

Eduardo Alexandre Oliveira Braga

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DE
EDUCAÇÃO FÍSICA REALIZADO NO
AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO BOM SUCESSO**

Orientador de Faculdade: Professor Rui Petrucci

Orientador de Escola: Professor Fernando Soares

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Faculdade de Educação Física e Desporto de Lisboa

Lisboa

2019

Eduardo Alexandre Oliveira Braga

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA REALIZADO NO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DO BOM SUCESSO

Relatório de Estágio Pedagógico defendido em Provas Públicas na Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias de Lisboa, para a obtenção do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário no curso de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, no dia 1 de Agosto de 2019, perante o júri, nomeado pelo Despacho Reitoral nº 192/2019, com a seguinte composição:

Presidente: Professor Doutor Francisco Alberto Arruda Carreiro da Costa;
Arguente: Professor Doutor João Jorge Comédias Henriques;
Orientador: Prof. Doutor José Gregório Viegas Brás;
Vogal: Professor Rui Pedro Catalão Neves Petrucci;
Coorientador: Prof. Luís António Fernandes Bom;
Coorientador: Prof. Rui Pedro Catalão Neves Petrucci.

Orientador de Faculdade: Professor Rui Petrucci

Orientador de Escola: Professor Fernando Soares

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Faculdade de Educação Física e Desporto de Lisboa

Lisboa

2019

Agradecimentos

Aos meus pais, por todo o apoio e sacrifício em ajudar-me a cumprir este sonho. Um enorme obrigado por todo o tempo e investimento na minha educação, pelos valores que me transmitiram e pelo carinho dado, que me deu segurança no alcance deste meu objetivo.

Há minha namorada, por toda a compreensão nos momentos que não pude estar presente. Tudo seria mais difícil sem o seu apoio. Obrigado pela esperança que depositou em mim e orgulho de me ver cumprir mais uma etapa da minha vida académica.

Aos meus amigos, pelos bons momentos que aliviaram toda a pressão e cansaço de uma vida académica cheia de bons e maus momentos.

Aos professores Fernando Soares e Rui Petrucci pelo esforço no acompanhamento no decorrer do ano letivo, pelas longas conversas sobre as melhores formas de me tornar melhor professor e pela amizade e motivação.

Ao professor Fernando Sequeira por todo o acompanhamento e paciência no acompanhamento de todos os assuntos relativos à direção de turma.

Um agradecimento especial à professora Célia Vieira, por toda a paciência, compreensão e formação na modalidade de Ginástica.

Quero ainda demonstrar a minha gratidão à Direção do Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso, pelo magnífico acolhimento e por sempre se mostrarem disponíveis a todas as solicitações que lhes enderecei.

Por último, às pessoas que me fizeram escolher a Educação Física como a minha carreira profissional.

A todos, um enorme obrigado.

Resumo

Como última etapa para obtenção do grau de Mestre em, Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, o Estágio Pedagógico representa o período de formação curricular onde o professor aprendiz cumpre a função de professor. Este documento destina-se à reflexão e análise do Estágio Pedagógico de Mestrado em Ensino da Educação Física no Ensino Básico e Secundário, realizado na Escola Básica 2,3 do Bom Sucesso, pertencente ao Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso, em Alverca.

O documento reflete a organização deste estágio em quatro áreas: Lecionação, onde assumi o papel de Professor de Educação Física de uma turma do 8ºAno; Direção de Turma acompanhando o Diretor de Turma da minha turma de lecionação durante todo o ano letivo; Desporto Escolar onde, em conjunto com um professor assumi a orientação do grupo de ginástica de grupo; Seminários, um direccionado para toda a comunidade educativa e outro para o Grupo de Educação Física. Pretendo assim demonstrar criticamente o trabalho realizado ao longo do ano letivo de 2017/2018, nas diversas áreas acima referidas.

PALAVRAS - CHAVE: Estágio, Educação Física, Lecionação, Direção de Turma, Desporto Escolar, Seminários.

Abstract

As a last step to obtain the Master's degree in Teaching Physical Education in Basic and Secondary Education, the Pedagogical Stage represents the period of curricular formation where the apprentice teacher fulfills the role of teacher. This document is intended for the reflection and analysis of the Pedagogical Internship of Masters in Physical Education Teaching in Primary and Secondary Education, carried out in Bom Sucesso Basic School 2, 3, belonging to the Bom Sucesso School Group in Alverca.

The document reflects the organization of this stage in four areas: Teaching, where I assumed the role of Physical Education Teacher of a group of the 8th Year; Class Management accompanied by the Class Director of my teaching group throughout the school year; School Sport where, together with a teacher, I took the co-orientation of the group gymnastics group; Seminars one directed to the entire educational community and another to the Physical Education Group. I intend to critically demonstrate the work carried out throughout the academic year 2017/2018, in the several areas mentioned above.

