova na vida do homem nem surgiu com a criação do desporto na sua forma mais moderna, mas sim, está presente na relação do homem com o meio, com a natureza, no seu quotidiano, no entanto, o vínculo mais forte sempre será com o desporto. Os mesmos autores citam ainda Bento (2004) para afirmar que o desporto é pedagógico e educativo quando proporciona oportunidades para colocar obstáculos, desafios e exigências, quando fomenta a procura do rendimento na competição.

Como referem Júnior e Korsakas (2006), a competição tem definições claras e objetivas. No âmbito do desporto, a competição refere-se à disputa entre indivíduos ou grupos, que a partir de iguais possibilidades buscam objetivos bem definidos dentro de um evento desportivo, respeitando as regras da modalidade. Referem ainda Ferreira (2004), mencionando que a competição é pretender alguma coisa simultaneamente com outro, concorrer. Além disto, podemos referir que a competição é mais do que uma disputa com o outro, poderá muito bem ser uma competição consigo próprio, atingir uma marca, uma exigência, um desafio. É a tentativa constante em superar os seus próprios limites.

Portanto, no Desporto e na Educação Física (EF), competir não significa ganhar ou perder, não deverá expressar somente o domínio do mais forte e do mais fraco, ou do mais habilidoso ou do menos capaz. Competir deverá ser a oportunidade de mostrar o quanto se evoluiu no desenvolvimento de habilidades, o quanto evoluímos na resolução

de problemas, nas tomadas de decisão, etc. Portanto, competir em EF deverá ser uma forma de aferição do processo e não do resultado.

### **Planeamento anual**

Com o intuito de compreender o seu significado em Educação Física recorreu-se à literatura, mais especificamente a Inácio *et al.* (2014), que cita vários autores para caracterizar uma das principais dimensões que os professores têm de considerar, o *planeamento*. Os autores citam Pacheco (1995), que define o conceito de planeamento como um processo de revisão que organiza todo o processo de ensino-aprendizagem. Recorrem também a Januário (1996), referindo que o planeamento é um processo pelo qual os professores aplicam os programas escolares, cumprindo a função de os desenvolver e de os adaptar às condições do cenário de ensino. Os mesmos citam Matos (2010), expondo que o planeamento permite orientar o processo de ensino de forma a possibilitar a potencialização de aprendizagens significativas aos alunos a que se destina.

Este é um instrumento de grande relevância no processo pedagógico, visto ser a previsão inicial da ação do professor ao longo do ano.

Esta planificação iniciou-se quando tomamos conhecimento do ano de escolaridade que iríamos lecionar e sobretudo, depois de termos tido conhecimento que o grupo de Educação Física tinha construído o seu próprio programa da disciplina com base no Programa Nacional de Educação Física (PNEF), com algumas alterações. Estas alterações vão, no ponto de vista do grupo de disciplina, de encontro ao estipulado no PNEF, que confere às escolas autonomia nas decisões ao nível do currículo dos alunos, com inclusão de componentes regionais e locais respeitando os núcleos essenciais definidos a nível nacional.

Deste modo é importante realçar também a opção do grupo de disciplina em abordar as matérias de ensino por blocos. Este é um aspeto que confere algumas vantagens

Segundo Rosado (s/d), o modelo por blocos está assinalado como um modelo tradicional, apresentando as seguintes características: possui uma organização mais fácil para os professores, por ser o tal modelo habitual, resultando numa espécie de facilitismo no tratamento dos conteúdos; é ajustado ao “roulement” das instalações; há

uma referência dominante que é o Desporto ou Atividades Físicas, onde acentua-se a referência cultural, por exemplo, “aula de Futebol”; o controlo da turma é facilitado, pois é abordado uma só modalidade e tendencialmente traz mais homogeneidade das práticas; há menor individualização e menor diferenciação do ensino, a matéria quando termina, termina para todos; a sequência das Unidades Didáticas (UD) estão definidas predominantemente por critérios externos, como por exemplo a rotação das instalações e tendencialmente com duração estabelecida *à priori*.

Na tentativa de justificar a utilização deste modelo no seu estágio académico, Castanha (2010) baseia-se em Graça e Mesquita (2007), referindo que estes parecem concordar com uma lecionação de UD por blocos de maior duração, referindo que as de pouca duração apresentam uma insuficiência temporal para a consolidação das aprendizagens, defendendo ainda a necessidade de um aumento do tempo de contacto do aluno com o conteúdo de ensino.

Na nossa perspetiva, pode-se concordar com tais afirmações em certa medida, isto é, caso tenhamos como meta desenvolver nos alunos aptidões ou habilidades motoras. Aqui, uma UD de maior duração irá de certa forma proporcionar ao aluno uma aprendizagem mais aprofundada das modalidades.

Mas se tivermos como intensão a formação do Homem que a sociedade já hoje nos exige, temos então de nos debruçar sobre capacidades de autonomia (para desenvolver x tipo de trabalho); de criatividade (explorar diferentes contextos, constrangimentos, objetivos); de adaptação (diferentes distancias, alturas, bolas, pesos, registar e comparar com o resultado anterior) e espírito crítico (Lopes, 2014), então o desenvolvimento de um ‘Modelo por Etapas’ seria o mais adequado.

Com isto, não queremos dizer que através do modelo de blocos não é possível desenvolver estas capacidades, no entanto torna-se uma tarefa ponderada.

Estando pré definido pelo grupo de EF o modelo por blocos, estavam também as principais matérias e espaços a utilizar por todos os anos letivos, turmas e respetivos professores.

## Unidade Didática

A Unidade Didática é um plano médio, mais específico que o planeamento anual, mas mais generalista que o plano de aula.

Rosado (s/d) refere-se à Unidade Didática (UD) como:

*“(...) um conjunto de aulas cuja unidade se constrói em torno de uma função didática. Essas unidades didáticas podem ter extensões variáveis. Na verdade, uma lição pode cumprir uma só função didática ou diversas funções didáticas. Diversas aulas com a mesma função didática correspondem a uma unidade didática. Repare-se que uma unidade didática não deixa de ser uma unidade de ensino; é uma unidade de ensino que agrupa aulas de acordo com o critério de semelhança relativamente às funções didáticas”.*

Para Carvalho e Lebre (2011), na construção de uma UD temos de definir linhas básicas gerais que ambicionámos alcançar face às condições e pressupostos de rendimento e comportamento dos alunos; estruturar a ordenação pedagógica da matéria e a criação de um guia que possa ajudar a concentrar no que é essencial para a concretização dos objetivos definidos relativamente aos conteúdos (...).

Segundo Aranha (2004), a UD deve seguir uma estrutura lógica e contínua que poderá seguir a seguinte forma: informações da turma (nº de alunos, nível de ensino, idades); recursos espaciais, materiais temporais, humanos; objetivos; estruturação dos conteúdos; métodos de controlo do processo (avaliações) e estratégias de abordagem (organização, grupos, etc).

É possível encontrar na literatura várias definições e formas de estruturação de uma UD, pois varia conforme cada autor. Assim, surge Sousa (2012), referindo que a elaboração de uma UD deve apresentar uma estrutura prática e facilitadora da acção educativa, devendo ter um carácter dinâmico e uma plasticidade de intervenção, isto é, caso seja necessário, seja passível de alterações.

Atendendo aos vários aspectos apresentados e em conjunto com os professores orientadores, que também referiram a importâncias fundamental da operacionalidade e funcionalidade das UD's, foi possível a criação deste instrumento.

Ao longo das UD foram apresentadas várias informações, nomeadamente sobre a importância da sua abordagem e uma breve caracterização de modalidade; o planeamento anual; definição dos objetivos; definição das estratégias; a avaliação (diagnóstico com análise dos dados, formativa e sumativa); a definição, análise e calendarização dos conteúdos; tendo sempre em consideração a caracterização da turma.

Foram realizadas ao longo do ano letivo 5 UD. No 1º Período foram elaboradas duas UD, uma referente aos Jogos Desportivos Coletivos (JDC) (Basquetebol) e outra aos Desportos Individuais (Atletismo).

No 2º Período foi mantido o mesmo método, tendo dado continuação à UD de JDC (Futebol) e uma UD de Desportos Individuais (Ginástica de solo e aparelhos).

No 3º Período, foi abordada uma UD de Desportos de Raquete (Confrontação Direta) e a continuação de JDC com as modalidades de Andebol e Voleibol.

De referir ainda que a UD de Aptidão Física estendeu-se ao longo de todo o ano letivo, que além das aulas específicas para a realização dos testes do *'FitnessGram'*, foi abordada praticamente em todas as aulas, inclusive nos blocos de 45 minutos.

Em conjunto com orientador pedagógico ficou decidido que poderíamos acrescentar algumas modalidades que não estariam no currículo proposto pelo grupo. Essas atividades seriam de cariz de experimentação. Foram abordadas diversas modalidades, entre as quais Jogos de Combate, Jogos Tradicionais e Lúdicos.

É de realçar ainda o facto deste planeamento de matérias não ser de caráter rígido, isto é, poderíamos efetuar algumas alterações ao longo do ano caso surgissem problemas ao nível de horários e espaços atribuídos às turmas.

Segundo a taxonomia das atividades desportivas de Almada, Fernando, Lopes, Vicente e Vitória (2008), podemos verificar que além da UD de Aptidão Física, no delineamento inicial existem quatro atividades de Desporto Coletivos (Basquetebol, Futebol, Andebol e Voleibol), duas atividades de Desportos Individuais (Atletismo e Ginástica) e uma atividade considerada Desporto de Confrontação Direta (Badminton). Esta taxonomia tem por base os comportamentos que são predominantemente solicitados ao indivíduo e divide-se em seis grupos. Além dos já expostos, existem ainda os grupos de Desportos de Combate, de Desportos de Grandes Espaços e os Desportos de Adaptação ao Meio. É

importante fazer referência que as características mais marcantes de cada grupo, assim como os seus princípios ativos não deverão ser separados, isto é, uma situação de aprendizagem de uma modalidade considerada Desporto Individual, poderá solicitar comportamentos de outro grupo taxonómico. Podemos dar o exemplo do pontapé de canto no Futebol. Se o praticante focar a sua atenção em colocar a bola numa determinada área do campo, realizando pequenos ajustes neuromusculares finos, pode-se referir que estamos perante uma situação de Desportos Individuais devido ao comportamento que foi predominantemente solicitado àquele jogador. Outra situação também no Futebol é o caso do penalti. É uma situação que pode deixar de lado o carácter cooperativo, em que pode ser solicitado ao jogador que realiza o penalti comportamentos de Desportos Individuais (apenas se preocupar em aplicar uma força à bola com o objetivo da mesma obter uma determinada direção e velocidade), ou pode ser encarada como uma situação de Confrontação Direta, na perspetiva do Guardanetes, em que solicite neste comportamentos de leitura do adversário e que, em tempo útil possa processar informação e a saída motora a fim de impedir o golo.

### **Planos de aula**

*“O plano de aula é um guia que projecta e planifica um conjunto de aspetos com objetivo último de otimizar a aprendizagem dos alunos através do bom funcionamento da aula em todas as funções de ensino. Este documento orientador possibilita que o professor se possa focalizar em situações pontuais através da libertação do “andar voluntário” do seu cérebro para as decisões de impacto. A maioria das opções deverão já estar contempladas no plano para que o professor possa decidir de forma expedita sobre os problemas que surgem na aula.” (Freitas, 2012).*

O plano de aula (PA) deverá ser funcional para o professor que o idealizou, não havendo uma única forma de o construir. Deverá estar associado ao plano intermédio (UD), constituindo assim a componente mais operacional do planeamento de todo o processo ensino-aprendizagem.

No início do ano letivo foi elaborado um modelo de plano de aula (anexo B) com base em aspetos considerados mais pertinentes no decorrer da formação académica precedente, no entanto, este modelo inicial foi sendo adaptado até ao modelo utilizado até ao final do estágio pedagógico (anexo C). A construção deste instrumento que visa a

orientação da atuação do professor teve como grande preocupação a operacionalidade, isto é, uma redução de carga de informação, tornando a sua estrutura simplificada. Esta necessidade vai de encontro ao estudo realizado por Rodrigues e Ferreira (1997), referindo que os professores estagiários sentem a necessidade de adaptar o PA à especificidade de planeamento do ensino real, existindo uma expectativa fracassada quanto à operacionalidade dos instrumentos de planeamento adquiridos na formação inicial.

Pode-se concluir que existem várias formas de realização do PA, mas que deverá estar em consonância com o plano da UD e na sua essência deverá existir então uma “marca” pessoal.

A estrutura do PA como já referido, sofreu algumas alterações durante a prática letiva, sendo que inicialmente apresentava a seguinte estrutura:

No cabeçalho: nº do plano e UD, nome, local, data e hora, nº de alunos, ano e duração, material necessário, objetivos gerais, objetivos específicos e sumário.

O corpo era formado por uma tabela dividida em três grandes partes que compõem a estrutura da aula, a parte inicial, a fundamental e a parte final. Aqui ainda eram referidos os conteúdos, a descrição, representação gráfica e o tempo de cada exercício.

A parte final do PA era composta por um espaço reservado às observações. Aqui era efetuado um balanço geral da aula, onde era tido em conta os alunos, a organização, os principais aspetos positivos e negativos da aula.

Posteriormente, o PA sofreu poucas alterações ao cabeçalho sendo que as principais alterações ocorreram ao nível da estrutura da aula, onde foi adicionado o principal objetivo de cada exercício e variantes; e também a organização da turma em cada exercício. Além disso, foi reduzida a área reservada à representação gráfica, onde por norma, apenas se colocava (à mão) a representação de alguns exercícios mais complexos.

## **Avaliação**

Segundo Gonçalves e col. (2014) a avaliação em Educação Física é um tema controverso, na medida em que são levantadas várias questões a quando da sua

operacionalização. Os mesmos autores baseiam-se em Barlow (2006) para referir que a avaliar é emitir um julgamento preciso ou não, sobre uma realidade quantificável ou não, depois de ter efetuado ou não uma medição. Pode-se considerar assim que a avaliação possui um carácter de subjectividade, pois depende da interpretação e do conhecimento que o avaliador possui sobre as matérias de ensino.

Simões (2014) sugere ainda que o conceito de avaliação tem sofrido uma evolução ao longo dos tempos. Tradicionalmente, tinha como propósito exclusivamente um processo final com cariz seletivo e que passou hoje a ser um meio de qualidade, permitindo verificar constantemente e de forma sistemática se os objetivos foram alcançados pelos alunos e introduzir medidas correctivas para que cada aprendizagem alcance melhores resultados. A mesma autora refere Haydt (1992), mencionando que o processo avaliativo deve ter como propósito conhecer os alunos, determinar e verificar se os objetivos foram atingidos, aperfeiçoar o processo de ensino aprendizagem, diagnosticar dificuldades e promover os alunos.

Rosado (s/d) refere o papel importante da avaliação, mencionando Stufflebeam (1985), que é necessário primeiro identificar as necessidades educacionais e só depois elaborar programas de avaliação centrados no processo educativo para que seja possível aperfeiçoar este processo.

A avaliação de diagnóstico, segundo Rosado (s/d), serve para avaliar a capacidade que um aluno possui para frequentar determinadas disciplinas; averigua se os alunos possuem os conhecimentos e aptidões necessárias para iniciar novas aprendizagens; permite identificar problemas; permite ao professor uma base para adequar conteúdos das matérias às características dos alunos.

Segundo o PNEF, com a avaliação inicial, o professor torna-se capaz de identificar: os alunos que irão necessitar de maior acompanhamento; as matérias que os alunos apresentam maiores dificuldades; as capacidades motoras que merecem uma atenção especial. Informa ainda ao professor: da forma que o aluno aprende; rever aprendizagens anteriores e consolidar outras; criar rotinas de aula e melhorar condição física dos alunos.

A avaliação de diagnóstico das matérias seleccionadas pelo grupo de EF da EBSAAS não foi realizada apenas no início do ano letivo. Foi realizada ao longo do ano, no início

de cada Período coincidindo com o início de cada bloco. Mais à frente será discutida as vantagens e desvantagens desta opção.

A avaliação formativa segundo Rosado (s/d) visa informar o aluno, o encarregado de educação, os professores e outros intervenientes, sobre a qualidade do processo educativo e de aprendizagem, bem como do estado do cumprimento dos objectivos do currículo. Este tipo de avaliação consiste num modo de recolha de informação para a regulação do processo de ensino-aprendizagem. Esta não é alternativa à avaliação sumativa, a sua complementaridade resulta não só do facto de permitir uma visão de síntese, mas, também, de acrescentar dados à avaliação pois esta é mais global e está mais distante no tempo relativamente ao momento em que as aprendizagens ocorreram o que permite avaliar a retenção dos objectivos mais importantes e verificar a capacidade de transferência de conhecimentos para situações novas.

Segundo o mesmo autor, a avaliação sumativa fornece um resumo da informação disponível, procede a um balanço de resultados no final de um segmento extenso de ensino. Esta incide sobre uma classificação, mas não se esgota nela e pode desempenhar um importante papel formativo, não devendo ser entendida, exclusivamente, como uma avaliação final. Na realidade, pode ser uma avaliação intercalar, parcial, incluindo-se nos mecanismos de regulação formativa.

### **Critérios de Avaliação**

Os critérios de avaliação definidos pelo grupo de EF da EBSAAS assentam nos três grandes domínios, o psicomotor (60%), cognitivo (20%) e sócio-afetivo (20%).

No que respeita ao domínio psicomotor foram atribuídas as seguintes percentagens: 25% empenhamento motor (empenho e esforço na realização dos exercícios durante as aulas) + 15% progressão na aprendizagem (evolução do aluno nos níveis de habilidades, destrezas técnicas, técnicas e estratégicas) + 5% aptidão física (*fitnessgram*). Em relação ao domínio cognitivo, 15% teste escrito individual + 5% em trabalho de grupo. No que respeita ao domínio sócio-afetivo: 10% comportamento e responsabilidade (o aluno estabelece uma relação cordial com os companheiros, empenha-se e respeita os colegas) + 5% cooperação e participação (se o aluno coopera e participa com os colegas nas diferentes tarefas) + 5% pontualidade e equipamento (o aluno comparece no espaço

previsto para a aula de acordo com o horário estabelecido para a mesma e devidamente equipado).

Verifica-se que existe maior relevância no domínio psicomotor e na avaliação contínua. Estes critérios de avaliação da disciplina em relação a outras escolas, considera-se ser mais adaptado à realidade dos objetivos a que se propõe a EF, nomeadamente no domínio sócio-afetivo, onde muitas escolas têm um valor percentual mais reduzido. Em relação às restantes percentagens atribuídas a cada domínio, é necessário considerar o facto de estas já estarem previamente definidas pelo grupo, no entanto, pensa-se que é possível ao professor, uma margem de manobra para que possa decidir em função da caracterização da turma, como por exemplo, níveis de complexidade de testes, solicitações de trabalhos não presenciais, criar situações para potenciar um ou outro comportamento desejado.

### **Organização das Matérias de Ensino**

As matérias foram organizadas em função das instalações e por Período. Optou-se por efetuar a Avaliação de Diagnóstico (AD) no início de cada Período, coincidindo com o princípio de cada bloco. Este facto tem aspetos positivos e negativos. A parte negativa-se deve-se ao facto de se poder efetuar a AD aos JDC e não a todas as modalidades. Por exemplo, existem aspetos comuns nas várias modalidades dos JDC nomeadamente a desmarcação, marcação, leitura de jogo, cooperação, transições; estes poderiam ter sido avaliados na sua generalidade no início do ano letivo e não no início de cada bloco. Por outro lado, pode-se encarar como um aspeto positivo, visto que se espera que o aluno evolua ao longo do ano. Isto é, por exemplo, quando se aborda no 3º Período o Andebol, espera-se que o aluno não se encontre no mesmo ponto inicial de conhecimento relativamente a determinados aspectos tais como os comuns aos JDC.

Se se efetuasse uma avaliação inicial mais abrangente com AD a todas as matérias do currículo, seria desde logo possível uma organização de forma mais concisa no planeamento, determinando-se deste início as principais aptidões e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias (Jacinto *et al.*, 2001).

Outro facto relevante é o de não ser apenas o professor que não conhece os alunos, nem vice-versa. Grande parte dos alunos não se conheciam uns aos outros. Através da

caracterização da turma, foi possível determinar que cerca de metade dos alunos da turma no ano transato, frequentaram outros estabelecimentos de ensino. Uma AD mais abrangente na avaliação inicial permitiria identificar, não só capacidades, aptidões ou habilidades motoras, mas também algum tipo de problemas inclusivos e até sócio-afetivos.

Outro aspeto extremamente importante no que respeita à organização das matérias de ensino é o horário da disciplina. Neste caso, numa quarta e quinta-feira. Em relação a este assunto, Cunha (2014) refere que é necessário que a comunidade de docentes de Educação Física dê o seu contributo no sentido de conseguir alterações nos horários e organização escolar: acabar com as aulas de Educação Física às 14h; acabar com os horários da Educação Física por exemplo à quinta e à sexta-feira(...).

## **Estratégias por Período**

### **1º Período**

Este período foi uma fase de adaptações, sendo o 7º3, uma turma com 25 alunos, com características atípicas, isto é, uma turma muito heterogênea em termos de desenvolvimento das aprendizagens, além de incluir alunos com necessidades educativas especiais.

Em relação aos estilos de ensino abordados neste período inicial foram predominantemente convergentes, isto é, centraram-se essencialmente numa base de reprodução de determinados conhecimentos que eram apresentados, sendo que o processo de tomada de decisão do aluno era limitado ao papel do professor. Segundo Lino (1998), estes estilos de ensino resultam num maior controlo da turma por parte do professor, reduzindo assim o número de comportamentos de desvio.

As matérias abordadas neste período foram de Basquetebol e Atletismo, sendo distintas nas suas solicitações, nomeadamente em comportamentos.

No que respeita às estratégias, no Basquetebol foram essencialmente de exercícios técnicos em circuito, jogos pré-desportivos, exercícios com constrangimentos constantes, jogo reduzido, com a inclusão do lúdico e da competição como formas de motivação e incentivo.

De referir que recorreu-se a exercícios de cariz analítico como forma de colmatar problemas de alguns alunos, nomeadamente de coordenação básica óculo-pedal-manual.

Em relação ao Atletismo, na parte inicial das aulas consistia fundamentalmente, no desenvolvimento da técnica de corrida. Esta parte funcionava como aquecimento e simultaneamente desenvolvia nos alunos capacidades, competências e percepções na sua forma de deslocamento. Através de pequenos constrangimentos, os alunos foram adquirindo conhecimentos sobre os seus limites e muitas vezes tentaram ultrapassar esses mesmos limites (marcas anteriores). Com limitações (na cadeia cinética) que eram impostas aos alunos, notou-se evolução no que respeita aos aspetos fundamentais da corrida (amplitude e frequência da passada).

