

Carlos Alexandre Rodrigues Pereira

RELATÓRIO PROFISSIONAL PARA MESTRADO EM ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Orientador: Professor Doutor Francisco Carreira da Costa

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

Lisboa

2022

Carlos Alexandre Rodrigues Pereira

RELATÓRIO PROFISSIONAL PARA MESTRADO EM ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Relatório de Estágio defendido em provas públicas para obtenção do grau de Mestre no curso de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, conferido pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, no dia 11 de julho de 2022, perante o júri, com o despacho de Nomeação N°236/2022, de 8 de junho de 2022, com a seguinte composição:

Presidente: Prof. Doutor Mário Luís Castro Guimarães

Arguente: Prof. Doutor Francisco Alberto Ramos Leitão

Orientador: Prof. Doutor Francisco Alberto Arruda Carreiro da Costa

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Faculdade de Educação Física e Desporto

Lisboa

2022

AGRADECIMENTOS

Aos meus pais por “Tudo”!

A ti, Constança pela pessoa que és!

À minha filha Laura pela sede de conhecimento que ela manifesta.

Ao meu filho Henrique pela sua ambição, pelo apoio, companheirismo e pelo coração doce que tem!

Ao meu neto Nilo!

Ao meu irmão por todos segredos partilhados, pelas gargalhadas e pelas lágrimas em conjunto!

Ao professor Doutor Francisco Carreiro da Costa pelo apoio e acompanhamento sempre demonstrados.

E por último, mas com direito a agradecimento especial, ao meu filho Rodrigo que já me deu um neto e que nasceu no meu segundo ano da licenciatura em Educação Física e Desporto pré Bolonha.

Ele fez-me lutar pelo meu sonho e seguir o meu caminho na Educação Física, contra ventos e tempestades!

RESUMO

Iniciámos a atividade docente antes da profissionalização do curso de licenciatura em Educação Física e Desporto pré Bolonha. No ano letivo 1997/1998 concluímos o estágio profissionalizante e no ano seguinte começámos a atividade docente como professor profissionalizado.

Daí a esta parte temos vivido com a missão de ser professor de educação física, dotando os nossos jovens com uma literacia física multilateral e eclética, com um conjunto de competências pessoais, emocionais e sociais, fundamentais a uma vida harmoniosa em sociedade. Tem sido uma carreira muito enriquecedora, proporcionando-nos um crescimento e uma evolução constantes, os quais são a base da nossa partilha e da nossa atividade como docente.

Pretendemos com este relatório, descrever a nossa realidade na escola e a nossa forma de estar no ensino, afirmando sempre que a Educação Física é a disciplina mais completa do currículo escolar e a que mais poderá transformar o “Homem” em toda a dimensão do seu ser.

Mais do que uma profissão, ser professor de Educação Física é uma “Missão“!

Palavras-chave – Educação Física; atividade física; competências pessoais; competências emocionais; competências Sociais; jogo.

Abstract

We started the teaching activity before the professionalization of the undergraduate course in Physical Education and Sports pre-Bologna. In the 1997/1998 school year we completed the vocational internship and the following year we started teaching as a professionalized teacher.

Hence this part we have lived with the mission of being a physical education teacher, endorsing our young people with a multilateral and eclectic physical literacy, with a set of personal, emotional and social skills, fundamental to a harmonious life in society. It has been a very enriching career, providing us with constant growth and evolution, which are the basis of our sharing and our activity as a teacher.

We intend with this report to describe our reality at school and our way of being in teaching, always stating that Physical Education is the most complete discipline of the school curriculum and that it can most transform the "Man" in the whole dimension of his being.

More than a profession, being a physical education teacher is a "Mission"!

Keywords - Physical Education; physical activity; personal skills; emotional skills; Social skills; game.

<i>I – INTRODUÇÃO.....</i>	<i>7</i>
<i>II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO</i>	<i>8</i>
2.1 – Perspetiva Evolutiva Da Educação Física	8
2.2 - O papel da Educação Física e Desporto Escolar	11
<i>III – Percurso profissional</i>	<i>16</i>
3.1 - Cronograma	16
3.2 - Objetivos	16
3.3 - Áreas de intervenção	17
3.3.1- Intervenção com Alunos com Necessidades Especiais.....	17
3.3.2 - Projeto de Educação para a Saúde e Atividade Física na Comunidade.....	18
3.3.3 - Percursos Diferenciados	19
3.3.4 - Desporto Escolar	23
<i>IV - ATIVIDADE PROFISSIONAL NO ANO LETIVO 2020-2021</i>	<i>25</i>
4.1 – ATIVIDADE DOCENTE.....	25
4.2 – PROJETO DE COMBATE AO INSUCESSO ESCOLAR.....	32
4.2.1 - Formação e Capacitação do Pessoal não Docente.....	32
4.2.2 - Análise dos Resultados.....	36
4.2.3 - Síntese Reflexiva.....	39
<i>IV – CONCLUSÃO E REFLEXÃO</i>	<i>40</i>
<i>Referências</i>	<i>42</i>

I – INTRODUÇÃO

O presente relatório, enquadra-se na obtenção do grau de mestre em Ensino da Educação Física nos ensinos básico e secundário. Refere-se à atividade docente realizada desde o ano letivo 95/96, até ao ano letivo 2020/2021.

Pretende-se descrever, numa primeira fase e de forma sucinta a atividade pedagógica desenvolvida ao longo da carreira profissional, sempre baseada na educação física das populações envolvidas e na construção de uma verdadeira literacia física e motora.

O enfoque é dado no valor e importância do movimento, da prática de atividade física, da expressão corporal, como vocabulário fundamental, no processo de construção do indivíduo nas suas múltiplas dimensões.

Nestes 23 anos de atividade docente nos ensinos básico e secundário, testemunhei e fiz parte de um enorme número de projetos em que a aprendizagem motora foi um veículo de crescimento, desenvolvimento e integração social.

Este percurso é o testemunho de uma carreira profissional dedicada não só à educação dos nossos jovens, como também utilizada como um poderoso instrumento de transformação e resposta às necessidades de uma comunidade em constante crescimento e de uma heterogeneidade cada vez mais complexa e desafiante.

Neste caminho de ação-investigação-ação, fui sendo desafiado com novos paradigmas que, num esforço constante de transformar barreiras em facilitadores e constrangimentos em oportunidades, promoveram o meu crescimento pessoal, consolidando também a minha prática profissional.

Importa partilhar boas práticas, estratégias de sucesso, novas formas de olhar o universo em redor e novas estratégias de intervenção como professor nesta área maravilhosa, abrangente e fundamental que é a Educação Física.

É na convergência, reflexão e partilha que poderemos caminhar para uma maior consolidação das práticas e contribuir para o desenvolvimento de cada um em particular, e do todo em geral.

II – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

2.1 – PERSPETIVA EVOLUTIVA DA EDUCAÇÃO FÍSICA

A origem da Educação Física remonta ao homem primitivo que precisava desenvolver capacidades corporais com a finalidade de ganhar seus desafios, porque era uma questão de vida ou morte. Só que tudo isso acontecia de maneira inconsciente, mas é neste período que podemos verificar os primeiros registos da força física humana. A necessidade de sobrevivência leva o homem primitivo a caçar, necessitando de correr, nadar, levantar, pular, atirar, gatinhar, entre outros exercícios para a manutenção da espécie. Estes princípios foram aperfeiçoados com base nas necessidades de ataque e defesa, mostrando que neste processo evolutivo a agilidade, destreza e a força eram qualidades que os tornavam privilegiados com relação a outros animais.

Na idade média, sensivelmente entre os séc. V e XV, devido ao grande domínio da igreja católica proporcionado pelo Cristianismo, o homem encontra-se mais virado para a vida religiosa, relegando para outros níveis a sua parte física. Esta reduz-se a uma vertente mais lúdica e de entretenimento. Mais tarde, em meados do século XV, com o início da idade moderna, há a necessidade de preparação de homens fortes fisicamente e resistentes espiritualmente e começamos a virar-nos já para o culto do corpo, através de jogos e treino militar.

Os exercícios naturais ganham força e tornam-se padrões de referência na educação do homem e da vida em sociedade. Alguns acontecimentos trouxeram evolução na área da educação, onde os exercícios físicos assumiram papel de relevo, favorecendo a Educação Física. Rousseau que influenciou nos métodos clássicos de educação física, Pestalozzi com sua pedagogia experimental, dentre outros grandes nomes que deram as suas contribuições, teóricas e práticas, muitos influíram na ação educacional, que proporcionou o grande movimento de sistematização da ginástica.

A sistematização da ginástica proporcionada na Idade Moderna se tornará elemento importante na Idade Contemporânea, favorecendo o surgimento dos movimentos ginásticos do Centro (na Alemanha), onde foram criados aparelhos como barra fixa e as barras paralelas,

sendo os alemães, portanto, os percussores do desporto que hoje se chama “Ginástica Olímpica”. Outros sistemas, enquadrados pedagogicamente, surgiram mais tarde, baseados em determinadas predominâncias, como o exercício natural, o desporto, a psicomotricidade. Suplantando a ginástica, na atualidade, grande é o movimento desportivo mundial, nem sempre ajustado no quadro educacional, pelos aspetos de carácter profissional, político ou espetacular.