KEY WORDS: Internship, Physical Education, Teaching, Class Direction, School Sport, Seminars.

Abreviaturas

ULHT- Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

EF- Educação Física

DT- Diretor de Turma

CT- Conselho de Turma

DE- Desporto Escolar

GG- Ginástica de Grupo

UD- Unidade Didática

PTI- Professor a Tempo Inteiro

PNEF- Planos Nacionais de Educação Física

OE- Orientador de Escola

OF- Orientador de Faculdade

GEF- Grupo de Educação Física

I1 – Introdução 1

I2 – Introdução 2

E1 – Elementar 1

Índice Geral

Introdução	10
Caracterização da Escola.....	12
Contexto Local	12
Contexto Social	12
Organograma	13
Plano de Ação	14
Grupo de Educação Física	15
Horário Semanal do Estagiário	17
Plano de Estágio	18
I. Lecionação.....	21
1.1. Introdução	21
1.2. Caracterização específica da turma.....	22
1.3.Quadro do plano anual	24
1.3.1. 1ª Etapa.....	26
1.3.1.1. Balanço.....	27
1.3.1.2. Objetivos Anuais	30
1.3.2. 2ª Etapa.....	34
1.3.2.1. Objetivos.....	34
1.3.2.2. Balanço.....	38
1.3.3. 3ª Etapa.....	41
1.3.3.1. Balanço.....	42
1.3.4. 4ª Etapa.....	47
1.3.4.1.Balanço.....	47
1.4. Conclusão	51
1.5. Professor a Tempo Inteiro	54
1.5.1. Objetivos do PTI	55
1.5.2. Balanço.....	55

1.6. Turma de Lecionação Cooperação.....	57
II. Direção de Turma.....	59
2.1. Introdução	59
2.2. Caraterização específica da turma	60
2.2.1.Plano de Atividades	61
2.3. Projeto Interdisciplinar - Promoção da Atividade Física nos Alunos do 3º e 4º ano.....	61
2.3.1. Justificação	62
2.3.2.Objetivos	63
2.3.3.Cronograma.....	63
2.3.4.Conclusão.....	64
2.4.Relação com os Encarregados de Educação	66
2.5. Coordenação Pedagógica	67
2.6. Saída de Campo.....	68
2.7. Conclusão	71
III. Desporto Escolar	72
3.1. Introdução	72
3.2. Caraterização do Desporto Escolar na Escola/ Agrupamento.....	72
3.2.1. Escolha do Núcleo de Ginástica de Grupo.....	73
3.3. Caracterização do Núcleo	74
3.3.1. 1ª Etapa.....	77
3.3.2.2ª Etapa.....	78
3.3.3. 3ª Etapa.....	80
3.3.4. 4ª Etapa.....	80
3.4. Conclusão	81
3.5. Cooperação.....	82
IV. Seminário.....	83
4.1. Introdução	83
4.2. Seminário Avaliação Formativa na Área dos Conhecimentos.....	83

4.3. Seminário Avaliação Formativa no Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso	85
4.4. Cooperação - Alteração da Bateria de Testes do Fitnessgram para Fitescola	94
Conclusão	96
Referências bibliográficas	102
Apêndices	i
Anexos	iv

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Horário Semanal de Estágio.....	17
Tabela 2 - Plano Individual Estágio	18
Tabela 3 - Divisão do Ano em Etapas	24
Tabela 4 - Objetivos por Etapa.....	33
Tabela 5 - Objetivos por Nível dos Alunos.....	37
Tabela 6 - Avaliação Aptidão Física	39
Tabela 7 - Avaliação Área dos Conhecimentos	41
Tabela 8 - Avaliação da Área das Atividades Físicas	42
Tabela 9 - Avaliação Área da Aptidão Física	46
Tabela 10 - Avaliação Sumativa do 2º Período	46
Tabela 11 - Avaliação das Atividades Físicas.....	47
Tabela 12 - Avaliação da Aptidão Física	50
Tabela 13 - Avaliação Final do Ano.....	51
Tabela 14 - Horário PTI.....	55
Tabela 15 - Horário Desporto Escolar	74
Tabela 16 - Plano Anual do Desporto Escolar	75
Tabela 17 - Avaliação Inicial Ginástica de Grupo	78
Tabela 18 - Avaliação Final do 1ºP Ginástica de Grupo	79
Tabela 19 - Plano por Etapas do Seminário	84

Índice de Figuras

Figura 1 - Organograma do Agrupamento.....	13
Figura 2 - Estudo internacional que compara, a mobilidade infantil em 16 países ..	63
Figura 3 -Gráfico 1	87
Figura 4 - Gráfico 2	88
Figura 5 - Gráfico 3	89
Figura 6 - Gráfico 4	91
Figura 7 – Gráfico 5.....	92
Figura 8 - Gráfico 6	93

Introdução

“Para ter acesso à carreira docente, é necessário que o candidato siga um curso superior que, geralmente, integra a formação pedagógica profissionalizante, segundo dois modelos – o das práticas pedagógicas, nas ESEs e os modelos de Estágio Pedagógico Integrado, nas Universidades”. (Bom e Brás, 2003, p 4).