Na parte fundamental da aula, eram abordadas uma disciplina de saltos e uma de lançamentos. Em muitas situações recorreu-se ao estilo de ensino Comando (por exemplo, nos lançamentos, lançavam à vez e à voz do professor) por motivos de segurança e até de organização. Houve também nesta modalidade, situações que exigiram outros estilos de ensino, como por exemplo, a Descoberta Guiada (várias alturas nas barreiras e os alunos escolhiam a mais adequada, ou aquela que conseguiriam executar).

## **2º Período**

No 2º Período as matérias abordadas foram a Ginástica no bloco de 90 minutos e o Futebol no bloco de 45 minutos. Contudo neste período já foram abordadas outras matérias, incluídas na parte inicial da aula, como forma de aquecimento ou de potenciadoras de motivação, como por exemplo, os Jogos Tradicionais, Desportos de Combate (jogos de combate), Aptidão Física.

Ao contrário da Ginástica, o Futebol foi leccionado num espaço exterior. Este acontecimento trouxe algumas condicionantes, nomeadamente o facto de os alunos poderem se distrair mais facilmente com amigos ou colegas de outras turmas e o factor de se exporem perante a “opinião pública”, resultando algumas vezes em situações intimidantes e de vergonha por parte de alguns alunos e em alguns casos situações de rebeldia. Refere-se que as observações efectuadas na *assistência às aulas* durante o 1º período facilitaram um pouco a intervenção neste aspeto (colocação dos alunos em relação ao sol, a elementos potenciadores de distração), tentando sempre mante-los ocupados.

Em relação à Ginástica e devido às características singulares da turma, sentiu-se dificuldades acrescidas, fundamentalmente pela razão da sua heterogeneidade de competências. A turma possuía alunos que dominavam quase todos os elementos que foram abordados e outros, a maioria, que não eram capazes de realizar os elementos mais básicos da ginástica. Outro aspeto fundamental para o sucesso desta modalidade é o comportamento dos alunos. Assim, as principais metodologias de ensino abordadas foram o método de comando e de tarefa. De modo a facilitar, a turma foi dividida em 4 grupos heterogéneos e sem afinidades por forma a evitar comportamentos de desvio. Ficou definido no início do período que em relação ao material, um grupo cada dia chegaria mais cedo 5 minutos para ajudar a montar o campo e no final era responsável por arrumar o material na arrecadação.

Na parte inicial da aula eram abordados jogos tradicionais, ou Desportos de Combate, ou Exercícios de Aptidão Física. Antes da realização da aula por estações, os alunos teriam de estar atentos à explicação com demonstração dos elementos. Aqui foram utilizados dois alunos, ou um grupo de 6 alunos ou até mesmo demonstração do professor quando nenhum aluno conseguisse realizar o exercício. Recorreu-se também a cartazes ilustrados junto às respectivas estações com os aspetos importantes, os principais erros e como se efetua a ajuda para que o aluno conseguisse realizar o elemento.

Apesar de tudo, considera-se que em relação a esta modalidade, conseguiu-se atingir os objetivos propostos, verificando-se através do próprio *feedback* dos alunos em que inicialmente grande parte não gostava desta modalidade e depois passou a gostar e até a achar divertido. Existiram também sentimentos de superação dos próprios limites, quando alguns alunos diziam que nunca tinham conseguido executar certos elementos e acabavam por realizar e demonstrar grande satisfação. Este facto potenciou uma certa desmistificação de preconceitos verificados em relação a esta modalidade.

Em relação à modalidade de Futebol e além do que já foi anteriormente referido, sentiu-se inicialmente algumas dificuldades em relação ao planeamento das aulas. Não por falta de domínio dos conteúdos mas por alguns constrangimentos de material e de espaço disponíveis. No entanto, após alguns desses problemas terem sido ultrapassados, houve a possibilidade de planear outro tipo de exercícios (*e.g.* mais bolas, significa grupos mais reduzidos, maior contacto com o objeto de jogo).

Em relação a esta modalidade a turma apresentava-se muito heterogénea, então decidiu-se inicialmente dividir a turma em dois grandes grupos por género. Esta atitude que podia parecer discriminatória e de exclusão, na nossa perspectiva apresentou-se como a atitude mais acertada, visto que os rapazes estavam num nível muito mais elevado do que as raparigas.

Com o desenrolar das aulas, os grupos de trabalho foram se tornando mistos, causando muitas vezes alguma insatisfação a ambos os géneros.

Devido ao pouco tempo disponível em cada aula (cerca de 35 a 38 minutos de tempo úteis), esta teria de ser bem planificada e estruturada, não podendo perder muito tempo com as transições, o que algumas vezes não se verificou.

Esta modalidade foi na sua generalidade trabalhada por estações, e na parte final da aula foi maioritariamente de jogo formal 5X5. As equipas já estariam previamente definidas, mas com o desenvolver das aulas, recorreu-se ao método de descoberta guiada, dando liberdade aos alunos de escolherem se equipas homogéneas ou heterogéneas e aferirem aos resultados de tais decisões.

### **3º Período**

Há semelhança dos períodos anteriores, foram abordadas duas matérias de ensino, divididos por dois blocos. Inicialmente na planificação anual estavam três modalidades a abordar, contudo devido a razões de espaços disponíveis, e já após ter iniciado o terceiro período, houve a necessidade de reformular as modalidades a abordar. O andebol deixou de fazer parte do plano e passou então a abordar-se somente Voleibol e Badminton. Obtou-se por uma distribuição de igual número de horas, sendo um bloco de 45' alternadamente de Voleibol e Badminton e os blocos de 90', ½ de Voleibol e ½ de Badminton.

Além disso, foi possível abordar nas fases iniciais de algumas aulas conteúdos de outras matérias, como os jogos tradicionais, jogos de combate e aptidão física. Com isto, chegou-se a realizar aulas com conteúdos de três ou quatro modalidades, tornado assim um conjunto de aulas politemáticas.

No que respeita à intervenção, houve alguns aspetos que foram ainda mais consolidados nesta fase, como as transições entre exercícios e partes da aula e controlo e supervisão

da prática. Todos estes aspetos foram melhorados e na maior parte das aulas eram colocados em prática de forma inconsciente fruto das rotinas implementadas.

Com este aspeto e algumas situações de disciplina resolvidas, as preocupações focaram-se essencialmente nos aspetos didáticos, como a atribuição de *feedbacks*, tempo na tarefa e organização da turma. Foi possível também, poder adotar em algumas circunstâncias, outros estilos de ensino, como por exemplo, o estilo recíproco. Os alunos trabalharam em muitas situações neste trimestre aos pares, o que fez com que em várias situações desenvolvessem competências de socialização e mesmo de fornecer feedback aos colegas para atingirem o sucesso.

Em termos pedagógicos e como nos passados períodos, continuou-se a recorrer em muitos casos à demonstração dos exercícios, pois os alunos demonstraram alguma dificuldade de concentração e de perceção das instruções.

No que respeita à supervisão e controlo da prática dos alunos, considera-se que as estratégias utilizadas desde o início do ano letivo tiveram resultados positivos.

Mais concretamente no 3º Período, adotaram-se algumas estratégias de organização diferentes das anteriores, como por exemplo, de dividir a turma em dois grupos de trabalho (mini turmas), deslocando-se constantemente a uma e a outra, dando alternadamente instruções e *feedbacks* e mantendo todos sob controlo.

### **Assistência às aulas**

A assistência às aulas é um dos pontos integrantes da prática de estágio do Mestrado em Ensino de Educação Física.

Este processo permite-nos desenvolver competências e aprendizagens através da observação e posterior reflexão crítica sobre os eventos que foram assistidos.

A observação enquanto método é um processo onde intervêm, as seguintes variáveis: Perceção; Interpretação; Conhecimento Prévio. A falta de equilíbrio entre os referidos elementos origina desvios de carácter estrutural na observação.

Segundo Morin (1981) citado por Garganta (2001), deverá existir uma interdependência entre a teoria e a observação. Neste sentido, como nos menciona Popper citado pelo

mesmo autor, para que os nossos sentidos nos digam alguma coisa, temos que possuir conhecimento prévio, para podermos ver uma "coisa", temos de saber o que são essas "coisas".

Temos de salientar que o Homem não é capaz de reter todos os estímulos e informações que advêm do meio através das entradas sensoriais. Por esta razão e segundo Sarmiento *et al.* (1991), existe a necessidade por parte do ser humano em tornar o ato de observar consciente e sistemático, ou seja, intencional, controlável, previsível e eficaz.

Nesta perspectiva, Reis (2011) alerta-nos também: para que o processo de observação de aulas tenha sucesso, deveremos ter em consideração os seguintes aspetos: a duração, frequência, identificação de aspectos específicos a observar, as metodologias e conceção de instrumentos de registo a utilizar. Ainda segundo o mesmo autor, a observação contribui para a melhoria da qualidade do ensino e da aprendizagem, aludindo ainda, que pode originar inspiração e motivação, resultando num forte catalisador de mudança na escola.

Sarmiento (2004) refere Kerlinger (1973) para evidenciar as principais características da observação inter-humana. Numa observação de uma aula o observador pode ser influenciado pelo facto de não concordar com o tipo de sequência das situações ou de organização didática. O autor refere ainda que uma falta de simpatia entre o observador e o observado poderá influenciar os resultados.

Foi numa perspectiva de potenciar e desenvolver a nossa atuação pedagógica que foi realizada a assistência às aulas. A análise, reflexão e discussão constantes após o ato de observação contribuiu para desenvolver e criar estratégias a fim de promover os aspetos positivos e colmatar os problemas encontrados.

### **Objetivos**

Tendo em conta as informações recolhidas e envolvendo a observação no nosso processo de formação, foram estabelecidos os seguintes objetivos:

- Desenvolver competências ao nível da observação;
- Desenvolver a capacidade de auto e heteroavaliação;
- Desenvolver a capacidade de adaptação, ser capaz de modificar ou ajustar a atuação em função dos problemas encontrados;

- Verificar se os conteúdos e exercícios são apropriados;
- Verificar as decisões tomadas e suas implicações;
- Contribuir para o processo de reflexão crítica após a atuação do professor.

### **Metodologia**

Existem vários métodos de registo de dados que auxiliam o processo de observação, são eles o “Olhómetro” (*Eyeballing*), o registo anedótico, as listas de verificação (*Checklist*), as escalas (ou grades) de apreciação (*Rating-scales*), o “varrer com o olhar” (*Playcheck*), o registo de ocorrências, o registo de duração, a amostragem temporal e o registo por intervalos.

Apesar de não ter sido realizado nenhum tipo de observação indirecta, isto é, quando fazemos recurso de gravação audiovisual das aulas, considera-se que poderia ser uma mais-valia no processo, visto que poderia ser possível aceder ao registo dos acontecimentos de forma interminável, possibilitando uma análise minuciosa da intervenção do docente. Não termos recorrido a este método deveu-se aos constrangimentos causados nas autorizações dos encarregados de educação.

Inicialmente, os métodos de registo de dados utilizados foram o Registo Anedótico e o Registo de Ocorrências, onde registou-se o que se observou durante a sessão e era efetuada a contagem do nº de vezes que um determinado comportamento ocorria, sendo esses dados posteriormente utilizados para discussão no final da aula com a colega e o orientador.

Posteriormente recorreu-se a um instrumento de observação (anexo D) que foi adaptado de Graça (2014). Este contém os aspetos considerados fundamentais para uma intervenção eficaz. As categorias são as seguintes: os conteúdos da aula e sua sequência (progressão), motivação dos alunos, organização das atividades, materiais e recursos, instrução/ explicação/ *feedback*/incentivo, linguagem adaptada à idade, conclusão e observações.

### Apreciações gerais

Com a realização deste trabalho, pretendeu-se melhorar as competências no desenvolvimento do processo pedagógico. Permitiu adquirir competências no âmbito da reflexão crítica, assim como na capacidade de observação.

Considerou-se que traria mais-valias ao processo o recurso a gravações vídeo das sessões, pois hoje poderia ser possível aceder a algumas situações para confrontar, reflectir e potenciar a prática pedagógica.

O processo de assistência às aulas revelou-se muito proveitoso, quer para o observador, quer para o observado. Para o observado no sentido que beneficiamos com a análise crítica de outro indivíduo, que estando do “lado de fora”, nos é capaz de informar sobre alguns erros pedagógicos que muitas vezes quem vive a situação não consegue perceber. Para o observador, de forma que consegue adquirir e desenvolver competências ao nível da observação, tornando possível uma aprendizagem através da identificação de situações críticas vividas pelo outro. A par, com as observações informais que foram realizadas em conjunto com a colega de estágio e outros professores, com base na técnica “*Olhómetro*” e com o apoio constante do nosso orientador pedagógico durante as observações formais, permitiram desenvolver capacidades de auto e heteroavaliação, assim como a capacidade de perceção de certas situações relevantes para o desenvolvimento e melhoramento constantes da nossa capacidade de tomada de decisão.

Inicialmente as maiores preocupações e dificuldades prendiam-se com o controlo e organização da turma, tentando uma implementação de rotinas. Assim através das trocas de informações com o orientador e a colega, foi possível debruçar mais sobre estes aspetos nas observações de forma mais incisiva. A implementação dessas rotinas foi certamente influenciada pelas nossas preocupações e anseios em que a aula se desenrolasse como o planeado, que muitas vezes foram transmitidas aos alunos, resultando muitas vezes num clima de aula menos positivo, nomeadamente em questões de disciplina da turma.

Em relação ao instrumento elaborado, parecia adequado aos objetivos pretendidos, no entanto, sentiu-se a necessidade de recorrer a outras técnicas de modo a permitir recolher informações para comprovar algum pressuposto pontual.

Pode-se concluir que o processo de observação é complexo, nomeadamente numa fase inicial, quando não há bem uma definição de em que se basear para observar certos conteúdos. A sua complexidade foi diminuindo com a prática e com a partilha de ideias, opiniões e conhecimentos de outros professores, nomeadamente o orientador pedagógico.

## **Ação de Intervenção na Comunidade Escolar**

### **Justificação da Ação**

A Atividade de Integração na Comunidade Escolar tem como objetivo comprometer todos os agentes educativos (desde alunos até à direção escolar) numa atividade que os envolva a todos e, de preferência, que dê visibilidade à escola na sociedade onde está inserida.

Esta ação intitulada de “IV Festival de Desporto da Levada” é uma atividade que vem sendo dinamizada há três anos e tem ganho dimensões consideráveis. Neste sentido, pretendeu-se dar continuidade ao trabalho realizado anteriormente na semana de Expressões Artísticas, mais concretamente no dia da Educação Física que decorreu na última semana de aulas do segundo período.

É uma atividade de impacto relevante na escola e a sua organização requer uma articulação dos vários elementos da escola e entidades convidadas.

### **Objetivos**

Os principais objetivos desta atividade foram:

- Promover a prática de atividade física e desportiva na comunidade escolar;
- Proporcionar à comunidade escolar a experimentação, o conhecimento e aquisição de algumas competências sobre modalidades normalmente pouco conhecidas e abordadas na escola, para que no futuro possam realizá-las autonomamente.

### **Organização**

O Festival de Desporto da Levada foi realizado durante uma manhã e constituído por várias atividades. A sua organização foi em estações pelos vários espaços desportivos e

não só, para que cada turma pudesse experimentar várias modalidades. Cada turma foi incluída numa estação onde havia um elemento que coordenava a atividade indicando o que é pretendido. O momento de rotação das estações ocorreu ao toque de início e término do bloco de 45 minutos dado pela escola.

A rotação foi efetuada no sentido contrário aos ponteiros do relógio, sendo que a estação número 1 foi a estação do judo situada dentro do pavilhão no campo sul e a última foi a de orientação, a decorrer no espaço exterior.

É necessário referir que em algumas estações existiram sub-estações, isto é, devido ao material disponível, duas estações que incluem mais do que uma atividade, sendo necessário coordenar o tempo que os alunos gastam a realizar cada uma. Essas estações são: a escalada e o step que foram agrupadas (enquanto 4 alunos estão a realizar a escalada, os restantes estão a ter uma aula de step) e o BTT e o slide (metade dos alunos foram encaminhados para o slide e os restantes ficaram no BTT). Nestas estações, o professor responsável teve também a preocupação de controlar o tempo dos alunos na estação, indicando a sua rotação.

No momento da chegada das instituições/colaboradores, os organizadores – os professores estagiários – receberam e direcionaram os mesmos para o seu respetivo espaço. Nós, professores estagiários, apesar de termos planeado e organizado as estações da Orientação e dos Jogos Tradicionais, não tivemos uma função fixa, pois estávamos livres para supervisionar, dinamizar, ajudar na organização e fazer face a qualquer tipo de imprevisto.

### **Apreciações gerais**

Para poder proporcionar experiências diferentes e marcantes a toda a comunidade procurou-se o apoio de várias organizações a fim de exporem as suas modalidades na nossa escola. O contacto com as entidades foi realizado entre meados do mês de fevereiro e início do mês de março. Esta primeira interação foi realizada um pouco tarde tendo em conta que o dia marcado para a atividade era também o “dia do pai”, havendo organizações que já tinham compromissos marcados com maior antecedência. É um aspeto que teria de ser melhorado em atividades futuras.

Ainda durante o contacto com as instituições obtiveram-se respostas inconstantes o que fez com que se ficasse em dúvida e se limitasse um pouco a organização do próprio evento. Devido a este facto, teve-se de alterar o programa substituindo as entidades que não davam resposta positiva por outras que, aparentemente não tirariam grandes vantagens com sua participação mas mostraram-se desde logo disponíveis para colaborar connosco, ainda que o contacto fosse realizado muito próximo da data do Festival.

A divulgação do evento na escola foi feita através dos cartazes das atividades (anexo O) e do respetivo programa, circulares e um convite à comunidade escolar apresentado ao Conselho Executivo (anexo P). Os cartazes foram colocados em zonas estratégicas como: sala dos professores, bar dos alunos, locais de grande afluência nos recreios, pavilhão, entre outros.

A atividade foi organizada com o intuito de, primeiramente, incluir as turmas que tinham aula de Educação Física no dia da atividade e posteriormente as restantes turmas da escola. Para isso foi feita uma ficha de inscrição colocada na sala dos professores para que permitisse a inscrição de outras turmas e o horário pretendido. Na ficha havia número limitado de espaços que podiam ser preenchidos no sentido de incluir as turmas nas atividades ainda disponíveis.

Após a confirmação de todas as atividades, houve a necessidade de arquitetar a disposição do evento, tendo em conta o material exigido e a visibilidade que ponderávamos que iriam ter. Esta preocupação tinha também como objetivos, que as turmas tivessem oportunidade de participar no maior número de atividades possíveis sem perder muito tempo na transição.

Para que a organização não estivesse sempre a ser modificada (pouco tempo em cada atividade, pois cada uma tinha organizações diferentes), utilizamos os blocos de 45 minutos assinalados pelos toques da escola para realizar a rotação e os intervalos de 15 minutos para demonstrações. Nos intervalos de 15 minutos, o número de alunos que pudessem ter contacto com as modalidades era maior, assim optou-se pelas demonstrações e experimentação de automodelismo e BTT. Este factor resultou com sucesso, apesar de termos insistido (pessoalmente e no microfone) para que os alunos se deslocassem para o local das demonstrações, mas depois de referida as modalidades,

estes iam em passo de corrida e naturalmente chamavam os colegas para os acompanhar, pois consideravam atividades entusiasmantes.

A atividade iniciou-se com um ligeiro atraso (15 minutos) devido ao facto de termos estações que, no próprio dia, necessitavam de ser aprimoradas e de os colaboradores terem-se atrasado um pouco. Contudo, após pouco tempo desde o início, conseguiu-se a coordenação ótima e o trabalho foi elaborado de forma harmoniosa.

Procurou-se primeiramente direcionar as entidades colaboradoras para os espaços definidos, falando quase de imediato com as turmas que iriam realizar as atividades para que os acompanhassem; depois, concentrou-se nas estações que estavam mais libertas – que não tinham nenhuma turma definida – apetrechando-as com o material que estava em falta e procurou-se que os alunos que estavam nas bancadas a observar fossem incluídos nas mesmas.

Por fim, foi-se complementando cada estação com pequenos detalhes que considerou-se importante para melhorar o seu funcionamento. Este momento inicial de alguma confusão deu-se muito devido à complexidade de algumas estações e do material que necessitavam e por ter-se perdido tempo em aspetos de menor importância que podiam ter sido resolvidos à *'posteriori'*, por exemplo a utilização da coluna de música e do microfone.

Em determinado ponto, nas estações estavam incluídos alunos de várias turmas, que vinham para intervalo e depois acabavam por se infiltrar nas estações de acordo com o seu grau de afinidade pela modalidade. Apesar deste factor não estar previsto no planeamento, permitiu enriquecer o Festival, resultando num grande número de alunos a realizar cada atividade. Tal só foi possível graças aos colaboradores de cada estação que foram capazes de adaptar as tarefas para incluir mais alunos (caso mais específico da patinagem que em determinado momento tinha mais 30 alunos a participar).

Somente no próprio dia é que os colaboradores do automodelismo nos informaram que seria possível os alunos experimentarem, o que justificou a alteração do planeamento inicial e a criação de uma nova estação, uma das que teve maior impacto. Assim adaptamos o espaço, inicialmente planeado para o BTT para incluir ambas as modalidades.

Um aspeto menos positivo que foi identificado e poderia ter sido evitado foi a falta de colaboradores. Se a organização tivesse sido maior, poderia ter-se realizado uma reunião com o grupo de Educação Física e ter distribuído tarefas a cada um, para que estivessem por um lado, mais incluídos no Festival e por outro, para facilitar o nosso trabalho e melhorar a atividade em si. Por outro lado, um aspeto muito positivo foi a inclusão dos alunos dos cursos profissionais de desporto na organização do evento que resultou muito bem e mais uma vez, foi de encontro ao pretendido com a atividade, que era incluir todos os agentes educativos no processo.

Após o término desta atividade, procedeu-se além da reflexão e balanço, ao agradecimento a todos os colaboradores através de carta enviada por e-mail (anexo Q). Foi tempo também para nos debruçarmos sobre um artigo para os meios de comunicação social, nomeadamente Diário de Notícias e Jornal da Madeira (anexo R).

Uma sugestão para eventuais futuros eventos desta natureza, seria envolver toda a comunidade escolar no evento através da inclusão de todos os alunos e professores nas atividades. Evidentemente que a organização teria de ser diferente para englobar maior número de participantes e seria necessário mais colaboradores ou o envolvimento ativo dos professores e funcionários da escola. Outra sugestão seria que os professores de outras disciplinas acompanhem os alunos nas atividades e, posteriormente utilizassem o próprio evento para abordar conteúdos específicos das suas disciplinas. Um exemplo prático poderia ser a utilização do Slide ou do Judo e das técnicas para abordar em Físico-química a relação de forças ou em português a realização de um pequeno texto sobre uma atividade que tivesse especial interesse para os alunos.

Na sua generalidade o Festival teve uma conotação muito positiva apesar de algumas lacunas identificadas. Seria de grande interesse dar continuidade ao evento melhorando-o constantemente através das sugestões referidas pelos organizadores de anos anteriores.