Em nossa opinião, na atualidade, o que se tem é a prática da atividade física de carácter lúdico, numa perspetiva da saúde e associada à figura de uma pessoa saudável; a prática da atividade física concretizada no desporto de alto rendimento, associada a imagem dos ídolos e dos deuses gregos, mas esta envolvida numa estrutura macroeconómica megalómana e interminável; e a prática de atividade física numa outra perspetiva que é a da recuperação de determinadas patologias.

O tronco comum a todas estas manifestações da habilidade física é a Educação Física. A Educação Física é por assim dizer, em nossa opinião, a prática que engloba todas as “manifestações físicas” do homem e que se concretiza no movimento e nas ações por ele realizadas. A Educação Física escolar é o grande chapéu, como que uma mãe que amamenta estes seus filhos, preparando-os para a vida ativa e plena do seu ser.

Refletir sobre a evolução da Educação Física Escolar e do seu papel na formação e construção das populações, é uma tarefa que, se apresenta por duas formas: a primeira pela necessidade de viajar ao passado para compreendermos o processo histórico da sua configuração como prática pedagógica, atitude esta que pode apresentar elementos significativos para idealizarmos as previsões de futuro; a segunda, assente numa constante análise da minha ação-investigação-ação, considerando-se as expectativas que tenho sobre a intervenção pedagógica e influência educativa do professor de educação física.

Se atentarmos, de forma mais ou menos generalista e global, à evolução da educação física escolar ao longo dos tempos, verificamos claramente a sua valorização crescente. Passámos de um início em que a educação física tinha apenas um papel mais lúdico e facultativo, para uma perspetiva atual de disciplina fundamental nos programas nacionais de ensino.

Com as últimas reestruturações das linhas orientadoras do ensino em Portugal, verificamos a verdadeira importância da disciplina na construção do perfil do aluno à saída da

escolaridade obrigatória, não só nas suas diferentes áreas de intervenção como nas competências que se propõem desenvolver.

Outros factos também reveladores da crescente importância e evolução da educação física escolar são: a integração dos professores de educação física na leção da disciplina no 1º ciclo de escolaridade, através de parcerias verticais promovidas por uma grande parte dos agrupamentos no nosso país; o aumento da carga horária atribuída recentemente ao nível do ensino secundário, assim como, a inclusão da classificação da disciplina na média global de conclusão do ensino secundário, influenciando a média de acesso ao ensino superior.

2.2 - O PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO ESCOLAR

A Constituição Portuguesa consagra o direito ao desporto através do artigo n.º 79, bem como à educação e à saúde, através dos artigos n.º 74 e n.º 64 respetivamente.

A disciplina de Educação Física é a única que verdadeiramente engloba e articula todos estes direitos. Ela proporciona aprendizagens e promove o desenvolvimento de competências específicas quer físicas quer psicológicas e emocionais, ou até mesmo espirituais, como nenhuma outra área curricular ou disciplina proporciona.

Os benefícios da Educação Física são tão abrangentes que extravasam o seu próprio espaço de aula, pois estimulam nos alunos uma motivação extra para adotarem estilos de vida mais saudáveis, integradores socialmente e conducentes a uma espiritualidade efetivada na chave “Corpo são em Mente Sã”.

Se atentarmos na quantidade de pessoas que incluem nas suas rotinas de vida a participação em atividades físicas/desportivas, formais ou informais de caráter recreativo ou competitivo, verificamos o real valor desta área de intervenção.

A Educação Física escolar produz nos nossos alunos um efeito integrador e de sociabilização único, que contribuindo para a melhoria das relações interpessoais, fomenta também o respeito pelo outro, pela diferença e pela multiculturalidade.

Inerentemente, a prática das atividades físicas e/ou desportivas estimula o prazer da auto superação, a entajuda, o fairplay, a motivação intrínseca, a resiliência, a liderança, a capacidade de tomar decisões, o saber lidar com êxitos e fracassos e a capacidade de trabalhar quer individualmente, quer em grupo.

Relativamente à importância e o papel da educação física escolar – temos vindo a denotar uma crescente valorização e clarificação ao longo dos tempos. Das teorias mais conservadoras e descrentes, às mais evolucionistas e impulsionadoras de uma verdadeira educação física em Portugal, temos vindo a realizar um árduo trabalho de valorização do seu papel na construção das gerações vindouras onde todo o futuro se imaginará.

Se atentarmos em alguns contributos para a definição do conceito de Educação Física, poderemos realmente constatar a evolução desta enorme área ao longo dos tempos. Para Cagigal (1979), *«Se considerarmos que toda a educação é baseada num determinado conceito de homem, da mesma forma o conceito de Educação Física variará de acordo com o conceito e a ideia que sobre o corpo se possui»*.

Já para Rijsdorp, K., citado por Río Mateos & Rosa Sánchez (1989) «... *A Educação Física não é a educação do físico, como todos aqueles que a ela se dedicam sabem. É um aspeto da educação total e, como tal, sempre tem a ver com o ser humano integral. (...) ... Da minha parte, prefiro caraterizar o homem como HOMO SE MOVENS, uma pessoa que se move por si mesma... portanto, a Educação Física é a base de toda a Educação, já que não vem de exercícios canonizados, mas do movimento humano; não procura rendimentos objetivos, mas um ser criador e com autocontrolo*».

Houve aqui uma clara orientação epistemológica, no sentido de classificar e localizar a Educação Física como uma disciplina nos seus valores multilaterais e ecléticos da construção do ser humano como um “Homem Físico, Psicológico e Emocional”.

A nossa prática reside aqui mesmo! Vemos a Educação Física como uma disciplina nuclear e fundamental na educação global dos indivíduos e das populações, em que são trabalhadas as vertentes física, psicológica e emocional numa perspetiva integradora das várias componentes da construção da personalidade do ser humano.

Uma disciplina assente na construção de uma literacia físico-motora, de uma estrutura psico social e emocional, tudo isto suportado pela prática do exercício físico e do “Jogo” devidamente orientados pelo professor de educação física.

A Educação Física é uma disciplina devidamente estruturada, fundamentada e justificada pela sua extrema importância na construção de populações ativas, saudáveis e promotoras de relações interpessoais gratificantes. O homem é um ser físico, emocional e social e a Educação Física é a disciplina que mais ligações e aproximações tem de todos estes valores em interligação.

Fomentamos e afirmamos, a alfabetização do indivíduo nas várias componentes do seu ser!

Um dos braços da Educação Física é o Desporto Escolar. Neste, o jovem/aluno tem a possibilidade de escolher uma determinada atividade desportiva com a qual mais se identifica, experimentando aqui já um processo de treino mais especializado, desenvolvendo as capacidades e competências inerentes à sua prática. O aluno inicia uma pré especialização, que o poderá catapultar para outros níveis de prática desportiva. Inicialmente de uma forma amadora, mas que com a evolução do praticante, poderá levar a patamares profissionais ou semiprofissionais.

A Educação Física escolar é a “Mãe” de todo o desenvolvimento da prática da atividade física e da literacia motora, base de sustentação ao desporto escolar e ao desporto federado. O

desporto escolar e o desporto federado precisam do pilar mestre que é a Educação Física. Mas temos que ser coerentes, tendo a consciência que sem a Educação Física Escolar, o Desporto Escolar e o Desporto Federado, ficam órfãos e muito debilitados.

Dentro de todo este universo, e, não fazendo questão de teorizar muito, existe o “Jogo”. O jogo está em tudo na nossa vida. Dos mais simples aos mais elaborados, do jogo simbólico ao jogo concreto e repleto de regras, do jogo individual ao jogo coletivo, passando pelo jogo cooperativo, das formas reduzidas ao jogo formal, todos eles são fundamentais e presença assídua no dia a dia dos jovens. O jogo é de extrema importância na educação das nossas crianças.

O jogo, é sem dúvida uma das estratégias mais utilizadas em Educação Física pela riqueza de aprendizagens que permite.

Apesar da grande diversidade de teorias e conceitos, não há uma definição estandardizada para o jogo em si. Contudo, a abrangência e a multifuncionalidade do jogo, assim como do movimento, proporcionam Educação.

Os jogos cooperativos assumem para todos os alunos, e em particular para determinados grupos com características específicas, um papel fundamental na construção de competências intra e interpessoais.

A origem dos Jogos Cooperativos, remonta há milhares de anos atrás, quando membros de comunidades tribais se reuniam à volta de uma fogueira para celebrar a vida. Aparentemente o objetivo era a celebração e convivência humana e estavam fortemente ligados a rotinas e rituais simbólicos.