Com refere a citação anterior, para ter acesso à carreira docente, foi necessário realizar um estágio pedagógico com a duração de um ano letivo. Concluído esse estágio pedagógico exigido no âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário na ULHT (modelo de Estágio Pedagógico Integrado nas Universidades), onde eu como estagiário desempenhei o papel de professor de Educação Física papel esse que se dividiu em quatro áreas, que formam a Prática Pedagógica Supervisionada e são elas a Lecionação, a Direção de Turma, o Desporto Escolar e os Seminários, áreas que são objeto de preparação, realização e avaliação pedagógica pelos estagiários.

De acordo com o Regulamento de Estágio do curso, durante o decorrer do ano o Professor Estagiário deve dominar um conjunto de competências, competências essas onde vai ser avaliado e através dessa avaliação irá sair a sua nota final de estágio. As principais competências que são especificadas no Perfil geral de desempenho profissional dos professores do ensino básico e secundário e são visadas neste Mestrado de formação de Professores de Educação Física e Desporto definem-se da seguinte forma:

- a) **A Cooperação**, cooperação e compromissos a estabelecer entre estagiários e também no núcleo de estágio com os professores da escola e com os membros da comunidade educativa;
- b) **Os Projetos**, para as quatro áreas são os documentos de organização das atividades e da intervenção pedagógica no estágio, devendo ser apreciáveis pelos orientadores e pela escola segundo critérios explícitos de qualidade no que se refere, em especial, às aprendizagens dos alunos e ao seu valor educativo;
- c) **A Cientificidade** representa a aplicação criteriosa e fundamentada dos saberes e matérias científicas estudadas nas diferentes áreas e disciplinas do curso, de acordo com a especificidade de cada uma das áreas de atividade do estágio.
- d) **A Avaliação Formativa** representa a reflexão dos estagiários sobre a sua ação e a adequação necessária dos processos e das práticas nas quatro áreas do estágio.
- e) **A Atitude/ Desempenho Profissional** significa uma atuação responsável, crítica e solidária nas estruturas e nas atividades da escola, dignificando a posição dos professores em geral e da Educação Física em particular.

“Além das aulas e da sua preparação, outras responsabilidades e tarefas dos professores são necessárias, em qualquer escola, organizando-se em diferentes

áreas institucionais. Mesmo as tarefas letivas, assumidas por cada professor, não são, como vimos, um compromisso estritamente individual. Envolve a deliberação das estruturas de orientação educativa – os Departamentos Curriculares e Grupos disciplinares, os Conselhos de Turma, as Coordenações de Ano e/ou Ciclo e, no centro deste processo, o Conselho Pedagógico.” (Bom e Brás, 2003, p 11).

O estágio que vai ser alvo de uma análise crítica, neste relatório decorreu na Escola Básica 1, 2, 3 do Bom Sucesso pertencente ao Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso de Alverca, onde me foi atribuída uma turma de 8º Ano que acompanhei durante todo o ano, em Educação Física como professor estagiário e na direção de turma onde acompanhei o trabalho do diretor de turma nas três componentes, sendo elas a Relação com o Encarregados de Educação, o Apoio aos Alunos e a Coordenação Pedagógica.

No núcleo de estágio onde estava integrado também existiu a possibilidade de ter uma turma de cooperação, que é lecionada pelos dois professores estagiários e pelo professor orientador, nesta turma existe uma cooperação entre os três, fazendo com que os estagiários tenham mais tempo de lecionação e discussão, que se vai traduzir em mais e melhores aprendizagens.

“Necessitamos de professores altamente motivados e empenhados em enfrentar a sua atividade profissional com curiosidade, que assumam as tarefas profissionais de uma forma não rotineira; enfim, professores reflexivos que entendam o processo de aprendizagem e de formação como fazendo parte da própria função docente.” (Carreiro da Costa, Proença e Leal, 2003, p 9).

O ano de estágio é um ano onde os estagiários são confrontados pela primeira vez com o poder de tomar decisões, decisões que vão mudar o percurso escolar dos seus alunos e que são essenciais para estes terem sucesso na nossa disciplina, por isso é muito importante ser reflexivo e perceber se o que está a ser feito é o melhor para a turma e para os seus alunos, ou se existem outras formas, melhores formas de guiar a turma para o sucesso.