## **Atividades de integração no meio**

## **Caraterização da Turma**

Caracterizar significa descrever com exatidão; de tornar saliente e evidenciar os aspetos mais significativos. O principal objetivo da Caracterização da Turma (CT) é recolher dados e informações pertinentes para uma intervenção pedagógica mais proveitosa e individualizada. Dever-se-á recolher com a CT, dados sobre todas as aprendizagens que o aluno já efetuou de modo a que o professor saiba o que é que os alunos conhecem, quais as competências e dificuldades.

O professor é o principal responsável por conhecer as características específicas dos seus alunos enquanto seres individuais e ao nível do seu estágio de desenvolvimento, de forma a poder adaptar a sua prática letiva e atuações a essas características.

Segundo Macedo (s/d), a caracterização da turma serve para: a) Analisar a situação da turma e identificar características específicas dos alunos a ter em conta no processo de ensino e aprendizagem; b) Planificar o desenvolvimento das atividades a realizar com os alunos em contexto de sala de aula; c) Identificar diferentes ritmos de aprendizagem e necessidades educativas especiais dos alunos, promovendo a articulação com os respetivos serviços especializados de apoio educativo, em ordem à sua superação; d) Assegurar a adequação do currículo às características específicas dos alunos, estabelecendo prioridades, níveis de aprofundamento e sequências adequadas; e) Adotar estratégias de diferenciação pedagógica que favoreçam a aprendizagem dos alunos; f) Conceber e delinear atividades em complemento ao currículo proposto; g) Preparar informação adequada, a disponibilizar aos pais e encarregados de educação, relativa ao processo de aprendizagem e avaliação dos alunos.

## **O conceito de adolescência e as principais transformações ao nível biológico, comportamental e social**

O conceito de adolescência deriva de “*adolescere*”, uma palavra latina que significa crescer, desenvolver-se, tornar-se jovem (Becker, 1994, citado por Almeida, 2003, p.11). Portanto, literalmente, adolescência significa o crescimento, ou o processo de crescimento” (Faria & Leão, s/d, p. 2). Segundo vários autores citados por Almeida (2003), a “adolescência é uma fase de transição entre a infância e a idade adulta, caracterizada por aspetos biológicos, psicológicos, sociais e culturais que levarão a criança a se tornar adulta, acrescida da capacidade de reprodução”

Segundo Ferreira e Nelas (s/d) “atualmente, a adolescência caracteriza-se como uma fase que ocorre entre a infância e a idade adulta, na qual há muitas transformações tanto físicas como psicológicas, que possibilitam o aparecimento de comportamentos irreverentes e o questionamento dos modelos e padrões infantis que são necessários ao próprio crescimento”.

Devido a todas as alterações físicas não é surpreendente que haja consequências psicológicas. Assim, a “maioria dos adolescentes está mais preocupada com a sua aparência do que com quaisquer outros aspectos de si mesmo e muitos não gostam do que veem ao espelho” (Tobin-Richards *et al.*, 1984, citado por Papalia, Olds & Feldman, 2001, p. 516). Para Ferreira e Nelas (s/d, p. 142), a “adolescência é um período de vida que merece atenção, pois esta transição entre a infância e a idade adulta pode resultar ou não em problemas futuros para o desenvolvimento de um determinado indivíduo”.

Segundo Papalia, Olds e Feldman (2001), é nesta fase que o indivíduo constrói a sua identidade, ou seja, a sua personalidade. Apesar de a ir moldando ao longo da vida, esta é a fase mais crítica da construção da identidade de cada indivíduo. O adolescente dá significado coerente ao ‘*self*’, tendo em conta o papel a desempenhar socialmente (conhecida por identidade versus confusão) (Erikson, 1968, citado por Papalia, Olds & Feldman, 2001).

No que respeita à autoestima do adolescente, esta é aumentada consoante as relações que são estabelecidas com os pares, principalmente com os do mesmo sexo. Segundo Gilligan (s/d) citado por Papalia, Olds e Feldman (2001, p. 578), “a autoestima masculina parece estar ligada à luta pela realização individual, enquanto a autoestima feminina depende mais da ligação com os outros”. Os jovens sentem-se mais confortáveis estando com outros que passam pelas mesmas mudanças físicas que eles.

Durante a adolescência existe um grande envolvimento dos jovens com os seus pares, pois estes sentem-se confortáveis estando com outros que passam pelas mesmas mudanças físicas. Segundo Papalia *et al.* (2001), “o grupo de pares é uma fonte de afeto, simpatia, compreensão e de orientação moral; um lugar para a experimentação, e um contexto para alcançar a autonomia e a independência dos pais.”

### **Metodologia e instrumentos de recolha dos dados**

O principal método utilizado na recolha de dados foi o inquérito (anexo G), através de questionário escrito aplicado à turma no dia 16 de outubro de 2014. Recorreu-se também a alguns dados da ficha da caderneta preenchida pelos alunos no primeiro dia de aulas, a informações no *dossier* do director de turma e informações recolhidas nas reuniões de Conselho de Turma.

### **Apresentação e discussão dos principais dados**

A turma é composta por 25 alunos, 13 alunos do sexo feminino e 12 alunos do sexo masculino, sendo que um dos rapazes nunca compareceu às aulas, não sendo referido nos resultados estatísticos. O intervalo de idades dos alunos situa-se entre os 12 e os 14 anos, 11 dos alunos constituintes da turma são provenientes de outras escolas e 17% vêm de famílias disfuncionais. A turma em estudo é muito heterogénea em diversos aspectos, nomeadamente socioeconómicos e socioculturais.

### **Saúde**

Em termos de saúde física existem vários casos de alergia e asma e um caso de sopro no coração. Dois alunos referem ainda problemas de coração (não especificando a patologia) sendo que 38% da turma tem historial de problemas cardíacos na família. Ao nível da saúde mental existe um caso de depressão, um de perturbação de sono e ansiedade e um relacionado com problemas comportamentais devido a uma infância conturbada. Existem 2 alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE) e um aluno hiperativo.

### **Alimentação**

Cerca de 80% da turma considera que possui uma alimentação boa a muito boa. Apenas 1 aluno refere que tem uma alimentação má. A maior parte dos alunos realiza 4 a 5 refeições diárias e uma alimentação variada e saudável, ingerindo alimentos proteicos e vitamínicos com uma frequência adequada e saudável, abdicando quase sempre da *'fast-food'* e das guloseimas.

### **Prática desportiva curricular e extracurricular**

Cerca de 37,5% dos alunos da turma nunca praticaram uma actividade desportiva fora do contexto escolar. Dos alunos que praticam, a percentagem entre desporto federado e desporto escolar é idêntica e a prática dura há 1 ano na maior parte dos casos, contudo, 2 alunos referem que já praticam uma actividade desportiva há 7 anos. Mais de metade da turma pratica uma actividade extracurricular, sendo a actividade com maior

predominância o escutismo. Em relação às atividades de lazer, estas revelam que a turma adota na generalidade comportamentos de sedentarismo.

Segundo os alunos, as matérias mais leccionadas no 2º ciclo na educação física são os Jogos Desportivos Colectivos e as matérias menos abordadas são os Desportos de Combate, Orientação e Dança. As matérias de ensino preferidas dos alunos do sexo masculino são o Andebol e o Basquetebol, enquanto que no caso das raparigas é o Voleibol e também o Basquetebol. Em relação às matérias que menos gostam, os rapazes indicam o Futebol e o Voleibol e as raparigas realçam o Futebol e o Andebol. Em termos gerais, verifica-se uma tendência comum a ambos os géneros do gosto pelas modalidades de JDC (Jogos Desportivos Colectivos), e por outro lado um nível de indiferença em modalidades que foram pouco abordadas no passado nas aulas de Educação Física. Cerca 91% dos alunos considera a educação física como uma disciplina de grande importância, justificando-a com benefícios para a saúde e bem-estar e a maior parte da turma considera que tem um desempenho positivo nesta disciplina.

#### **Deslocação para a escola e horário de descanso**

A maioria dos alunos utiliza o carro como meio de transporte para a escola e demoram menos de 30 minutos no trajecto.

Segundo Sardinha (2012), para esta faixa etária são recomendadas 9 horas mínimas de sono diárias. Na turma grande parte dos alunos dorme, durante a semana pelo menos 8 horas diárias, sendo que no fim-de-semana dormem em média 10 horas.

#### **Balço da Caraterização de Turma**

Primeiramente é essencial compreender toda a abrangência que envolve o desenvolvimento eclético do adolescente, pois tal como foi referido, esta é uma faixa etária muito sensível sendo que é nesta fase que o jovem sofre todas as alterações importantes a nível psicológico, físico, intelectual, social e biológico, que irão influenciar a sua vida futura enquanto adulto.

Em segundo lugar pode-se concluir que a turma em estudo é, sem dúvida, muito heterogénea em diversos aspetos, nomeadamente socioeconómicos e socioculturais. Como se constatou, a turma é constituída por vários alunos vindos de escolas privadas

(podendo ser considerado segundo Mendonça (2014) um indicador de uma certa classe social mais levada e vários alunos provenientes de meios carenciados e com problemas familiares e financeiros.

Relativamente à saúde, existem casos referenciados quer no domínio da saúde física (asma, alergias, problemas cardíacos, hiperatividade) quer no domínio da saúde mental (depressão, outros distúrbios psicológicos).

No que respeita propriamente à Educação Física os alunos atribuem-lhe grande importância, justificando-a essencialmente com a saúde e bem-estar. No entanto, foi possível constatar que no ciclo anterior (2º ciclo) os alunos, na sua generalidade, não beneficiaram de todas as modalidades nucleares presentes no PNEF. Verificou-se igualmente que os gostos pessoais dos alunos são passíveis de ser influenciados pelas modalidades abordadas no âmbito escolar.

Em geral, grande parte dos alunos demonstra um quadro de sedentarismo (demonstrado através das atividades de lazer preferidas mencionadas no questionário). Contudo, a maior parte dos constituintes da turma efetua atividades extracurriculares, nomeadamente o escutismo.

Por último, é de realçar a alimentação praticada pelos alunos, que, no geral, demonstra ser satisfatória, variada e com um número de refeições aceitável. É importante referir, contudo, que estes são dados da média da turma, existindo ainda casos extremos, como por exemplo um caso de um aluno que toma apenas duas refeições diárias e outro aluno que refere tomar seis refeições diárias. Este poderá ser assim mais um indicador de discrepâncias socioeconómicas na turma.

Com esta caracterização é proporcionado ao professor informações que potenciam a intervenção didático-pedagógica. Este documento deverá assim contribuir para a individualização do processo ensino-aprendizagem, ajustando o mesmo à realidade de cada aluno.

### **Estudo de Caso**

No âmbito do processo de estágio do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, nas suas orientações programáticas, está previsto a elaboração de um Estudo de Caso (EC) que tem como principal objetivo identificar um

ou vários alunos que se destacam devido às suas particularidades e que, com a intervenção do professor estagiário, possa resultar em transformações positivas.

Segundo Yin (2001), há uma preocupação clara pelos estudos de caso, que normalmente surge do desejo de se compreender os fenômenos sociais complexos. Neste sentido, o estudo de caso permite uma investigação para se preservar as características holísticas e significativas das ocorrências da vida real.

Ainda Araújo *et al.* (2008), refere que o estudo de caso trata-se de uma abordagem metodológica e numa perspectiva de investigação, que tem como finalidade investigar ou descrever um ou vários acontecimentos no contexto escolar, estimando as respectivas causas, procurando compreender as razões e encontrando justificção para essas ocorrências.

Com a existência na turma de vários “casos” ricos para uma abordagem no EC, a nossa escolha recaiu sobre a aluna Conceição (nome fictício). É uma aluna com Necessidades Educativas Especiais (NEE), indicando no seu Programa Educativo Individual (PEI) que é possuidora de *Dificuldades ao Nível do Funcionamento Intelectual*, mais concretamente dificuldades ao nível da comunicação. A jovem possui ainda apoio pedagógico personalizado em áreas curriculares como a Matemática e Português.

Em termos gerais, a aluna mostra interesse pelas aulas, é assídua e pontual, o comportamento é considerado adequado, mas não é participativa. Em termos sócio-afetivos, a aluna isola-se da restante turma, não havendo por parte da mesma muita aceitação da discente, principalmente na escolha de equipas. A aluna interage essencialmente com outra aluna que também é NEE. É muito raro observar a aluna a conviver normalmente com os restantes colegas.

Além do diagnóstico identificado no PEI, a aluna manifesta enormes dificuldades ao nível cognitivo-motor, nomeadamente no que diz respeito às capacidades coordenativas e condicionais. Em termos de compreensão das informações do professor, é evidente a dificuldade que apresenta em cumprir indicações básicas.

Importa referir que a escolha desta aluna para ser o estudo de caso, surgiu antes de ter conhecimento do seu tipo de patologia, pois teve por base as percepções sobre as capacidades muito limitadas da aluna, quer em termos intelectuais, quer em termos

motores. Os comportamentos motores evidenciados pela aluna na abordagem da maior parte das matérias de ensino não eram satisfatórios.

A aluna apresenta enormes dificuldades no movimento fluido da locomoção, apresentando limitações na amplitude dos movimentos e posição vertical incorreta, com inclinação do tronco à frente. De igual forma, na corrida, a aluna apresenta dificuldades, deslocando-se com limitações na amplitude da passada e como se tivesse receio de cair, com recurso acentuado dos calcanhares e o tronco muito inclinado para a frente. Já nos Desportos Coletivos, foram identificadas enormes dificuldades. A aluna apresenta um padrão de comportamentos motores muito básico e limitado, não sendo capaz de possuir coordenação óculo-pedal nem óculo-manual. Não é capaz de receber um passe em basquetebol nem andebol; tem dificuldades em executar movimento do passe por cima do ombro.

Em relação à ginástica, a aluna demonstrou grandes dificuldades em praticamente todos os elementos, mesmo nos mais básicos, nos rolamentos, pois tem grande dificuldade em adotar posição de “bolinha”, isto é, em efetuar pequena curvatura nas costas.

A falta de confiança da aluna na comunicação, faz com que a própria nunca questione o professor caso tenha dúvidas e muitas vezes, quando é perguntado à aluna se percebeu, esta respondia sempre com um sorriso e um abanar da cabeça a indicar que tinha percebido. Mas quando passava ao gesto ou ao elemento, não sabia como o executar.

Devido ao seu diagnóstico no PEI, não foram realizadas adequações curriculares individuais para a disciplina da Educação Física, pois refere que possui limitações ao nível cognitivo e não motor.

Com o correr do ano letivo, fomos reunindo várias informações, principalmente nas reuniões de conselho de turma e com a professora da Educação Especial responsável pela aluna.

Um facto que causou alguma surpresa, foi quando tivemos conhecimento do diagnóstico da aluna, pois era esperado algum tipo de patologia que condicionasse a parte da motricidade da aluna e não apenas uma patologia identificada como cognitiva. Após dialogar com a professora sobre a aluna, mais concretamente sobre as suas grandes limitações motoras, a responsável referiu que não ter nenhum conhecimento

dessas dificuldades e que iria providenciar o início de um processo de avaliação psicomotora. Infelizmente a avaliação não se realizou durante este ano letivo.

Posto isto, além de contactos com colegas da Educação Especial, decidiu-se efetuar uma pesquisa bibliográfica sobre quais seriam as possíveis patologias que a aluna poderia ter. Chegou-se a uma conclusão, há fortes indícios de ser um *Transtorno Global do Desenvolvimento*.

### Revisão da literatura

Após várias pesquisas, várias hipóteses, pode-se concluir que há grande probabilidade de ser um diagnóstico de *Transtorno Global de Desenvolvimento* (TGD), que é essencialmente caracterizado por um atraso simultâneo no desenvolvimento das funções básicas, como o uso e compreensão da linguagem; relacionamento com pessoas, objectos e eventos; reacções negativas às mudanças de rotinas ou ambientes familiares; ou ainda padrões de movimento e comportamentos limitados.

Segundo Fonseca (2005), as crianças com dificuldades de aprendizagem podem manifestar uma combinação de habilidades e dificuldades que afectam o processo de aprendizagem. As dificuldades de aprendizagem podem surgir em áreas como: atenção voluntária e concentração; velocidade de processamento simultâneo e sequencial da informação visual, auditiva e tátilo-quinestésica; discriminação, análise e síntese perceptiva; memória a curto prazo; cognição; expressão verbal; e psicomotricidade.

Segundo Nielsen (1999) citado por Vilar (2010) é possível identificar alguns indícios em crianças com dificuldades de aprendizagem, tais como: dificuldades na manipulação de tesouras e lápis, distração, hiperactividade, impulsividade, problemas de coordenação, baixa tolerância à frustração, dificuldades na resolução de problemas, em desenvolver raciocínios, falta de competências de organização, dificuldade numa ou mais áreas académicas, baixa auto-estima, desmoralização, défice nas aptidões sociais, dificuldade em iniciar e terminar tarefas, desempenho irregular, défice na memória auditiva e visual sequencial.

Contudo quando se tentava encontrar uma explicação das patologias cognitivas que pudessem interferir com o desenvolvimento cognitivo da aluna, surge Fonseca (1976) citado por Vilar (2010), referindo que a motricidade intervém em todas as fases de

desenvolvimento das funções cognitivas, na percepção e nos esquemas sensório-motores, substratos da imagem mental, das representações pré-operatórias e das operações. O mesmo autor ressalta ainda a importância da motricidade na emergência da consciência, enfatizando a reciprocidade dos aspectos cinéticos e tónicos da motricidade, bem como as interacções entre as atitudes, os movimentos, a sensibilidade e a acomodação perceptiva e mental no decurso do desenvolvimento. Este autor defende que em todo o movimento existe uma condicionante afectiva, que lhe confere um carácter intencional. A motricidade é o meio pelo qual a inteligência se constrói e organiza, ao mesmo tempo que é o meio através do qual essa inteligência se manifesta, acedendo à psicomotricidade, que possui uma função intencional e de modificação, implicando a tomada de consciência, a motivação e um sistema de representações. O mesmo autor refere Piaget (1968), onde este considera que a inteligência surge como resultado da experimentação motora integrada e interiorizada, que como processo de adaptação é essencialmente movimento. Para este autor, a inteligência é uma adaptação, que resulta da transformação do indivíduo em função do envolvimento.

Portanto, a aluna poderá ter no seu actual diagnóstico do PEI *Dificuldades ao Nível do Funcionamento Intelectual* que poderá ser resultado de um desenvolvimento deficiente da aprendizagem motora. Como nos refere Fonseca (1992), uma criança que apresenta um perfil dispráxico, com dificuldades no movimento, provavelmente apresentará também dificuldades de aprendizagem, uma vez que a relação entre a motricidade e a organização psicológica não é harmoniosa.

#### **Informações recolhidas no questionário da caracterização da turma**

No caso particular da educação física, com base no que foi apurado na aplicação do questionário da caracterização da turma, a aluna:

- Não pratica nem nunca praticou nenhuma modalidade desportiva;
- Não está envolvida em nenhuma atividade extracurricular;
- Tem preferência pelas seguintes matérias de ensino: Futebol; Ginástica e Patinagem;

- Tem menor preferência pelas seguintes matérias de ensino: Basquetebol e Orientação;
- Atribui muita importância à educação física (não respondeu porquê);
- Acha que o seu desempenho é bom (não respondeu porquê);
- Sabe nadar (mas só onde tem pé);
- Possui computador em casa sem acesso à internet.

### Objetivos do estudo de caso

Pretende-se alcançar os subseqüentes objetivos gerais:

- Aumentar de forma harmoniosa as capacidades condicionais (força, velocidade, resistência e flexibilidade) e coordenativas;
- Potenciar a compreensão e domínio dos aspetos estratégico-tático-técnicos dos jogos ou atividades desportivas;
- Promover a inclusão na turma;
- “Assegurar a aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes atividades físicas, promovendo o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno.
- 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.” (Jacinto *et al.* 2001).

### Estratégias de intervenção

Com a finalidade de atingir os objetivos, foi necessário delinear um conjunto de estratégias que rentabilizará todo o processo de intervenção.

Durante as aulas, a aprendizagem da aluna será ao seu ritmo, e sempre que necessário irá adaptar-se os exercícios por forma a reduzir a complexidade e carga informacional inerente. Dependendo do contexto de aula, irá inserir-se a aluna em grupos homogêneos

e reduzidos ou que tenham maior capacidade de compreender as dificuldades da aluna. Por exemplo, em situações de voleibol, colocar a aluna 1X1 com algum aluno proficiente (do Desporto Escolar) mas que este aluno tenha capacidade de ajudar a aluna a desenvolver as habilidades mais básicas da modalidade.

Tendo em conta a dificuldade da aluna muitas vezes em compreender as explicações dos exercícios, será sempre que possível efetuada explicação muito simples e demonstração.

Sempre que possível, serão realizadas algumas questões à aluna a fim de perceber as suas ligações sociais na escola, com os colegas e amigos. O propósito destas questões, visa o trabalho da inclusão da aluna na turma e na escola.

Através da abordagem dos conteúdos das aulas, a aluna terá oportunidade de potenciar o seu desenvolvimento multilateral e eclética.

Incentivar frequentemente as atitudes positivas da aluna através de *feedbacks* positivos. Além disso, a aluna estará em foco sempre que seja efetuado o *varrimento visual* da turma, verificando a prestação da mesma e se possível fornecer *feedback* visual.

Em conversas informais com a aluna no final de aula, lembrar que poderá sempre que tenha alguma dúvida, questionar o professor.

### **Balanço do estudo de caso**

A realização deste estudo de caso revelou-se muito positiva para ambas as partes. Em relação à aluna e devido às suas dificuldades, apresentou melhorias de desempenho nas diversas matérias de ensino. Contudo apesar deste facto, o seu nível de aprendizagem situa-se abaixo do esperado para um aluno no início deste ciclo de estudos.

A aluna mostrou resultados positivos essencialmente nos aspetos da inclusão, pois passou praticamente a interagir socialmente com todos os elementos da turma e não apenas uma aluna; nas capacidades condicionais, verificando-se através da evolução ao longo do ano nos testes de aptidão física *fitnessgram*; a promoção do gosto pela prática regular das atividades físicas, também foi um aspeto muito positivo, pois a aluna referiu numa das muitas conversas informais: “*professor, até agora eu não gostava da Educação Física, era só correr e jogar à bola, mas agora é diferente, eu gosto muito da*

*Educação Física e estou sempre a desejar que chegue a quarta-feira”*. No que respeita aos JDC, a aluna apesar de ter evoluído, considera-se que não tenha sido o suficiente, pois apenas evoluiu essencialmente nos aspetos técnicos, pois os táticos e estratégicos que caracterizam tanto os JDC não obtiveram resultados positivos. Em termos técnicos a aluna passou a ser capaz de realizar os vários gestos das várias modalidades, sendo muitas vezes necessário recorrer ao trabalho analítico para aprender a realiza-los.

No que respeita aos resultados dos conhecimentos teóricos, a aluna revelou também uma grande evolução, quer nos testes de avaliação de conhecimentos, como na realização do trabalho de grupo. Em relação a este último, a aluna realizou um excelente trabalho de grupo no 3º período.