Nos anos 50 – Ted Lentz, publica o livro “Para todos: manual de novos jogos cooperativo” onde chama a atenção para o potencial educativo dos jogos cooperativos na educação dos jovens.

Terry Orlick, é talvez uma das mais importantes referências nesta matéria e destacou-se ao introduzir os jogos cooperativos na Educação. Seguiram-se diversas publicações em muitos países e adaptações aos diferentes contextos educativos.

Soler, R (2008) considera que são jogos que facilitam a aproximação e a aceitação, e onde a ajuda entre os membros da equipa se torna essencial para se alcançar o objetivo final.

Para Segundo Broto (2001), não há seleção dos melhores, não há 1º nem último lugar, não há vencedores nem perdedores, não há adversários, não há troféus ou outras recompensas.

Slavin (1995) “A Aprendizagem Cooperativa é uma metodologia com a qual os alunos se ajudam no processo de aprendizagem, atuando como parceiros entre si e com o professor, visando adquirir conhecimentos sobre um dado objeto.”

Segundo Orlick (1989), os JOGOS COOPERATIVOS, dividem-se em:

- Jogos Cooperativos Sem Perdedores Todos os jogadores formam uma única equipa. Jogos totalmente cooperativos
- Jogos Cooperativos De Resultado Coletivo Permitem a existência de uma ou mais equipas. Forte traço cooperativo. O principal objetivo é realizar metas comuns.
- Jogos Cooperativos De Inversão Realçam a noção de interdependência, por meio da aproximação e troca de jogadores que começam em equipas diferentes

Aprendizagem Cooperativa

Numa época de individualismo social, os JOGOS COOPERATIVOS permitem aos alunos consciencializarem a necessidade de uma aprendizagem cooperativa, na qual o todo só tem sucesso com a participação de todos os participantes, sem prejuízo da diferenciação pedagógica nas nossas escolas.

A aplicação específica dos JOGOS COOPERATIVOS representa um instrumento educativo valioso que permite conduzir os alunos a um auto e hétero conhecimento, bem como dos contextos e recursos envolventes tornando-se assim uma rampa de lançamento para programas educativos mais abrangentes.

O Projeto Educativo ao definir objetivos que se prendem com o sucesso académico dos alunos, bem como, o desenvolvimento das suas competências pessoais e sociais, permitem integrar um conjunto de atividades (plano anual de atividades) promotoras de sucesso académico e pessoal no qual se podem integrar metodologias diferenciadas e mais enriquecedoras para o indivíduo e para o grupo.

Objetivos das metodologias que privilegiam a aprendizagem cooperativa:

- Consciencializar para a importância da criação de contextos e processos educativos facilitadores de aprendizagens promotoras de integração plena.
- Desenvolver competências de forma a criar um perfil de professor-mediador.
- Adotar estratégias adequadas à resolução de problemas e à tomada de decisões, proporcionando aprendizagens significativas ao nível motor, cognitivo, emocional e social através dos Jogos Cooperativos.
- Realizar atividades de forma autónoma, responsável e criativa. Cooperar com outros em tarefas e projetos comuns.

III – PERCURSO PROFISSIONAL

3.1 - CRONOGRAMA



Quadro 1 - Cronologia dos diferentes momentos e áreas de intervenção

3.2 - OBJETIVOS

Considero importante com esta reflexão definir os objetivos gerais para diferentes eixos de intervenção:

1º - Identificar e caracterizar a experiência profissional ao longo do meu percurso.

2º - Mostrar como a educação física escolar, pode contribuir para a formação integral da comunidade educativa.

3º - Perceber e analisar, o impacto que a atividade física formal e informal tem no desenvolvimento das competências do aluno à saída da escolaridade obrigatória.

Relativamente ao 1º objetivo pretende-se ainda:

- Identificar momentos e períodos específicos dedicados a determinadas tarefas atribuídas por entidades externas e registadas em documentos orientadores do funcionamento da escola,

- Propostas e projetos pessoais e/ou grupo que foram sendo encontradas de acordo com os desafios a superar.

- Caracterizar os vários contextos educativos e as diferentes respostas dadas com o respetivo enquadramento da prática e das respostas ao nível da Educação Física

Relativamente ao 2º objetivo pretende-se ainda:

- Perceber o papel da Educação Física como uma mais valia ao nível de comunidade escolar, nos seus diferentes atores (pais, pessoal docente e não docente)

Relativamente ao 3º objetivo pretende-se ainda:

- Perceber o importante papel da educação física no desenvolvimento físico, cognitivo e emocional do aluno; e em particular no desenvolvimento de habilidades socio emocionais no garante do sucesso educativo e ecológico de cada.

3.3 - ÁREAS DE INTERVENÇÃO

3.3.1- Intervenção com Alunos com Necessidades Especiais

Do ano letivo 1995/96 a 1997/1998, acumulamos as tarefas de estudantes da licenciatura em educação física e desporto na U.L.H.T. com a função de professor de Educação Física e treinador de remo adaptado na Associação Portuguesa de Proteção ao Deficiente Autista (APPDA). A convite da professora de Educação Musical da instituição e após entrevista profissional, assumi as funções anteriormente referidas em regime de Part-time.

O horário desenvolvido foi dividido em 9 horas semanais de educação física, acrescidas de mais 3 horas semanais de treino de remo adaptado. As sessões de educação física desenvolviam-se através de ensino individualizado e de atividades em pequeno grupo, variando entre 2 e 4 alunos. Após uma avaliação inicial dos jovens/alunos, diagnosticaram-se as grandes necessidades de intervenção com os mesmos.

O trabalho aqui desenvolvido centrou-se no desenvolvimento das habilidades motoras básicas, como os deslocamentos, saltos, arremessos e receções, assim como nos jogos de equilíbrio e diferenciação segmentar.

O trabalho ao nível do treino de remo adaptado, desenvolveu-se com um pequeno grupo de 4 jovens. Mais desenvolvidos do ponto de vista motor e com um nível de competências

peçoais e sociais mais significativo, efetivaram a sua atividade nas instalações da Associação Naval de Lisboa (A.N.V.).

Esta foi a primeira atividade profissional na área da educação física, a qual devido às características da população visada se veio a revelar muitíssimo marcante na minha carreira profissional. O último ano coincidiu com o ano letivo de realização do estágio profissionalizante do curso de licenciatura em educação física e desporto na U.L.H.T.

3.3.2 - Projeto de Educação para a Saúde e Atividade Física na Comunidade

Após os primeiros sete (7) anos letivos de lecionação de Educação Física, obtivemos colocação docente no agrupamento de escolas Duarte Lopes em Benavente. Esta colocação não foi no sentido pretendido, pois por erro ministerial, foi feita num “Horário 0”.

A direção da escola entendeu por bem atribuir-nos a responsabilidade de promovermos um projeto de intervenção com toda a comunidade, dentro do horário docente estabelecido. Desta forma, após um levantamento da caracterização da escola e da comunidade, decidimos desenvolver um projeto de Educação para a Saúde.

Neste âmbito criámos o “Clube da saúde e do exercício físico”. Fundamentamos o nosso projeto na necessidade de uma educação para a saúde e no facto de muitos dos alunos da escola apresentarem sinais de obesidade.

Realizámos uma avaliação dos índices físicos dos jovens, assim como aplicámos uma bateria de testes de condição física. Esta avaliação inicial serviu de suporte a todo o trabalho realizado ao longo desse mesmo ano letivo.

No 2º período letivo alargámos a intervenção do projeto a toda a comunidade educativa, convidando o pessoal docente e não docente e inclusivamente os encarregados de educação dos alunos. Estabelecemos planos de trabalho físico para todos os participantes, levando também a que os mesmos assumissem compromissos com a sua prática de exercício físico devidamente planeado e programado.

Obtivemos o envolvimento de um número muito alargado de participantes quer da escola, quer externos à escola. Envolvemos as famílias na vida escolar dos seus educandos e ligámos a escola à comunidade. Acima de tudo, promovemos a prática de exercício regular dos

nossos jovens e das famílias devidamente orientado, numa perspetiva de exercício físico para a saúde.

3.3.3 - Percursos Diferenciados

Programa Integrado de Educação e Formação (PIEF)

O Programa para a Prevenção e Eliminação da Exploração do Trabalho Infantil, vulgo PPEETI, englobava a constituição de turmas PIEF – Programa Integrado de Educação e Formação.

No ano letivo 2006/2007 iniciei a minha atividade docente neste programa, a convite da coordenadora nacional do mesmo, Dra. Catalina Pestana. A entidade gestora PPEETI requisitou os meus serviços docentes ao Ministério da Educação. Tendo sido aceite o pedido de requisição, desempenhei as minhas funções de professor de Educação Física na turma PIEF de São Domingos de Rana – Cascais, durante os 6 anos letivos subsequentes.