Caracterização da Escola

Contexto Local

“O Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso, criado no ano letivo de 1999-2000, entidade integradora de três estabelecimentos de ensino, potenciadora da articulação entre a Educação Pré-escolar e os três ciclos do Ensino Básico.” (Projeto Educativo do Agrupamento, 2013; p13).

Este agrupamento é criado com o objetivo das pessoas que vivem no Bom Sucesso, terem a oportunidade desde crianças (Pré-escola) de terem um desenvolvimento sustentado e de qualidade, devido à ligação que existe entre as três instituições, que trabalham em conjunto de modo a que a evolução do aluno siga o caminho que a instituição acha o correto, lhe seja dada a oportunidade de ter sucesso escolar e consiga um futuro melhor através deste caminho.

Contexto Social

Passado o ano de estágio nesta escola, pude aperceber-me que esta escola tem grandes problemas sociais, lembrando-me de algumas conversas que tinha com outros professores, ou até o diretor de turma da minha turma de estágio, existem Encarregados de Educação que não acompanham o percurso escolar dos seus filhos, e não estão interessados em fazer parte deste processo de desenvolvimento dos alunos.

“Se uma criança tem fome, se está cansada, ou exibe sinais de stress, ou não tem um local onde possa estudar, a sua capacidade para aprender é afetada. Os membros da sua família poderão dispor de apenas um tempo limitado para ajudar as crianças na sua vida escolar, por exemplo, por terem de se dedicar à vida da casa” (Heacox, 2001, p14).

A escola está localizada num local onde as famílias têm muitas dificuldades económicas. “Este Agrupamento enquadra-se num contexto social de famílias de nível médio-baixo, com algumas bolsas de pobreza.” (Projeto Educativo do Agrupamento, 2013; p 13). Para ultrapassar estas dificuldades dedicam muito tempo ao seu trabalho e por vezes não têm disponibilidade ou interesse para perceber o que se passa com o percurso escolar dos seus educandos. Outra razão, na minha opinião, para não ser dada muita importância, em alguns casos, ao percurso escolar dos alunos é o que apenas 50% dos Encarregados de Educação possui o 3º ou 2º ciclo, e cerca de 7% são detentores de uma licenciatura. Uma grande parte dos Encarregados de Educação não tiveram uma boa experiência durante a sua vida de estudante, e no entender da escola, este contexto social constitui um constrangimento à melhoria das aprendizagens dos alunos. (Dados do Projeto Educativo do Agrupamento, 2013; p 13).