Em relação à nossa atuação, julga-se que foi muito gratificante mas em simultâneo muito exigente, onde tentou-se sempre maximizar a aprendizagem da aluna, personalizando situações, reduzindo a complexidade dos exercícios, diminuindo a carga de informação a ser processada, resultado de numa necessidade constante de procurar soluções de pré-impato (no momento de conceção dos planos de aula) e de impato (no próprio momento da aula) que proporcionasse à aluna os estímulos necessários para resolver os problemas enfrentados.

É com alguma insatisfação que o processo de avaliação psicomotora, não tenha sido realizado à aluna antes do final deste ano letivo, pois considera-se que teria sido extremamente proveitoso a confrontação de dados deste estudo de caso com os resultados da avaliação.

### **Ação de extensão curricular**

Incluídas no processo de estágio existem outras atividades para além da prática letiva, entre elas a Atividade de Extensão Curricular. Esta atividade é realizada com o intuito de proporcionar tarefas diferentes das habitualmente realizadas nas aulas de Educação Física aos nossos alunos. Frequentemente é realizada fora do contexto escolar.

De algumas atividades possíveis a escolha recaiu sobre as atividades náuticas pelo facto de vivermos num espaço circundado por mar e os alunos referirem que têm poucas ou nenhuma experiência em modalidades deste tipo. Para além disso, visto não foram realizadas outras atividades de exploração da natureza nas aulas de Educação física,

considerou-se que seria pertinente e importante para a formação integral dos nossos alunos. Após a decisão de que a extensão curricular seria uma atividade náutica, a realização da mesma desenrolou-se em meses mais próximos do fim do ano letivo devido às condições climatéricas.

### **Planeamento**

Como não tínhamos acesso ao material necessário para a concretização da atividade, recorreu-se ao Clube Naval do Funchal para colaborar na realização desta ação.

O primeiro contacto foi realizado a 17 de abril de 2015 de forma a averiguar se a instituição estaria disponível para contribuir com recursos humanos e materiais.

A par com estes acontecimentos e como forma de auscultação da opinião dos alunos foi efetuada uma lista onde foi assinalado a pretensão destes em relação à atividade, sendo que dos 22 alunos disponíveis, 17 responderam que tinham vontade de participar e cerca de 5 não sabiam.

Na reunião de Conselho de Turma e de entrega de notas foi solicitado a presença e colaboração dos professores das restantes disciplinas, contudo devido ao facto da atividade estar programada para uma altura crítica ao nível das avaliações os professores declinaram a sua participação apesar de se mostrarem interessados. Os Encarregados de Educação foram também notificados da atividade da qual poderiam participar com os seus educandos mas pelo horário da mesma nenhum o fez, alguns, apenas marcaram presença no final da atividade.

Inicialmente programou-se a atividade para dia 28 de abril – sendo a alternativa dia 12 de maio – contudo, devido a problemas em relação ao custo da atividade, onde em anos anteriores o valor era três vezes menor.

Desta forma, tentou-se em repetidos contactos negociar o valor por atividade mas sem sucesso, o que atrasou a realização da atividade para a data alternativa. Optou-se por realizar apenas duas atividades: canoagem e ‘*stand up paddle*’ por permitirem mais tempo envolvidos na tarefa. Os alunos foram os responsáveis pelo pagamento dos valores monetários da atividade.

Foi enviado para os encarregados de educação uma autorização (anexo S) explicando, em pontos gerais, o transporte para o local e retorno à escola, o custo, o material necessário, as modalidades a realizar e os professores responsáveis.

Inicialmente, estava previsto que o deslocamento para o local da atividade seria efetuado a pé, no entanto o Clube Escola da Levada disponibilizou a viatura para o transporte e assim, em conjunto com a viatura própria de cada estagiário, o deslocamento foi realizado em viatura. Este, foi um apoio valioso, pois permitiu que o controlo dos alunos durante a deslocação fosse mais cuidado evitando comportamentos de desvio e ao mesmo tempo reduzir o tempo gasto na deslocação, permitindo antecipar o início da atividade.

### **Realização**

A atividade foi organizada e supervisionada por monitores do Clube Naval do Funchal que orientaram os alunos nas tarefas a desempenhar. Os mesmos monitores iniciaram com uma pequena explicação de segurança e seguidamente dividiram o grupo em dois.

Tendo em conta que o número de caiaques era muito superior ao número de pranchas, o grupo de maior dimensão ficou a realizar canoagem, enquanto apenas dois alunos estavam envolvidos no *'stand up paddle'*. A informação prévia era de que o número de pranchas era muito superior ao que nos foi facultado – estava previsto haver 7 pranchas de *'stand up paddle'* e disponibilizaram apenas três, das quais uma era para o monitor. Este aspeto alterou consideravelmente a organização da atividade. Estava planeado que metade dos alunos estaria no *'stand up paddle'* e os restantes na canoagem. Contudo, a rotação dos alunos poderia ser mais eficaz se os monitores estivessem coordenados entre si no sentido em que o monitor da canoagem ficava com a grande maioria dos alunos, enviando um grupo de dois alunos de 15 em 15 minutos para experienciar o *'stand up paddle'*. Os alunos voltavam, trocavam de material e quem estava no *'paddle'* dirigia-se para a canoagem e o grupo que tinha chegado iniciava esta atividade.

De forma a minimizarmos o “tempo morto”, realizou-se atividades com os alunos no âmbito do mar como concurso de mergulhos, natação entre outras estando sempre atentos à rotação.

A atividade no geral decorreu de forma muito positiva. Os alunos estavam muito motivados e envolvidos na tarefa, procurando seguir as orientações dos monitores e com um controlo mais atento dos seus comportamentos, evitaram-se atitudes desviantes. Os alunos mostraram-se interessados em realizar futuramente uma atividade semelhante, aspeto importante para aferir o nível de satisfação dos alunos, que foi elevado.

Os objetivos definidos para atividade foram conseguidos, mas considera-se que poderia atingir melhores resultados, nomeadamente no que respeita à participação e colaboração dos outros agentes de aprendizagem – professores, encarregados de educação e demais alunos. Devido à baixa participação dos alunos da turma, achou-se pertinente ter conhecimento das razões que levaram os alunos que não participaram a desistirem da atividade, alguns, depois de já terem confirmado. Para isso, foi realizado um questionário, direccionado para os alunos que não participaram (Anexo U) e outro para os que participaram na atividade (anexo T). Este último, além dos alunos também referirem no questionário as razões pelas quais achavam que os colegas não tinham participado, também referiam o seu grau de satisfação pela actividade.

Desta forma, quando se perguntou aos alunos que não participaram na atividade: “*Porque não participei na atividade?*”, as questões mais assinaladas foram: “*Tinha de estudar para os testes*”; e “*Porque não era obrigatório*”. Em relação ao 2º ponto: “*Participaria na atividade se*”: As opções mais assinaladas foram: “*Se não tivéssemos testes nesta semana*”; e “*Se não fossem alguns colegas de quem não gosto*”. No 3º e último ponto, foi questionado aos alunos a percepção que tiveram sobre a satisfação dos colegas que foram à atividade. A opção mais assinalada foi que “*Gostaram muito*”.

Aos alunos que participaram, era questionado se tinham gostado da atividade e 100% dos alunos respondeu que gostou muito. Foi possível saber através da 2ª questão o que mais gostaram, sendo o ‘*Paddle Surf*’ e o *Convívio com colegas e professores* os assinalados. O que menos gostaram foi o fato de ter poucos colegas da turma na atividade.

Quando questionados porque achavam que não tinha mais colegas da turma a participar na atividade, a opção mais assinalada foi “*Têm vergonha dos colegas*”.

Estas razões vão de encontro a toda a informação incluída na caracterização da turma, mais concretamente no conceito de adolescência e as principais transformações ao nível biológico, comportamental e social.

### **Prospecção**

Em atividades futuras o planeamento de toda a atividade desde o valor monetário, ao material e organização deverão ser apresentadas de forma mais clara para que o professor tenha maior conhecimento do processo, de forma a poder intervir caso considere que não vai de encontro aos objetivos. Assim, o professor pode auxiliar os

monitores na organização e rotação dos alunos por tarefa, inclusive sugerir atividades de aprendizagem.

Um outro aspeto que poderia permitir minimizar os custos por atividade seria pedir recursos materiais ao desporto escolar e ser o próprio professor a organizar a tarefa. Esta última opção deveria ter sido a nossa principal escolha, contudo devido à impossibilidade do desporto escolar colaborar com o material optou-se por pedir a colaboração ao Clube Naval do Funchal.

Além disso e por forma a potenciar a aprendizagem dos alunos, estes deveriam ter tido um papel mais ativo e interventivo na organização, quer fosse com um trabalhos realizado em conjunto com os professores das outras disciplinas ou mesmo com uma preparação prévia da atividade ou um pré-teste.

## **Atividades de Natureza Científico-Pedagógica**

### **Ação Científico-Pedagógica Individual ACPI**

A ação científico-pedagógica individual (ACPI) teve como principal intenção a criação/aumento de uma dinâmica no seio do grupo de EF da escola, por forma a potenciar a relação entre os diversos intervenientes. Fundamentalmente, esta relação que se pretende é também numa perspetiva de enriquecimento da nossa formação académica, no sentido de que possa contribuir para a excelência profissional do docente de Educação Física.

Após várias hipóteses, chegou-se à conclusão que uma abordagem ao grande tema da inclusão de alunos com necessidades educativas especiais (NEE) seria o mais adequado. Dois grandes factores pesaram na decisão: a Escola de acolhimento ser considerada uma referência no campo das NEE; a problemática e dificuldades sentidas por nós no processo de transição para a prática tendo em conta a atribuição de uma turma que incluía alunos com NEE; e devido à falta de formação académica nesta área, que segundo vários autores citados por Maia (2009), a formação inicial de professores, nomeadamente de Educação Física, tem pecado por defeito, isto é, à falta de interesse, conhecimento e preparação dos futuros profissionais da educação, juntam-se os

currículos desfasados da realidade, a falta de exigência e rigor do ensino, bem como o facilitismo. Neste sentido, não é tão pouco comum encontrarmos profissionais inseguros, mal preparados e sem experiência para responder às necessidades dos alunos com necessidades educativas especiais.

A ACPI intitulou-se de “*Alunos com Necessidades Educativas Especiais – Abordagem Inclusiva nas Aulas de Educação Física*”, uma ação de componente teórico-prática que destinou-se aos docentes de EF da EBSAAS e aos elementos dos núcleos de estágio do mestrado em Ensino da Educação Física, da Universidade da Madeira.

O termo “necessidades educativas especiais” envolve pessoas com lesões ou incapacidades, temporárias ou definitivas, que impliquem formas de intervenção especializadas (Marques *et al.*, 2001).

Segundo Correia (2008), os alunos com necessidades educativas especiais (ANEE) são pessoas que exibem determinadas condições específicas que podem necessitar de apoio e serviços da educação especial durante todo ou parte do seu percurso escolar, de modo a facilitar o seu desenvolvimento académico, pessoal e sócio emocional, de forma a responder às suas necessidades educativas e ao seu ritmo e estilos de aprendizagem.

No que refere à inclusão, Hegarty (1994) citado por Rodrigues (2003) define a educação inclusiva como o desenvolvimento de uma educação apropriada e de alta qualidade para alunos com necessidades especiais na escola regular. Mas na disciplina de Educação Física, o mesmo autor expõe que pode haver “uma dupla geneologia de razões que podem conduzir à exclusão”, isto é, na Escola a EF pode ser onde é possível trabalhar mais a inclusão, mas também pode possibilitar a exclusão de todos os que não se enquadrem nos padrões esperados. A inclusão de alunos, que à partida são encarados como menos capazes para um bom desempenho nas aulas de EF, é dificultada pelas “culturas competitivas, seriais e meritocráticas” (Rodrigues, 2003) dominantes nas propostas curriculares da disciplina (Maia, 2009).

#### **Definição de objetivos**

Os objetivos gerais concebidos na realização da ACPI resumem-se em dois: Compreender a realidade da Escola Inclusiva e proporcionar conhecimentos deste âmbito aos participantes através de informações e experimentação de atividades práticas

que possam contribuir para um melhor desempenho do professor nas suas aulas de Educação Física.

### **Metodologia**

A ação realizou-se em conjunto com a ACPI da colega de núcleo por forma a causar menos transtorno nos planos pessoais dos professores e coincidiu com a reunião semanal do grupo. Deste modo foram realizadas tarefas em conjunto, tais como a elaboração do cartaz, ficha de inscrição, convite aos docentes, certificado de participação, pedido de material audiovisual e preparação da sala para a componente teórica.

Os meios utilizados para divulgação da ação foram: colocação do cartaz e ficha de inscrição nas instalações desportivas; um convite formal através do e-mail; através do delegado (orientador) nas reuniões de grupo e mesmo em abordagens informais durante os intervalos com os docentes. Em relação aos diversos núcleos de estágio, a divulgação foi feita através de contato telefónico, por e-mail e redes sociais.

A ação foi realizada no dia 9 de fevereiro pelas 16h30, num total de 45 minutos, dos quais 15 minutos foram destinados à parte teórica (apresentação em *PowerPoint*) e 30 minutos foram destinados à parte prática (anexo L).

Além dos objetivos gerais antes enunciados, pretendeu-se, na parte prática transmitir aos participantes um conjunto de conhecimentos, estratégias e exemplos de atividades que poderiam ser abordados nas aulas de EF potenciando a inclusão. Em relação à componente prática consistiu basicamente em sensibilizar os participantes para a inclusão e a igualdade de oportunidades, através de atividades práticas que permitem compreender as dificuldades que os alunos com NEE sentem. Essas atividades foram: a manipulação da bola no espaço (adaptado para cegos), o 'Boccia' e o 'Goalball'.

Foi elaborado um questionário de satisfação com o propósito de aferir a percepção dos participantes sobre a ação e que auxiliasse posteriormente na análise e apreciação da ação. Este questionário era de carácter anónimo e visava avaliar 4 componentes: como avalia a o tema da ação; como avalia a exposição dos conteúdos; se contribui para enriquecer o seu conhecimento sobre o tema e se tentará incluir os conhecimentos abordados nas aulas. Os componentes eram então avaliados numa escala de 4 níveis, à exceção do último factor. Isto faz com que resulte em respostas mais sinceras, no sentido em que não há um nível intermédio.

### Apreciação geral

A ACPI decorreu de acordo com as expectativas criadas durante o processo de conceção e planeamento.

No entanto, no que respeita à divulgação e incentivo à participação dos professores poderia ter sido melhor, contudo estiveram presentes 13 participantes.

Ainda na parte da conceção, sentiu-se dificuldades pelo facto de ser necessário a montagem de um campo de ‘Boccia’ e um campo de ‘Goalball’ para a parte prática. Isto porque esteve a decorrer aulas de EF no pavilhão até cerca de 10 minutos antes da Ação ter início, restando pouco tempo para preparar os dois campos.

Na parte da realização da ação, foi entregue o questionário de satisfação antes da apresentação e começou-se de seguida a apresentação da ACPI sem quase nenhum atraso. Tentou-se que a exposição dos conteúdos fosse de forma clara, objectiva e sucinta. Isto porque teria de respeitar o tempo para não prejudicar o tempo disponível posteriormente para a ACPI da colega, nem enfadar os professores com muitos conteúdos teóricos. Assim, não houve tempo para questões ou dúvidas por parte dos professores, mas em todo o caso, seria enviado por e-mail, um documento de apoio aos professores com informações detalhadas sobre os conteúdos da ACPI.

Do questionário de satisfação dos professores sobre a parte teórica da ACPI, que nem todos os participantes responderam (anexo K), resultaram as seguintes conclusões: na generalidade os professores avaliaram a ação como “muito interessante” e 3 responderam que foi “interessante”. Em relação à exposição dos conteúdos, 4 classificaram a clareza como “muito bom”, 3 de “bom” e 1 de “suficiente”. Quanto ao grau de objectividade, 5 classificaram de “muito bom”, 2 de “bom” e 1 de “suficiente”. Em relação à estruturação dos conteúdos, 4 consideraram “muito bom” e 4 consideraram “bom”. Quando questionados sobre se a ação foi sucinta, 6 disseram que foi “muito bom” e 2 referiram que foi “bom”.

Quando questionados se a ação contribuiu para enriquecer o seu conhecimento sobre a temática, 5 professores responderam que “contribuiu” e apenas 2 que “contribuiu muito”.

Em relação à inclusão nas suas aulas dos conhecimentos abordados nesta ação, todos os professores responderam que irão tentar incluir nas suas aulas conteúdos abordados nesta ação.

Acredita-se que se o questionário tivesse sido preenchido no final de toda a ação, incluindo a parte prática, as informações aqui presentes poderiam ter sido um pouco diferentes, para melhor, visto que no início da parte prática estavam um pouco reticentes sobre a sua participação, mas depois, ao longo da realização dos exercícios verificou-se um aumento de entusiasmo por parte dos participantes.

Considera-se que a parte prática resultou bastante bem, pois os objetivos foram conseguidos e ainda alguns participantes referiram que desconheciam e nunca tinham praticado algumas modalidades.

Esta componente prática foi dividida em três partes (anexo L), a primeira, tinha como objetivo o aquecimento e ao mesmo tempo criar no indivíduo um “choque” (descobrir novos limites) através da manipulação da bola no espaço com olhos vendados. Este exercício que é adaptado para cegos, visa a manipulação da bola (neste caso de voleibol) através dos vários constrangimentos que o professor vai introduzindo até o aluno ser capaz de efetuar um deslocamento em drible (tipo basquetebol).

No segundo exercício (*Boccia*), o grupo foi dividido em equipas de três elementos. Foram explicadas as principais regras do jogo e os participantes jogaram apenas dois parciais, visto que o objetivo era apenas de conhecer e familiarizar-se com o jogo.

Na parte final, foi abordado o *Goalball*, onde verificou-se que quase todos os participantes nunca tinham tido contacto com esta modalidade e alguns até desconheciam. O grupo manteve as mesmas equipas do jogo anterior e após ter explicado as regras fundamentais do jogo e exemplificado alguns gestos técnicos, jogaram-se dois jogos para permitir aos praticantes a experimentação da modalidade.

É de referir ainda que havia professores que não iriam participar na parte prática, mas após verificarem a dinâmica e a interação que foi criada, acabaram por participar.

Importa salientar que esta ACPI ainda teve expressão com a realização de um artigo e a apresentação de um *poster* no Seminário de Ciência e Desporto, organizado pela Universidade da Madeira.

A realização desta ação permitiu compreender a realidade da escola inclusiva, que é vista como a escola que aceita todos os alunos tendo dificuldades ou não. Possibilitou também entender que tipos de intervenções pedagógicas os profissionais de Educação Física adotam e/ou podem adotar nestes casos específicos bem como apresentar alguns exemplos de intervenções.

Por fim, realçamos o facto de o professor ter que possuir, para além de conhecimentos específicos, grande capacidade de inovação e de criatividade que lhe capacitem para o desenvolvimento de novas intervenções pedagógicas.

### **Ação Científico-Pedagógica Coletiva**

A Ação Científico-Pedagógica Coletiva (ACPC) é uma ação de formação dirigida aos professores de Educação Física com abertura para o público em geral que esteja interessado, organizada pelos alunos de Mestrado de Ensino em Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Esta ação tem um carácter mais vasto do que a ACPI e a sua organização foi desenvolvida por todos os núcleos de estágio.

A ação de formação teve como título principal “*O lugar da Educação Física: certezas, dúvidas e incoerências*” e cada núcleo definiu um subtema. A ACPC ficou, portanto, dividida em cinco módulos, cada módulo representativo de um núcleo de Estágio (anexo M):

- Módulo 1 - A importância da Educação Física no Imaginário Social (Núcleo de Estágio da Escola Secundária Francisco Franco)
- Módulo 2 - Pedagogia da diferença: uma reflexão cultural e social (Núcleo de Estágio da Escola Secundária Liceu Jaime Moniz)
- Módulo 3 - O papel da Educação Física na promoção de hábitos de vida saudáveis (Núcleo de Estágio da Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco)

- Módulo 4 - Contributos do Atletismo e do Voleibol no desenvolvimento de hábitos de vida saudáveis (Núcleo de Estágio da Escola Básica e Secundária Dr. Eduardo Brazão de Castro)
- Módulo 5 - Alunos com necessidades educativas especiais: estratégias de operacionalização (Núcleo de Estágio da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva)

### Objetivos

Objetivo geral: Compreender a realidade da escola inclusiva e estratégias adotadas.

Objetivos específicos:

- ✓ Compreender a perceção dos professores em relação à escola inclusiva e comparar com a legislação;
- ✓ Perceber de que forma a capacidade de lecionar influencia o desenvolvimento dos alunos e a fluidez nas aulas de Educação Física;
- ✓ Identificar se as estratégias definidas nos processos individuais dos alunos estão relacionadas com o desenvolvimento dos mesmos;
- ✓ Averiguar de que forma a perceção de capacidade dos professores para lecionar alunos com NEE está associada à sua formação base;
- ✓ Compreender a perceção dos alunos com necessidades educativas especiais face à escola inclusiva;
- ✓ Perceber de que forma a adequação dos exercícios está relacionada com a motivação do aluno para a prática;
- ✓ Verificar a perceção dos alunos face às tarefas realizadas na aula de Educação Física;
- ✓ Aferir se a o nível de satisfação dos alunos face à escola está associado ao gosto pelas aulas de Educação Física;

## Enquadramento

O termo “necessidades educativas especiais” está direcionado para pessoas com lesões ou incapacidades, temporárias ou definitivas, que implicam formas de intervenção especializadas (Marques *et al.*, 2001).

São pessoas que exibem condições específicas podendo necessitar de apoio e serviços da educação especial durante todo ou parte do seu percurso escolar, de modo a facilitar o seu desenvolvimento académico, pessoal e sócio emocional e responder às suas necessidades educativas e ao seu ritmo e estilos de aprendizagem (Correia, 2008)

As incapacidades podem ser de dois tipos: permanentes ou temporárias. As permanentes exigem alterações generalizadas no currículo que se mantêm durante todo ou grande parte do percurso escolar. As necessidades educativas temporárias exigem uma modificação parcial no currículo de acordo com as características do aluno, que se mantêm durante uma determinada fase do seu percurso escolar (*idem*).

Jovens com estas características existem cada vez mais, incluídos no ensino regular incentivados pela legislação vigente que refere que todos têm direito à educação e à cultura (Constituição da República Portuguesa artigo 73.º) sendo que os cidadãos portadores de deficiências devem ser apoiados no acesso ao ensino (Constituição da República Portuguesa artigo 74.º). Desde 1994 com a Declaração de Salamanca, a grande impulsionadora da escola inclusiva, é reforçado que todas as pessoas devem ter acesso ao ensino regular no sentido de combater as atitudes discriminatórias, procurando tornar a sociedade mais inclusiva.

