

CARLOS FILIPE FIGUEIRA FERNANDES PIO

RELATÓRIO SOBRE A ATIVIDADE PROFISSIONAL

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Faculdade de Educação Física e Desporto

Lisboa

2018

CARLOS FILIPE FIGUEIRA FERNANDES PIO

RELATÓRIO SOBRE A ATIVIDADE PROFISSIONAL

Relatório de Atividade Profissional defendido em prova pública na Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias no dia 18 de Março de 2019, perante o Júri, nomeado pelo despacho reitoral nº52/2019, com a seguinte composição:

Presidente: Professor Doutor Jorge dos Santos Proença Martins

Orientador: Professor Doutor Francisco Alberto Arruda Carreiro da Costa

Arguente: Professor Doutor João Jorge Comédias Henriques

Vogal: Professor: Luís António Fernandes Bom

**Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
Faculdade de Educação Física e Desporto**

**Lisboa
2018**

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais, pelo apoio incondicional que sempre me deram.

À minha filha, por me fazer querer ser melhor.

À minha companheira Carina por todo o apoio e paciência.

Ao Professor Doutor Carreiro da Costa por toda a disponibilidade e apoio demonstrados.

RESUMO

Tendo o meu percurso profissional iniciado como treinador de Voleibol no Sport Lisboa e Benfica na época desportiva de 1997/1998 (em setembro 1997), em fevereiro de 1998, ainda durante a frequência da Licenciatura em Educação Física e Desporto na Universidade Lusófona, tive o meu primeiro contato com a lecionação da Educação Física no ensino básico, ao lecionar em regime de substituição, no 2º ciclo do ensino básico (fevereiro a junho de 1998).

A essa primeira experiência, seguiu-se o Estágio Pedagógico (2009/2010) e no ano seguinte iniciou a lecionação de Expressão Físico Motora nas Atividades de Enrichimento Curricular.

É exatamente uma análise sobre esta última experiência que o Relatório pretende fazer refletir, sobre a importância da sensibilização para a atividade física na primeira infância, para a criação de hábitos e preferências na prática da mesma.

Palavras-chave: atividade física, escola, ensino-aprendizagem, professor

ABSTRACT

My professional career began as a Volleyball Coach at the Sport Lisboa e Benfica in the sport season of 1997/1998, (September 1997).

In February 1998, still in Lusófona University, I taught Physical Education to second cycle of basic education classes in a public school. This was the first time I taught.

This first experience was followed, years later, by a professional internship as I graduate from Lusófona University of Physical Education.

One year after, I began to teach Motor Physical Expression at the Curricular Enrichment Activity to first cycle of basic education classes in a public school.

This report contends to analyze my experience in teaching and reflects on the major importance of the Motor Physical Expression in the childhood.

Keywords: physical activity, school, teaching-learning, teacher

Índice

AGRADECIMENTOS	1
RESUMO	2
ABSTRACT	3
ÍNDICE	4
INTRODUÇÃO	5
Parte I – Atividade Profissional	
1.1. Contexto Escolar	7
1.2. Análise da atividade profissional desenvolvida	11
Parte II – Expressão Físico Motora nas Atividades de Enriquecimento Curricular	
2.1. Enquadramento Teórico	15
2.2. Desenvolvimento do ensino e da aprendizagem	
2.2.1. Preparação e organização das atividades letivas	18
2.2.2. Relação pedagógica com os alunos	23
2.2.3. Processo de avaliação das aprendizagens dos alunos	25
2.3. Participação na escola e relação com a comunidade educativa	25
2.4. Contributo para a realização dos objetivos e metas do Projeto Educativo e dos Planos Anual e Plurianual de Atividade	28
2.5. Desenvolvimento e Formação Profissional ao Longo da Vida	30
CONCLUSÃO	32
BIBLIOGRAFIA	34
ANEXOS	35

INTRODUÇÃO

O processo de desenvolvimento das capacidades percetivo-motoras na infância, promovendo a aquisição de habilidades e a aptidão física de forma individualizada, é o alicerce fundamental de um adulto com hábitos de vida saudáveis.

Partindo dessa premissa, este relatório visa cumprir três objetivos essenciais:

Cumprir as recomendações da Universidade Lusófona, para a creditação da formação de licenciaturas anteriores ao processo de Bolonha, com vista à obtenção pelo autor do Grau Mestre em ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, por via de relatório pormenorizado da sua atividade profissional;

1. Efetuar uma reflexão orientada sobre o seu percurso profissional e pessoal, assente numa narrativa docente e em contributos de contextos educativos escolares e extraescolares diversificados;

2. Concorrer para a elevação da Expressão Físico Motora (EFM) nas Atividades Enriquecimento Curricular (AEC), enquanto espaço educativo essencial no desenvolvimento das crianças.

O presente documento consiste no relatório da atividade profissional do autor, respeitante ao período de 2010 a 2015, que constitui a sua terceira experiência no ensino, ao dinamizar a atividade física nas AEC, nas escolas de 1º Ciclo da Cotovia, de Sampaio, do Zambujal do Agrupamento de Escolas de Sampaio, concelho de Sesimbra.

No ano anterior a ter iniciado a lecionação nas AEC, o autor realizou o Estágio Pedagógico, no âmbito da Licenciatura em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, pela Faculdade de Educação Física da Universidade Lusófona de Lisboa.

Foi um desafio em termos de aquisição de conhecimentos teóricos, que de forma voluntária pretendeu adquirir como forma de fundamentar teoricamente a elaboração do Planeamento que desenvolveu e dinamizou nas AEC “o ensino da atividade física como forma de capacitar os alunos a receber, interpretar e responder com êxito a uma informação sensorial” (Capon, 1974, p. 13) e “os resultados são fruto da aquisição de capacidades percetivo-motoras adquiridas na infância” (Capon, 1974, p. 6).

O presente Relatório divide-se em duas partes. A primeira parte descreve de forma sucinta o contexto escolar e a atividade profissional desenvolvida. Na segunda parte explana-se sobre a expressão físico motora lecionada nas AEC, o seu enquadramento teórico e as várias componentes de aplicação em contexto de aula.

Na Conclusão, reflete-se sobre a necessidade de enquadrar as AEC num paradigma lúdico, que vai ao encontro das preocupações levantadas pela Direção Geral de Educação em junho 2017, em Ofício sobre as AEC “(...)devem orientar-se para o desenvolvimento da criatividade e das expressões(...)as transformações sociais têm conduzido a uma progressiva redução do tempo disponível para as crianças brincarem de forma livre e espontânea. Este movimento é descrito por alguns autores como uma “colonização do tempo” de brincar e já é associado ao crescimento de

problemas de saúde pública, tais como a obesidade, as perturbações da ansiedade e a depressão na infância e na adolescência (...)" (Direção Geral de Educação, cf. Anexo VIII).

Parte I – Atividade Profissional

1.1. Contexto Escolar

O concelho de Sesimbra situa-se no sudoeste da Península de Setúbal, possui uma área de 194,98 quilómetros quadrados e integra a Área Metropolitana de Lisboa. É limitado a norte pelos municípios de Almada e Seixal, a nordeste pelo Barreiro, a leste por Setúbal e a sul oeste pelo Oceano Atlântico. A sua linha de costa, com múltiplas paisagens, estende-se desde a Lagoa de Albufeira até à Serra da Arrábida.

Segundo os Censos 2011(Instituto Nacional Estatística, <https://www.ine.pt>), a população residente no concelho de Sesimbra, naquele ano, era de 48.506 habitantes, na sua maioria pertencentes à freguesia da Quinta do Conde (52,7 por cento), seguindo-se em dimensão populacional a freguesia do Castelo, com 37,4 por cento, e por último a freguesia de Santiago, com 9,9 por cento da população.

Em 10 anos a população de Sesimbra cresceu 30,1 por cento, mas esse crescimento foi muito desigual: diminuiu 16 por cento na freguesia de Santiago e teve um crescimento extraordinário de 62,1 por cento na freguesia da Quinta do Conde.

Quadro 1 - Freguesias do concelho de Sesimbra (Instituto Nacional Estatística, <https://www.ine.pt>)

Freguesias	População residente	Estrutura (em %)	Variação entre 2011/2001
Castelo	19 053	38,49%	+ 25,29%
Santiago	4 841	9,78%	-16,43%
Quinta do Conde	25 606	51,73%	+54,56%
Total	49 500	100%	+31,76%

No Quadro 2 pode ver-se a distribuição etária de cada uma das freguesias e do concelho de Sesimbra na sua globalidade.

A freguesia de Santiago é a que tem mais idosos: 32,2 por cento dos residentes da freguesia têm 65 anos ou mais. Na Quinta do Conde, a freguesia com população mais jovem, estes idosos representam apenas 11,9 por cento dos residentes. No campo oposto, dos residentes até aos 14 anos, verifica-se que a maior fatia se encontra na Quinta do Conde: 19,9 por cento. Em contrapartida, na vila de Sesimbra, os mais jovens representam apenas 7,9 por cento.