Assumi também as funções de coordenador pedagógico da referida turma, desenvolvendo aqui um conjunto de tarefas inerentes aos cargos de responsabilidade. A população alvo das turmas PIEF era caracterizada pelo facto de ser constituída por jovens de famílias destruturadas, com antecedentes ligados à delinquência e, na grande maioria dos casos, com processos judiciais graves. Requeria-se aqui uma reeducação de jovens em todas as áreas da sua personalidade.

As regras fundamentais e básicas ao funcionamento das atividades letivas, as regras dos jogos, o compromisso com os companheiros de equipa numa perspetiva de cooperação interpares para a obtenção do sucesso no jogo, o respeito pelo adversário, o respeito pela prática de exercício físico devidamente orientado conducente à elevação das capacidades físicas e à construção de uma literacia física, foram “fatores e ferramentas” indispensáveis e nucleares ao sucesso do processo de ensino aprendizagem com os nossos alunos.

A Educação Física revelou aqui todo o seu valor educativo, nas suas várias componentes da formação dos alunos.

Cursos de Educação e Formação (CEF)

No ano letivo 2012/2013, o ministério da educação termina com as “Requisições” para a atividade docente com as turmas PIEF e regressamos à escola de origem, agrupamento de escolas Escultor Francisco dos Santos, em Rio de Mouro – Sintra.

Desenvolvemos a docência em turmas de ensino regular e numa turma CEF, acumulando a função de diretor desta referida turma, para alunos com um determinado perfil emocional e de aprendizagem. Um curriculum específico é construído de acordo com as perspetivas dos alunos e orientado para uma formação com um cariz mais profissionalizante.

A docência das disciplinas de Educação Física, assim como de Educação para a Cidadania, foram os pilares para a construção de uma relação pedagógica de referência para os alunos, com vista à sua motivação e responsabilização com o seu percurso escolar.

Cursos Vocacionais (CV)

Em 2015/2016 a direção da escola, através do direito que lhe assistia pelo princípio de autonomia das escolas, decide alargar a sua oferta educativa, optando pela abertura de um curso vocacional de desporto.

Esta decisão estratégica deveu-se ao facto de ter que dar resposta a um conjunto de alunos que apresentavam índices de assiduidade extremamente baixos, em risco de abandono escolar e obviamente com níveis de sucesso escolar igualmente reduzidos.

Após convite endereçado pela direção da escola, decidimos abraçar o desafio da função de diretor de turma deste curso vocacional. Além desta função, lecionámos com a turma as disciplinas de Educação Física, Cidadania e a disciplina vocacional de Desporto.

Coordenámos todo o trabalho da equipa pedagógica, articulando conteúdos e aprendizagens interdisciplinares, promovendo uma “Metodologia de Projeto”, altamente motivadora ao envolvimento dos alunos na sua vida escolar e no seu projeto de vida.

Esta aventura prolongou-se por três anos letivos, terminando assim no final do ano letivo 2017/2018.

Percursos Curriculares Alternativos (PCA)

No final do ano letivo 2017/2018 a tutela informa as escolas que no ano letivo seguinte deixariam de existir os cursos vocacionais para conclusão do 3º ciclo de escolaridade.

A oferta educativa diversificada ao nível do 3º ciclo de ensino passaria a ser o “Percurso Curricular Alternativo”, vulgo PCA.

O conselho pedagógico, juntamente com a direção da escola, decidiu-se pela abertura de uma turma PCA de 7º ano de escolaridade, de forma a mais uma vez, continuar a dar uma resposta às necessidades específicas de alunos com determinado perfil.

Constituiu-se a turma de 18 alunos, para a qual me foram atribuídos os cargos de diretor de turma, professor de Educação Física, professor de Cidadania e Desenvolvimento e professor de Oficina de Projeto. Esta turma PCA era maioritariamente constituída por alunos vítimas de violência doméstica, vítimas de bullying, famílias monoparentais e alunos com antecedentes de automutilação.

Durante estes três anos letivos, ou seja, de 2018/2019 até ao ano letivo 2020/2021, acumulei ainda as funções de professor Tutor de um grupo de dez (10) alunos e professor do núcleo de desporto escolar de atletismo.

Tal como referimos anteriormente, a metodologia de projeto, a aprendizagem cooperativa e o jogo, são estratégias de excelência para este perfil de alunos.

Assim realizamos as diferentes aprendizagens ao nível da Educação Física com a metodologia do “jogo cooperativo”, estabelecendo regras claras e objetivas, limites e oportunidades, fundamentais nesta metodologia.

Objetivos do jogo cooperativo

1º - Desenvolver nos alunos competências pessoais e sociais através de um treino regular e sistemático de aprendizagem cooperativa, baseada na ação-reflexão, que os tornem capazes de adquirir níveis de autorregulação e assertividade crescentes;

2º - Desenvolver nos alunos competências de autoconhecimento e avaliação face ao grupo;

3º - Motivar os alunos para alcançarem níveis de sucesso nas suas realizações, através da inter-relação positiva, envolvimento no processo de aprendizagem e um maior conhecimento dos seus processos intrínsecos;

4º - Conseguir uma melhor organização das estruturas do pensamento, solicitando as suas aptidões de perceção, análise, estratégia, decisão, planificação e comunicação;

5º- Criar no aluno disponibilidade emocional para aprender, conseguindo um aumento da auto-estima, autoconfiança, abertura e curiosidade;

6º- Ensinar os alunos a criar uma identidade pessoal e social assente no respeito com os pares;

O professor, nestas metodologias, assume um papel de mediador e facilitador de aprendizagens e simultaneamente criador de contextos inclusivos. É ainda fundamental desenvolver competências de gestor de conflitos e emoções.

A organização de grupos deve ter sempre em conta não só os objetivos que queremos alcançar com determinada dinâmica/jogo (o papel do professor na aprendizagem mediada e cooperativa), como também as competências que queremos desenvolver nos alunos:

Nível intrapessoal: Autoestima, Autoconfiança, Autorregulação, Auto motivação, Autoconhecimento

Nível interpessoal: Empatia, Liderança, Cooperação, Assertividade, Comunicação.

A panóplia de estratégias desenvolvidas pode ser tipificada em: jogos de apresentação; de apanhar; de rodas; energéticos; de raciocínio; de mímica e narração; de contacto e confiança; ambientais e grandes jogos; desportos coletivos cooperativos; jogos de mesa; danças de roda.

Os alunos devem adquirir capacidade de atuar de forma independente, adequadas ao seu estado de desenvolvimento, de forma a ganharem competências na área do:

* Saber (aspeto cognitivo) saber fazer (aspeto físico-motor), saber estar (aspeto sócio emocional) o seu corpo e a sua própria pessoa;

* Adaptação ao meio ambiente, através de materiais (objetos, obstáculos), e da ação;

* Competência social, aprender a adaptar-se a outras pessoas

Refletindo sobre as vantagens das metodologias de aprendizagem cooperativa podemos salientar algumas visíveis de uma forma mais ou menos imediata

- **Integração de todos** – vertente inclusiva em que todos têm um papel a desempenhar no grupo e para o todo (apesar de não terem todos os mesmos papeis). Desenvolve o sentido de pertença e não exclusão.

- **São para todas as idades** - Todos os jogos podem e devem ser adaptados ao grupo que joga, de acordo com a sua faixa etária, ao longo de toda a escolaridade.

- **Desenvolve o pensamento crítico e criativo** – na análise do feedback e na procura de soluções diferentes para um mesmo problema. Permite ainda desenvolver competências e aprendizagens significativas.
- **A convivência e construção de uma cultura de paz** pelo exercício do consenso, da tomada de decisão responsável e assertiva e pela consciência sistémica de que o todo é constituído pelas diferentes partes, permite dar resposta a comportamentos tão característicos deste tipo de população:
 - Evitam situações de exclusão
 - Diminuem as chances de experiências negativas
 - Estimulam um clima de alegria e descontração
 - Promovem o respeito e valorização das diferenças
 - Ensinam para além das regras e estrutura do jogo
 - Promovem o sentido de pertença

3.3.4 - Desporto Escolar

No que concerne ao Desporto Escolar, gostava de referir que, assumi a função de responsável do desporto escolar ao nível de escola no ano letivo 2013/2014 – Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos em Rio de Mouro/Sintra.

Durante o percurso profissional, assumi o comando de núcleos de Desporto Escolar em várias atividades, a saber:

- Andebol no ano letivo 1998/1999 – Escola Básica 2+3 de Miraflores
- Natação 2004/2005 e 2005/2006 – Agrupamento de Escolas Duarte Lopes em Benavente
- BTT 2012/2013 – Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos
- Multiatividades de Ar Livre 2013/2014 - Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos
- Multiatividades de Ar Livre e Basquetebol 2014/2015 - Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos
- Multiatividades de Ar Livre e Basquetebol 2015/2016 - Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos

- Multiatividades de Ar Livre 2016/2017 - Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos
- Multiatividades de Ar Livre 2017/2018 - Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos
- Atletismo 2018/2019 - Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos
- Atletismo 2019/2020 - Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos
- Atletismo 2019/2020 - Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos
- Atletismo 2020/2021 - Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos

Apesar de neste último ano letivo o núcleo de desporto escolar ser de atletismo, devido às contingências provocadas pela Pandemia SARS COVID 19, o núcleo funcionou em moldes diferentes. Esta nova forma de intervenção foi discutida pelos docentes de Educação Física, após diretrizes lançadas pela direção da escola. No capítulo que se segue, elucidaremos sobre esta questão.