É pretendido que a escola seja responsabilizada pelo desenvolvimento de uma pedagogia mais centrada nas crianças, respeitando as características, interesses, capacidades e necessidades de aprendizagem, sendo também capaz de as educar a todas com sucesso, incluindo as que apresentam graves incapacidades (Decreto-lei nº3/2008; Declaração de Salamanca, 1994). A educação inclusiva procura a equidade educativa quer no acesso, quer nos resultados dos alunos, garantindo a igualdade (*idem*). Só se torna possível com sistemas de educação planeados e programas educativos adequados às características e necessidades apresentadas pelos alunos (*idem*). Existem instrumentos que procuram facilitar a inclusão dos alunos no ensino regular como os PEIs (Programa Educativo Individual) e os CEIs (Currículo Específico Individual) (Decreto-lei nº3/2008; DGIDC, 2008).

Apesar da lacuna existente nesta área específica, segundo Bueno e Resa (1995) não existem diferenças significativas entre a Educação Física para alunos comuns e para alunos com necessidades educativas especiais ao nível dos conteúdos mas sim adaptações nas técnicas, métodos e formas de organização aplicadas nas aulas. Assim, como referido por Porter (1997) citado por Sanches e Teodoro (2006), é necessário formar os professores para serem “*professores de métodos e recursos*” com capacidade de desenvolver estratégias e atividades que incluam os alunos na aula. Estes autores acreditam que a perspetiva mais centrada no indivíduo irá alargar-se a todos os alunos, correspondendo às suas necessidades e dificuldades de forma a tornar o ensino mais individualizado.

Nas escolas a constituição de turmas deve ter por base critérios de natureza pedagógica. Compete ao Diretor aplicá-los de forma eficaz gerindo e rentabilizando os recursos humanos e materiais existentes. No Despacho n.º 5048-B/2013, segundo o ponto 3 do Artigo 20º as turmas que apresentem alunos com NEE de carácter prolongado de qualquer nível de ensino, cujo PEI preveja e o grau de funcionalidade o justifique, são constituídas por 20 alunos, não podendo incluir mais de dois alunos nestas condições. É importante considerar que as pessoas com deficiência não constituem grupos homogêneos. Cada indivíduo tem necessidades diferenciadas e identificáveis (Ferreira, 2009).

### **Metodologia**

Depois de termos definido o tema, começou-se por analisar e programar o caminho a seguir. Iniciou-se pela escolha dos preletores, uma escolha que deveria fazer sentido e dar coerência a toda a ação.

Foram convidados a participar na ação dois membros no Núcleo de Atividade Motora Adaptada (NAMA), o director de serviços, o Dr. Jorge Fernandes, com o tema “*O professor de Educação Física perante a nova realidade de Inclusão*” e a Mestre Márcia Martins, com o tema “*Aulas de Educação Física com alunos com deficiência*”. Além dos membros no NAMA, consideramos que seria uma mais-valia para a ação, fazermos o convite a um professor de Educação Física da Escola, para que nos retratasse a sua experiência prática no terreno com este tipo de alunos. Desta forma, convidamos a Dr<sup>a</sup> Cristina Ferreira, com o tema “*Experiências, dificuldades e aprendizagens*”.

Após a escolha e aceitação dos convidados, realizaram-se algumas reuniões com os mesmos, no sentido de criar um fio condutor em toda ação, nomeadamente nos assuntos, temas e conteúdos que cada preletor iria abordar, por forma a não haver repetição de informações.

No que respeita à intervenção do núcleo, estava reservada à parte inicial, com um breve enquadramento teórico e apresentação e discussão dos resultados do estudo que foi realizado.

No que respeita a este estudo, foi utilizada a metodologia quantitativa e o instrumento recorrido para a recolha de dados foi o questionário. Optou-se por esta metodologia por permitir recolher dados de um grupo alvo maior tornando o estudo mais representativo da realidade das escolas com núcleos de estágio. Foram elaborados dois questionários: para os professores de Educação Física e para os alunos com necessidades especiais. As perguntas eram maioritariamente fechadas à exceção da opção “outra” que permitia inserir um item diferente.

O questionário dos professores (anexo N) está dividido em seções como: escola inclusiva, educação física e formação dos professores; o questionário dos alunos não possui subdivisões. Foi adaptado de Avramidis e colaboradores (2000) que tinha como objetivo estudar as atitudes dos professores face à inclusão, e de Souza e Boato (2009) que pretendia verificar as conceções dos professores em relação à inclusão dos alunos com NEE nas aulas de Educação Física. O questionário dos alunos (anexo I) foi também adaptado de outros autores, O'Rourke e Houghton (2006), num estudo que tinha como objetivo verificar a utilidade da escala que avaliava a perceção de apoio dos alunos na sala de aula. Este último, servia também de “tira-teimas” e para confrontar alguns resultados.

Para analisar os dados foi utilizado o *software Microsoft Excel 2010* e o *SPSS 22*. Neste último realizamos uma estatística básica com frequências e percentagens para análises preliminares e o teste de independência qui-quadrado. Quando ocorria violação dos pressupostos realizamos o teste exato Monte Carlo. O nível de significância utilizado foi de 0,05.

Pediu-se auxílio ao grupo de apoio do Ensino Especial para aplicar os questionários aos alunos e aos delegados de grupo de Educação Física para a aplicação junto dos docentes.

### **Amostra**

A amostra é constituída por 72 professores de Educação Física e 98 alunos com necessidades educativas especiais do concelho do Funchal, mais concretamente das 5 escolas onde há núcleos de estágio de Educação Física. As escolas são: Escola Secundária Francisco Franco; Escola Secundária Jaime Moniz; Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva; Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco; Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos Dr. Eduardo Brazão de Castro.

### **Analises dos resultados**

Neste ponto, iremos abordar algumas reflexões sobre os resultados mais relevantes do nosso estudo.

Grande parte dos professores afirma que a escola inclusiva é uma mais-valia pois auxilia no processo de socialização e promove a igualdade de oportunidades. Contudo, referem que os critérios utilizados para incluir os alunos nas turmas não são os mais indicados. A Escola tem, portanto, de rever os pontos-chave definidos na legislação e, como órgão mais próximo da realidade, ter melhor atuação na formação de turmas.

No que respeita aos professores, tendo ou não formação na área das NEE, referem que turmas inclusivas tornam a aula menos fluída. Esta perceção pode estar associada à falta de segurança e preparação dos professores para receber alunos com NEE, e através do investimento individual e formação contínua os problemas poderão ser minimizados. Contudo, a atitude com que os professores encaram a inclusão resulta em consequências na sua atuação. A falta de formação é muitas vezes utilizada como justificação para evitar o acompanhamento de qualidade destes alunos.

Em relação aos alunos com NEE, dizem sentir-se bem na escola e motivados para as aulas de Educação Física, referindo que os colegas os apoiam e respeitam. Contudo, há alguns alunos que dizem ser “chacoteados” pelos pares.

Este aspeto, e comparando com os dados dos professores, remete-nos para o ponto-chave da Declaração de Salamanca: a procura de uma sociedade mais inclusiva. Para isso é necessário aproximar os indivíduos uns dos outros. A escola só será

verdadeiramente inclusiva quando os alunos NEE verbalizarem ou mostrarem comportamentos de aceitação e inclusão. Os professores apontam dificuldades em adaptar estratégias que facilitem a aprendizagem por este grupo, contudo o foque da sua atenção deve ser a componente socio afetiva. É essa componente que está em falta na visão dos alunos, particularmente a sensibilização do grupo de colegas para as suas dificuldades.

### Apreciações gerais

A ACPC, à semelhança da ACPI, surgiu de dificuldades que foram apresentadas no início do estágio pedagógico, quando chegamos à escola e após a auscultação de vários professores que consideravam extremamente interessante e pertinente. Apesar desta temática ter sido abordada em anos anteriores, considera-se que continua a ser um assunto muito controverso.

Considera-se que os objetivos inicialmente definidos foram atingidos, mas houve situações pontuais poderiam ser melhoradas, como por exemplo, o planeamento do dia da ação.

A ordem dos módulos foi definida pelos orientadores científicos, justificando que os temas teriam um grau de progressão de especificidade (do geral para o mais específico). Foi então que, ficou decidido que a intervenção do nosso núcleo seria a última do último dia. Julgamos que, pela pertinência do tema, deveria ter sido inserido no turno da manhã provavelmente a primeira comunicação do dia. Isto porque muitos dos participantes já não estavam presentes e pela particularidade do conteúdo, o nível de atenção não foi o mais adequado, isto, considerando as sugestões dadas pelos participantes. O que o tornou pouco proveitoso visto ser uma temática muito atual com a qual todos os professores vão deparar-se ou já se depararam.

A nossa comunicação começou com uma breve interação com o público e posteriormente passou-se ao desenvolvimento do tema. Na nossa prespetiva, este pormenor foi uma mais-valia e tornou a ação mais dinâmica. Procurou-se durante a apresentação estar em contacto visual com a plateia de forma a criar maior interesse e evidenciar domínio sobre o tema.

A informação foi simples e pertinente resultando como uma introdução ao tema e às apresentações seguintes, demonstrando que professores de Educação Física e alunos com Necessidades Educativas Especiais têm preocupações diferentes que devem ser tidas em conta quando se fala em escola inclusiva. A análise dos dados foi realizada em simultâneo com a apresentação dos mesmos tornando a comunicação menos extensa e mais compreensível.

As preleções dentro do módulo estavam, todas interligadas e procuraram dar algumas estratégias gerais do que é possível fazer, levantaram questões pertinentes em relação à escola inclusiva e depois apresentando exemplos práticos. Como anteriormente já referido, a escolha dos preletores não foi aleatória, procurou-se que estivessem presentes indivíduos especialistas da área mas também consideramos fundamental a oportunidade de um professor da escola do ensino regular apresentar as suas vivências publicamente. Deve ser dada oportunidade de outros professores darem o seu contributo, apresentando os seus trabalhos e projetos.

Uma sugestão realizada pelos participantes foi a duração do módulo, referindo que teria sido mais rentável se dispuséssemos mais tempo de debate. Outra crítica que avançamos foi a duração diária da ação de formação. Uma sugestão seria a divisão da ação em quatro partes, por exemplo, quatro sábados de manhã, com a possibilidade dos professores se inscreverem na parte específica que consideram mais relevante para a sua formação.

No que diz respeito à globalidade da ação, considera-se que correspondeu às expectativas, excetuando o reduzido número de participantes. Este problema poderá ser justificado pela sobreposição de várias ações e atividades destinadas aos professores, que foram marcadas posteriormente à definição da data da ACPC.

O ‘*coffee break*’ levantou algumas dúvidas inicialmente mas funcionou de forma positiva onde todos os estagiários participaram ativamente e permitiu dar azo a contactos informais entre preletores, estagiários e orientadores que, por vezes, são o ponto forte de encontros desta natureza possibilitando a troca de experiências e opiniões importantes para a nossa formação e crescimento.

Seria pertinente, que este tipo de ações de formação pudesse resultar em mais-valias nos professores, no sentido de lhes proporcionar ferramentas e conhecimento aplicável na

prática. Sabemos que o Estágio Pedagógico deve ter uma vertente científica, mas poderá ser mais direcionada para a realidade escolar e problemáticas dos professores. Uma recomendação seria realizar auscultações aos professores, no sentido de compreender as suas lacunas, tentando ir de encontro às mesmas.

Sendo a realização desta ação, parte integrante do processo de formação académica (mestrado), todas as lacunas apresentadas serviram e servem para melhorar a nossa intervenção futura em eventos semelhantes. Adquiriu-se competências ao nível da comunicação, partilha, debate, de planeamento e organização. No futuro, teremos mais capacidades de desenvolver atividades desta dimensão e um exemplo prático foi a nossa Atividade de Intervenção na Comunidade Escolar.

### **Outras atividades do Estágio Pedagógico**

No decorrer do Estágio Pedagógico colaborou-se em algumas atividades de complemento e desenvolvimento educativo, como por exemplo atividades do Desporto Escolar (DE). Além da colaboração nas atividades internas do DE, participou-se na semana do DE, tendo a responsabilidade de uma equipa de Futebol do escalão Iniciados.

Neste tipo de atividades, considera-se que foram adquiridas competências essencialmente ao nível de organização, gestão, monitorização de atividades. Em simultâneo, contribuíram para uma maior integração quer no meio escolar, no relacionamento com outros alunos, outros professores de outras escolas, de outras realidades.

### **Considerações finais**

A consideração mais evidente e que é a primeira a ser realçada é sem dúvida o facto de custar em converter em palavras os sentimentos vividos durante todo este ano letivo. Este estágio pedagógico é sem dúvida um período marcante na formação do professor.

Os Orientadores também são agentes com um papel fundamental neste processo, no sentido de que guiam, esclarecem, conduzem, acompanham, incentivam e advertem sobre as decisões e ações tomadas pelo estagiário.

Inicialmente, com todo o turbilhão de sentimentos e expectativas, tentou-se transferir para a prática algumas das sugestões adquiridas durante a formação inicial, nomeadamente evitar expectativas negativas, assumindo que todos são capazes de aprender; utilizar com cuidado as informações das fichas dos alunos; dar oportunidade a todos; sondar os alunos para saber o que sentem em relação à atuação do professor (Mendonça, 2014).

É oportuno referir que apesar deste processo ser de grande significância na formação futuro professor, este participa nas atividades desenvolvidas na escola na qualidade de colaborador, isto é, a intervenção do estagiário é numa turma atribuída ao orientador pedagógico. Porém, ao longo do processo, sentiu-se algumas limitações, nomeadamente ao nível de autonomia ou até de algum tipo de liberdade de acção que permitisse de certa forma experimentar, nem que fosse por um período de tempo, outras formas ou modelos de ensino. Oliveira (1992) refere isso mesmo, que os professores estagiários vêm muitas vezes reduzida a sua oportunidade de aprender a “fazer fazendo”, de pôr em prática o que aprenderam durante anos e de poderem construir o próprio estilo de atuação. Contudo, pensa-se que as características da turma influenciaram neste aspeto, ao contrário de uma turma de secundário onde as preocupações quer dos alunos, quer do professor são diferentes. Desta forma, utilizou-se as nossas aulas como um “laboratório” de “tira-teimas”, colocando em prática as competências adquiridas ao longo da formação académica, verificando se as mesmas têm sucesso, no entanto, consideramos que este tipo de “investigação” deveria ter sido mais aprofundado. Em contrapartida, as reflexões, análises, discussões após as aulas em conjunto com a colega e o orientador, constituíram um aspeto fundamental no processo de desenvolvimento profissional do professor.

Algumas dessas competências desenvolvidas assentam essencialmente na capacidade de adaptação a novos contextos, muitos deles eram desconhecidos; na capacidade discursiva perante uma plateia (também na ACPI e ACPC); no espírito crítico e de reflexão que estiveram sempre presentes na nossa atuação e ser capaz de operacionalizar situações de ensino-aprendizagem.

Em relação ao desenvolvimento e aprendizagens dos alunos, tentou-se passar-lhes um verdadeiro significado da Educação Física, mais propriamente a perspetiva de Lopes (s/d), refere que a Educação Física é um meio de transformação do Homem de “hoje” com vista a uma melhor sociedade de “amanha”, promovendo nos alunos capacidades fundamentais, como a adaptação, a autonomia, iniciativa, o sentido crítico, tomada de decisão e onde o professor é o fermentador de todo este processo. Pensa-se ter conseguido de alguma forma causar uma rutura na forma de pensar dos alunos. Esta rutura, segundo Lopes e Fernando (2014), é exigida no sentido dado por Thomas Kuhn, sendo uma mudança profunda na forma de pensar e agir, nos métodos e processos, nas ferramentas, premissas e lógicas.

Não impeditivo, os momentos de desalento foram alguns durante este período de formação, algumas vezes devido a alguma exaustão emocional ou situações pontuais de atitudes e comportamentos de alguns alunos menos colaborativos. Mas com a colaboração do núcleo de estágio, o constante incentivo de todas as partes, foi possível superar os aspetos menos positivos e focar nos momentos de alegria, na inter-relação positiva com os vários agentes educativos.

Com o fim desta fase do processo de formação, conclui-se referindo que a formação do professor não termina neste ponto. A formação de um professor é um processo contínuo que visa a excelência profissional, dando respostas constantes e cada vez mais adequadas, às necessidades pedagógicas numa sociedade em contante evolução.

## Referências Bibliográficas

- Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A. & Vitória, M. (2008). *A Rotura – A Sistemática das Actividades Desportivas*. Torres Vedras: Vamos Mais Longe.
- Almeida, T. d. (2003). *O perfil da escolha de objeto amoroso para o adolescente: possíveis razões*. São Carlos: Universidade Federal de São Carlos.
- Araújo, C., Pinto, E., Lopes, J., Nogueira, L., Pinto R. (2008). *Estudo de Caso. Mestrado em Educação Área de Especialização em Tecnologia Educativa Unidade Curricular: Métodos de Investigação em Educação*. Universidade do Minho – Instituto de Educação e Psicologia.
- Avramidis, E., Bayliss, P., Burden, R. (2000). A Survey into Mainstream Teachers' Attitudes Towards the Inclusion of Children with Special Educational Needs in the Ordinary School in one Local Education Authority, *Educational Psychology*. V. 20 (2), pp. 191-211.
- Bueno, S. & Resa, J. (1995). *Educacion Fisica para niños y niñas com necesidades educativas especiales*. Malaga : Ediciones Aljibe.
- Castanha, R. (2010). *Relatório de Estágio realizado na Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco*. Relatório de estágio de mestrado. Universidade da Madeira.
- Carvalho, L. e Lebre, E. (2011). Dança na educação física: Princípios metodológicos. In E. Monteiro & M. Alves (Orgs.), *Seminário Internacional Descobrir a Dança/Descobrimo através da Dança* (pp. 307-319). Lisboa. Editora FMH
- Correia, L. (2008). *Inclusão e Necessidades Educativas Especiais*. Porto Editora.
- Constituição da República Portuguesa* (1976).
- Cunha, R. (2014) *Problemáticas da Educação Física*. In Lopes, H., Gouveia, É., Alves, R., Correia, A. (Org.). *Educação Física – Avaliar o quê?*. (pp. 32-38). Funchal: Universidade da Madeira
- Decreto-lei nº3/2008. Diário da Republica 1.ª série, N.º 4 – 7 de Janeiro de 2008. Ministério da Educação.

Despacho n.º 5048-B/2013. Diário da Republica 2.ª série - N.º 72 - 12 de abril de 2013.  
Ministério da Educação e Ciência.

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva (2014) Portal da Levada:  
<http://ebsaas.com/portal/index.php> Consultado a: 18 de outubro de 2014.

Ferreira, V. (2009). *A actividade física adaptada e o desenvolvimento psicomotor de alunos com necessidades educativas especiais* – Estágio realizado no Agrupamento de Escolas de Águas Santas. Relatório de Estágio com vista a obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto – área de especialização de actividade física adaptada. FADEUP – Porto.

Ferraz, O. (2006) A Ludicidade e o Ensino do Desporto. In Tani, G., Bento, J., Petersen, R. (Org.). *Pedagogia do Desporto* (Cap. 21, pp. 262- 266). Rio de Janeiro: Guanabara Loogan

Ferreira, M., Nelas, F. (s/d). *Adolescências... Adolescentes...* Educação, Ciência e Tecnologia. Acedido em <http://www.ipv.pt/millennium/Millennium32/11.pdf>

Fonseca, V. (2005). Dificuldades de Aprendizagem: Na busca de alguns axiomas. *Revista Portuguesa de Pedagogia*. Ano 39. nº3. 13-38.

Fonseca, V. (1992). *Manual de Observação Psicomotora - Significação Psiconeurológica dos Factores Psicomotores*. Lisboa. Editorial Notícias.

Freitas, J. (2012). *Relatório do Estágio na Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos Dr. Horácio Bento de Gouveia*. Relatório de estágio de mestrado. Universidade da Madeira.

Gomes, M. (2004). *Planeamento em Educação Física – Comparação entre Professores Principiantes e Professores Experientes*. Monografia para a Licenciatura em Educação Física e Desporto. UMa.

Gonçalves, F., Fernandes, M., Gaspar, A., Oliveira, R., Gouveia, É. (2014) *Problemáticas da Educação Física*. In Lopes, H., Gouveia, É., Alves, R., Correia, A. (Org.). *A Avaliação Diagnóstica em Educação Física: uma Abordagem Prática a Nível Macro*. (pp. 89-95). Funchal: Universidade da Madeira

- Godinho, M. (2002). *Controlo Motor e Aprendizagem – Fundamentos e Aplicações*. 2ª Edição, Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana
- Garganta, J. (2001). *Futebol e ciência. Ciência e futebol*. Acedido em maio, 22, 2015 em <http://www.efdeportes.com/efd40/fcienc.htm>
- Inácio G., Graça, M. (2014). *Planeamento na Ótica dos Professores Estagiários de Educação Física: Dificuldades e Limitações*. Revista portuguesa de pedagogia, ano 48 – 1, 2014, pg 55-67.
- Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J. & Mira, J. (2001). *Programa Nacional de Educação Física – Ensino básico (3º Ciclo)*. Retirado a 18 de Setembro de 2014, de: <https://cnapef.wordpress.com/metras-de-ef/>
- Júnior, D. & Korsakas, P. (2006) O Processo de Competição e o Ensino do Desporto. In Tani, G., Bento, J., Petersen, R. (Org.). *Pedagogia do Desporto* (Cap. 20, pp. 251-261). Rio de Janeiro: Guanabara Loogan
- Lopes, H. (2014) *Problemáticas da Educação Física*. In Lopes, H., Gouveia, É., Alves, R., Correia, A. (Org.). *Avaliação Sumativa – O erro do avaliador* (pp. 104- 114). Funchal: Universidade da Madeira
- Lino, L. A. (1998). *A Influência de Duas Estratégias de Ensino Diferenciadas na Aquisição de Habilidades Desportivas Elementares em Meio Escolar*. (Dissertação de Doutoramento). Universidade da Madeira, Funchal.
- Macedo, G. (s/d) Proposta para a construção de um projeto curricular de turma. PQND do 4º Grupo do 2º ciclo do EB e Formadora do CFAE Calvet de Magalhães, Lisboa. Acedido em <http://www.netprof.pt/PDF/PCT.pdf>
- Marques, U., Castro, J. & Silva, M. (2001). Atividade Física Adaptada: uma visão crítica, *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*. V. 1 (1), pp. 73-79
- Maia, C. (2009). *Diferenciação Pedagógica em Educação Física no Contexto das Necessidades Educativas Especiais: Estudo de Caso numa Turma Regular do Segundo Ciclo com Alunos Com Necessidades Educativas Especiais*. Porto: FDUP

- Mendonça, A. (s.d.). *Rapazes e Raparigas: Ensino igual ou diferenciado?* Funchal: Universidade da Madeira.
- Mendonça A. (2014) *Apontamentos das aulas da Unidade Curricular de Ciências da Educação II*. Manuscrito não publicado. Universidade da Madeira
- Ministério da Educação e Ciência de Espanha (1994). *Declaração de Salamanca e Enquadramento da acção na Área das necessidades Educativas Especiais*. Nações Unidas (Org.).
- O'Rourke, J., Houghton, S. (2009). The Perceptions of Secondary Teachers and Students about the Implementation of an Inclusive Classroom Model for Students with Mild Disabilities, *Australian Journal of Teacher Education*. V. 34 (1), pp. 22 - 41
- Oliveira, L. (1992). *O Clima e o Diálogo na Supervisão de Professores*. Cadernos CIDInE, 5, pp.13-22.
- Papalia, W. Diane E. (2001). *O mundo da criança*. Lisboa: Editora Mc Graw-Hill.
- Projeto Educativo de Escola – Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva (2011-2015). Consultado a 18 de outubro de 2014.
- Rodrigues, J., Ferreira, V. (1997). *Valores e expectativas dos professores estagiários*. Comunicação no I Congresso Nacional de Supervisão na Formação – Contributos Inovadores. Universidade de Aveiro.
- Rosado, A. (n.d.). *Léxico Comentado sobre Planificação e Avaliação*. Retirado a 07 de novembro de 2014, de: <http://home.fmh.utl.pt/~arosado/ESTAGIO/lexico2.htm>
- Rodrigues, D. (2003) *A Educação Física perante a educação inclusiva: reflexões conceptuais e metodológicas*. Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física, 24/25, pp. 73-81.
- Reis, P. (2011). *Observação de aulas e avaliação do desempenho docente*. Lisboa: Ministério da educação – conselho científico para a avaliação de professores. Acedido em maio, 22, 2015 em [http://www.ccap.min-edu.pt/docs/Caderno\\_CCAP\\_2-Observacao.pdf](http://www.ccap.min-edu.pt/docs/Caderno_CCAP_2-Observacao.pdf)

- Sousa, H. (2012). *Relatório de Estágio realizado na Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco*. Relatório de estágio de mestrado. Universidade da Madeira.
- Sarmiento, P., Moreira, M., Carneiro, A. & Ferreira, C. (1991). *A Observação de Movimentos Desportivos*. Direcção-Geral dos Desportos. Lisboa. pp.37-38
- Sarmiento, P. (2004). *Pedagogia do Desporto e Observação*. Lisboa: FMH Edições.
- Sardinha, L. (2012). *Os alunos que fazem mais exercício físico têm melhores resultados escolares*. Jornal "Publico" on line: Acedido em 01 de outubro de 2014 <http://www.publico.pt/educacao/noticia/alunos-que-fazem-mais-exercicio-fisico-tem-melhores-resultados-escolares1558459>
- Souza, G. & Boato, E. (2009). Inclusão de alunos com necessidades educacionais especiais nas aulas de educação física do ensino regular: concepções, atitudes e capacitação dos professores, *Educação Física em Revista*. V. 3 (2).
- Vilar, C. (2010). *Dificuldades de Aprendizagem e Psicomotricidade – Estudo comparativo e correlativo das competências de aprendizagem académica e de factores psicomotores de alunos do 2º e 4º ano do ensino básico, com e sem dificuldades na aprendizagem*. Lisboa. FMH
- Yin, R. (2001). *Estudo de Caso - Planejamento e Métodos*. 2. Porto Alegre: Bookman.