Quadro 2 – Distribuição etária de cada uma das freguesias do concelho Sesimbra (Instituto Nacional Estatística, <https://www.ine.pt>)

Freguesias	Total	0-14 anos	15-24 anos	25-64 anos	65 ou mais anos
Castelo	100%	16,5%	10,1%	56,4%	16,9%
Santiago	100%	7,9%	8,6%	51,3%	32,2%
Quinta do Conde	100%	19,9%	10,5%	57,7%	11,9%
Total do concelho	100%	17,4%	10,2%	56,6%	15,8%

No Quadro 3 apresenta-se a estrutura da população em função das suas qualificações escolares.

Neste indicador, é muito grande a percentagem dos residentes sem qualquer qualificação, porque está aqui considerada toda a população, incluindo as crianças.

A freguesia de Santiago apresenta percentagens mais baixas, para as qualificações escolares mais elevadas. A freguesia da Quinta do Conde apresenta maior peso dos residentes com o 3.º ciclo e o secundário, mas a freguesia do Castelo é a que tem maior percentagem de população com cursos superiores.~

Quadro 3 - População do concelho de Sesimbra em função das suas qualificações escolares (Instituto Nacional Estatística, <https://www.ine.pt>)

Freguesias	Total	Nenhum	1.º ciclo	2.º ciclo	3.º ciclo	Secundário	Pós secundário	Superior
Castelo	100%	19,1%	22,3%	12,8 %	17,2%	14,1%	1,9%	12,6%
Santiago	100%	18,5%	34,4%	12,8 %	15,2%	11,1%	1,1%	7%
Quinta do Conde	100%	19,1%	18,3%	12,9 %	20,3%	17,8%	1,8%	9,8%
Total do concelho	100%	19,1%	21,4%	12,9 %	18,6%	15,7%	1,7%	10,6%

No ano letivo de 2010/2011 o autor dinamizou AEC de Atividade Física e Desportiva na Escola Básica da Cotovia, do Zambujal 1 e do Zambujal 2.

Nos anos letivos de 2011/2012 e 2012/2013 o autor dinamizou AEC de Atividade Física e Desportiva na Escola Básica da Cotovia.

Foram dinamizadas aulas de Atividade Física nas Atividades Enriquecimento Curricular na Escola Básica de Sampaio no ano letivo de 2013/2014, inaugurada nesse ano letivo.

No ano letivo de 2014/2015 o autor dinamizou AEC de Atividade Física e Desportiva nas Escolas Básicas da Cotovia e de Sampaio.

Todas as escolas referidas pertencem ao mesmo Agrupamento de Escolas de Sampaio, Freguesia do Castelo, em Sesimbra.

O Agrupamento de Escolas de Sampaio foi criado em julho de 2012 e resultou da agregação da Escola Secundária de Sampaio com o extinto Agrupamento de Escolas do Castelo, passando a integrar, a partir do ano letivo de 2013/2014, cinco estabelecimentos de ensino e/ou educação pré-escolar, a saber:

- Escola Básica de Sampaio com 1ºciclo e Jardim de Infância;
- Escola Básica da Cotovia com 1ºciclo e Jardim de Infância;
- Escola Básica do Zambujal com 1ºciclo;
- Escola Básica do Castelo com 2º e 3º ciclo;
- Escola Secundária de Sampaio com 3º ciclo e secundário.

O Agrupamento adotou a Escola Secundária de Sampaio como escola sede e no que respeita à localização dos outros estabelecimentos, embora dispersos, situam-se relativamente perto da escola sede: a Escola Básica nº1 do Zambujal, a mais afastada, encontra-se a menos de 5 Km de distância, a Escola Básica da Cotovia a cerca de 1 Km e as Escolas Básicas de Sampaio e do Castelo ficam ao lado da escola sede.

Como se pode concluir pela tipologia dos estabelecimentos escolares, o Agrupamento abrange a educação pré-escolar e todos os níveis de ensino até ao ensino secundário. Por opção, na Escola Básica do Castelo funcionam o 2º ciclo e os 7º e 8º ano do 3º ciclo do ensino básico e, na Escola Secundária de Sampaio, funcionam o 9º ano do 3º ciclo do ensino básico bem como o ensino secundário.

O número de alunos a frequentar o Agrupamento no ano letivo 2012, foi de 2320 assim distribuídos:

- 100 na educação pré-escolar;
- 493 no primeiro ciclo do ensino básico;
- 272 no segundo ciclo do ensino básico;
- 545 no terceiro ciclo do ensino básico;
- 551 nos cursos científicos-humanísticos do ensino secundário;
- 258 nos cursos profissionais do ensino secundário;
- 101 nos cursos de educação e formação de adultos, em regime noturno.

Destes alunos, 130, 5,8% têm necessidades educativas especiais e estão distribuídos pelos diferentes ciclos de ensino.

O número de docentes ao serviço do Agrupamento era no ano letivo 2012/2013 de 228 dos quais 202 pertencem ao quadro e 26 são contratados estando assim distribuídos:

- 7 na educação pré-escolar;
- 9 no ensino especial;
- 30 no primeiro ciclo do ensino básico;
- 32 no segundo ciclo do ensino básico;
- 150 no terceiro ciclo do ensino básico e no ensino secundário.

O número de assistentes operacionais (anteriormente designados de auxiliares da ação educativa) ao serviço do Agrupamento no ano letivo 2012/2013 é de 76, dos quais 54 pertencem ao quadro do Agrupamento, 6 são contratados pela Câmara Municipal de Sesimbra, 4 têm contrato a tempo parcial e 12 têm contrato de emprego e inserção do Instituto de Emprego. O número de assistentes técnicas (anteriormente designados assistentes administrativas) é de 16, das quais 13 trabalham na Escola Secundária de Sampaio, onde está concentrada grande parte dos serviços administrativos, e 3 trabalham na Escola Básica do Castelo.

Parte I – Atividade Profissional

1.2. Análise da atividade profissional desenvolvida

Uma vez que o autor tinha concluído o estágio pedagógico na Escola Pedro Eanes Lobato na Amora, Seixal, no ano anterior e agora encontrando-se a residir em Sesimbra, procurou trabalho na zona, e considerou as AEC uma forma de continuar a trabalhar nas escolas.

No ano letivo de 2010/2011 o autor assinou contrato com a IPSS “Casa do Povo de Sesimbra”, para lecionar Atividade Física e Desportiva nas AEC nas escolas da EB Cotovia, da EB Zambujal 1 e da EB Zambujal 2. Tratando-se do seu primeiro contato com esta atividade, reuniu com a Diretora responsável pela Gestão das AEC daquela instituição, que o elucidou sobre as escolas, o número de turmas e os respetivos horários.

Atendendo à sua experiência no ano de estágio, procurou por Orientações Programáticas (Maria & Nunes, 2007) que contextualizassem a elaboração do planeamento das aulas (Planeamento Anual do 1º e do 2º ano e Planeamento Anual do 3º e do 4º ano, cf. Anexos I e II). Foram criados dois Planeamentos Anuais, um para o 1º e 2º ano e outro para o 3º e 4º ano, com base na publicação “Atividade Física e Desportiva, 1º ciclo do ensino básico, Orientações Programáticas” do Ministério da Educação e “1º Ciclo do Ensino Básico, organização Curricular e Programas” também do Ministério da Educação.

O grande desafio para o autor foi a idade alunos, pois tratou-se da primeira vez que trabalhou com crianças numa fase tão embrionária de desenvolvimento psico-motor. Além da adaptação linguística que teve de realizar, outro grande desafio foi ensinar o comportamento adequado numa aula de educação física, a alunos que na sua maioria nunca tinham tido contato com a disciplina de EFM, nem com ambiente escolar.

A EB da Cotovia tem 8 salas de aula, um campo jogos exterior e um espaço desportivo interior. Uma vez que três turmas coincidiam na hora da aula de educação física, os espaços eram divididos pelas três turmas, em sistema de rollman (Planeamento Anual do 1º e do 2º ano e Planeamento Anual do 3º e do 4º ano, cf. Anexos I e II). O campo de jogos era dividido por duas turmas e o espaço anexo ao refeitório era utilizado pela terceira turma. Quando as condições climáticas não permitiam as aulas de exterior, a aula de EFM para as turmas que deveriam estar no espaço exterior, tinham de ser lecionadas na sala de aula da respetiva turma. A aula era assim adaptada a este contexto, optando-se por atividades de dança, descoberta do corpo e jogos de precisão, como a petanca, as raquetes e jogos tradicionais, por exemplo. Nesta escola lecionou duas turmas de 1º ano, em que mais de 50% dos alunos estavam na escola pela primeira vez.