IV - ATIVIDADE PROFISSIONAL NO ANO LETIVO 2020-2021

Neste capítulo, gostaria apenas de elucidar que, no presente ano letivo de 2020/2021 desenvolvi a minha atividade profissional em duas grandes vertentes e como tal em regime de acumulação de funções: Atividade Docente na escola a tempo inteiro e o Projeto de Combate ao Insucesso Escolar em acumulação por convite da Câmara Municipal de Sintra (CMS).

4.1 – ATIVIDADE DOCENTE

A análise reflexiva sobre a atividade docente realizada neste último ano letivo, foi realizada de acordo com o disposto no despacho nº. 14420/2010 de 15 de Setembro, que determina as diferentes dimensões em que a avaliação docente deve incluir as seguintes dimensões:

- Profissional, social e ética;
- Desenvolvimento do ensino e da aprendizagem dos alunos;
- Participação na escola e relação com a comunidade educativa;
- Desenvolvimento e formação profissional ao longo da vida.

A dimensão Profissional, Social e Ética

Nesta análise reflexiva, não quero destacar nenhuma das dimensões, pois julgo que todas elas fazem parte de um conjunto indissociável, de uma bola em constante evolução e rica em interligações, fundamentais ao funcionamento de cada uma dessas dimensões e ao funcionamento de todas em conjunto.

O professor e nomeadamente o professor de Educação Física terá que ser obrigatoriamente uma referência, não só para os seus alunos, como para toda a comunidade escolar, valorizando o seu papel, a classe docente, valorizando o papel da Educação Física Escolar.

Sabendo que o papel do professor de Educação Física tem um grande papel nas representações dos alunos, ao nível de modelo de inspiração e, podendo inclusivamente tornar-se referência a todos, para a evolução e a mudança constantes a que o dia a dia muitas vezes nos obriga.

Neste sentido e tendo uma perfeita consciência pessoal e profissional desta relevância, é fundamental uma formação adequada e permanente ao longo de toda a vida profissional. O

professor deverá ser possuidor de sólidos conhecimentos científicos, ética e socialmente muito competente e um exemplo no que à pedagogia diz respeito.

“O professor de Educação Física deve possuir um conhecimento científico e pedagógico aprofundado e possuir ainda uma capacidade reflexiva da sua atividade de forma a desenvolver com eficácia todo o seu trabalho.”; Onofre (1996)

Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem dos alunos

A Dimensão Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem engloba quatro domínios: Preparação e Organização das Atividades Letivas, Realização das Atividades Letivas, Processo de Avaliação das Aprendizagens dos Alunos e a Relação Pedagógica com os Alunos:

a) Na Preparação e Organização das atividades letivas tivemos como referencial máximo o Projeto Educativo de Escola (PEE), Projeto Curricular de Escola (PCE), subsequentemente o Plano Curricular de Educação Física e o Plano de Turma (PT), anteriormente designado por Plano Curricular de Turma.

b) No Plano Curricular de Turma e atendendo às particularidades e especificidades dos alunos que as constituem, definimos as aprendizagens essenciais a desenvolver com os alunos, definição esta suportada pelos programas nacionais da disciplina e enquadrada verticalmente com as diretrizes do Perfil do Aluno à saída da escolaridade obrigatória.

Referir que para além da disciplina de Educação Física, lecionei também a disciplina de “Oficina de Projeto” e “Cidadania e Desenvolvimento”. Estas últimas proporcionadas pela gestão flexível do currículo e englobadas na grande área de Desenvolvimento e Autonomia Curricular (DAC), foram lecionadas em coadjuvação pedagógica com a docente do Departamento de Expressões, da disciplina de Educação Plástica e Visual.

No início do ano letivo realizámos todo o processo de avaliação inicial dos alunos, sendo que o mesmo foi ajustado à especificidade da época que todos estávamos a viver – a pandemia SARS COVID 19 – e às limitações que daí surgiram.

Em sede de reunião do departamento de Expressões e dos grupos de Educação Física, decidimos que a realização de todo o protocolo de avaliação inicial teria que ser alterado, passando a ser através de exercícios critério individuais. O afastamento social assim o exigia. Com a avaliação diagnóstica inicial, percebemos as maiores dificuldades assim como as maiores competências que, quer os alunos em particular quer a turma no seu geral

apresentavam. Partilhámos os resultados da avaliação diagnóstica com os alunos e solicitámos a sua autoavaliação sobre este processo inicial.

Definimos então o nosso plano de intervenção com cada uma das turmas e os alunos que as constituíam, prognosticando os objetivos que poderíamos alcançar em conjunto, construindo então o Plano de Turma.

A nossa escola tem o ano letivo organizado por semestres. Realizámos um planeamento por etapas, sendo que:

- a) A primeira etapa foi consagrada à avaliação inicial.
- b) A segunda etapa foi destinada à aprendizagem de conteúdos inerentes às várias matérias, etapa esta sempre suportada por uma avaliação formativa constante e um processo de autoavaliação diário dos alunos e da turma em geral.
- c) Na terceira etapa realizámos uma avaliação formativa mais formal, centrada na realização de exercícios critério individuais e a pares. Devido às contingências impostas pelo SARS COVID 19, não pudemos promover atividades em grupos maiores do que o par, o que obviamente colocou alguma desmotivação inicial nos alunos. Potenciámos sempre que possível e oportuno, as formas jogadas de 1x1 e 2x2, em que o par era constituído pelos dois colegas que se encontravam lado a lado na sala de aula regular. Desta forma minimizámos os contatos entre os alunos.
- d) Na quarta etapa fizemos ajustes necessários (através da análise da avaliação formativa) e continuámos a aprendizagem de conteúdos.
- e) Na quinta etapa realizámos o primeiro momento de avaliação sumativa. Realizámos através de exercícios critério e através de ficha de avaliação de conhecimentos teórica. Este momento foi obviamente no final do primeiro semestre letivo. No início do 2º semestre e devido à crise pandémica, fomos para confinamento e voltámos ao ensino à distância, ensino este que já tínhamos adotado no ano letivo anterior. Este confinamento levou a uma alteração ao nível do planeamento! Em sede de grupo disciplinar, decidimos por unanimidade centrar o ensino à distância no trabalho e desenvolvimento das capacidades físicas dos nossos alunos, pois devido às limitações inerentes a este tipo de ensino, julgou-se ser o mais coerente e operacional.

Houve uma adesão excelente dos alunos ao ensino à distância, o qual se concretizou através de 2 tempos semanais em sessão síncrona e 1 tempo semanal em sessão assíncrona.

Nesta sessão assíncrona os alunos tinham um plano de trabalho com um conjunto de tarefas a realizar, as quais eram filmadas e enviadas para nós via TEAMS – a plataforma escolhida pela escola.

No regresso à escola após confinamento, realizámos uma avaliação formativa formal das aprendizagens desenvolvidas até à altura de confinamento e diagnosticámos que, de uma forma geral, os alunos apresentavam um retrocesso nas aprendizagens efetuadas até à altura de confinamento.

Ao nível das capacidades físicas apresentavam melhorias, com exceção da capacidade aeróbia, na qual também apresentavam um retrocesso considerável.

Como se verifica, após a 5ª etapa do plano anual de turma, passámos para o ensino à distância, tendo interrompido o plano inicialmente estabelecido para a mesma. Durante o ensino à distância, uniformizámos os conteúdos a abordar e as tarefas a desenvolver com os alunos, por via das limitações do ensino da Educação Física à distância e das condições materiais de alguns alunos desfavorecidos. Desta forma, com já dissemos anteriormente, incidimos as tarefas no trabalho das capacidades físicas e coordenativas. Esta orientação saiu de reunião de grupo disciplinar após discussão sobre este modelo de ensino à distância. Além do trabalho das capacidades físicas e coordenativas, trabalho este comum a todas as turmas, atribuímos também duas tarefas de desenvolvimento da autonomia aos alunos das nossas turmas. Estas tarefas consistiam na construção de uma coreografia a pares, apenas com 32 tempos musicais, e, na realização de uma corrida em ritmo moderado durante 15 minutos, duas vezes por semana em dias alternados. Esta tarefa poderia ser efetuada a pares ou individualmente, na mata adjacente à escola pois é um espaço na natureza e um recurso fantástico. Assim proporcionaríamos aos alunos, pequenos momentos de atividade física no exterior e em condições de segurança. A turma funcionaria com os pares de trabalho definidos no ensino presencial. Quando do regresso ao ensino presencial, avaliámos formativamente o produto final do trabalho realizado pelos alunos durante o ensino à distância. Os alunos autoavaliaram o seu trabalho e em conjunto verificámos que a tarefa que os alunos menos realizaram e em que menos investiram, foi exatamente aquela que está ligada à capacidade física em que apresentaram piores resultados – a capacidade aeróbia. Apesar de tudo, foi uma aprendizagem psicológica muito importante para os nossos jovens alunos.