# **Anexos**

## Anexo A – Planeamento anual e competências específicas

**Competências Gerais - Melhorar a aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às necessidades de desenvolvimento do aluno;**  
**Promover o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno através de atividades físicas desportivas nas suas dimensões técnica, tática, regulamentar e organizativa;**  
**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;**  
**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.**

### 1º PERÍODO

UNIDADE DE TRABALHO	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	ATIVIDADES / ESTRATÉGIAS	RECURSOS	MÉTODO DE AVALIAÇÃO	TEMPO (45')
<b>Basquetebol (Introdutório/Elementar)</b>	<p><b>Princípios do jogo:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ocupação racional do espaço (ofensiva e defensiva);</li> <li>Progressão no espaço (ofensiva);</li> <li>Relação com bola;</li> <li>Cooperação (ofensiva).</li> </ol> <p><b>Em jogo 3x3 o aluno é capaz de:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Enquadrar-se ofensiva com o cesto;</li> <li>Dar linha de passe;</li> <li>Passar e desmarcar-se com intencionalidade;</li> <li>Driblar adequando o tipo de drible à situação em que se encontra (progressão ou proteção);</li> </ol> <p>Adequar o lançamento à situação (passada ou curto);</p>	<p><b>Domínio Psicomotor:</b></p> <p><b>a)</b> Melhorar a aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado;</p> <p><b>b)</b> Desenvolver as habilidades motoras.</p> <p><b>c)</b> Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados;</p> <p><b>d)</b> Adequar as diversas ações tático-técnicas em situação de jogo.</p>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apoio teórico (aulas teóricas + documentos de apoio às aulas);</li> <li>- Instrução Oral;</li> <li>- Demonstrações (meios auxiliares de demonstração visual/professor/aluno);</li> <li>- Utilização dos estilos de ensino comando, tarefa, e descoberta guiada;</li> <li>- Realização de exercícios critério, respeitando a lógica do mais simples para o mais complexo;</li> <li>- Jogos Pré-desportivos;</li> <li>- Situações de jogo reduzido, condicionado e formal;</li> <li>- Auto-avaliação e hetero-avaliação;</li> <li>- Trabalho não presencial.</li> </ul> <p><b>ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organização dos alunos em meia-lua;</li> <li>- Aplicação de regras para a organização e arrumação do material.</li> </ul> <p><b>ESTRATÉGIAS DE TRABALHO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem;</li> </ul>	<p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apitos;</li> <li>- Cronómetros;</li> <li>- Bolas</li> </ul> <p>Basquetebol / Ginástica;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Coletes;</li> <li>- Cones;</li> <li>- Balizas.</li> </ul>	<p><b>DOMÍNIO PSICOMOTOR (60%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Empenhamento motor (25%)</li> <li>- Progressão na aprendizagem (15%)</li> <li>- Teste prático (15%)</li> <li>- Aptidão física (5%)</li> </ul> <p><b>DOMÍNIO COGNITIVO (20%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste escrito - 15%</li> <li>- Trabalho de grupo – 5%</li> </ul> <p><b>DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO (20%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comportamento/responsabilidade - 10%</li> <li>- Participação - 5%</li> <li>- Pontualidade - 5%</li> </ul>	28

			- Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual, por estações ou circuitos.		
--	--	--	---	--	--

UNIDADE DE TRABALHO	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	ATIVIDADES / ESTRATÉGIAS	RECURSOS	MÉTODO DE AVALIAÇÃO	TEMPO (45')
<b>Atletismo (Elementar)</b>	<p>Corridas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Corrida (4x60) com partida de blocos;</li> <li>2. Estafetas;</li> <li>3. Barreiras;</li> </ol> <p>Saltos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salto em altura: <i>Fosbury Flop</i>;</li> <li>2. Salto em comprimento;</li> </ol> <p>Lançamentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Peso;</li> </ul>	<p><b>Domínio Psicomotor:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;</li> <li>- Desenvolver as habilidades motoras.</li> <li>- Adquirir os fundamentos técnicos abordados.</li> </ul>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apoio teórico (aulas teóricas + documentos de apoio às aulas);</li> <li>- Instrução Oral;</li> <li>- Demonstrações (meios auxiliares de demonstração visual/professor/aluno);</li> <li>- Utilização dos estilos de ensino comando, tarefa, e descoberta guiada;</li> <li>- Realização de exercícios critério, respeitando a lógica do mais simples para o mais complexo;</li> <li>- Auto-avaliação e hetero-avaliação;</li> <li>- Trabalho não presencial.</li> </ul> <p><b>ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organização dos alunos em meia-lua;</li> <li>- Aplicação de regras para a organização e arrumação do material.</li> </ul> <p><b>ESTRATÉGIAS DE TRABALHO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabalhar por grupos heterogêneos mas colocar handicaps;</li> <li>- Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual, por estações ou circuitos.</li> </ul>	<p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Barreiras;</li> <li>- Cones;</li> <li>- Cronômetros;</li> <li>- Apitos;</li> <li>- Testemunhos;</li> <li>- Colchões de queda;</li> <li>- Fita métrica;</li> <li>- Pesos adaptados;</li> <li>- Elásticos.</li> </ul>	<p><b>DOMÍNIO PSICOMOTOR (60%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Empenhamento motor (25%)</li> <li>- Progressão na aprendizagem (15%)</li> <li>- Teste prático (15%)</li> <li>- Aptidão física (5%)</li> </ul> <p><b>DOMÍNIO COGNITIVO (20%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste escrito - 15%</li> <li>- Trabalho de grupo – 5%</li> </ul> <p><b>DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO (20%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comportamento/responsabilidade - 10%</li> <li>- Participação - 5%</li> <li>- Pontualidade - 5%</li> </ul>	12

2º PERÍODO

UNIDADE DE TRABALHO	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	ATIVIDADES / ESTRATÉGIAS	RECURSOS	MÉTODO DE AVALIAÇÃO	TEMPO (45')
Futebol (Elementar)	<p><b>1-Gestos Técnicos:</b></p> <p>1.1 Passe/recepção;                      1.2 Condução de bola;                      1.3 Drible e finta;                      1.4 Remate.</p> <p><b>2 - Ações Tático - Técnicas (Ofensivas / Defensivas):</b></p> <p>2.1 Penetração/Contenção;                      2.2 Cobertura ofensiva/Cob. Defensiva;                      2.3 Mobilidade/Equilíbrio;                      2.4 Desmarcação/Marcação.</p> <p><b>3-Situações de Jogo (5X5 ou 7x7)</b></p> <p>3.1 Recepção orientada;                      3.2 Remata;                      3.3 Remate de cabeça;                      3.4 Passa a um colega desmarcado;                      3.5 Desmarca-se;                      3.6 Condução de bola em progressão;                      3.7 Pressiona o jogador em posse de bola;                      3.8 Marcação;</p>	<p><b>Domínio Psicomotor:</b></p> <p><b>a)</b> Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;  <b>b)</b> Desenvolver as habilidades motoras;  <b>c)</b> Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados;  <b>d)</b> Adotar de forma ajustada as ações técnicas e táticas em situação de jogo.</p>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b></p> <p>- Apoio teórico (aulas teóricas + documentos de apoio às aulas);                      - Instrução Oral;                      - Demonstrações (meios auxiliares de demonstração visual/professor/aluno);                      - Utilização dos estilos de ensino comando, tarefa, e descoberta guiada;                      - Realização de exercícios critério, respeitando a lógica do mais simples para o mais complexo;                      - Jogos Pré-desportivos;                      - Situações de jogo reduzido, condicionado e formal;                      - Auto-avaliação e hetero-avaliação;                      -Trabalho não presencial.</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO</b></p> <p>- Organização dos alunos em meia-lua ou xadrez;                      - Aplicação de regras para a organização e arrumação do material</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE TRABALHO</b></p> <p>- Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem;                      - Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual, por estações ou circuitos.</p>	<p><b>Materiais:</b></p> <p>- Apitos;                      - Cronômetros;                      - Bolas de futsal;                      - Coletes;                      - Cones;                      - Balizas.</p>	<p><b>DOMÍNIO PSICOMOTOR (60%)</b></p> <p>- Empenhamento motor (25%)                      - Progressão na aprendizagem (15%)                      - Teste prático (15%)                      - Aptidão física (5%)</p> <p><b>DOMÍNIO COGNITIVO (20%)</b></p> <p>- Teste escrito - 15%                      - Trabalho de grupo – 5%</p> <p><b>DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO (20%)</b></p> <p>Comportamento/r esponsabilidade - 10%                      - Participação - 5%                      - Pontualidade -</p>	9

					5%	
--	--	--	--	--	----	--

UNIDADE DE TRABALHO	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	ATIVIDADES / ESTRATÉGIAS	RECURSOS	MÉTODO DE AVALIAÇÃO	TEMPO (45')
<b>Ginástica (Elementar)</b>	<p><b>Ginástica de Solo</b> Elementos Gimnicos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rolamento à frente e a retaguarda (engrupado e pernas afastadas);</li> <li>2. Apoio facial invertido;</li> <li>3. Roda;</li> <li>4. Avião;</li> <li>5. Posições de flexibilidade (ponte, espargata frontal e lateral);</li> <li>6. Saltos (corsa, gato, cossaco);</li> <li>7. Rodada.</li> </ol> <p><b>Ginástica de Aparelhos</b> Plinto:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salto de eixo (transversal e longitudinal);</li> <li>2. Salto entre mãos (transversal).</li> </ol> <p>Minitrampolim:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Salto em extensão;</li> </ol>	<p><b>Domínio Psicomotor:</b></p> <p><b>a)</b> Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas; <b>b)</b> Desenvolver as habilidades motoras; <b>c)</b> Ter controlo corporal perante situações inabituais, vivenciando novas experiências físico-desportivas; <b>d)</b> Desenvolver a estruturação e orientação do esquema corporal.</p>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b> Demonstrações pelo professor ou pelos alunos; - Utilização dos alunos como agentes de ensino; - Utilização dos estilos de ensino Comando e Tarefa, Descoberta guiada; - Realização de exercícios critério do mais simples para o mais complexo; - Realização de sequências gímnicas; - Auto-avaliação; - Trabalho não presencial.</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO</b> - Organização dos alunos em meia-lua ou xadrez; - Aplicação de regras para a organização e arrumação do material</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE TRABALHO</b> - Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem; - Os mais proficientes como agentes de ensino (ajudas); - Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual, por</p>	<p><b>Materiais:</b> - Colchões - Tapetes de ginástica - Plinto; - Minitrampolim; - Trave; - Trampolim - Reuther.</p>	<p><b>DOMÍNIO PSICOMOTOR (60%)</b> - Empenhamento motor (25%) - Progressão na aprendizagem (15%) - Teste prático (15%) - Aptidão física (5%)</p> <p><b>DOMÍNIO COGNITIVO (20%)</b> - Teste escrito - 15% - Trabalho de grupo – 5%</p> <p><b>DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO (20%)</b></p>	22

	2. Salto engrupado; 3. Pirueta vertical; 4. Carpa pernas afastadas. Trave baixa: 1. Marcha; 2. Meia volta; 3. Salto a pés juntos.		estações ou circuitos.		Comportamento/responsabilidade - 10% - Participação - 5% - Pontualidade - 5%	
--	---	--	------------------------	--	--	--

### 3º PERÍODO

UNIDADE DE TRABALHO	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	ATIVIDADES / ESTRATÉGIAS	RECURSOS	MÉTODO DE AVALIAÇÃO	TEMPO (45')
<b>Voleibol (Elementar)</b>	<p>Princípios do jogo:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ocupação racional do espaço;</li> <li>Sustentação da bola;</li> <li>Cooperação.</li> </ol> <p>O aluno tem de ser capaz de:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Direcionar o serviço de modo a dificultar a recepção da equipa adversária</li> <li>Fazer a recepção de forma controlada e oportuna;</li> <li>Passar, receber e enviar a bola permitindo a continuidade das ações da sua equipa;</li> <li>Pontuar utilizando o gesto técnico que melhor se adequa à situação.</li> </ol>	<p><b>Domínio Psicomotor:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;</li> <li>Desenvolver as habilidades motoras;</li> <li>Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados;</li> <li>Adotar de forma ajustada as ações técnicas em situação de jogo.</li> </ol>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Apoio teórico (aulas teóricas + documentos de apoio às aulas);</li> <li>Instrução Oral;</li> <li>Demonstrações (meios auxiliares de demonstração visual/professor/aluno);</li> <li>Utilização dos estilos de ensino comando, tarefa, e descoberta guiada;</li> <li>Realização de exercícios critério, respeitando a lógica do mais simples para o mais complexo;</li> <li>Jogos Pré-desportivos;</li> <li>Situações de jogo reduzido, condicionado e formal;</li> <li>Auto-avaliação e hetero-avaliação;</li> <li>Trabalho não presencial.</li> </ul> <p><b>ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Organização dos alunos em meia-lua, ou xadrez;</li> <li>Aplicação de regras para a organização e arrumação do</li> </ul>	<p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bolas;</li> <li>Redes;</li> <li>Cordas;</li> <li>Arcos;</li> <li>Cones;</li> <li>Coletes;</li> <li>-</li> <li>Cronómetro;</li> <li>Apito;</li> <li>-</li> <li>Marcadores.</li> </ul>	<p><b>DOMÍNIO PSICOMOTOR (60%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Empenhamento motor (25%)</li> <li>Progressão na aprendizagem (15%)</li> <li>Teste prático (15%)</li> <li>Aptidão física (5%)</li> </ul> <p><b>DOMÍNIO COGNITIVO (20%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Teste escrito - 15%</li> <li>Trabalho de grupo – 5%</li> </ul> <p><b>DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO (20%)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comportamento/responsabilidade - 10%</li> <li>Participação - 5%</li> <li>Pontualidade - 5%</li> </ul>	11

			<p>material.</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE TRABALHO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem;</li> <li>- Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual, por estações ou circuitos.</li> </ul>			
--	--	--	--	--	--	--

<i>UNIDADE DE TRABALHO</i>	<i>CONTEÚDOS</i>	<i>COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS</i>	<i>ATIVIDADES / ESTRATÉGIAS</i>	<i>RECURSOS</i>	<i>MÉTODO DE AVALIAÇÃO</i>	<i>TEMPO (45')</i>
----------------------------	------------------	---------------------------------	---------------------------------	-----------------	----------------------------	--------------------

<p style="text-align: center;"><b>Andebol</b> <b>(Introdutório)</b></p>	<p><b>1-Gestos Técnicos:</b></p> <p><b>1.1</b> Passe de ombro e picado (estático e dinâmico);</p> <p><b>1.2</b> Receção (estático e dinâmico);</p> <p><b>1.3</b> Drible em progressão para finalização;</p> <p><b>1.4</b> Remate em salto.</p> <p><b>2-Situações de Jogo:</b></p> <p>2.1 Desmarca-se rapidamente;</p> <p>2.2 Ocupa o espaço racionalmente;</p> <p>2.3 Passa e dribla em progressão;</p> <p>2.4 Finaliza;</p> <p>2.5 Ultrapassa o adversário direto;</p> <p>2.6 Remata em suspensão ou em apoio;</p> <p>2.7 Intercepta a bola;</p> <p>2.8 Dificulta a progressão do adversário;</p> <p>2.9 Enquadra-se com a bola;</p> <p>2.10 Como guarda-redes: Inicia o contra-ataque quando recupera a bola.</p>	<p><b><u>Domínio Psicomotor:</u></b></p> <p><b>a)</b> Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;</p> <p><b>b)</b> Desenvolver as habilidades motoras;</p> <p><b>c)</b> Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados;</p> <p><b>d)</b> Adotar de forma ajustada as ações técnicas em situação de jogo.</p>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b></p> <p>- Apoio teórico (aulas teóricas + documentos de apoio às aulas);</p> <p>- Instrução Oral;</p> <p>- Demonstrações (meios auxiliares de demonstração visual/professor/aluno);</p> <p>- Utilização dos estilos de ensino comando, tarefa, e descoberta guiada;</p> <p>- Realização de exercícios critério, respeitando a lógica do mais simples para o mais complexo;</p> <p>- Situações de jogo condicionado e formal;</p> <p>- Auto-avaliação e hetero-avaliação;</p> <p>-Trabalho não presencial.</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO</b></p> <p>- Organização dos alunos em meia-lua, ou xadrez;</p> <p>- Aplicação de regras para a arrumação do material.</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE TRABALHO</b></p> <p>- Trabalhar em grupos heterogéneos, colocar handicaps e utilizar alunos mais proficientes como agentes de ensino.</p> <p>- Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual, por estações ou circuitos.</p>	<p><b>Materiais:</b></p> <p>- Apitos;</p> <p>-</p> <p>Cronómetros;</p> <p>-Bolas andebol;</p> <p>- Coletes;</p> <p>- Cones;</p> <p>- Balizas</p>	<p><b><u>DOMÍNIO PSICOMOTOR (60%)</u></b></p> <p>- Empenhamento motor (25%)</p> <p>- Progressão na aprendizagem (15%)</p> <p>- Teste prático (15%)</p> <p>- Aptidão física (5%)</p> <p><b><u>DOMÍNIO COGNITIVO (20%)</u></b></p> <p>- Teste escrito - 15%</p> <p>- Trabalho de grupo – 5%</p> <p><b><u>DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO (20%)</u></b></p> <p>Comportamento/responsabilidade - 10%</p> <p>- Participação - 5%</p> <p>- Pontualidade - 5%</p>	<p style="text-align: center;">9</p>
---	---	--	--	--	--	--------------------------------------

UNIDADE DE TRABALHO	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	ATIVIDADES / ESTRATÉGIAS	RECURSOS	MÉTODO DE AVALIAÇÃO	TEMPO (45')
<b>Badminton (Introdutório)</b>	<p><b>1. Gestos Técnicos:</b></p> <p>1.1 <i>Clear</i>;</p> <p>1.2 <i>Lob</i>;</p> <p>1.3 Serviço curto;</p> <p>1.4 Serviço comprido;</p> <p>1.5 Tipos de pega.</p> <p><b>2. Situação de Jogo</b></p> <p>2.1 Cooperar com o companheiro;</p> <p>2.2 Desloca-se correctamente e bom posicionamento;</p> <p>2.3 Coloca o volante ao alcance do companheiro através do <i>Clear</i> e do <i>Lob</i>;</p> <p>2.4 Executa serviço curto e serviço longo com correta colocação dos apoios.</p>	<p><b>Domínio Psicomotor:</b></p> <p><b>a)</b> Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;</p> <p><b>b)</b> Desenvolver as habilidades motoras;</p> <p><b>c)</b> Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados;</p> <p><b>d)</b> Adotar de forma ajustada as ações técnicas em situação de jogo.</p>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b></p> <p>- Apoio teórico (aulas teóricas + documentos de apoio às aulas);</p> <p>- Instrução Oral;</p> <p>- Demonstrações (meios auxiliares de demonstração visual/professor/aluno);</p> <p>- Utilização dos estilos de ensino comando, tarefa, e descoberta guiada;</p> <p>- Realização de exercícios critério, respeitando a lógica do mais simples para o mais complexo;</p> <p>- Situações de jogo condicionado e formal;</p> <p>- Auto-avaliação e hetero-avaliação;</p> <p>- Trabalho não presencial.</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO</b></p> <p>- Organização dos alunos em meia-lua, ou xadrez;</p> <p>- Aplicação de regras para a arrumação do material.</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE TRABALHO</b></p> <p>- Diferenciação dos alunos por níveis de aprendizagem;</p> <p>- Trabalhos de grupo e ou a pares.</p>	<p><b>Materiais:</b></p> <p>- Volantes;</p> <p>- Redes;</p> <p>- Cordas;</p> <p>- Cones;</p> <p>-</p> <p>Cronómetro;</p> <p>- Apito;</p>	<p><b>DOMÍNIO PSICOMOTOR (60%)</b></p> <p>- Empenhamento motor (25%)</p> <p>- Progressão na aprendizagem (15%)</p> <p>- Teste prático (15%)</p> <p>- Aptidão física (5%)</p> <p><b>DOMÍNIO COGNITIVO (20%)</b></p> <p>- Teste escrito - 15%</p> <p>- Trabalho de grupo – 5%</p> <p><b>DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO (20%)</b></p> <p>Comportamento/responsabilidade - 10%</p> <p>- Participação - 5%</p> <p>- Pontualidade - 5%</p>	11