A EB do Zambujal 1 tem quatro salas de aula e um campo de jogos no exterior sem condições, uma vez que o piso estava em muito mau estado, havendo também um telheiro de reduzidas dimensões com o piso em cimento, o que permitia lecionar quando chovia. As aulas de EFM eram lecionadas uma vez por cada tempo letivo, não havendo assim, aulas de EFM lecionadas em simultâneo, pelo que os espaços estavam todos disponíveis para essa turma.

Na EB Zambujal 2, escola com duas salas de aula e um campo de jogos exterior, também só lecionou a uma turma, não havendo, também coincidência nos horários da EFM.

Este ano letivo foi pautado pelo impacto positivo que causou a estreia a lecionar patinagem. Foi já na Universidade que calçou pela primeira vez na vida uns patins e no estágio pedagógico foi uma das poucas matérias que não abordou, por não haver patins na escola. Atendendo ao material disponível e às instalações das escolas, a modalidade foi incluída no planeamento. O desafio de a lecionar acabou por se transformar na matéria preferida tanto do autor, como dos alunos. Conseguiu que todos os alunos aprendessem a patinar em relativamente poucas aulas, superando receios e convicções de que não seriam capazes, aumentando a relação de confiança entre professor e alunos.

Com o decorrer das aulas a maioria das turmas atingia um nível de patinagem que permitia ao professor abordar algumas matérias da EFM em cima de patins, tais como exercícios com arcos, bolas, cordas, percursos com obstáculos e jogos (“Jogo do Mata”, por exemplo).

Essas aulas exigiam uma preparação especial devido ao fato dos alunos terem que calçar os patins (a forma de apertar era em velcro o que facilitava) e principalmente, nas turmas de 1º ano em que a maioria dos alunos não tinha autonomia para o fazer.

A estratégia nas aulas de patinagem de iniciação era a seguinte: as primeiras aulas versavam sobre a aprendizagem das regras de segurança e de organização da aula. A nível das regras de segurança era obrigatório usar capacete a partir do momento em que os patins estavam calçado, sendo proibido tocar nos colegas (exceto quando solicitado em algum exercício ou jogo).

O autor tinha de organizar a distribuição dos patins por números, ajudando a descalçar os sapatos e a calçar os patins. No final da atividade repetia-se o mesmo processo, mas ao contrário, desta vez, tendo de atar todos os sapatos dos alunos que não o sabiam fazer.

Outra regra de segurança eram os capacetes e fecho as fivelas dos mesmos. Pois os alunos não o conseguiam fazer sozinhos e no final tinha de ajudar, novamente, no processo contrário.

Atendendo a todas estas condicionantes o autor teve de tomar diversas medidas no sentido de rentabilizar o tempo, tais como, no início da aula os alunos faziam fila, organizando-se do pé mais pequeno para o pé maior, uma vez que os patins estavam colocados do mais pequeno para o maior, tornando-se mais fácil e rápida a sua colocação nos alunos.

O autor criou grupos de alunos que sabiam atar os sapatos para ajudar os colegas a atar nesta tarefa.

Nas primeiras aulas em sala de aula, o autor colocou os sapatos em cima das mesas para que os alunos pudessem aprender e treinar a atar os sapatos.

Os alunos também se ajudavam entre si a atar e a desapertar as fivelas dos capacetes.

Antes do período das aulas de patinagem existia uma reunião com os encarregados de educação para a preparação das aulas de patinagem, onde o autor tentava sensibilizar os pais para a aquisição de patins e de capacetes e para que os alunos que não soubessem atar os sapatos trouxessem ténis de velcro. O objetivo da aquisição de material por parte dos pais era que os alunos pudessem praticar quando quisessem, ganhando, também, autonomia no processo de se equiparem, facilitando a preparação da aula.

O autor lembrava que a compra não era necessária, pois a escola dispunha de material, no entanto, a compra do capacete era relativamente barata e muito importante para prevenir o aparecimento de piolhos.

Outra regra também muito importante em termos de higiene era a de que os alunos que não tinham patins eram obrigados a trazer meias lavadas para calçar.

Os patins que a entidade promotora fornecia não eram em número suficiente para haver patinagem em todas as escolas durante todo o ano letivo. O ano era dividido em duas fases, na primeira fase o conjunto total dos patins estava na EB Cotovia e na segunda metade do ano nas escolas Básica Zambujal 1 e Básica Zambujal 2, sendo que estas não tinham condições para a prática da modalidade e a entidade promotora das AEC Casa do Povo, transportava os alunos para as suas instalações.

Quando as condições climáticas não o permitiam, as aulas de EFM eram lecionadas na sala de aula, tornando-se noutra desafio para o autor, que aproveitou essas aulas para lecionar Atividades Rítmicas e Expressivas, jogos tradicionais e conteúdos teóricos entre outros.

A EB Cotovia é afastada cerca de 8' de carro, das escolas do Zambujal 1 e 2, o que implicava que nesses dias perdesse o intervalo na deslocação de uma escola para a outra.

No ano letivo de 2011/2012 o autor passou a lecionar EFM nas AEC, somente na EB Cotovia, não tendo assim que realizar deslocações durante o intervalo.

Pela primeira vez o autor teve um aluno com Necessidades Educativas Especiais, mas as dificuldades deste aluno eram mais ao nível da compreensão e da oralidade, o aluno era também dois anos mais velho que o resto da turma, por isso mais desenvolvido fisicamente, pelo que não houve necessidade de realizar grandes adaptações aos exercícios e objetivos propostos. A inclusão deste aluno com o resto da turma, decorreu sem qualquer problema, sendo mesmo protegido pelo resto da turma, sem qualquer intervenção do autor. Esta situação veio a repetir-se com outros alunos com NEE nos anos letivos seguintes.

No ano letivo 2012/2013 a entidade promotora passou a ser o Agrupamento de Escolas de Sampaio. Tendo mudado a entidade promotora o material para a AFD das AEC, propriedade desta entidade deixou de estar disponível.

A aquisição de material pelo Agrupamento de Escolas de Sampaio para as AEC, só foi realizada no segundo período. O planeamento anual foi adaptado em função do material que estava disponível.

Não foram adquiridos patins, deixando de ser possível lecionar a modalidade de patinagem, com muita consternação por parte dos alunos e do autor.

Pela primeira vez o autor lecionou turmas do 3º e 4º ano do ensino básico, ou seja, alunos na faixa etária dos 8 e 10 anos, que apresentam um desenvolvimento psico-motor mais avançado, sendo por isso, abordados os jogos desportivos.

Os alunos destes anos já frequentaram a disciplina de EFM, no 1º e 2º ano, logo já têm apreendido o comportamento adequado a uma aula de EFM o que permite elevar o nível de qualidade das aulas.

Outra alteração relevante, neste ano letivo foi a ausência de intervalos entre as AEC, por o Agrupamento ter considerado que seria uma solução para fazer face ao número reduzido de Auxiliares de Ação Educativa. O que levava a que os alunos quando chegavam ao segundo tempo de AEC estavam num limite de saturação, com reduzida capacidade de atenção.

O ano letivo 2013/2014 iniciou com a inauguração de uma nova unidade escolar, a Escola Básica de Sampaio. A EB Zambujal 1, EB Santana e EB Maçã foram encerradas e integrados alunos e professores nesta nova unidade escolar. Equipamento com 15 salas de aula, 4 campos de jogos no exterior e um espaço desportivo interior. A escola possui ainda espaço exterior de recreio com condições para se lecionar aulas de EFM.

Houve uma reestruturação nos horários das AEC, passando a ser um horário completo de 5 horas, uma aula por dia em vez das anteriores 10 horas, que eram duas aulas por dia. Todos os professores de EFM lecionavam as suas aulas em simultâneo tendo de dividir os espaços e os materiais entre todos.

Esta escola foi a única que não teve problemas com a coincidência de horários, por ser uma escola nova, tinha muito material e muitos espaços desportivos. O autor lecionou a uma turma de 2º ano e a uma turma de 4º ano.

No ano letivo de 2014/2015 o Agrupamento regressou ao horário de dez horas, com duas aulas por dia. O que veio terminar com a limitação de espaços e de materiais em todas as escolas exceto na EB Sampaio. O autor voltou a lecionar em duas escolas, EB Sampaio e EB Cotovia, tendo de efetuar as deslocações entre escolas durante o intervalo.

Lecionou em quatro turmas de 4º ano, sendo gratificante poder constatar o desenvolvimento psico-motor de cada um, uma vez que grande parte dos alunos já tinham sido lecionados por si.