Na etapa seguinte e devido a todos estes constrangimentos, amputámos e readaptámos o nosso planeamento tendo partido para a consolidação das aprendizagens efetuadas ao longo do ano letivo.

No final e como última etapa do nosso plano de turma, realizámos a avaliação sumativa. Deixem-me partilhar convosco o facto de em três turmas por nós lecionadas, apenas um aluno não atingia os objetivos mínimos definidos para o ano de escolaridade. É um aluno que apresenta alguma dificuldade ao nível técnico, mas que se revelou muito empenhado no cumprimento do seu plano de trabalho, no respeito pelos colegas e pelo professor, cumpridor das regras de funcionamento da aula em tempo de pandemia, assíduo, pontual e sempre com o material necessário para a disciplina. No processo de autoavaliação final de ano letivo, o aluno estava consciente das suas fraquezas e necessidades, mas também dos seus pontos fortes. Com todo este panorama, decidimos atribuir classificação de nível positivo ao aluno, motivando-o para que no próximo ano letivo continue a trabalhar da forma empenhada, com respeito por si, pelos outros e pela disciplina, com o objetivo de conseguir recuperar algumas aprendizagens e atingir os objetivos definidos para o final do 9º ano de escolaridade e 3º ciclo de estudos.

Em conselho de turma, articulámos conteúdos disciplinares da Educação Física com os conteúdos disciplinares das restantes disciplinas e traçámos as metodologias e estratégias de intervenção que julgámos mais pertinentes e performativas para as características da turma em geral e dos alunos em particular. No que ao Plano de Turma diz respeito, trabalhámos em metodologia de projeto, procurando sempre criar produtos finais em cada um dos projetos em articulação entre as disciplinas envolvidas nesse mesmo projeto.

Participação na escola e relação com a comunidade educativa;

Ainda não referimos, mas aproveitamos este capítulo para enunciar o horário que nos foi atribuído neste ano letivo, pois através dele podemos ter uma ideia da complexidade de relações estabelecidas para o seu cumprimento, assim como verificar o nosso envolvimento na escola, na concretização do projeto educativo e fundamentalmente na educação dos nossos jovens.

Foram-me atribuídas 2 turmas do 8º ano de escolaridade, sendo que uma delas era de continuidade, mais uma turma de 9º ano de escolaridade para terminar um Percurso Curricular

Alternativo de 3º ciclo. Nesta turma de 9º ano PCA, lecionava igualmente a disciplina de Cidadania e Desenvolvimento e a Disciplina de Oficina de Projeto, em coadjuvação com a docente de Expressão Plástica e Visual. Tinha a responsabilidade de um núcleo de desporto escolar de atletismo e era tutor de um grupo de 10 alunos. Destes dez alunos, três pertenciam à minha direção de turma e os outros 7 pertenciam a outras três turmas distintas.

Como facilmente podemos constatar, a constante articulação entre diretores de turma, conselhos de turma, encarregados de educação, CPCJ, CRI, SPO, educação especial, departamento de expressões, grupo de educação física, é fundamental e presença diária na atividade docente.

Para além de todas as tarefas e atividades desenvolvidas no trilhar do nosso caminho com a nossa escola e com os nossos alunos, gostaríamos também de deixar registado o trabalho desenvolvido ao nível do desporto escolar, com bons níveis de participação e satisfação dos alunos, os trabalhos realizados na Oficina de Projeto e na Cidadania e Desenvolvimento, os quais promoveram os alunos na dinâmica de escola, na valorização do espaço escolar e na organização e desenvolvimento de atividades do Plano Anual de Atividades (PAA) da escola, como por exemplo a dinamização da rádio da escola e o projeto “Moviment´Arte”. Além destes, todo o trabalho realizado em parceria com o SPO (Serviço de Psicologia e Orientação) da escola, com vista à integração dos alunos em ofertas educativas diversificadas, para prosseguimento de estudos no próximo ano letivo.

Desenvolvimento e formação profissional ao longo da vida.

A dimensão desenvolvimento e formação profissional, poderá ser vista de variadas perspetivas. De uma forma mais humilde podemos afirmar que aprendemos todos os dias, com todos aqueles que mais influentes são para nós. Esta é a aprendizagem não formal a que todos estamos sujeitos! A um nível científico, com certificação ou sem certificação, creditada ou não creditada, realizámos variadíssimas formações, as quais consideramos fundamentais para a nossa atividade profissional. Em cada uma vamos recolher sabedoria, tão útil para o nosso desenvolvimento profissional e para a transmissão de cultura e sabedoria aos nossos alunos. Continuamos a acreditar que “o saber não ocupa lugar”, desde que esse saber seja partilhado com o outro. Se não partilharmos o saber com alguém, esse mesmo saber não tem grande sentido. De entre todas as formações que realizei ao longo da minha vida, devo destacar que realizei em áreas distintas como a Educação Física; O Desporto Alto Rendimento; O Treino

Desportivo; Dança; Educação Artística; Criatividade; Teatro; Educação; Programação Neuro Linguística (PNL); Cidadania; Competências Pessoais e Sociais (Comunicação; Gestão de Conflitos); Informática; Socorrismo; Nutrição; sendo que neste último ano letivo realizei a formação de 25 horas em “Comunicação Aumentativa”, possibilitando-me o adquirir melhores conhecimentos para a minha atividade docente com alunos com dificuldades de comunicação.

Do balanço realizado e tendo em conta as características atípicas deste ano letivo, considerei-o muito positivo.

Dos 18 alunos da minha direção de turma, todos transitaram e foram encaminhados para oferta educativa diversificada. O encaminhamento para cursos profissionais que correspondam ao perfil destes alunos e transição para a vida ativa, nestas populações reveste-se de extrema importância, no combate ao absentismo e insucesso escolar.

Ao nível da Cidadania e Desenvolvimento, desenvolvemos e aplicámos um projeto de desenvolvimento de competências pessoais/emocionais e Sociais, fundamental ao desenvolvimento de competências dos alunos da direção de turma. Articulámos conteúdos com outras disciplinas.

Na Oficina de Projeto, envolvemo-nos com toda a comunidade educativa, desenvolvendo projetos e dinamizando atividades de valorização do espaço escolar e do PAA da escola.

Na direção de turma, realizámos todas as tarefas inerentes ao cargo, liderando um conselho de turma coeso influenciador de uma turma coesa.

No desporto escolar, dinamizámos o clube de atletismo tendo este funcionado com grande nível de satisfação dos nossos alunos.

Na Educação Física, conseguimos envolver todos os alunos no seu processo de Ensino-Aprendizagem, através atividades e tarefas adequadas ao nível do aluno, das suas necessidades e das suas expectativas, liderando este processo em que o aluno é o ator principal.

No Apoio Tutorial Específico, traçámos um percurso individual com cada um dos alunos, com vista ao seu crescimento pessoal, à definição dos seus objetivos a curto, médio e longo prazos, motivando-os para a importância da definição de um projeto de vida.

4.2 – PROJETO DE COMBATE AO INSUCESSO ESCOLAR

4.2.1 - Formação e Capacitação do Pessoal não Docente

Em 2018 foi-me proposto pela Câmara Municipal de Sintra (CMS) em parceria com a Associação de Professores de Sintra (APS), abraçar um projeto de formação e capacitação de pessoal não docente, por um triénio, para coordenar as atividades na vertente de “dinâmicas de grupo para o desenvolvimento de competências pessoais e sociais”.

Este projeto inseriu-se numa candidatura ao fundo social europeu e contou com um universo de 5 núcleos territoriais do Concelho de Sintra, com um total de 23 Agrupamentos de Escolas e uma Escola não agrupada. Esta candidatura pretendia dar resposta a necessidades identificadas pelas direções das escolas, CMS e toda a comunidade escolar:

“Foram identificadas necessidade de capacitação do pessoal não docente aos níveis:

- do conhecimento e da apropriação dos documentos estruturantes das unidades educativas a que pertencem, nomeadamente do regulamento interno e do projeto educativo, como orientadores da sua ação educativa;*
- do conhecimento técnico e científico relacionados com o seu papel e funções, ao nível do trabalho específico em espaços educativos como bibliotecas, salas de atividades/aula, recreios, refeitórios, por exemplo, e/ou ao nível do trabalho transversal a toda a sua ação, designadamente de modelos de intervenção educativa, de necessidades educativas especiais, de problemáticas específicas do desenvolvimento de cada uma das faixas etárias, entre outros;*
- das competências socio emocionais, com especial enfoque na capacidade de adaptação, no trabalho em equipa e liderança, na comunicação, no pensamento crítico e na resolução de problemas e gestão de conflitos”.*

Aceitei o desafio para desenvolver uma intervenção ao nível das competências sócio emocionais, numa perspetiva de alargar a Educação Física com todas as suas valências a este setor da comunidade escolar.