Organograma

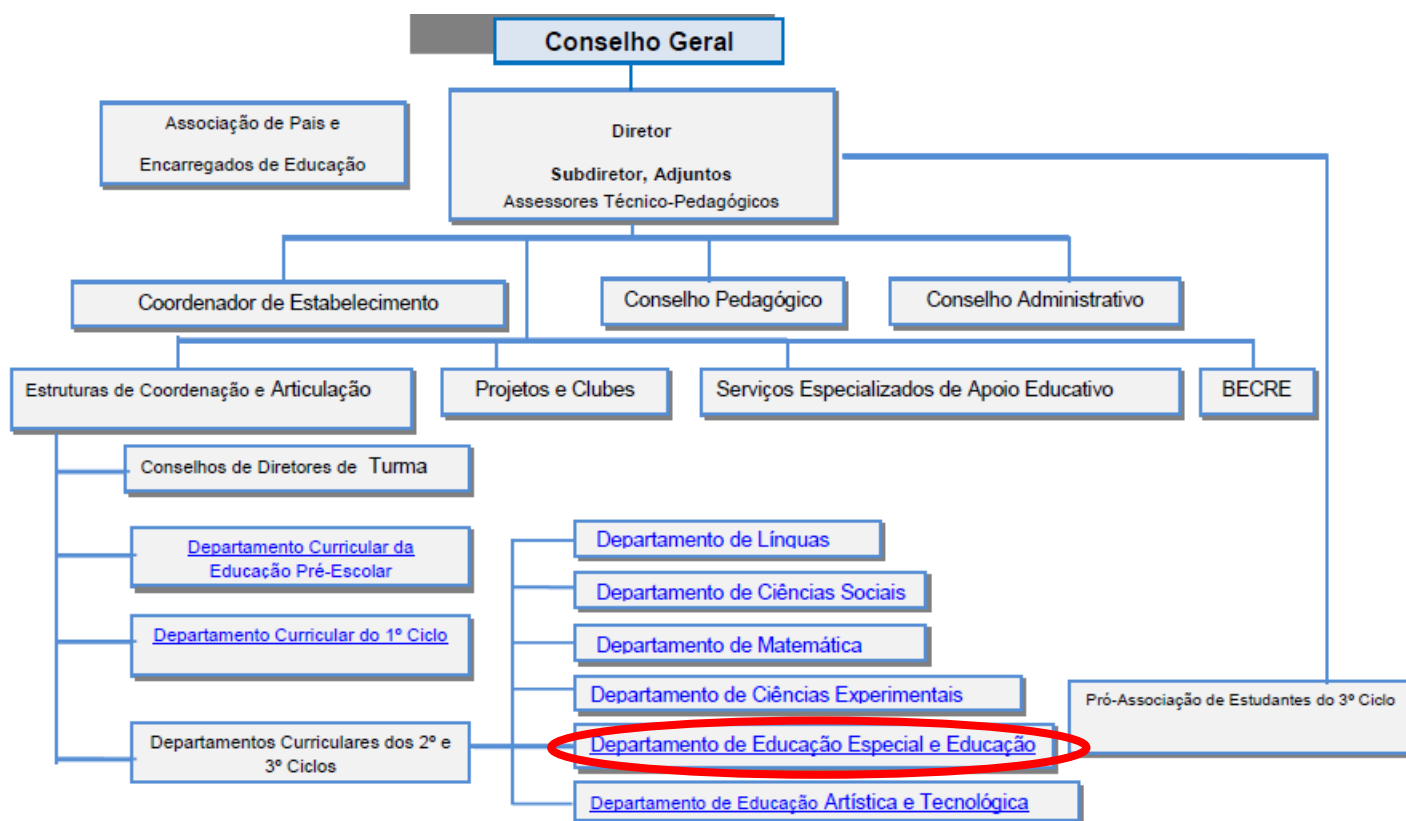


Figura 1 - Organograma do Agrupamento

No organograma podemos observar que a Educação Física em conjunto com a Educação Especial formam o departamento de Educação Especial e Educação Física, sendo que há alguns anos atrás estava no mesmo departamento das artes, no entanto existiu uma divisão desse departamento e a Educação Física, porque se percebeu que não existia nenhuma razão para estes dois grupos formarem um departamento e a Educação Física tinha a ganhar com a junção com a Educação Especial.

“Ao longo dos últimos anos, a direção e o conselho pedagógico da escola tem delineado e implementado propostas organizacionais que visam responder aos diferentes desafios educacionais colocados a esta unidade organizacional. Algumas dessas propostas tem por objetivo a criação de condições que favoreçam modos diferentes de organizar o trabalho docente na escola” (Machado, 2015, p.385).

Esta citação é retirada de um estudo feito e, refere-se a uma determinada escola onde foi realizado esse mesmo estudo, no entanto é possível, na minha opinião, relacionar esta citação com a escola onde estagiei, um exemplo disso, é a alteração do departamento de Educação Física, que como já referi anteriormente sofreu algumas alterações nos últimos anos. O que quero referir aqui é que com as novas gerações, onde os alunos são completamente diferentes do que era há alguns anos atrás, com as novas tecnologias e a remodelação das pessoas que estão presente nestes órgãos da escola, que trazem novas

ideias e novas formas de trabalhar, é necessário realizar uma constante renovação e mudança na organização da escola, para continuar a providenciar um ensino de qualidade aos seus alunos. “Como os jovens de hoje são diferentes dos jovens de amanhã, como a cultura do movimento e as tendências populares atuais são diferentes das de amanhã, como as escolas de amanhã vão diferir das escolas de hoje, no futuro os problemas do ensino da EF serão diferentes dos problemas atuais” (Crum, 2002). Possivelmente devido a estas mudanças, revelam-se algumas dificuldades no trabalho realizado pela escola, como por exemplo nos conselhos de turma e no trabalho a do diretor de turma, algo que é referido no capítulo da direção de turma.

Plano de Ação

Consta no Projeto Educativo que para que se torne visível a articulação da problemática/problemas identificados com os objetivos gerais e metas a atingir, a escola apresenta uma organização por áreas de intervenção que integram os objetivos, nomeadamente:

Área A1 – Promoção do Sucesso Escolar

A1.1. Melhorar o sucesso escolar dos alunos- resultados internos

A1.2. Melhorar o Sucesso nas Provas Nacionais

A1.3. Melhorar a Qualidade das Aprendizagens

A1.4. Prevenir o Abandono Escolar

Resumindo um pouco o Plano de Acção da Escola, e falando do objetivo que é na minha opinião, mais interessante de abordar, a Promoção do Sucesso Escolar, podemos contatar que é dada uma grande importância ao percurso escolar do aluno, foram criados quatro focos de atenção (A1.1, A1.2, A1.3, A1.4) para perceber se o objetivo principal é alcançado em cada um destes pontos existe um conjunto de estratégias às quais a escola dá grande importância, e tenta perceber durante o ano letivo, através de reuniões ou levantamentos estatísticos se estes estão a ser cumpridos.