Parte II – Atividade Física e Desportiva nas Atividades de Enriquecimento Curricular

2.1. Enquadramento Teórico

As Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC) inserem-se numa estratégia alargada de articulação entre o funcionamento da escola e a organização de respostas sociais no domínio do apoio à família. Esta estratégia assenta em três grandes vertentes:

- Atividades de Animação e de Apoio à Família na Educação Pré-Escolar (AAAF);
- Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC);
- Componente de Apoio à Família no 1.º ciclo do Ensino Básico (CAF)

Considera(m)-se:

- AAAF a que se destinam a assegurar o acompanhamento das crianças na educação pré-escolar antes e ou depois do período diário de atividades educativas e durante os períodos de interrupção destas atividades;

- AEC no 1.º ciclo do ensino básico as atividades de carácter facultativo e de natureza eminentemente lúdica, formativa e cultural que incidam, nomeadamente, nos domínios desportivo, artístico, científico e tecnológico, de ligação da escola com o meio, de solidariedade e voluntariado e da dimensão europeia da educação;

- CAF o conjunto de atividades destinadas a assegurar o acompanhamento dos alunos do 1.º ciclo do ensino básico antes e ou depois das componentes do currículo e das AEC, bem como durante os períodos de interrupção letiva.

Para que a dinamização e organização das AEC fosse realizada uniformemente por todas as escolas, o Ministério da Educação, publicou um caderno com as “Orientações Programáticas”, de Albino Maria e de Manuel Mendes Nunes, após a publicação da legislação que lhe dá origem (Despacho 12591/2006, de 16 de junho. Regime de acesso ao apoio financeiro às atividades de enriquecimento curricular do 1º Ciclo). O principal objetivo da publicação é servir de quadro de referência para os professores na operacionalização do programa, realizando as devidas adaptações de acordo com a realidade local em que se encontram.

As “Orientações Programáticas” traduzem os objetivos principais já estipulados na Legislação de referência, enaltecendo a necessidade de:

- Estimular a participação dos intervenientes (alunos, professores, pais, entre outros);
- Melhorar a utilização das instalações existentes;
- Aperfeiçoar a interação com as autarquias.

A proposta de operacionalização apresentada pretende “desenvolver o domínio global das capacidades motoras e alargar o campo de experiências das crianças” (Maria & Nunes, 2007, p. 7).

Releva a necessidade do professor estar atento ao percurso de cada criança proporcionando, progressivamente, momentos em que se organizem diferentes situações de aprendizagem incentivando-as para a realização de novas experiências e dando espaço para encontrar a melhor forma de expressão, com o objetivo final de proporcionar o desenvolvimento global da criança.

O documento apresenta uma proposta de um conjunto de atividades ecléticas e acessíveis a todas as crianças que frequentam o 1º CEB, ficando a cargo dos professores, adequar as correspondentes estratégias em função das características da situação concreta.

As áreas de intervenção são definidas com a preocupação de conjugar corpo, movimento e jogo:

a) Atividades físicas

O seu ensino tem como objetivo a aquisição de hábitos saudáveis desportivos que podem ser entendidos como:

- Meio – cada uma das atividades oferece possibilidades da criança adquirir novas competências;

- Fim – cada atividade é uma matéria de ensino, que deve ser considerada e aprendida na sua especialidade.

Níveis de prática

- Para todos – práticas de exercícios de reduzidas exigências técnicas e materiais;

- Integradas no processo de formação desportiva.

Assim, no 1º CEB, as crianças devem realizar múltiplas situações, preferencialmente lúdicas, que lhes permitam um aumento do seu repertório motor e uma melhoria geral da sua motricidade.

b) Atividades Desportivas

Constituem-se como uma parte da atividade física e, para além da realização do exercício físico, decorrem em ambiente competitivo, regendo-se por normas e regras específicas e universais com um maior grau de exigência. Fundamenta-se na perspetiva do confronto com um elemento definido: a distância, o tempo, o adversário, ou contra si próprio.

A abordagem dos variados tipos de jogos constitui uma excelente ocasião para uma verdadeira aprendizagem social, pois a criança conhece-se melhor, aceita os outros mais facilmente e compreende porque se devem respeitar as regras.

O jogo quando devidamente aplicado, possui um conteúdo educativo, o que permite o desenvolvimento de certas dimensões da personalidade da criança:

- Dimensão motora – fatores percetivos; fatores de execução e coordenação motora;

- Dimensão cognitiva – capacidade de observação, análise, interpretação e adequação das soluções;

- Dimensão relacional – relacionamento afetivo, descoberta do outro, aprendizagem social.

No âmbito das áreas de intervenção atrás referidas, os autores apresentam um quadro com as áreas e as matérias consideradas fundamentais para o correto desenvolvimento das crianças nestas idades, por anos de escolaridade (Maria & Nunes, 2007, p. 8 - 9).

A seleção das matérias em cada uma das áreas teve em consideração a representação de movimentos essenciais para um completo desenvolvimento motor da criança.

O ensino da Atividade Física e Desportiva deve ter em conta os seguintes aspetos:

- As Fases sensíveis das capacidades motoras e das aprendizagens psicomotoras fundamentais associadas a essas idades;

- A inatividade traduz-se em carências de desenvolvimento, as quais são irremediáveis no futuro;

- O desenvolvimento motor da criança precede o desenvolvimento cognitivo e social;

- A continuidade devidamente orientada;

- O ambiente pedagógico caracterizado pela descoberta, com a utilização de estratégias de abordagem próprias da infância e com uma forte componente lúdica.

Para além das estratégias de intervenção referidas em cada uma das matérias dos quadros (Maria & Nunes, 2007, p. 10-14) o professor deverá adotar a seguinte estratégia global de intervenção:

- Interação com o professor titular de turma para ajustar o plano da Atividade Física e Desportiva ao plano da turma para a Expressão e Educação Físico Motora, integrando esta atividade no Projeto Educativo da Escola;

- Diferenciação do ensino através das diversas competências a adquirir, agrupando os alunos referenciados pela avaliação inicial;

- Tempo de empenhamento motor – o aluno deve ter tempo de desempenho motor para aquisição das ações motoras;

- Adaptação das situações de aprendizagem ao nível potencial de aprendizagem do aluno;

- Evitar a especialização precoce;

- Utilização do jogo (prática lúdica) de forma mais vivenciada e menos reflexiva;

- Especial atenção às situações em que as crianças revelem sinais de inadaptação à atividade.

Parte II – Atividade Física e Desportiva nas Atividades de Enriquecimento Curricular

2.2. Desenvolvimento do ensino e da aprendizagem

2.2.1. Preparação e organização das atividades letivas

No desenvolvimento da sua prática docente, o autor foi adequando o Planeamento de Atividades à especificidade de cada turma, ao espaço disponível e ao desenvolvimento da sua perspetiva sobre a docência.

É fundamental que os educadores/professores planifiquem a sua ação, elaborem e sequenciem as atividades que vão realizar, definam os objetivos de ensino, prevejam possíveis estratégias, selecionem recursos/materiais de apoio e no final avaliem. É de facto essencial que os docentes tenham um fio condutor das suas aulas, embora, pelo facto de surgir imprevistos, isso não invalide que façam desvios para chegarem onde pretendem.

Zabalza (1994, p. 7), diz-nos que quando se planifica “(...) adotam-se determinados tipos de decisões relativamente a conteúdos, métodos, prioridades, recursos, etc. Quer dizer, elegem-se uns e recusam-se outros. Isto exige uma permanente consideração do porquê (contexto de justificação) e para quê (contexto de racionalidade e coerência) das decisões que se adotem.” A planificação implica, então, uma operação que obriga a pensar previamente as áreas de ação, que campos vão ser explorados, como selecionar os conteúdos e a respetiva mobilização destes, o que se pretende desenvolver, que métodos e que materiais vão ser utilizados, que estratégias de interação facilitam a compreensão dos conteúdos, o controlo do tempo, fazer ajustamentos, entre outros. Tornando-se, desta forma, num instrumento essencial para um ensino de qualidade, na medida em que representa, em síntese, o trabalho prévio da preparação das aulas a lecionar, sendo necessário que o professor tenha uma capacidade de síntese, de organização e de contextualização, por isso deve ser realista e relativamente sintético.

O trabalho de preparação e organização das atividades letivas desempenha um papel determinante na própria qualidade do processo de ensino e de aprendizagem (Jacinto, Comédias, Mira & Carvalho, 2001).

Tal como referido anteriormente, a seleção e distribuição das matérias pelos vários anos de escolaridade e períodos letivo (Planeamento Anual do 1º e do 2º ano e Planeamento Anual do 3º e do 4º ano, cf. Anexos I e II) é um processo efetuado tendo por base os critérios definidos nas Orientações Programáticas da EFM 1º Ciclo do Ensino Básico, os objetivos do Projeto Educativo de Escola e a análise das principais dificuldades e mais-valias da sua implementação no ano letivo anterior.

O Plano Anual, que estipula as aulas dedicadas a cada unidade didática ao longo de todo o ano letivo, é efetuado tendo por base essa seleção e distribuição das matérias, mas também o mapa de rotação de espaços.

Este Plano Anual baseia-se num modelo de etapas. Estas etapas subdividem-se, por sua vez, em unidades didáticas (UD). Enquanto trabalhou para a entidade promotora Casa do Povo, tinha de entregar um Relatório de cada Unidade Didática (Relatório da Unidade Didática, cf. Anexo V), onde além de fazer referência aos conteúdos da unidade, tinha de referir a participação, interesse, empenho, responsabilidade e evolução dos alunos.