Partindo das características desta população, as necessidades encontradas pela comunidade escolar e município, tentei encontrar, dentro da abrangência de metodologias e estratégias de intervenção que a Educação Física nos remete, a resposta mais adequada a esta situação e contexto, utilizando metodologias de aprendizagem cooperativa, trabalho colaborativo e descoberta guiada, já referidas anteriormente para outras respostas educativas.

Caracterização da População

Foi feita uma intervenção num grupo de 630 Assistentes Operacionais, com idades entre os 30 e 63 anos, e escolaridade entre o 6º ano e o 12º ano. A grande maioria é do sexo feminino e mora no concelho de Sintra relativamente próximo do local de trabalho.

Do levantamento feito percebemos também que o baixo nível de escolaridade está diretamente associado com insucesso escolar enquanto estudantes e/ou necessidade de entrar para o mercado de trabalho precocemente (por questões económicas).

Os salários precários e a imagem pessoal de que são “transparentes” na comunidade escolar, foi o indicador mais significativo que encontramos para perceber a autoimagem profissional e o nível de frustração e desmotivação tão característico desta população.

O reconhecimento direto dos alunos, sobretudo no pré-escolar e 1º ciclo, bem como depois de concluírem a escolaridade, foi o indicador mais positivo e valorizado, encontrado na avaliação inicial, baseada num questionário com dados de opinião.

De acordo com os dados do levantamento de necessidades feito pelas direções das escolas em conjunto com a autarquia, os assistentes operacionais apresentavam na sua maioria:

- Absentismo elevado
- Falta de formação em contexto de carácter funcional e adequado às suas necessidades
- Dificuldades ao nível da comunicação entre os diferentes elementos da comunidade educativa
- Problemas na gestão de conflitos com os pares, alunos, pais, docentes e direções
- Dificuldade na resolução de problemas e tomada de decisão assertiva
- Falta de motivação e questões relacionadas com as lideranças
- Dificuldade em gerir alunos/espacos/situações
- Dificuldade significativa de dar respostas adequadas com modelos os tradicionais
- Resistência às mudanças de: espacos, tarefas, rotinas e colegas.

Das diversas reuniões conjuntas e reflexões para a construção deste projeto de intervenção foram elencados os seguintes objetivos:

- Contribuir para a melhoria das literacias ao nível dos diferentes saberes (saber, saber fazer, saber estar);
- Desenvolver as competências socio emocionais: intrapessoais (conhecimento, regulação, confiança e motivação) e interpessoais (empatia, comunicação, resolução de problemas e tomada de decisão assertiva);
- Criar rotinas de autorreflexão e tomada de decisão de acordo com as diferentes situações e contextos da comunidade escolar de forma a preparar para a mudança e recriar novos contextos e paradigmas.

Importância da Capacitação dos Diferentes Atores Educativos no Sucesso Escolar dos Alunos

Em função de uma dificuldade de toda a comunidade escolar, nos seus diferentes atores, proporcionar aprendizagens significativas aos alunos, pela sua crescente heterogeneidade e complexidade dos contextos, torna-se pertinente uma abordagem de métodos e técnicas que promovam mudanças nas práticas dos Assistentes Operacionais, no sentido de assumirem um papel de mediadores, tutores e facilitadores mais conscientes e eficazes, sobretudo ao nível da aprendizagem não formal¹, e do desenvolvimento de competências pessoais e sociais de forma a contribuir eficazmente para a construção e desenvolvimento do perfil de alunos à saída da escolaridade obrigatória.

É por isso basilar que toda a comunidade escolar tenha uma participação ativa, nos seus diferentes contextos, no sentido contribuir para que os alunos desenvolvam competências que lhes permitam encontrar estratégias de autonomia e sucesso pessoal, escolar e social.

Desta forma, através da problematização e consciencialização dos diferentes contextos e intervenções, e da criação alternativas de mudança torna-se obvio que temos de preparar os diferentes atores (Assistentes Operacionais) capacitando-os para um exercício de ação-reflexão.

É sabida a importância da aprendizagem por modelação e referência dos alunos relativamente aos agentes e atores que com eles intervêm. Tendo isto em conta fizemos uma opção clara e estratégica de, numa 1ª fase investir na formação e capacitação ao nível das

¹ anteriormente designada por “Currículo Oculto”

competências pessoais, muito especificamente do autoconhecimento, autorregulação e motivação que nos pareciam ser as que apresentavam uma maior fragilidade.

Numa segunda etapa investimos na formação e capacitação ao nível da relação com o outro (empatia, comunicação, gestão de conflitos, resolução de problemas e lideranças).

Por último o nosso foco foi para o desenvolvimento do pensamento crítico e criativo, capacitando esta população para uma perceção e análise dos constrangimentos ao nível dos contextos da comunidade escolar e criar soluções, propostas de intervenção em suma focarem-se na resolução de problemas e desenvolverem estratégias para criar soluções inovadoras.

Metodologias Dinâmicas de Caracter Lúdico Formal na População Adulta

Com base nas 2 premissas: Importância capacitação dos diferentes atores educativos no combate ao insucesso escolar dos alunos e Intervenção com base numa cultura de paz e inclusão criámos um plano de atividade de orientação por road book.

Foram criados diferentes roteiros em que as dinâmicas tinham objetivos muito claros de acordo com as necessidades elencadas anteriormente. Os diferentes elementos do grupo tinham que realizar as atividades e no final fazer uma autorreflexão inicial e posteriormente em grupo.

Esta reflexão guiada por questões específicas², ajudava a identificar forças e fraquezas de cada elemento e do grupo, compreender possíveis alternativas e respostas mais assertivas e analisar a sua correspondência às situações vividas no dia-a-dia em contexto escolar.

Terminava sempre com um registo gráfico no formato de mapa mental³ que servia simultaneamente de síntese da atividade realizada e avaliação da situação e capacidade de encontrar novas respostas.

O primeiro desafio patente nestes jogos cooperativos, consistia em melhorar o autoconhecimento e o conhecimento dos pares. Perceber como respondiam a determinadas situações e as respostas que davam. Os restantes jogos trabalhavam as diferentes competências,

² Orientada por mim enquanto docente de educação física responsável pelo projeto dos jogos cooperativos.

³ Em virtude de esta população ter algum constrangimento e resistência à utilização da comunicação escrita para fazer as suas análises e reflexões, era utilizado um mapa mental em todas as atividades e que ia sendo construído pelo grupo. Consistia no desenho de uma árvore em que nas raízes devia figurar aquilo que consideravam ser as suas competências e pré requisitos iniciais, o tronco representava o grupo e o nome que lhe queriam atribuir, os ramos eram os diferentes jogos e o que pretendiam desenvolver, as folhas eram o que sentiam (as secas o que queriam largar e as verdes o que queriam manter e desenvolver) e os frutos ou sementes representavam simbolicamente o que levavam do jogo para a sua atividade pessoal e profissional.

começando pelo processo de identificação, compreensão, aplicação, avaliação e resolução assertiva dos constrangimentos ou desafios encontrados.

No final deste percurso eram desafiados com jogos cooperativos mais complexos que envolviam a necessidade de planeamento estratégico em situações de stress tendo sempre em conta as características de cada elemento do grupo.

4.2.2 - Análise dos Resultados

A monitorização externa deste projeto foi feita pelo ISCTE como já foi referida anteriormente e a interna realizada por vários instrumentos de observação e avaliação:

- 1º - Questionário com dados de opinião para um diagnóstico inicial
- 2º - Questionário de avaliação realizado no final da 1ª fase da formação
- 3º - Realização do mapa mental individual e de grupo no final de cada etapa
- 4º - Criação de um roteiro pessoal para desenvolvimento de áreas a trabalhar

5º - Levantamento de necessidades dentro do contexto escolar e utilização do grupo de apoio para a realização de um projeto de intervenção escolar (no espaço ou na criação de dinâmicas com os alunos)

6º - Apresentações finais dos trabalhos por agrupamento com avaliação das respetivas direções, parceiros da autarquia, formandos e formadores

7º - Foi ainda feita uma última avaliação na cerimónia de encerramento no auditório do Olga Cadaval, através da aplicação do “mentimeter”, que contou com uma amostra de cerca de 150 assistentes operacionais⁴, dos quais apresentamos os resultados:

⁴ Por motivos pandémicos teve de haver restrições ao número de pessoas que poderiam assistir a esta cerimónia que se realizou no dia 13 de julho de 2021



Chegad@ a este momento como se sente?