A intervenção da escola situa-se no aluno como agente ativo no seu processo de aprendizagem e contém quatro medidas:

- Avaliação formativa como elemento regulador do processo de avaliação.
- Articulação curricular entre docentes das mesmas disciplinas.
- Utilização das TIC em sala de aula pelos alunos como ferramenta de aprendizagem.
- Envolvimento dos Encarregados de Educação no processo de aprendizagem dos alunos.

Para terminar este subcapítulo, penso que é de grande pertinência sublinhar que a escola tenta situar o aluno como agente ativo no seu processo de aprendizagem e tenta responsabilizá-lo pelas suas aprendizagens, este é na minha opinião o caminho que as

escolas devem tomar, dando mais responsabilidade aos alunos, no entanto esta deve ser uma responsabilidade que deve ter limites, o aluno tem de continuar a ser guiado no decorrer do seu percurso escolar, o aluno deve conhecer quais os objetivos que tem de alcançar para ter sucesso no ano de escolaridade e na disciplina onde está inserido.

Grupo de Educação Física

O GEF era constituído por cinco professores e dois estagiários, dos cinco professores do grupo, dois eram contratados e estavam pelo primeiro ano na escola, os outros três são professores que já estão na escola há alguns anos, e são os grandes responsáveis pela forma como o grupo se organiza e trabalha.

O grupo tem um conjunto de documentos que facilitam o trabalho do professor, tais como o Protocolo de Avaliação Inicial, o Plano Plurianual, entre outros. Estes documentos «obrigam» também a que os professores que são novos na escola sigam a forma de trabalhar do grupo porque estes documentos que já estão criados e são fáceis de usar encaminham o novo professor no seu processo de ensino.

Após certos momentos do ano, sobretudo no fim das etapas e períodos são realizadas reuniões para discutir os mais variados temas, tais como a alteração do plano plurianual, após a avaliação inicial (1ª Etapa), no final de cada período existia uma reunião para perceber se o caminho traçado após a Etapa, onde nos situávamos, estava a ser possível de percorrer ou se deviam existir alterações. Existiam também outras reuniões para abordar datas de atividades, como por exemplo o corta-mato ou o Mega sprinter (Plano Anual de Atividades).

Em termos de ensino da Educação Física o grupo segue o caminho traçado pela escola de utilizar a Avaliação Formativa como elemento regulador do processo de Avaliação, tornando os alunos responsáveis pelas suas aprendizagens, sendo que os professores devem orientá-los para o sucesso através de um conjunto de estratégias que facilitem o processo de ensino-aprendizagem. “Trata-se de uma avaliação interativa, centrada nos processos cognitivos dos alunos e associada aos processos de feedback, de regulação, de autoavaliação e de autorregulação das aprendizagens” (Fernandes, 2006; p 23).

Proença refere que “No paradigma emergente, os professores do ensino básico e secundário serão mais importantes que os médicos, na medida em que poderão transmitir ensinamentos profundos para a prevenção e promoção da saúde, todos os dias”, sem dúvida que os professores de educação física estão na posição ideal para promover a saúde e apoiar os alunos com mais dificuldades, ajudando a criar estratégias ou alertar para os riscos que existem. No entanto a educação física não pode ser apenas uma disciplina de promoção de saúde, a saúde deve fazer parte do currículo, mas não pode, na minha opinião ocupar o lugar central na mesma.

Segundo Bart Crum¹ “concepción biológica ... La Educación Física es concebida como un proceso de “entrenamiento-del-físico” justificando su importancia por su contribución para el combate a las enfermedades tales como la obesidad y los accidentes vasculares cerebrales.” (Carreiro da Costa, 2017, p 4)

Abordando as concepções que existem para classificar a Educação Física, percebe-se que existe uma concepção que aborda a Educação Física neste sentido, como o educar do corpo e o combate a doenças, no entanto a EF tem potencial e capacidade para ser mais do que isto e penso que seja até limitá-la reduzi-la a isto. Fazendo uma ligação entre esta concepção e a escola onde estagiei, penso que se pode dizer que existe uma grande preocupação em promover a saúde, um bom exemplo para justificar esta afirmação é a tentativa que existe por parte do grupo de EF de utilizar os dados do FitEscola para avaliar os alunos e criar planos para cada um (Seminário de Cooperação). Não estou a afirmar que esta é a concepção da escola, mas é dada uma grande importância à saúde dos alunos nas aulas de Educação Física, e podemos dizer que o que é referido por Proença confirma-se os professores, devido ao seu contato constante com os alunos e ao seu conhecimento sobre o tema têm um papel mais importante na prevenção da saúde do que os médicos que são consultados uma ou duas vezes por ano.