O Plano Anual de cada turma, que estipula as aulas dedicadas a cada unidade didática ao longo de todo o ano letivo, é efetuado tendo por base essa seleção e distribuição das matérias, mas também o mapa de rotação de espaços.

O planeamento da rotação dos espaços determinava o período disponível em cada Unidade Didática e que os professores se adaptassem às instalações e necessidades de materiais inerentes. Esta capacidade de adaptação dos docentes e a negociação pontual entre docentes, facilitou a adaptação progressiva de cada turma.

As primeiras aulas de cada UD tinham como principal função efetuar uma avaliação diagnóstica dos conhecimentos e capacidades do grupo/turma, e dos diferentes alunos que o compõem, numa determinada matéria. Com base nessa avaliação, cada unidade didática é planificada de forma a ajustar os seus objetivos e conteúdos, às dificuldades e potencialidades dos alunos. Sempre que necessário e pertinente, são efetuadas alterações ao Plano Anual de forma a reforçar o número de aulas de uma determinada matéria.

É com base nos objetivos da UD, e no número de aulas disponíveis para a sua lecionação, que posteriormente são planificadas cada uma das aulas. A elaboração dos planos de aula é feita sequencialmente tendo igualmente em consideração o cumprimento e eficácia da aula anterior.

O autor considera o tempo de aula e a gestão que tem de ser feita deste recurso, parte essencial para que a organização e preparação da aula seja realizada conforme foi planeada. A gestão do tempo de aula está no cerne do cumprimento dos objetivos atribuídos a cada aula e às diversas fases, como a disciplina, o professor, a turma, ao grupo de alunos ou ao aluno.

Nas aulas no exterior o autor realizava uma rotina no início e no final da aula. No início, os alunos realizavam corrida contínua, aquecimento articular e exercícios de deslocamentos variados realizados em vagas entre as linhas laterais do campo (calcanhares ao rabo, skippings, corrida lateral, pé coxinho etc.) e no final da aula, um curto período de alongamentos.

O aquecimento articular e os alongamentos depois de aprendidos eram dados pelo “ajudante do professor”.

A parte fundamental da aula era dividida em duas, uma primeira parte que ocupava a maior parte do tempo, seria uma aula politemática subdividida em três ou quatro estações. Pelo menos uma destas estações seria sempre uma estação com exercícios com bola, podendo estas estações consoante o ano de escolaridade, ser: manipulação de bola individual (com as mãos ou com os pés): exercícios dois a dois com uma bola; vários tipos de passe com as mãos e com os pés, realizados parados ou em movimento; condução de bola com as mãos (drible); lançamentos ao cesto; remate de andebol e futebol a alvos etc..

Outra estação, tanto poderia ser de destrezas com arcos, cordas ou andas ou todos estes equipamentos. Poderiam ser realizadas: estações de percursos com obstáculos e estações de jogos dois para dois “roda bota fora” em que a equipa que vence cada jogo é dividida, cruzando o aluno mais alto com o aluno mais baixo da dupla que acabou de entrar. Desta forma as equipas estão constantemente a alterar-se e todos têm hipótese de ganhar. Fossem qual fossem os jogos acabavam aos dois (pontos, cestos e golos) para os alunos estarem sempre a rodar. Outra estação poderia ser de raquetes por exemplo.

A segunda parte fundamental da aula, era sempre dedicada a um jogo. Consoante o ano de escolaridade poderiam ser jogos tradicionais populares, como jogos pré desportivos, sendo realizados por toda a turma.

As atividades gímnicas bem como de luta e oposição, patinagem e jogos eram lecionadas no espaço reservado à atividade física no interior.

O espaço é o principal fator condicionante da organização das aulas, a inexistência de instalações cobertas, e a localização exposta às condições climáticas dos espaços desportivos das escolas, determinava uma total reorganização do plano de aula, com tudo o que implicava uma aula de EFM lecionada numa sala de aula. Eram organizadas antecipadamente algumas aulas de Atividades Rítmicas e Expressivas. Segundo Lola Brikman (1989, p. 16), a “Expressão Corporal desempenha e amplia todas as possibilidades humanas. Possibilidades que trazem o conhecimento pessoal e individual, dando ao corpo a oportunidade de manifestar suas experiências e vivências do quotidiano e da arte”. Dava-se primazia nestas aulas à descoberta do corpo e da lateralidade. Eram ainda preparadas algumas aulas teóricas para lecionar alguns conteúdos, tais como:

- Mostrar as diversas modalidades desportivas que existem (recorrendo ao audiovisual);
- Explicar os principais objetivos de cada uma;
- Regras;
- Tipos de espaços desportivos específicos de cada modalidade;
- Explicar marcações e linhas de campo, quando existem e porquê;
- Os diferentes tipos de equipamentos desportivos (balizas, tabelas, cestos, rede de voleibol, rede de Ténis, Badminton, Ténis de Mesa, postes, blocos de partidas, barreiras, colchões, trampolins entre outros);
- Os diferentes tipos de materiais desportivos (diferentes tipos de bolas, raquetes, sticks, tacos, pranchas, luvas, patins e bicicletas entre outros).

Estas aulas eram lecionadas de forma apelativa recorrendo aos meios audiovisuais disponíveis na sala de aula, como projetor, computador e Internet.

Quando estas condições climáticas se arrastavam por mais de duas semanas, o autor criava jogos em que o desenvolvimento da estratégia e da manipulação eram os principais objetivos, tendo para isso adquirido bolas de esponja do tamanho de bolas de ténis, sendo disso exemplo a adaptação do jogo da Petanca e de raquetes de praia.

Usava as bolas de manipulação que tinham quatro cores. Dividia a turma em quatro e cada grupo tinha uma cor. As equipas jogavam uma de cada vez, desenvolvendo estratégias para que as suas bolas fossem protegidas do alvo e das bolas das outras equipas.

Outro dos jogos com muita adesão por parte dos alunos foi a adaptação que o autor fez das raquetes de praia. As cadeiras eram colocadas num canto da sala e as mesas dispostas de modo a delimitarem quatro campos. O quadro competitivo era desenhado no quadro da sala, em cada jogo, além de dos dois jogadores, existia um árbitro e um marcador de pontos, que tinha de contar os pontos e registar o resultado final do jogo no quadro. Realizavam-se quatro jogos de cada vez. Mantendo assim, dezasseis alunos em simultâneo em atividade. Os jogos eram realizados por tempo.

Quando nas aulas de exterior começava a chover a meio da aula (e por isso não havia tempo para alterar a disposição das mesas e cadeiras na sala de aula) o autor criou ainda, com essas mesmas bolas outra atividade que também era do agrado dos alunos. A atividade dividia-se em duas partes. Numa parte era colocado um cesto do lixo vazio junto ao quadro, tendo os alunos de efetuar um lançamento com a técnica de lançamento do Basquetebol, devidamente explicada antecipadamente. Os alunos conforme iam acertando no cesto e uma vez que as mesas e cadeiras, não eram mexidas do seu local, iam tentar acertar desde a fila de mesas mais próxima do cesto, primeira fila de mesas e a última tentativa de encestar era realizada encostados à parede do fim da sala. Na segunda parte, aplicando a mesma lógica de jogo, o objetivo era derrubar um pino, utilizando a técnica de remate de Andebol.

O autor implementou uma sinalética própria para as suas aulas criada por si, que consistia nos seguintes sinais:

- Quando levantava a mão, o número de dedos indicava o número de filas em que a turma se deveria dispor;
- A direção para onde colocava o braço, indicava o local onde as filas deveriam ser feitas;
- Quando o braço era levantado, com mão fechada, os alunos tinham de se dispor em frente ao autor em meia-lua;
- Quando levantava o braço com a mão aberta, os alunos teriam de parar a atividade e pousar o material no chão e permanecer no mesmo local.

O autor no seu planeamento previa que em todas as aulas realizadas no exterior os alunos teriam de efetuar um período de corrida contínua em volta do campo, em que o objetivo não era a rapidez, mas sim a corrida contínua. Seguido de um período de marcha, seguido de nova corrida contínua. Esta sequência de atividades realizava-se em todas as aulas, de todos os anos letivos, variando os tempos de corrida e de marcha ao longo do ano e de ano para ano. O principal objetivo era que toda a turma cumprisse todos os tempos de corrida.

Esta atividade tinha como objetivo trabalhar as capacidades cardiorrespiratórias dos alunos, bem como aprenderem a gerir o esforço pelo tempo de corrida que tinham de realizar. O autor tinha a preocupação de propor objetivos facilmente acessíveis aos alunos, aumentando progressivamente o grau de dificuldade.

A implementação destes exercícios deveu-se à constatação por parte do autor, da falta de oportunidades por parte dos alunos em desenvolver estas capacidades.