Mentimeter



87

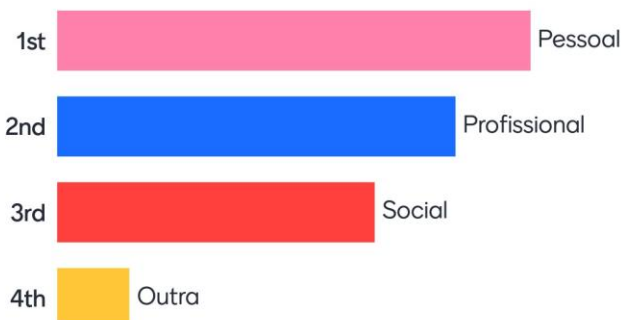
Tendo em conta que as palavras mais votadas foram: “Feliz” e “Bem”, podemos considerar que pelo menos do ponto de vista pessoal houve ganhos e as atividades foram uma mais valia (sendo que não podemos descurar o impacto da situação pandémica ao nível psicoemocional e social)

Quando pretendemos avaliar os ganhos mais significativos relativamente ao trabalho realizado percebemos que foram a nível pessoal, seguido do profissional e por último vêm os ganhos a nível social. Estes resultados vêm de encontro aos nossos objetivos, tendo em conta que para uma melhoria do todo em geral é fundamental o desenvolvimento e capacitação de cada indivíduo.



Qual a área que considera ter tido maior benefício com esta formação?

Mentimeter



62

Tendo em conta que devido ao adiantado da hora já contamos com menos assistentes operacionais no auditório, podemos ainda verificar que a avaliação do projeto para esta amostra de 64 formandos foi de acordo com o quadro abaixo:



Fazendo o balanço de todo este percurso, como avalia o Projeto?

Mentimeter



0
Satisfatório

0

64

4.2.3 - Síntese Reflexiva

As mudanças sociais, organizacionais em geral e das comunidades educativas em particular, levam a uma maior heterogeneidade da população escolar, associada a uma complexidade crescente das variáveis externas que interferem no processo educativo.

Estas premissas empurram toda a comunidade escolar, muito concretamente o pessoal não docente para a necessidade de mudança de paradigma e reformulação de toda a sua intervenção em contexto.

A Educação Física, mais concretamente na sua vertente de jogo cooperativo, foi sem dúvida a estratégia que mais contribuiu para a aprendizagem e o sucesso deste projeto, a nível pessoal, profissional e social nesta população.

Reconhecido pelos formandos, formadores e consolidado no relatório de monitorização e avaliação realizado pelo ISCTE (ver anexos) as mais valias desta metodologia e intervenção foram:

- Formação flexível e adequada às necessidades dos formandos
- Recursos humanos e materiais diversificados.
- Metodologias dinâmicas, reflexivas e formativas
- Propostas motivadoras que melhoravam significativamente as relações interpessoais
- Sentido de pertença e inclusão
- Melhorias muito significativas a nível pessoal nomeadamente na motivação, conhecimento comunicação e tomada de decisão

Pensamos com este projeto ter dado um contributo muito significativo para o sucesso do projeto de “combate ao insucesso escolar – formação e capacitação do pessoal não docente”, levando as metodologias de jogos cooperativos e atividades de orientação a um novo patamar de utilização contribuindo para uma consciência pessoal e social fundamental para o sucesso pessoal e ecossistémico da escola.

IV – CONCLUSÃO E REFLEXÃO

Procurei sempre que possível encontrar metodologias e estratégias que fossem para além da performance física e motora, tentando encontrar outras respostas dentro deste grande chapéu de atividades que a Educação Física nos permite.

Pude observar ao longo destes anos que tendencialmente a resposta mais fácil e comum é desenvolver todos os skills e comportamentos ligados à competição. Porém, e tendo em conta ter trabalhado sempre com populações especiais, ao nível do seu perfil comportamental, emocional e social, tive de encontrar outras respostas e estratégias que trabalhassem estes alunos a outros níveis.

Deparei-me assim com muitos mitos que ainda hoje temos ligados à competição: “É da natureza humana competir”, “A competição traz ao de cima o melhor de nós”, “A competição constrói o carácter”, “A criança precisa de aprender a perder”, “O mercado de trabalho exige competição”, “A competição é que dá graça ao jogo”, “A recriação exige competição”, “A vida exige competição”, entre outros.

Mas quando a competição já não responde, ou é ela em si um fator de desmotivação frente ao fracasso, insucesso e exclusão, que temos de encontrar formas de “não exclusão”, “reabilitação” e “recuperação” de percursos de risco e abandono.

Foi muito importante ter sempre presente, ao longo de toda a minha intervenção, uma consciência plena da importância e responsabilidade na criação de processos e contextos educativos facilitadores de aprendizagens. Estas aquisições devem visar e ser promotoras de uma integração plena e de um sentido de pertença e responsabilidade individual e coletiva.

Neste sentido devemos desenvolver competências de forma a criar um perfil de professor mediador e promotor de aprendizagens significativas.

Estas metodologias dinâmicas em que os diferentes atores se envolvem no seu processo de construção de saberes e desenvolvimento de competências, deve privilegiar a adoção de estratégias de resolução de problemas e tomada de decisão consciente.

Estas estratégias de ensino-aprendizagem devem por isso proporcionar literacias físicas e sócio emocionais que permitam desenvolver indivíduos autónomos, críticos e criativos, com uma voz ativa no grupo e na comunidade.

Saber cooperar com os pares e com o grupo em tarefas e projetos comuns, na procura de uma resposta em que todos possam ganhar.

A Educação Física é a disciplina mais importante do curriculum dos alunos até à saída da escolaridade obrigatória, sendo a linguagem corporal a Língua Universal! É nisto que acreditamos.

Mas não é apenas uma crença. É uma MISSÃO!

REFERÊNCIAS

Batista, P., & Queirós, P. (2015). *(Re) colocar a aprendizagem no centro da Educação Física*. In P. Batista, P. Queirós & R. Rolim (Eds.), *Desafios renovados para a Aprendizagem em Educação Física* (pp. 31-44). Porto: Editora FADEUP.

Bento, O. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.

Carraça, V. (2017). *Um modelo motivacional do envolvimento dos jovens nas aulas de educação física Um modelo de motivación de la participación de los jóvenes en las clases de educación física. Nuevas Perspectivas de Educación Física*, Deporte y Recreación 31, 282-291.

Costa, F. (1988). *O Sucesso Pedagógico em Educação Física*. Estudo das Condições e Factores de Ensino-Aprendizagem Associados ao Êxito numa Unidade de Ensino Dissertação de doutoramento, F. M. H. U. T. L.

Dupont, P. (1985). *A Dinâmica do Grupo-Turma*. Coimbra Editora, Limitada.

Freire, J. (2010). *Uma possível estratégia no combate ao Insucesso Escolar: Estudo de caso*. Vila Real: Universidade de Trás-Os-Montes e Alto Douro.

Folk, W. (2004). *Jogos de Cooperação*. Associação para a Promoção Cultural da Criança. Lisboa.

Goleman, D. (2000). *Trabalhar com a Inteligência Emocional*. Temas & Debates – Actividades Editoriais.

Goleman, D. (2006) *Inteligência Social*. Temas e debates – Actividades Editoriais.

Haigh, A.(2010). *A arte de ensinar*. Academia do Livro

Lopes, J. & Silva, H. (2009). *A Aprendizagem Cooperativa na Sala de Aula, Um Guia para o Professor*. Lidel – Edições Técnicas, Lda

Mendes, F. (2012). *O contributo da educação física no combate ao insucesso escolar: A Perspetiva dos Professores de uma Escola Básica e Secundária do Concelho de Celorico de Basto* (Dissertação de Mestrado não publicada). Universidade de Trás os Montes e Alto Douro, Vila Real.

Montagner, H. (1998). *Acabar com o insucesso na escola. A Criança, as suas competências e os seus ritmos*. Horizontes pedagógicos. Instituto Piaget

Programa Nacional de Educação Física – 2º, 3º Ciclo e Secundário.

Programas e Projectos nas Escolas T.E.I.P. (Territórios Educativos de Intervenção Prioritária). Lisboa: Ministério da Educação(2012)

Registo Biográfico Docente (2021); Serviços técnicos administrativos. Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos

Regulamento Interno- recomendações gerais de prevenção à Covid 19 na aula de Educação Física. Agrupamento de Escolas Escultor Francisco dos Santos (2020)

Soler, R. & Soler, S. (2008) - *Alfabetização Cooperativa*. Sprint.

Slavin, R. E. (1994). *Cooperative learning: Theory, research and practice*. (2nd ed.) Boston: Allyn Bacon.

Slavin, R., Hurley, E. A., & Chamberlain, A. (2003) *Cooperative Learning and achievement: Theory and research*. In W. Reynolds & G. Miller (Eds.) *Handbook of Psychology: Vol. 7. Educational Psychology* (p. 177-198) New York: John Wiley

Vieira, R. e Peres, A. (2010) - *Educação, Justiça e Solidariedade na construção da Paz*. APAP CIID-IP