O Desporto Escolar é composto por quatro núcleos, Ginástica de Grupo, Basquetebol, Futsal e Ténis de Mesa. O Núcleo de GG era subdividido em dois grupos, tendo assim um grupo de iniciação, o grupo B, e o grupo avançado, grupo A. Os núcleos participavam em atividades organizadas pelo desporto escolar, como por exemplo o Campeonato Regional, encontros de ginástica e de Basquetebol, torneios de ténis de mesa e futsal.

A grande atividade de Desporto Escolar organizada pela escola e pelo núcleo de desporto escolar, e que já se vem a realizar há treze anos é o Sarau de ginástica, que conta com a participação de vários clubes de ginástica como por exemplo o Sporting CP e o FC Alverca. Este Sarau é também uma das principais atividades da escola, sendo que conta com a participação da direção da mesma, e com pessoas da Câmara Municipal de Alverca.

¹ Crum, B. (1992). Competing orientations for PE curriculum development: The trend towards a consensus in the Netherlands and an international comparison.

Horário Semanal do Estagiário

Tempos Letivos		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
10:00	10:45		8º - TC	8ºB-TE		8ºB-TE
10:45	11:30		8º - TC	8ºB-TE	8º - TC	
11:40	12:25	9º-TOE	8º-TCE	9ºTOE	8º-TCE	
12:25	13:10	9º-TOE	DE Gin. Grup.	Reuniões CT	8º-TCE	
13:25	14:10			Reuniões CT	Reuniões GEF	
14:10	14:55	DE Gin. Gru.				
15:10	15:55	DE Gin. Gru.				
15:55	16:40					
17:00	17:45			Reuniões GEF		
17:45	18:30			Reuniões GEF		Educ. Cidada.

Tabela 1 - Horário Semanal de Estágio

Legenda:

TE- Turma de Estágio

TOE – Turma Orientador de Estágio

TCE-Turma Colega de Estágio

TC- Turma Cooperação

CT- Conselho de Turma

DE – Desporto Escolar

GEF-Grupo de Educação Física

No Horário podemos observar que a minha semana tinha um total de 21 Horas, entre aulas dadas com a turma 8º B, a minha turma, o 8ºA uma turma que era lecionada pelos 2 estagiários e o Professor Orientador, a observação das aulas do meu OE o 9º ano e o meu colega de estágio o 8ºC. O desporto escolar tinha 3 horas semanais, e por vezes existiam treinos suplementares de preparação para competições ou encontros. A educação para a cidadania era uma aula dada à turma que eu acompanhava na área da direção de turma e assim sendo dava esta aula em cooperação com o DT. Por fim as horas de reunião do grupo de Educação Física e do Conselho de Turma estavam divididas entre as quartas e as quintas-feiras.

Plano de Estágio

Áreas	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio	Junho	Total de aulas/ treinos
Lecion.	1ª Etapa		2ª Etapa		3ª Etapa			4º Etapa			97 Aulas
8º B	Aulas lecionadas: 18		Aulas lecionadas: 23		Aulas lecionadas: 34			Aulas lecionadas: 22			
8º A coop. Nucleo	Aulas lecionadas: 18		Aulas lecionadas: 21		Aulas lecionadas: 36			Aulas lecionadas: 24			99 Aulas
Direção de Turma 8º B	Identificação de problemas/ 1º Período		1º Período		2º Período			3º Período			36 Aulas
	Educ Cidadania: 6 Aulas		Aulas: 6		Aulas:16			Aulas: 8			
	Reun. Cons. Turma: 1		Reun. Cons. Turma: 1		Reun. Cons. Turma: 1			Reun. Cons. Turma: 2			Reun. Cons. Turma: 5
	Saída de Campo		Planeamento			Adventure Park (19 de Abril)		Balanço			
Desporto Esc. Ginástica de Grupo	Promoção e horários	1º Etapa 24 treinos		2ª Etapa	2ª Etapa (cont)	3ª Etapa 38Treinos		4ª Etapa 30 treinos			77 Treinos
					15 treinos	Competição Externa:1		Encontros e Saraus-4			
1º Seminário	Introdução da Bateria de Testes do FITescola		1ª Etapa		1ª Etapa	2ª e 3ª Etapa (16 março)		Balanço			
2º Seminário	Avaliação Formativa - Área dos Conhecimentos				Ed. Física	1ª e 2ª Etapa (22 março)		Balanço			
3º Seminário	Avaliação Formativa no Agrupamento de Escolas		1º Etapa		Cont. 1ª etapa	2ª Etapa		3ª Etapa(18 maio)		Balanço	

Tabela 2 - Plano Individual Estágio

Ao analisar a tabela dois podemos observar que apenas no 8ºB, a minha turma, lecionei um conjunto de noventa e sete aulas, no 8ºA lecionei mais noventa e nove em conjunto com o meu colega de estágio e orientador, o que dá um total de cento e noventa e seis aulas lecionadas. Em relação ao desporto escolar dei um total de setenta e sete treinos, sendo que a grande maioria foram em conjunto com a Professora responsável pelo núcleo, no entanto existiram alguns treinos que foram dados por mim.