O autor integrava nas aulas, o treino das capacidades físicas e o treino das capacidades que representam os “conhecimentos e as atitudes” nas outras matérias, e não abordadas isoladamente. Atendendo sempre, no entanto, à heterogeneidade de cada turma e aos domínios socio afetivos e motor de cada aluno. Assim, era conseguida a motivação necessária para uma participação ativa dos alunos, pois o divertimento se seguiria na medida do empenho dos mesmos.

Esta heterogeneidade no que concerne a conceção dos exercícios, era sistematizada de duas formas, ou através da estruturação das tarefas por diferentes níveis de complexidade ou através da separação dos grupos por níveis.

O desenvolvimento da aptidão física era considerado em todas as UD através da utilização de exercícios de força, de flexibilidade ou de resistência.

No planeamento das UD de jogos desportivos coletivos, tentava equilibrar o trabalho global com o analítico. Tratando-se de um nível elementar de ensino, dinamizava a aprendizagem de pelo menos um gesto técnico essencial para a eficácia no objetivo do jogo. Proporcionando, assim, ao aluno a capacitação mínima para estar em jogo e mantendo-o motivado para a tarefa.

Parte II – Atividade Física e Desportiva nas Atividades de Enriquecimento Curricular

2.2. Desenvolvimento do ensino e da aprendizagem

2.2.2. Relação pedagógica com os alunos

O grande desafio numa aula de Educação Física é a motivação, como processo intrínseco, que os alunos devem demonstrar nas aulas. É esta participação ativa dos alunos nas aulas que o autor assumiu como um requisito imprescindível para a lecionação das suas aulas. Para isso adotou duas estratégias principais:

1. Por indicação da Coordenação da AEC o comportamento dos alunos nas aulas era avaliado através de um quadro com bolinhas azuis (muito bom), verdes (bom), amarelas (satisfaz) e vermelhas (não satisfaz) (Registo Comportamento e Assiduidade, cf. Anexo VI). Como forma de aliciar os alunos para uma boa participação nas aulas, o autor acordou com os alunos que se a turma tivesse durante três aulas seguidas ausência de bolas vermelhas, seriam eles a escolher a matéria a ser dada nas aulas. O autor constatou uma melhoria na motivação e na propensão para evitar conflitos durante as aulas.

2. Criou a figura do Ajudante do professor. Com esta dinâmica visava também o incremento da autonomia e de afirmação social dos alunos. Após a definição das regras de funcionamento da aula de EFM, o Professor sorteava um aluno para ser o ajudante do professor nessa aula. Na aula seguinte, seria o Ajudante de Professor, o aluno que na pauta estava a seguir ao aluno sorteado na aula anterior, seguindo, assim, a ordem alfabética do livro de ponto para cada uma das aulas.

O Ajudante tinha as seguintes funções:

- i. Formar e acompanhar a fila cumprindo as regras pré-estabelecidas;
- ii. Ministras o aquecimento articular e os alongamentos na fase de retorno à calma;
- iii. Ir buscar material à arrecadação, dispô-lo no campo e arrumá-lo, quando solicitado.

Na primeira aula com a turma, eram enunciadas as regras de comportamento das aulas de EFM a participação dos alunos no processo de aprendizagem era realizada de forma participativa e permissiva ao diálogo, mas sempre respeitando as regras de uma saudável convivência, comunicar civilizadamente e respeitando sempre a oportunidade do momento para o fazer. Tudo isto constituía premissa para um processo de ensino-aprendizagem de sucesso.

Ao efetuar a diferenciação de grupos por níveis de aprendizagem, como forma de adequar o estímulo aos alunos, levava também em linha de conta a importância da prática entre colegas de diferentes níveis, valorizando a experiência desportiva de alguns alunos no apoio aos colegas e para demonstração de exercícios.

Como forma de valorizar os alunos com mais dificuldades numa determinada matéria, nomeadamente em situações de jogo, o autor determinava que seriam estes responsáveis pela escolha das equipas.

Outro exemplo das relações pedagógicas que o autor desenvolveu com os alunos, foi a empatia que desenvolveu com um aluno de origem chinesa. Esse aluno não falava português e era a prima, que fazia parte da mesma turma, também ela de origem chinesa, que lhe traduzia tudo.

Ao fim de uns meses com um excelente relacionamento com esse aluno, o autor começou a desconfiar que o mesmo já dominava minimamente a língua portuguesa, apesar do aluno insistir em dizer que não entendia a língua.

O autor falou com a professora titular de turma que lhe revelou que também já andava desconfiada que ele percebia a Língua Portuguesa, mais do que dava a entender.

De seguida a estratégia do autor consistiu em afastar fisicamente os dois alunos impedindo a prima de traduzir, o que veio confirmar que o aluno já entendia o básico da Língua Portuguesa.

O passe seguinte foi incentivá-lo a falar, o que com o tempo se veio a verificar. A excelente relação do autor com esse aluno deveu-se essencialmente às aulas de patinagem. Só à terceira aula de patinagem é que o autor conseguiu que ele calçasse os patins. O aluno passou várias aulas a treinar na parede e a cair. Acabou o ano a patinar bem, o que aumentou a sua autoconfiança.

O autor considera que a indisciplina deve ser sempre prevenida, só assim, se poderá evitar a correção. Esta é para o autor a base da relação pedagógica com os alunos. As regras de comportamento eram incutidas, como motor do processo de ensino aprendizagem, através da construção de uma relação de empatia e proximidade com os alunos, promovida pelo entusiasmo que demonstrava pelo desenvolvimento individual de cada aluno.

Parte II – Atividade Física e Desportiva nas Atividades de Enriquecimento Curricular

2.2. Desenvolvimento do ensino e da aprendizagem

2.2.3. Processo de avaliação das aprendizagens dos alunos

A avaliação faz parte do processo ensino/aprendizagem e tem como finalidade averiguar se os conhecimentos foram adquiridos e se as capacidades e aptidões foram desenvolvidas no domínio pedagógico-didático. Os resultados que são auferidos constituem-se como elementos de validação do próprio processo educativo. Nesta medida, após cada intervenção, o docente deve proceder à avaliação, e refletir acerca dela, no sentido de averiguar o que está mal e o que está bem na sua atuação, o que pode fazer para eliminar os aspetos menos bons e, assim, fazer com que numa próxima vez, a estratégia utilizada para ensinar, seja mais eficiente e promotora de aprendizagens, Maria Helena Carvalho (2000, p. 195) chama a atenção para o facto de que “(...) para um professor que está no terreno a avaliação dirige-se para uma reflexão sobre as suas próprias práticas e poderá utilizar dispositivos de autorregulação como discussão com outros elementos da equipa educativa, ou registos em diários de bordo que utilizará posteriormente (...)”. Desta forma, poderá conduzir as suas ações futuras sem cometer os mesmos erros, dirigindo a sua prática educativa com a interajuda dos seus colegas de profissão, para poder ir ao encontro das necessidades dos seus alunos.

Assim sendo, com a avaliação dos conhecimentos dos alunos, esta permite a reflexão e a tomada de consciência das ações utilizadas, no sentido de adequá-las, melhorando os aspetos organizativos e até mesmo de recursos usados, para se poder estabelecer um aperfeiçoamento na progressão das aprendizagens. A avaliação dos resultados que se pretende atingir permite, então, a confirmação da ação pedagógica, na medida em que a aprovação dos saberes e dos desempenhos dos alunos permite validar se as estratégias utilizadas são, ou não, decisivas. Tendo em conta que é preciso avaliar os alunos, há três tipos de avaliação a aplicar na ação pedagógica, nomeadamente a avaliação inicial ou diagnóstica, a avaliação formativa ou intermédia e a avaliação sumativa ou final.

A avaliação inicial ou diagnóstica serve para se saber quais os conhecimentos que o aluno tem, portanto destina-se a apurar os saberes que as crianças já possuem. No contexto da avaliação formativa ou intermédia, esta “(...) não se inscreve apenas em considerar atividades do domínio cognitivo, mas sim fundamentalmente em domínios que englobam uma dimensão social e de desenvolvimento, como seja, nomeadamente, no domínio sensorial (capacidades), no domínio afetivo (atitudes e valores) e no domínio psicomotor.” (Moreira, 2004, p.93) Isto porque surge a necessidade de avaliar as atitudes, os interesses, as destrezas motoras, os hábitos de trabalho, entre outros, que os testes no papel não consideram. Para J. A. Pacheco (1993, p. 11) “(...) a avaliação formativa determina, em termos qualitativos, o progresso da aprendizagem do aluno e fornece feedback para a sua regulação, permitindo identificar as correções a realizar.”