**Competências Específicas Comuns aos Três Períodos:**

**Domínio Sócio – Afetivo:**

- a) Aprender padrões de conduta (respeito pelas regras, colegas e professores);**
- b) Criar hábitos ao nível da pontualidade e da assiduidade a ser pontual e assíduo;**
- c) Aprender a valorizar a:**
- 1) Iniciativa e a responsabilidade pessoal;**
  - 2) Cooperação e solidariedade;**
  - 3) Ética desportiva;**
  - 4) Higiene e a segurança pessoal e coletiva;**

- 5) *Consciência cívica na preservação de condições de realização das atividades físicas;*  
 d) *Desenvolver a capacidade de atenção e concentração;*  
 e) *Promover a cooperação com os companheiros.*

**Domínio Cognitivo:**

- a) *Conhecer o objetivo do jogo, identificar as principais regras, linhas do terreno de jogo e ações técnico-táticas e estratégicas;*  
 b) *Identificar e conhecer as principais ações e gestos técnicos, táticos e estratégicos das AFD.*

***Capacidades Condicionais e Coordenativas Comuns aos Três Períodos***

- *Resistência;*
- *Força;*
- *Velocidade*
- *Coordenação;*
- *Flexibilidade;*
- *Agilidade;*
- *Destreza geral.*

**ESTRATÉGIAS DE TRABALHO:**

- *Bateria de testes Fitnessgram;*
- *Exercícios individuais;*
- *Circuitos;*
- *Estações.*

***Aulas Teóricas***

**1º Período:**

- *Apresentação; Critérios de avaliação; Regras de funcionamento das aulas de Educação Física.*
- *Aula teórica – preparação para o teste.*
- *Ficha de avaliação.*
- *Auto e Hetero – avaliação.*

**2º Período**

- *Aula teórica – preparação para o teste.*
- *Ficha de avaliação.*
- *Auto e Hetero – avaliação.*

**3º Período**

- *Aula teórica – preparação para o teste.*
- *Ficha de avaliação.*
- *Auto e Hetero – avaliação.*

UNIDADE DE TRABALHO	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	ATIVIDADES / ESTRATÉGIAS	RECURSOS	Tempo (45')
<p><i>Desportos de Combate</i> (Nível Introdutório) <i>Orientação</i> (Nível Introdutório) <i>Dança</i> (Introdutório)</p>	<p>- Breve resenha histórica - Ficha de apresentação da AFD - Regulamento – principais regras</p> <p><b>Dança:</b> - Movimentos locomotores: Saltos, Voltas e Passos - Movimentos não locomotores: Poses</p> <p><b>Desportos de Combate:</b> - Saudação em pé e de joelhos, Pegas, Quedas e Imobilizações - Relação de forças: Esquiva, Força mais intensidade e Tirar ponto de aplicação - Imobilizações: Kami-shiho-gatame e Yoko-shihogatame</p> <p><b>Orientação:</b> - Realiza um percurso de orientação simples, a par: faz a leitura</p>	<p><b>Domínio Psicomotor:</b></p> <p><b>a)</b> Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas; <b>b)</b> Desenvolver as habilidades motoras; <b>c)</b> Adquirir os fundamentos tático-técnicos abordados.</p>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b> - Instrução Oral; - Demonstrações (meios auxiliares de demonstração visual/professor/aluno); - Utilização dos estilos de ensino comando, tarefa, e descoberta guiada; - Realização de exercícios critério, respeitando a lógica do mais simples para o mais complexo;</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO</b> - Organização dos alunos em meia-lua;</p> <p><b>ESTRATÉGIAS DE TRABALHO</b> - Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual, por estações ou circuitos.</p>	<p>- Colchões. - Mapas; - Balizas. - Rádio / leitor de CD.</p>	<p>4/6</p>

UNIDADE DE TRABALHO	CONTEÚDOS	COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS	ATIVIDADES / ESTRATÉGIAS	RECURSOS	MÉTODO DE AVALIAÇÃO	TEMPO (45')
A Educação, a AFD e a Saúde	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A Educação Física</li> <li>- O Desporto</li> <li>- A Saúde</li> <li>- O Olimpismo</li> <li>- Benefícios e diretrizes da AFD</li> <li>- Processos de desenvolvimento e manutenção da condição física</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fomentar a adoção de estilos de vida saudáveis</li> <li>- Promover a saúde e o bem-estar através da AFD</li> <li>- Adotar a AFD na vida quotidiana dos alunos.</li> </ul>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apoio teórico (aulas teóricas + documentos de apoio às aulas);</li> <li>- Instrução Oral;</li> <li>- Demonstrações (meios auxiliares de demonstração visual/professor/aluno);</li> <li>- Utilização dos estilos de ensino comando, tarefa, e descoberta guiada e Recíproco.</li> <li>- Realização de exercícios critério, respeitando a lógica do mais simples para o mais complexo;</li> <li>- Auto-avaliação e hetero-avaliação;</li> <li>- Trabalho não presencial.</li> </ul>	<p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rádio</li> <li>Bolas</li> <li>Arcos</li> <li>Step</li> <li>Colchões</li> <li>Balizas</li> <li>Mapas</li> <li>Marcadores</li> <li>Quadro</li> <li>cartazes</li> </ul>	<p><b><u>DOMÍNIO PSICOMOTOR (60%)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Empenhamento motor (25%)</li> <li>- Progressão na aprendizagem (15%)</li> <li>- Teste prático (15%)</li> <li>- Aptidão física (5%)</li> </ul>	9
Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Resistência</li> <li>- Força</li> <li>- Velocidade</li> <li>- Flexibilidade</li> <li>- Destreza geral</li> </ul>	<p><b><u>Domínio Psicomotor:</u></b></p> <p><b>a)</b> Melhorar a aptidão física e desenvolver as capacidades condicionais e coordenativas;</p>	<p><b>ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organização dos alunos em meia-lua;</li> <li>- Formação de grupos ou equipas</li> <li>- Aplicação de regras para a organização e arrumação do material e funcionamento das aulas.</li> </ul> <p><b>ESTRATÉGIAS DE TRABALHO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabalhar por grupos heterogéneos mas colocar handicaps;</li> <li>- Trabalhos de grupo, a pares e/ou individual, por estações ou circuitos.</li> <li>- Realização de exercícios critério do mais simples para o mais complexo;</li> <li>- Realização de jogos reduzidos;</li> <li>- Realização de jogo formal;</li> </ul>	<p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fitnessgram</li> <li>Ficha de registo</li> <li>Balança</li> <li>Bola medicinal</li> <li>Cordas</li> <li>Rádio</li> <li>Fichas</li> <li>Documento de apoio</li> </ul>	<p><b><u>DOMÍNIO COGNITIVO (20%)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Teste escrito - 15%</li> <li>- Trabalho de grupo – 5%</li> </ul> <p><b><u>DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO (20%)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comportamento/responsabilidade - 10%</li> <li>- Participação - 5%</li> <li>- Pontualidade - 5%</li> </ul>	

Anexo B – Plano de aula (início da Prática letiva)



Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva



<b>Plano de Aula Nº2</b>		<b>Prof. Estagiário: Hércules Gouveia</b>	
<b>U.D.: JDC</b>	<b>Local: Pavilhão</b>	<b>Data: 18-09-2014</b>	<b>Hora: 09h45-11h15</b>
<b>Nº Alunos: 23</b>	<b>Ano: 7º 3</b>	<b>Aula: 2</b>	<b>Duração: 90'</b>
<b>Material: 4 bolas de basquetebol; 4 bolas de futebol; 2 bolas de andebol; 15 cones; 12 coletes + 1</b>		<b>Objetivos Gerais: Avaliação de diagnóstico</b>	
<b>Objetivos Específicos:</b> Progredir estrategicamente no terreno de jogo; Ocupar o terreno de jogo racional e estrategicamente; Dominar a bola de forma criativa mas estável; Cooperar com os colegas de forma consciente; Montagem de estratégias para fugir à marcação; Desenvolver a dinâmica de grupo; Entender as implicações da alteração das regras ou constrangimentos na dinâmica do exercício.			
<b>Sumário:</b> Unidade Didática JDC: Andebol, Basquetebol e Futebol. Principais acções Técnico-táticas: Passe; receção; Drible; desmarcação; cooperação. Avaliação Diagnóstico. Aptidão física: Resistência e flexibilidade. Exercícios critério: Jogo condicionado com constrangimentos.			

P.	Conteúdos	Descrição	Representação gráfica	T Aula	H
INICIAL	Efetuar a chamada	- Os alunos encontram-se dispostos em forma de meia-lua, virados para o professor; - Lembrar alguns aspetos importantes para o bom funcionamento da aula.		5'	09h50
	Aquecer o aparelho músculo-esquelético: - Jogo da corrente	- De mãos dadas, à medida que os alunos vão apanhando os outros que estão em fuga, a corrente vai ficando cada vez maior. Apenas apanha os das extremidades.		10'	10h00
	- Flexibilidade/Alongamentos	À ordem do professor e distribuídos em xadrez pelo espaço, os alunos irão realizar os exercícios solicitados.		5'	10h05
FUNDAMENTAL	<b>Basquetebol:</b> - Ocupação do espaço; - Relação com a bola; - Passe/receção/drible; - Desmarcação; - Cooperação; - Progressão no "terreno"	1º - 4 Grupos de 6 elementos. Cada grupo realiza Jogo reduzido 3X3 (regras do jogo); 2º - (Competição) Quem vencer, joga com a equipa que vencer do grupo ao lado. <b>Jogo dos passes sem drible.</b> - A equipa que efectuar 5 passes poderá partir para a finalização. <i>(Variantes: Não passar ao mesmo; Passe picado)</i>		7'+ 7'	10h19
	<b>Andebol:</b> - Ocupação do espaço; - Relação com a bola; - Passe/receção/drible; - Desmarcação; - Cooperação;	<b>Jogo de progressão até à linha ( 6X6/5X5+J)</b> - Jogador portador da bola não pode driblar, efectua leitura dos companheiros e dos adversários. - Jogadores atacantes sem bola, procuram fugir à marcação. <i>(Variantes: Tem de passar por todos; Drible)</i> <b>Jogo de passes sem drible:</b> - As mesmas equipas ganham 1 ponto se passarem a bola entre si até chegar ao 5º passe. - Basta o portador da bola ser tocado para perder a posse. <i>(Variantes: não passar ao mesmo; aumentar o nº de passes para 10 e obrigatório passar por todos)</i>		10'	10h40
				5'	10h45
	<b>Futebol:</b> - Ocupação do espaço; - Relação com a bola; - Passe/receção/drible; - Desmarcação; - Cooperação;	<b>Jogo do Raínho:</b> (3 grupos de 6 e 1 grupo de 5) - Campo bem delimitado, o elemento que está ao centro, tenta efectuar a interceção do passe ou mesmo tirar a bola ao portador. - Os jogadores em posse de bola, terão de efectuar o passe em condições ao colega.		5'	10h50



## Anexo C – Plano de aula (evolução)

<b>Plano de Aula Nº48</b>		<b>Prof. Estagiário:</b> Hércules Gouveia			
<b>U.D.: Badminton e Voleibol</b>		<b>Local:</b> Pavilhão	<b>Data:</b> 16-04-2015	<b>Hora:</b> 09h45-11h15	
<b>Nº Alunos:</b> 24		<b>Ano:</b> 7º 3	<b>Aula:</b> 3/4	<b>Duração:</b> 90'	
<b>Material:</b> Raquetes/ volantes/ rede/ bolas de Voleibol/cordas/arcs			<b>Objetivos Gerais:</b> <b>Cooperação e desenvolver relação com objeto de jogo, colegas e adversários</b>		
<b>Objetivos Específicos:</b> Desenvolver a relação com o objeto de jogo; A cooperação, Oposição; Posicionamento.					
<b>Sumário:</b> Unidade Didática de Badminton e de Voleibol. Resistência e Força. Exercícios critério: Situações de jogo reduzido e técnicas de cada modalidade.					
P.	Conteúdos/Objetivos	Organização/Descrição	Representação gráfica	T E	TA
INICIAL	Efetuar a chamada	- Os alunos encontram-se dispostos em forma de meia-lua, virados para o professor; - Lembrar alguns aspetos importantes para o bom funcionamento da aula (material).		5'	09h45 – 09h50
	<b>Exercícios Aptidão física - com corda - Ativação Articular</b> Aquecer o aparelho músculo-esquelético	Os alunos dispostos em xadrez e bem afastados uns dos outros não poderão sair do lugar. Cada aluno com uma corda irá efetuar os exercícios que o professor for indicando (exemplificando): 1º Saltos com apoios alternados – baixo ritmo; 2' ( <b>depois posição de flexões 15''</b> ); 2º Saltos com apoios em simultâneo - ritmo moderado; 2' ( <b>depois posição estática – abdominais 30''</b> ) 3º Saltos alternados vs simultâneos/ 2 passagens da corda/ cruzada (desafio). 3'		10'	09h47 – 09h57
	<b>Flexibilidade/Alongamentos</b> Preparar o aparelho músculo – esquelético; evitar lesões.	À ordem do professor e distribuídos pelo espaço, os alunos irão realizar os exercícios solicitados.		5'	09h57 – 10h02
FUNDAMENTAL	<b>Voleibol</b>	(Caso seja somente num campo, será efetuada 3 estações) 1º 1X1 na rede, efetuam toque de dedos com 2 toques obrigatórios (troca de parceiros). 2º 1X1 na rede, efetuam 2 toques, recepção (manchete) e passe (toque de dedos). 3º Jogo reduzido 2X2 (obrigatório 3 toques).		25'	10h02 – 10h27
	<b>Pausa</b>	<i>Beber água/ir à casa de banho</i>		5	10h27 – 10h32
	<b>Badminton</b>	Os alunos estão organizados aos pares. 1º Jogo da pontaria – Aos pares, cada um serve de modo a colocar o volante na zona pré-determinada (Arco). 2º Jogo dos toques – “LOB” Dir vs Esq. entre os dois alunos, 1 aluno coloca o volante no campo adversário, alternadamente do lado <u>Dir.</u> e do <u>lado esquerdo.</u> – mudando tarefas e parceiros; 3º Jogo dos toques – “CLEAR” entre os dois alunos, tentam dar o maior nº de toques consecutivamente sem deixar cair o volante – mudando de parceiros; 4º Jogo.		25'	10h32 – 10h57
	Alongamentos	À ordem do professor, os alunos realizam alguns alongamentos de acordo com os grupos musculares		5'	10h57 –

FI N	Reflexão da aula	solicitados durante a aula	11h02
		- Estimular a capacidade de reflexão; - Questionar se tiveram algumas dificuldades; - Esclarecimento de algumas dúvidas que possam ter;	5' 11h02 – 11h07

**OBSERVAÇÕES:**

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

## Anexo D – Assistência às aulas

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva



Ano letivo 2014/2015



### Ficha de observação

**Observado:** Carolina Escórcio Ano/Turma: 7º6 Data: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_\_\_\_  
UD: \_\_\_\_\_

<b>Introdução da aula</b>	
Informa de forma clara e sem perda de tempo os objetivos da aula	
Relaciona com etapas anteriores da unidade didática	
Refere as regras a cumprir e cuidados a ter (comportamentos, atitudes, normas de segurança, etc.)	
<b>Mobilização dos alunos para as atividades</b>	
Intervém de forma sistemática, correta e estrategicamente com os alunos (individual, grupo, turma)	
Solicita a superação das suas capacidades na realização das tarefas	
Incentiva a participação nas tarefas propostas	
<b>Organização, controlo e segurança das atividades</b>	
Organiza a atividade de modo a cumprir os objetivos da aula	
Deteta e previne situações de risco	
Posiciona-se e circula corretamente no espaço de aula para que controle a maioria da turma	
Intervém sistematicamente na execução das tarefas	
Os alunos que não realizam a aula têm uma tarefa complementar	
<b>Gestão dos recursos</b>	
Faz a gestão do tempo de aula (períodos de instrução/demonstração, de organização e transição)	
Faz a gestão do material de acordo com os objetivos da aula	
Faz a gestão dos grupos constituídos de acordo com os objetivos da aula	
Adapta-se oportunamente aos seus imprevistos aumentando o Tempo de Empenhamento Motor	
<b>Instrução/Introdução das atividades</b>	
Explica e/ou demonstra clara e oportunamente a atividade/exercício	
Recorre quando necessário, a alguns alunos e/ou auxiliares de ensino	
Transmite com eficácia e economia de tempo	
<b>Regulação das atividades</b>	
Intervém de forma sistemática e eficaz na ação dos alunos	
Corrige os alunos, ciclo de feedback (FB – Acompanhamento – FB)	
Estimula os alunos (incentiva)	
Estrutura o comportamento dos alunos (disciplina/condução apropriada/socio-afetividade)	
<b>Linguagem utilizada</b>	
Utiliza uma linguagem clara e acessível à compreensão dos alunos	
Utiliza termos técnicos de forma oportuna e adequada	
<b>Sequência da aula</b>	
A aula apresenta uma estrutura coordenada, coerente, continua e sem quebras	
A intensidade e dificuldade das tarefas estão adequadas às capacidades dos alunos	
<b>Conclusão da aula</b>	

Conclui a aula de modo sereno e tranquilo	
Realiza um balanço da atividade (dando feedback aos alunos)	
Desperta os alunos para etapas seguintes da Unidade didática (extensão de conteúdos)	
<b>Concordância com o plano de aula</b>	
A aula decorre genericamente de acordo com o plano de aula	
Perante situações imprevistas, revela capacidade para se adaptar	
Não perde de vistas os objetivos definidos e o essencial da aula	

<b>0</b>	Não executa	<b>2</b>	Execução adequada/opurtuna/segura
<b>1</b>	Execução inconsciente c/ perda de tempo	<b>3</b>	Excelente/consciente

**Outras observações:**

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

## Anexo E – Cartaz da AICE (IV Festival da Levada)

# IV FESTIVAL de DESPORTO da LEVADA

## Turno da manhã

Início às 8h45  
Término às 13h30

<b>08h45 – 09h30</b>		<b>12h30 – 13h30</b>
<b>Pavilhão</b>	<b>Campos Exteriores</b>	<b>Pavilhão</b>
• JUDO	• ORIENTAÇÃO	• ZUMBA
• ESCALADA	• BTT	
• PATINAGEM	• JOGOS TRADICIONAIS	
• STEP		

## Turno da tarde

Início às 14h  
Término às 16h30

<b>09h30 – 09h45</b>		<b>14h – 16h30</b>
<b>Campo 3</b>		• TORNEIO DE TÊNIS
• DEMONSTRAÇÃO AUTOMODELISMO		
<b>09h45 – 11h15</b>		
<b>Pavilhão</b>	<b>Campos Exteriores</b>	
• JUDO	• ORIENTAÇÃO	
• ESCALADA	• BTT	
• PATINAGEM	• AUTOMODELISMO	
• STEP	• JOGOS TRADICIONAIS	

**11h15 – 12h30**

**Pavilhão**

- CHEGADA DO CAB
- JOGO DE BASQUETEBOL: CAB VS ALUNOS EBSAAS



## Anexo G – Caracterização da Turma (questionário)

### Questionário

Este questionário pretende recolher informações para ajustar a intervenção pedagógica. Deverás por isso ser o mais sincero e rigoroso possível.

#### Dados Pessoais

Nome:	Número:
Telemóvel:	E-mail:

#### **1. Prática Desportiva, Curricular e Extracurricular**

**1.1 Práticas ou já praticaste alguma(s) modalidade(s) desportiva(s) ? Indica a modalidade e o número de anos de prática. (Possibilidade de várias opções).**

Não       Sim, no desporto escolar. Qual? \_\_\_\_\_

Nº anos: \_\_\_\_\_

Sim, no desporto federado. Qual? \_\_\_\_\_ Nº anos: \_\_\_\_\_ Clube: \_\_\_\_\_

Outro: \_\_\_\_\_

**1.2 Frequentas alguma atividade extracurricular (música/teatro/dança/escutismo/...)?**

Não       Sim, qual/quais? \_\_\_\_\_ Nº anos: \_\_\_\_\_

Quantas vezes por semana? \_\_\_\_\_

**1.3 De entre estas atividades, escolhe as três que gostas mais de fazer.**

Ler       Andar de bicicleta       Ver televisão       Ir ao cinema       Passear

Videojogos       Navegar na internet       Ajudar os pais       Sair com amigos

**1.4 Assinala com um “X”, na primeira coluna as matérias de ensino que praticaste no 2.º Ciclo. Na segunda coluna, assinala com um “+” as matérias que gostas mais e com um “-” as que gostas menos.**

Matérias de ensino	2.º Ciclo	As 3 que gosto mais (+) e as 3 que gosto menos (-)
Futebol		
Basquetebol		
Andebol		
Voleibol		
Râguebi		
Madeirabol		
Ginástica		
Patinagem		
Badmington		
Ténis de Mesa		
Atletismo		
Desportos de Combate		
Orientação/Escalada		
Dança		
Outras _____		

**1.5 Numa escala de 1 a 5, que importância atribuis à Educação Física?**

- 1 - Nenhuma importância
- 2 - Pouca importância
- 3 - Importância razoável
- 4 - Muita importância
- 5- Extrema importância

Porquê? \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**1.6 Na disciplina de Educação Física, achas que o teu desempenho é:**

- 1 – Muito mau
- 2 – Mau
- 3 – Razoável
- 4 – Bom
- 5 – Muito bom

Porquê? \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**1.7 Como te deslocas para a escola?**

- Carro     Autocarro     A pé     Outro, qual? \_\_\_\_\_

Quanto tempo demora? \_\_\_\_\_

**1.8 Sabes nadar?**

- Não     Sim, mas só onde tenho pé.     Sim

**1.9 Quando estás numa varanda bastante alta tens medo de olhar para baixo?**

- Não     Não, mas sinto tonturas.     Sim

**1.10 Gostarias de sair da escola para fazer este tipo de atividade em meio natural?**

Não       Sim, mas acho que os meus pais não dariam autorização       Sim

**2. Saúde e hábitos alimentares**

Saúde	Sim	Não
2.1 Possuis algum problema cardíaco?		
2.2 Já tiveste algum familiar com problemas cardíacos?		
2.3 Sentes dor ou desconforto no peito quando realizas atividades físicas?		
2.4 Já perdeste a consciência em alguma ocasião ou sofreste alguma queda provocada por tontura?		

2.5A que horas costumas ir dormir durante a semana? \_\_\_\_\_ E ao fim de semana?

\_\_\_\_\_

2.6A que horas costumas acordar durante a semana? \_\_\_\_\_ E ao fim de semana? \_\_\_\_\_

2.7 Em termos de qualidade, numa escala de 1 a 5, como consideras a tua alimentação?

1 – Muito má     2 – Má     3 – Razoável     4 – Boa     5 – Muito Boa

2.8 Em média, quantas refeições fazes por dia?      R: \_\_\_\_\_ refeições

Quais? \_\_\_\_\_

2.9 Com que frequência comes os seguintes alimentos e bebidas? No quadro abaixo deves indicar em que refeição os comes (pequeno-almoço, almoço, lanches, jantar).