Pode-se então dizer que, a avaliação formativa é para se saber em que ponto está o aluno, não tem caráter classificativo, ou seja, não atribui nota, e é feita ao longo de todo o ano letivo. Por sua vez, deverá ser a avaliação sumativa, ou final, que “(...) determina se o aluno domina ou não os aspetos considerados relevantes ou significativos do programa (...)” (Serpa, 2010, p. 95). Do mesmo modo, J. A. Pacheco (1993, p. 16) diz-nos que este tipo de avaliação já atribui nota, quando refere que “A avaliação sumativa determina o grau de consecução do aluno no final de um processo

(trimestre, semestre, ano), correspondendo à atribuição de classificações. Deste modo, este tipo de avaliação significa a atribuição de notas através de testes periódicos, calendarizados e orientados mais para a avaliação dos produtos (conhecimentos adquiridos) do que para a avaliação dos processos (formas e contextos de aquisição do conhecimento).”

A avaliação formal realizada pelo autor era programada. Nas aulas anteriores os alunos tinham oportunidade de simular as avaliações, para se sentirem mais à vontade. Era explicado aos alunos o nível mínimo necessário para aprovação (muito acessível). Assim como, era explicado como poderiam atingir uma classificação superior. Os alunos levavam essa avaliação a sério e gostavam dessas aulas.

Por decisão do Agrupamento a avaliação nas disciplinas das AEC manifestavam-se nas seguintes classificações “Não satisfaz”, “Satisfaz” e “Satisfaz bem”, ou seja, é a avaliação sumativa que permite chegar à classificação final do aluno.

Parte II – Atividade Física e Desportiva nas Atividades de Enriquecimento Curricular

2.3. Participação na escola e relação com a comunidade educativa

O nível de reconhecimento da importância das AEC de atividade física no currículo escolar por parte do professor titular, determinou o grau de participação e colaboração que era solicitada ao professor da atividade física e desportiva na gestão da turma.

Tirando algumas exceções, a maior parte dos professores titulares com quem o autor trabalhou criaram parceria, trabalhando em conjunto para o bem-estar e comportamento geral da turma, trocando informações sobre os alunos e sinalizando situações especiais, uniformizando estratégias de atuação face a determinados alunos em particular.

O autor era solicitado a colaborar na elaboração da avaliação da atividade física dos alunos, que o professor de 1º ciclo tem de realizar, uma vez que é uma das componentes do currículo desta fase de ensino. Apesar de ser notório um conhecimento muito incipiente da área por parte dos professores de 1º ciclo. Na maior parte dos casos esta matéria não era lecionada, deixando-se para as AEC o cumprimento das metas curriculares.

Em situações de menor participação por parte do autor na dinâmica das turmas, face a um evidente desinteresse do professor titular, a colaboração além das aulas, passava pela presença nas reuniões com os Encarregados de Educação e nas reuniões de Avaliação no final dos períodos letivos.

A presença nas reuniões com os Encarregados de Educação, permitiu uma aproximação aos mesmos. Demonstravam sempre muito interesse e enalteciam a importância da atividade física e desportiva no desenvolvimento dos seus filhos. Casos houve, de manifesta aptidão para determinado desporto, em que o autor sugeriu aos pais a prática reiterada de determinada modalidade desportiva e estes assentiram colocando os filhos no movimento associativo do concelho.

De notar que somente os pais mais interessados marcavam presença nas reuniões, pelo que esta relação é meramente parcial e atende somente aos encarregados de educação que realmente se interessavam pela vida académica/escolar dos filhos.

Aos pais e encarregados de educação era solicitado que atendessem ao vestuário e calçado adequado para as aulas, algo que era amplamente respeitado e cumprido.

Uma presença masculina na escola era também fator dissuasor de brigas entre alunos e imposição de comportamento adequado de forma mais rápida. O que tornou a relação mais próxima com o pessoal não docente da escola, recorrendo ao autor em situações de conflito aquando dos intervalos. Foram também um grande apoio e essenciais em situações de lesão dos alunos, pois estava sozinho com a turma e com o foco de atenção só num aluno. Esta entreajuda também era notória em pequenos atos, como quando em algumas turmas, quando saía da sala pedia aos alunos que colocassem as mochilas penduradas nas cadeiras, para que durante a aula no exterior as auxiliares pudessem limpar a sala de forma mais simples. Pois, em todas as escolas era notório o problema da falta de pessoal auxiliar, havendo sobrecarga de trabalho.

Parte II – Atividade Física e Desportiva nas Atividades de Enriquecimento Curricular

2.4. Contributo para a realização dos objetivos e metas do Projeto Educativo e dos Planos Anual e Plurianual de Atividades

No início de cada ano letivo e após a respetiva contratação de todos os professores de educação física para todos os horários, realizavam uma reunião para do rollman dos espaços e para o rollman da patinagem, nos anos em que dispunham dos materiais desta modalidade. Após a distribuição dos espaços o autor fazia o Plano Anual.

O Plano Anual consistia na linha mestra que o professor seguia para em contexto de aula, adequar aos seus alunos, suas dificuldades e desafios, desenhando objetivos específicos para cada um deles.

A Planificação era depois enviada ao Professor Coordenador das AEC que a encaminhava para o Agrupamento, integrando o respetivo Plano Anual de Atividades. O mesmo acontecendo com o Relatório de Final do Ano da Atividade Física e Desportiva das AEC, que era incluído no Relatório Final de Execução do Plano Anual de Atividades do Agrupamento.

Os objetivos e metas do Projeto Educativo eram partilhados com os professores das AEC pelos professores titulares. Colaborando com estes para a concretização da programação e dinamização das atividades definidas.

A monitorização do cumprimento destes objetivos foi realizada através da avaliação dos alunos, nas reuniões do grupo de professores de atividade física e nas reuniões de avaliação de final de período com os professores titulares de turma.

Os professores de atividade física colaboravam com os professores titulares na dinamização das iniciativas organizadas pela escola, como parte integrante da mesma. Por exemplo, no dia do Pai no ano 2013, a EB da Cotovia criou uma prenda para entrega aos pais que consistia num Origami. Parte desta criação foi realizada nas aulas de atividade física, para a qual os professores de AFD tiveram de assistir a um *workshop* de Origami. Este é um pequeno exemplo desta colaboração estreita com os professores titulares, outros exemplos são:

- O Magusto realizado anualmente em todas as escolas;
- O Dia da Mãe em que também se colaborava na conceção da prenda;
- O Dia da Espiga que consistia sempre numa saída para o campo e em que se organizavam jogos;
- O Dia Mundial da Criança, que decorria em conjunto com todas as escolas do Agrupamento no Castelo de Sesimbra e que os professores de EFM ficavam responsáveis pela organização de todos os jogos pré-desportivos, em que todos os alunos, professores e familiares poderiam participar;
- A Semana Intercultural, em que cada turma escolhia um país e durante uma semana estudavam e trabalhavam esse país nas várias áreas de estudo, nomeadamente na EFM faziam um trabalho de pesquisa e posterior apresentação sobre o Desporto naquele país;
- Para a Festa de Final de Ano das AEC, a EFM ficou sempre responsável pela apresentação de uma coreografia com elementos de dança, gímnicos e desportivos que tinham sido aprendidos durante o ano letivo.

Como parte integrante do programa curricular do 1º ciclo, as AEC integravam os planos de atividade de cada unidade escolar, o respetivo sistema de avaliação e trabalhando em parceria com o professor titular da turma, no acompanhamento sociopedagógico aos alunos.

Parte II – Atividade Física e Desportiva nas Atividades de Enriquecimento Curricular

2.5. Desenvolvimento e Formação Profissional ao Longo da Vida

Entre ter tirado o Curso de Treinador de Voleibol Nível 1, em 1997, e o Curso de Treinador de Voleibol Nível 2, em 2002, o autor frequentou seis ações de formação, todas relacionadas com Voleibol. Sendo que quatro delas, foram realizadas pela Universidade Lusófona, no âmbito do Seminário Internacional de Voleibol.

A minha presença nestas edições do Seminário proporcionou-me também a oportunidade de confraternizar e debater ideias com preletores, como o Professor Bebeto de Freitas e o Professor Doutor Júlio Velasco, uma vez que a equipa de Voleibol que Treinava (Voleibol masculino Sport Lisboa e Benfica) foi convidada a exemplificar a componente prática das formações. Assim, a minha participação neste seminário passou de mero formando para coadjuvante dos conteúdos lecionados.

No III Seminário Internacional de Voleibol o Professor Bebeto de Freitas ao ver o interesse do autor, muito mais focado na formação do que no alto rendimento (de que o Professor é especialista) aconselhou a assistência a uma formação para treinadores de Voleibol, realizada em Espinho sobre a temática da Formação de Jovens, cujo preletor era um compatriota dele muito conceituado, Roberley Leonardo.

Ao frequentar a formação em Espinho, além de assistir às preleções do Professor Roberley Leonardo, teve oportunidade de conhecer as ideias do Professor Marco Paolini, autor do livro *“Volleyball from young players to champions”*. O impacto positivo da sua preleção nos treinadores presentes foi de tal forma, que solicitaram que na próxima edição do Seminário, se alterasse a mesa dos preletores de dois ou três para um, sendo este único preletor o Professor Marco Paolini. Para que a transmissão dos seus conhecimentos se pudesse realizar de forma mais exaustiva.

Nesse mesmo ano de 2001, durante a participação no Torneio Internacional da Madeira, a organização do mesmo, proporcionou aos Treinadores participantes interessados, a oportunidade de frequentar uma formação com o Professor Jorge Adelino, sobre “A formação do Jovem Praticante – Um processo a longo prazo”, sendo que a abordagem realizada ao processo de formação, foi direcionada para a componente pedagógica da mesma.

A partir de 2003 a função de Treinador de Voleibol no Sport Lisboa e Benfica acumulou com a de Gerente de uma Pizzaria em Sesimbra, face à constante falta de tempo veio a impossibilitar a participação em mais ações de formação nos anos seguintes. Culminando em 2005 com o abandono da função de Treinador, que só viria a ser retomada em 2010. Neste mesmo ano foi realizado o Estágio Pedagógico na Escola Pedro Eanes Lobato na Amora, Seixal. A função de Gerente foi abandonada no final desse ano, para se dedicar exclusivamente ao ensino. Tendo em outubro de 2010, iniciado funções como Professor de Expressão Física e Motora nas AEC no Agrupamento de Escolas de Sampaio, Sesimbra e iniciou também funções como Treinador de Voleibol de Minis (entre os 7 e os 12 anos).

Sendo a primeira vez que se encontrava a lecionar e a treinar esta faixa etária, sentiu necessidade de um maior conhecimento da mesma, pelo que frequentou em 2011, uma formação em Castro Verde “O Voleibol em idades iniciais” com o Professor Paulo Guerra. Os conhecimentos

adquiridos foram fundamentais também para lecionar as AEC, uma vez que a faixa etária era a mesma.

Em 2013 como complemento às qualificações tirou o Curso de “Especialização e Prescrição em Exercício Físico” na Confederação Desporto Portugal.

Em 2017 frequentou uma formação no FMH novamente com o Professor Paulo Guerra “Quero Jogar Voleibol”.

O percurso formativo tentou, desde sempre responder às necessidades profissionais de mais conhecimentos, tendo-se focado quase exclusivamente no Voleibol. Em termos da atividade profissional desenvolvida nas AEC, as necessidades de formação foram respondidas pela Licenciatura, Estágio pedagógico e bibliografia consultada.

CONCLUSÃO

O ensino da EFM nas AEC apareceu na vida profissional do autor em forma de recurso, face à escassez de oportunidades nesta área profissional, na localidade para onde tinha mudado a sua residência. No entanto, esta experiência profissional despertou o seu gosto para lecionar EFM nesta fase prematura de desenvolvimento psicomotor dos alunos, para o que contribuiu a sua capacidade de desenvolver uma saudável relação de empatia com os alunos.

Outro fato determinante que esta sua experiência profissional atestou, foi a importância da prática desportiva nestas idades, principalmente nos dias de hoje, em que a vida lhes patrocina o sedentarismo e em que para muitos miúdos o simples correr era aprendido nas aulas de EFM nas AEC.

Este Relatório ao retratar a realidade das AEC atualmente, os seus constrangimentos e desafios, no que a lecionação da EFM diz respeito, poderá servir de ponto de partida para uma mais profunda reflexão sobre a importância do desenvolvimento e lecionação da EFM no 1º ciclo. Criação e atualização dos conteúdos programáticos atualmente em vigor, assim como, revela a urgente necessidade dos Agrupamentos e das Câmara Municipais adaptarem os equipamentos desportivos das escolas para uma adequada lecionação das EFM.

Apesar do principal objetivo deste Relatório ser uma reflexão sobre o trabalho do autor na lecionação de AFD nas AEC, ele poderá permitir uma reflexão sobre a necessidade de reformulação dos objetivos na lecionação desta disciplina nas AEC.

De acordo com o Ofício da Direção Geral de Educação de junho 2017 (cf. Anexo VIII) sobre as AEC *“Não paramos de brincar porque envelhecemos; envelhecemos porque paramos de brincar.* Foi deste modo que George Bernard Shaw selou, há perto de 100 anos, uma evidência que só muito recentemente a investigação científica veio comprovar: brincar e jogar são atividades essenciais para o desenvolvimento cerebral das crianças e jovens, contribuindo de forma determinante para o seu bem-estar físico, emocional, cognitivo e social”; (...) Com a introdução do “Programa Escola a Tempo Inteiro”, em 2005/2006, o ME procurou dar resposta à Lei de Bases do Sistema Educativo. (...) O estudo de avaliação externa dos impactos do Programa das Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC), realizado em 2013 a pedido do ME(...) alertam para uma realidade marcada pela excessiva escolarização das atividades de enriquecimento curricular, que se traduz em ofertas de carácter segmentado, disciplinar e formal, pouco articuladas com o período curricular e com o projeto educativo dos agrupamentos de escolas”.

A Direção Geral de Educação faz ainda as seguintes recomendações “Importa assim que, entre outros aspetos, se salguarde na planificação das AEC:

- O tempo de recreio necessário para a brincadeira livre das crianças;

- O caráter lúdico das atividades, que devem orientar-se para o desenvolvimento da criatividade e das expressões;

- A utilização de espaços, materiais, contextos e outros recursos educativos diversificados, na comunidade, evitando-se a permanência em sala de aula;

- A eliminação do agendamento de trabalhos de casa;

- O enquadramento e apoios necessários para que todos os alunos possam participar nas atividades, independentemente das suas capacidades ou condições de saúde;

- A garantia de que todas as componentes do 1º ciclo são abordadas pelo docente da turma, em período curricular.

A DGE reconhece importância às AEC, mas redireciona os objetivos das mesmas para um caráter lúdico que é urgente que integre, atendendo a que os alunos de 1º ciclo têm uma carga horária que pode chegar às 35 horas semanais.

Ao ler estas recomendações o autor refletiu sobre as suas aulas nas AEC e considera que estas recomendações têm todo o sentido. O autor com a vontade que tinha em ser professor e em ser profissional estruturou as suas aulas de EFM no sentido de atingir os objetivos propostos, deixando pouco ou nenhum tempo para a brincadeira livre.

A elaboração do Relatório permitiu ao autor relembrar, de forma estruturada, o desafio que foi lecionar EFM nas AEC e sedimentar o desejo que sente para lecionar EF nos vários ciclos de ensino.

BIBLIOGRAFIA

- Bandeira, A., Graça, E., Marta, F., Coutinho, J., Maldonado, J., Varela L. (2014). *Relatório Final de Execução e Plano Anual de Atividades*. Agrupamento Escolas de Sampaio, Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares de Lisboa e Vale do Tejo. Sampaio.
- Brinkman, L. (1989). *A linguagem do movimento corporal*. São Paulo: Summus.
- Capon, J. (1974). *Perceptual motor development*. Belmont, Calif. : David S. Lake
- Carvalho, M. (2000). *Avaliar com os pés no chão: reconstruindo a prática pedagógica no ensino fundamental*. Pernambuco: UFPE.
- Fernández Villarino, M. González. M., Toja, B., & Carreiro da Costa, F. (2017). Valoración de la escuela y la Educación Física y su relación con la práctica de actividad física de los escolares. *Retos*, 31, 312-315.
- Jacinto, J., Comédias, J.; Mira, J. & Carvalho, L. (2001). *Programa Nacional de Educação Física – Reajustamento*. Ministério da Educação.
- Maria, A. & Nunes, M. (2007). *Atividade Física e Desportiva 1º Ciclo do Ensino Básico, Orientações Programáticas*. Lisboa: Ministério da Educação.
- Moreira, N. (2004). *Desenvolvimento Motor e Dificuldades de Aprendizagem*. In, J. Lopes Vieira. (Org.). *Educação e Esportes: estudos e proposições*. Maringá: Eduem - Editora da Universidade Estadual de Maringá.
- Pacheco, J. A. (1993). O novo sistema de avaliação dos alunos do ensino básico: do contexto Europeu ao contexto de experimentação dos programas e das mudanças curriculares. *Revista Portuguesa de Educação*, 6 (2), 1-22
- Serpa, M. (2010). *Compreender a Avaliação, Fundamentos para Práticas Educativas*. Lisboa: Edições Colibri
- Zabalza, M. (1994). *Planificação e Desenvolvimento Curricular na Escola*. (2ª ed.). Rio Tinto: Edições ASA.

ANEXOS

Índice dos Anexos

Anexo I – Planeamento Anual do 1º e do 2º ano

Anexo II – Planeamento Anual do 3º e do 4º ano

Anexo III – Horário e rotação dos espaços

Anexo IV – Atividade Física e Desportiva 1º Ciclo do Ensino Básico, Orientações Programáticas
Albino Maria e Manuel Mendes Nunes, Direção Geral de Educação

Anexo V – Relatório da Unidade Didática

Anexo VI – Registo do Comportamento e da Assiduidade

Anexo VII – Registo Avaliação dos Alunos

Anexo VIII – Ofício da Direção Geral de Educação