	Quase nunca	1 a 3 dias por semana	4 a 6 dias por semana	Todos os dias	Quando
Leite/iogurtes					
Fruta					
Pizas					
Hambúrgueres					
Bolos					
Peixe					
Rebuçados, gomas e chocolates					
Sopa					
Batatas fritas					
Saladas					
Legumes					
Frango e peru					
Refrigerantes					
Carne de vaca e de porco					

Obrigado pela tua colaboração 😊

## Anexo H – Cartaz da ACPI



Universidade da Madeira  
 Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário  
 Núcleo de Estágio da Escola Dr. Ângelo Augusto da Silva  
 Ano Letivo 2014/2015



## Questionário

O presente questionário apresenta algumas perguntas sobre a escola inclusiva, a Educação Física em turmas com alunos com Necessidades Educativas Especiais. Em algumas perguntas surge o “porquê” e poderás escolher mais do que uma opção. Pedimos que respondas a todas as perguntas da forma mais sincera possível.

1. Sentes-te bem na tua escola?      Sim       Não

Porquê?

Tenho muitos amigos na escola		Não tenho muitos amigos	
Sinto-me sozinho na escola		Não gosto de estudar	
Gosto de estudar		Os colegas gozam comigo	
Sinto-me triste na escola		Sinto-me alegre e feliz na escola	

2. Quando tens problemas ou dificuldades perguntas ao professor?

Sim       Não

3. Sobre as aulas de Educação Física:

	Sim	Não
Gosto das aulas de Educação Física		
Nas aulas de Educação Física realizo as mesmas tarefas que os meus colegas		
Os meus colegas respeitam-me e ajudam-me quando tenho dificuldade		
Sinto que os exercícios de Educação Física são apropriados para mim		
O professor de Educação Física dá-me mais atenção do que aos outros colegas		
O professor de Educação Física ajuda-me nos exercícios		
Sinto-me motivado para as aulas de Educação Física		

Obrigada pela colaboração!

### Programa da Ação Científico-Pedagógica Individual

<b>16h30</b>	Abertura da sessão Local: Ginásio
<b>16h35</b>	<i>“Alunos com Necessidades Educativas Especiais - Abordagem Inclusiva nas aulas de Educação Física”</i> - <b>Hércules Gouveia</b> (componente teórica) Local: Ginásio
<b>16h50</b>	<i>“Novas regras de basquetebol – Situações de aprendizagem”</i> - <b>Carolina Escórcio</b> (componente teórica) Local: Ginásio
<b>17h05</b>	<i>“Alunos com Necessidades Educativas Especiais - Abordagem Inclusiva nas aulas de Educação Física”</i> - <b>Hércules Gouveia</b> (componente prática) Local: Pavilhão da Escola
<b>17h30</b>	<i>“Novas regras de basquetebol – Situações de aprendizagem”</i> - <b>Carolina Escórcio</b> (componente prática) Local: Pavilhão da Escola
<b>17h55</b>	Fecho da sessão Local: Pavilhão da Escola

Anexo K – Questionário de satisfação da ACPI



Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva  
Núcleo de Estágio de Educação Física  
Ano Letivo 2014-15

## QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO DOS PROFESSORES

“Alunos com Necessidades Educativas Especiais – *Abordagem Inclusiva nas Aulas de Educação Física*” – Hércules Gouveia

O seguinte questionário tem como objetivo avaliar o grau de satisfação dos professores acerca da Ação Científico-Pedagógica Individual desenvolvida pelos Professores Estagiários. O questionário é de caráter anónimo.

1. Como avalia a temática da ação?

Nada interessante	
Pouco Interessante	
Interessante	
Muito Interessante	

2. Como avalia a exposição dos conteúdos?

	Mau	Suficiente	Bom	Muito Bom
Clara				
Objetiva				
Estruturada				
Sucinta				

3. A ação contribuiu para enriquecer o seu conhecimento sobre a temática?

Não contribuiu	
Contribuiu pouco	
Contribuiu	
Contribuiu muito	

4. Tentará incluir os conhecimentos abordados na sua aula de Educação Física?

Sim	
Não	

Anexo L – Plano da parte prática da ACPI

<b>Plano de Aula Nº</b>		<b>Prof. Estagiário:</b> Hércules Gouveia			
<b>U.D.:</b>		<b>Local:</b> Pavilhão	<b>Data:</b> 09-02-2015	<b>Hora:</b> 17h05	
<b>Nº Alunos:</b>		<b>Ano:</b>	<b>Aula:</b>	<b>Duração:</b> 25'	
<b>Material:</b> Kit boccia / Kit Goalball/ bolas de voleibol/ Vendas/ fitas de pintor/ Bancos suecos/ fita métrica			<b>Objetivos Gerais:</b> Permitir o contacto com novas modalidades praticadas por indivíduos com deficiência ou Necessidade Especial		
<b>Objetivos Específicos:</b> Sensibilizar quer os professores, quer os presentes para a inclusão e a igualdade de oportunidades dos alunos. Através destas atividades permitir aos praticantes perceberem um pouco melhor as dificuldades das pessoas portadoras de deficiência.					
<b>Sumário:</b>					
P.	Conteúdos/Objetivos	Organização/Descrição	Representação gráfica	T E	TA
INICIAL	Jogo de manipulação da bola no espaço (jogo adaptado para cegos)	- Os praticantes vendados, encontram-se sentados em círculo no meio do campo. Cada 1, com uma bola e com as pernas afastadas, executa os exercícios que o professor vai propondo: 1º - Lançamentos de uma mão para outra mão; 2º - Lançar a bola ao ar (baixinho) sem deixar a bola cair; 3º - Dribla com ambas as mãos; 4º - De cócoras, dribla com ambas as mãos; 5º - Dribla só com a mão direita / só com a esquerda; 6º - Vai subindo, aumentando a distância do drible com a mão dominante; 7º - Faz percurso a direito com drible.		5'	17h05 – 17h10
FUNDAMENTAL	<b>Boccia 3X3</b>	Os praticantes estão divididos em equipas de 3 elementos. Jogadores da equipa vermelha nas casas 1, 3 e 5 e equipa azul, nas casas 2, 4 e 6. Lança a bola branca o jogador da casa nº 1. Dependendo do nº de praticantes, efetuamos não 6 parciais, mas sim um nº reduzido de parciais para dar a possibilidades de todos os presentes participarem.		10'	17h10 - 17h20
FINAL	Goalball 3X3	Os praticantes divididos em equipas de 3 elementos. Dependendo do nº de participantes e do tempo disponível, jogaremos por forma a que cada elemento das equipas possa lançar pelo menos 1 X (caso o jogador que defendeu já tenha lançado, terá de passar a bola a um dos colegas). Os jogadores estão vendados e nas suas posições (dois alas, esquerdo e direito e o pivot). Quando lançarem, têm de respeitar a área de ataque. (Tentar que durante o jogo, se faça o menos ruídos possíveis.)		10'	17h20 – 17h30



## O LUGAR DA EDUCAÇÃO FÍSICA: CERTEZAS, DÚVIDAS E INCOERÊNCIAS



**AÇÃO CIENTÍFICO-PEDAGÓGICA COLETIVA**  
(21 e 28 de fevereiro de 2015)

Local: Campus da Penteada, Universidade da Madeira (Sala do Senado)  
Custo: 7,5 euros ou 5 euros apenas uma sessão com certificado  
(Alunos da UMa: 5 euros ou entrada livre sem certificado)



**21 de fevereiro de 2015 (9h00-18h30)**

**Conferência de abertura:** A intervenção pedagógica em actividade física e estilo de vida.  
**Mesa redonda:** A Educação Física na Escola - O estágio Pedagógico

**Módulo I:** A importância da Educação Física no imaginário social  
**Módulo II:** A dinâmica de grupo vs individualidade



**28 de fevereiro de 2015 (9h00-18h30)**

**Módulo III:** O papel da Educação Física na promoção de hábitos de vida saudáveis  
**Módulo IV:** Contributos do Atletismo e do Voleibol no desenvolvimento de hábitos de vida saudáveis  
**Módulo V:** Alunos com necessidades especiais: estratégias de operacionalização

**INSCRIÇÕES ATÉ DIA 17 DE FEVEREIRO**

**LINK DE INSCRIÇÃO:** <https://tinyurl.com/evento1501>  
**AÇÃO VALIDADA PELA SRERH EM 16 HORAS PARA OS AGRUPAMENTOS 160, 260 E 620**

**CONTACTOS**  
96-7744388  
[binc.berbera@gmail.com](mailto:binc.berbera@gmail.com)

## Anexo N – Questionário dos professores ACPC



Universidade da Madeira  
Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário  
Núcleo de Estágio da Escola Dr. Ângelo Augusto da Silva  
Ano Letivo 2014/2015



### Questionário

O presente questionário apresenta algumas perguntas sobre a escola inclusiva, a Educação Física em turmas com alunos com Necessidades Educativas Especiais (N.E.E.) e a formação dos professores. Pedimos que responda a todas as perguntas da forma mais sincera possível.

#### **Escola inclusiva**

1. A escola inclusiva é uma mais-valia?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
2. Considera que a escola inclusiva traz vantagens ao ensino?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
Porquê? Ajuda na socialização <input type="checkbox"/> Promove a igualdade de oportunidades <input type="checkbox"/> Mais trabalho para professores <input type="checkbox"/> Não permite que os alunos aprendam <input type="checkbox"/> Outra <input type="checkbox"/> Qual? _____				
3. Considera que a escola inclusiva é suficientemente inclusiva?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
Porquê? Procura estar próxima de todos os alunos <input type="checkbox"/> Não tem o mesmo tratamento para todos os alunos <input type="checkbox"/> Não tem capacidade de incluir alunos com patologias profundas <input type="checkbox"/> Outra <input type="checkbox"/> Qual? _____				
4. A sua escola oferece as condições materiais necessárias para trabalhar com alunos com NEE?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
5. Sente-se apoiado na sua intervenção (colegas de grupo disciplina, psicólogos ou técnicos do ensino especial...)?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
6. Na sua opinião, os critérios utilizados para inserir os alunos com NEE nas turmas são os mais adequados?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
Porquê? Não têm em consideração a turma <input type="checkbox"/> São turmas reduzidas <input type="checkbox"/> Alunos muito heterogéneos <input type="checkbox"/> Poucos alunos com NEE por turma <input type="checkbox"/> Outra <input type="checkbox"/> Qual? _____				

7. Considera que a escola inclusiva é uma oportunidade de realizar ensino diferenciado?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
---	------------	--	------------	--

### Educação Física

1. Já trabalhou com alunos com Necessidades Educativas Especiais?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
2. Gosta ou gostaria de trabalhar com alunos com NEE incluídos em turmas comuns?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
3. A atenção extra requerida pelos estudantes com NEE pode prejudicar a fluidez das aulas de Educação Física e o desenvolvimento dos demais alunos?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	

Porquê?

Não pode dar a mesma atenção a todos os alunos  Não consegue dar feedback   
 Alunos têm adaptações mas estão inseridos na turma  Outra  Qual? \_\_\_\_\_

4. As crianças com deficiência incluídas nas aulas de Educação Física do ensino regular, em função da relação com os alunos sem deficiência, desenvolvem melhor as suas capacidades escolares do que se tivessem em classes especiais?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
--	------------	--	------------	--

Porquê?

Têm oportunidade de interagir com colegas com outras características   
 Sentem-se deslocados e inadaptados  Não são aceites   
 Não é possível adaptar as tarefas às suas características  Desafios maiores e mais motivação   
 Outra  Qual? \_\_\_\_\_

5. As atividades que aplica nas suas aulas no ensino regular são apropriadas para estudantes com deficiência?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
---	------------	--	------------	--

**Se respondeu “Não” na questão 1, não precisa responder às questões 6, 7 e 8 nesta secção.**

6. Durante as aulas opta por adaptar os exercícios aos alunos com NEE?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
7. Realiza trabalho específico com estes alunos?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
8. Respeita as adaptações e procura colocar em prática as estratégias definidas no processo individual do aluno?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	

### Formação dos professores

1. Sente-se capaz de lecionar em turmas com alunos comuns e alunos com NEE?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
---	------------	--	------------	--

Porquê?

Não tenho experiência  São alunos como os outros  Tenho receio   
 Não tenho formação  É possível adaptar as estratégias aos alunos  Outra  Qual? \_\_\_\_\_

2. A formação que teve foi suficiente para dar resposta aos problemas encontrados?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
3. Sente-se competente para implementar um Programa Educativo Individual para um aluno	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	

com NEE?				
4. Já procurou recursos próprios para a sua atuação no processo de inclusão escolar de alunos com NEE (pós-graduação, livros, revistas, orientação de colegas, etc...)?	<b>Sim</b>		<b>Não</b>	
5. Em que área considera que necessita de mais formação?				
Identificação de alunos com NEE	<input type="checkbox"/>	Avaliação	<input type="checkbox"/>	Alunos com dificuldades motoras <input type="checkbox"/>
Alunos com dificuldades cognitivas	<input type="checkbox"/>	Outra	<input type="checkbox"/>	Qual? _____
_____				

Adaptado de Avramidis, et al (2000); Souza & Boato (2009) Obrigada pela sua colaboração!

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

# IV FESTIVAL de DESPORTO da LEVADA

19 de Março, quinta-feira



**Jogo das Estrelas CAB-Madeira vs EBSAAS 11h30 - 12h30**

<b>Escalada</b>	<b>BTT</b>
<b>Zumba</b>	<b>Basquetebol</b>
<b>Judo</b>	<b>Orientação</b>
<b>Patinagem</b>	<b>Step</b>
<b>Ténis 14h – 16h30</b>	<b>Jogos tradicionais</b>
	<b>Automodelismo</b>

**Local: Pavilhão e Instalações da EBSAAS**

**Horário: 8h45 até às 13h30**

Organização: Grupo Disciplinar de Educação Física e Núcleo de Estágio

Vem e Diverte-te!

## **CONVITE À COMUNIDADE ESCOLAR**

Convidamos todos os professores e respetivas turmas a participar no ***IV Festival de Desporto da Levada*** que se irá realizar no **dia 19 de Março de 2015 (5ª feira)** das **8h45 às 13h30**, nas instalações desportivas da EBSAAS.

Esta atividade é desenvolvida pelo Núcleo de Estágio de Educação Física da Universidade da Madeira e tem como objetivo promover a Atividade Física Desportiva e contribuir para a adoção de Estilos de Vida Saudáveis junto de alunos, professores e funcionários.

Serão realizadas diversas atividades ao longo do dia, destacando-se “**A VISITA DO CLUBE AMIGOS DO BASQUETE - CAB**” entre as **11h:15 e as 12h:30**, no Pavilhão da EBSAAS, nomeadamente a realização de um **Jogo Convívio entre o CAB e os Alunos da Escola** e a realização de atividades em conjunto com as jogadoras. De seguida, realizar-se-á uma aula de **Zumba**, destinada a toda a comunidade escolar.

Certos da Vossa Colaboração, Agradecemos Antecipadamente a Vossa Presença.

Com os melhores cumprimentos

Núcleo de Estágio de Educação Física

O Conselho Executivo

---

---

## Anexo Q – Exemplo de carta de agradecimento pela colaboração no IV Festival da Levada

Carta de agradecimento

Caro Miguel Zacarias

O IV Festival de Desporto da Levada, realizado no passado dia 19 de março, foi um evento significativo e marcante na nossa Escola superando todas as nossas expetativas.

Tal deve-se em muito à MZBke, o vosso apoio foi determinante, assim como dos vossos colaboradores participantes no Festival, demonstrando grande empenho, dedicação e disponibilidade. (o Hugo, o Duarte e o “Jota”).

Em nome da Escola Dr. Ângelo Augusto da Silva, queremos uma vez mais, desta forma, manifestar os nossos sinceros agradecimentos a todos aqueles que contribuíram para o sucesso desta iniciativa.

Agradecendo uma vez mais, com os melhores cumprimentos

Adérito Nóbrega

Carolina Escórcio

Hércules Gouveia

## IV Festival de Desporto da Escola da Levada

O Núcleo de Estágio de Educação Física da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, com os Professores Carolina Escórcio e Hércules Gouveia foram os responsáveis pelo “TV Festival de Desporto da Levada”, inserido na “Semana das Expressões” e cujo principal objectivo foi o de proporcionar à comunidade escolar diferentes experiências desportivas, em parceria com entidades desportivas regionais.

Na hora do balanço, os futuros profissionais de Educação Física e Desporto não escondiam a satisfação pela forma como decorreu a actividade e pela participação e empenho de todos.

O dia começou com um vasto conjunto de actividades desportivas tradicionais, entre as quais se destacam o pião, as andas, o tiro às latas entre muitos outros, dinamizados pelos colegas de grupo da escola e ainda as experiências de orientação e escalada.

Durante toda a manhã, foram mais de uma centena de alunos e alguns corajosos professores, que “voaram” num slide montado entre a vistosa varanda daquele estabelecimento de ensino e o terreno adjacente ao Pavilhão. Acção só possível graças à colaboração da CMF, do Clube de Aventura da Madeira, do Gabinete do Desporto Escolar e o formador José Coelho.

O Automodelismo proporciona-

do pela SlotMadeira atraiu a atenção dos muitos curiosos com a perícia e a velocidade que os pequenos carros atingiram. O BTT-Downtown apoiado pela MZBike foi das modalidades mais aplaudidas enquanto o Judo proporcionado pelo Judo Clube da Madeira, contou com a participação da campeoníssima Paula Saldanha, actividade muito concorrida e inédita na escola.

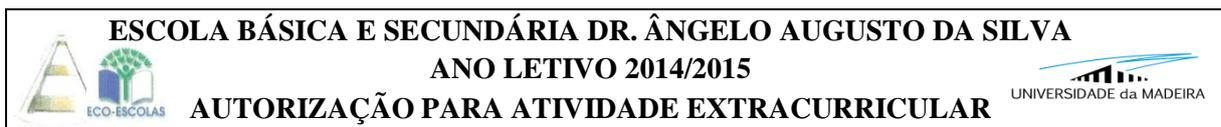
Patinagem de velocidade apoiada pelo C. S. Marítimo, as práticas de Step, com a instrutora Marlene Silva e a professora Inês Melim, e o Zumba com a instrutora Joana Silva foram mais alguns dos momentos de grande diversão e participação.

Um dos momentos altos das actividades foi a participação da equipa feminina do CAB. Foram muitos aqueles que quiseram desafiar as craques madeirenses, em jogos bem disputados, mas onde as meninas do CAB raramente deram hipóteses.

A actividade teve o seu final com uma mega aula de Zumba, onde a instrutora Joana Silva, conseguiu encher um pavilhão de alunos e alguns professores.

Uma das mais-valias deste Festival é a interacção existente entre a escola e a comunidade através da ligação com as entidades desportivas regionais que apoiam o evento.

Anexo S – Autorização dos Encarregados de Educação para a participação na atividade náutica



No dia **12 de maio de 2015**, a turma 7º3, realizará uma actividade náutica no Clube Naval do Funchal. Esta atividade insere-se no âmbito da disciplina de **Educação Física**.

A deslocação efetuar-se-á a pé. A atividade terá um **custo de 2 Euros por aluno / pessoa** pelo que os alunos, no ato de entrega da presente autorização, **devem apresentar o valor** entregando-o ao professor de Educação Física. **Caso o Encarregado de Educação pretenda levar ou buscar o seu educando ao local da atividade, necessita informar através da declaração de autorização ou caderneta do aluno.**

<b>Itinerário:</b> Escola B+S Dr. Ângelo Augusto da Silva – Av. Sá Carneiro (Centro do Funchal / Varadouro de São Lázaro) – Escola B+S Dr. Ângelo Augusto da Silva		
<b>Horário:</b> 14h – 18h	<b>Partida:</b> 14h	<b>Chegada:</b> 18h
<b>Objetivos:</b> - Participar em atividades de grandes espaços exteriores ao contexto escolar; - Promover as atividades náuticas de canoagem, vela e <i>stand uppaddle</i> ; - Desenvolver a solidariedade e a responsabilidade cívica dos alunos.		
<b>Atividades a desenvolver:</b> Participação em Canoagem, Vela e <i>Stand UpPaddle</i> .		
<b>Responsáveis:</b> Professor Adérito Nóbrega, Professor Hércules Gouveia e Professora Carolina Escórcio.		
<b>Os alunos deverão levar:</b> Equipamento desportivo apropriado (fato de banho, t-shirt, chinelos e toalha de praia), protetor solar, boné e lanche.		

Professores responsáveis: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**O Conselho Executivo**

\_\_\_\_\_

**DECLARAÇÃO**

Eu, \_\_\_\_\_ Encarregado de Educação do (a) aluno (a) \_\_\_\_\_, da turma \_\_\_\_\_, \_\_\_\_º ano, declaro que autorizo o meu educando a participar na **Atividade Náutica no Clube Naval do Funchal** (Varadouro de São Lázaro), a decorrer no dia **12 / 05 / 2015 (3.ª feira)** entre as **14:00h e as 18:00h**.

Data: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**O Encarregado de Educação**

\_\_\_\_\_



Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva  
Núcleo de Estágio de Educação Física  
Ano Letivo 2014-15

**QUESTIONÁRIO DE SATISFAÇÃO DOS ALUNOS QUE PARTICIPARAM NA  
ATIVIDADE EXTENSÃO CURRICULAR**

Nome do aluno: \_\_\_\_\_ Nº \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

1. Gostaste da atividade náutica?

Não gostei	
Gostei pouco	
Gostei	
Gostei muito	

2. O que foi que gostaste mais?

Convívio com os colegas e professores	
Canoagem	
Paddle surf	
Nadar com os colegas	
Outra, qual?	

3. O que gostaste menos?

Ter poucos colegas da turma	
Canoagem	
Paddle surf	
Ter outros colegas de outra turma	
Outra, qual?	

4. Porque achas que não foram mais colegas da tua turma?

Eles tinham de estudar para os testes	
Eles não conseguiram autorização do EE	
Têm vergonha dos colegas	
Não gostam de desportos náuticos	
Outra, qual?	

Obrigada pela tua colaboração!

## Anexo U – Questionário dos alunos que não participaram na atividade náutica



Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva  
Núcleo de Estágio de Educação Física  
Ano Letivo 2014-15

### Questionário para os alunos que não participaram na atividade extensão curricular

Nome do aluno: \_\_\_\_\_ Nº \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

#### 1. Porque não participei na atividade?

Tinha de estudar para os testes	
Não consegui autorização do EE	
Tenho vergonha	
Não gosto de desportos náuticos	
Era muito caro	
Porque também iam alunos de outra turma	
Porque não era obrigatório ir	
Outra, qual?	

#### 2. Participaria na atividade se:

A atividade se realizasse no horário de aula	
Não tivéssemos testes nesta semana	
Fosse só a nossa turma	
Não fosse alguns colegas de quem eu não gosto	
Outra, qual?	

#### 3. Achas que os teus colegas que participaram na atividade:

Não gostaram	
Gostaram pouco	
Gostaram	
Gostaram muito	

Obrigada pela tua colaboração!