Foi um ano onde senti que todo o trabalho feito no decorrer da licenciatura e do mestrado foi importante e foi posto em prática. Tudo culminou neste ano de estágio onde através de várias experiências no «campo» tive momentos de grande aprendizagem.

Podemos observar neste quadro que os alunos têm bastante tempo de educação física no decorrer do ano, tempo esse que se for utilizado da melhor forma possível permite que exista uma grande evolução das suas capacidades. Na minha opinião isto foi conseguido, tanto na turma do 8ºA como no 8ºB existiu, neste ano letivo, uma grande evolução no nível da turma em Educação Física e isso não seria se nas aulas não fossem criadas boas situações de aprendizagem, para que os alunos saíssem de cada aula com a sensação de que esta tinha sido importante para eles e que sentissem que estavam um passo mais perto de alcançar os seus objetivos na disciplina.

Em relação à turma que acompanhava na área da direção de turma, estive presente em trinta e seis aulas de Educação para a Cidadania, sendo que em algumas dessas aulas eu fui o responsável por planear e lecionar a aula. Pelas experiências que tive nesta disciplina, e possivelmente também pelo ambiente social da escola, não sei até que ponto esta disciplina é importante na vida escolar do aluno. Fui confrontado, em grande parte das aulas com conversas sobre o comportamento da turma nas outras disciplinas, sobre a avaliação dos testes, entre outros problemas da turma, e percebi que o programa da disciplina não é o foco principal. Concluindo, penso que este tipo de escolas que têm mais dificuldades em regular o comportamento dos alunos poderiam ter mais a ganhar se tivessem contemplado no seu horário uma hora para tratar destes assuntos, e não existisse a necessidade de tirar tempo à disciplina de cidadania ou até à disciplina do diretor de turma, o que acontecia algumas vezes.

Estive também presente em cinco conselhos de turma onde foram abordados problemas da turma, soluções e as avaliações no final de cada período. Estando presente nestes conselhos de turma fiquei a perceber que se tem uma grande atenção aos problemas de cada aluno em específico, no entanto as soluções que se tentam encontrar são sempre as mesmas, realizar um trabalho de grupo para «levantar a nota», enviar recados para casa em caso de o aluno ter um comportamento incorreto na aula, entre outros.

Sobre as avaliações dos alunos percebi que esta é uma escola que dá uma grande relevância a este ponto, sobretudo à questão do aluno passar de ano ou ficar retido, é uma

escola que quer muito ter uma percentagem de alunos retidos baixa de modo a alcançar os seus objetivos presentes no plano de ação do agrupamento. Para alcançar este objetivo são criados mais momentos de avaliação para dar mais oportunidades ao aluno de ter sucesso, no entanto, existe o risco de facilitar o percurso ao aluno e se isso acontecer no ano letivo seguinte o aluno vai ter ainda mais dificuldades porque vai precisar das ferramentas que deveria ter adquirido no ano anterior. Devido às minhas experiências como aluno e a algumas conversas que tive com alguns professores concordo com a ideia de criar mais momentos de avaliação formal para os alunos, o que não concordo, e vi acontecer algumas vezes, é com o baixar o nível de exigência em relação aos alunos devido ao perigo de estes ficarem retidos.

Abordando a questão dos recados nas cadernetas, é preciso ter em atenção que os alunos e as suas famílias são diferentes e a importância que é dada à escola não é igual por todos. No local onde a escola está colocada existem muitas dificuldades socioeconómicas, o que faz com que não seja dada a relevância devida à escola por todos. Em alguns casos de comportamento menos correto por parte dos alunos nas aulas, seria mais importante falar com o aluno e tentar ter uma ação mais educativa ao invés de enviar um recado para casa, sei que não é fácil para um professor ter esta atitude com os alunos, porque cada professor tem centenas de alunos, mas não nos podemos esquecer que o papel do professor é também educar o aluno e assim dar-lhe todas as ferramentas possíveis para ter sucesso no futuro.

Concluindo, sei que é mais fácil falar do que fazer, no entanto com o decorrer do meu ano de estágio percebi que o Ensino no país e mais concretamente neste tipo de escolas está degradado. No entanto existe um conjunto de pessoas que dão o seu máximo, de forma organizada, criando estratégias, planos, objetivos onde sustentam o seu trabalho de modo a lutar contra estes problemas, e por vezes, na minha opinião, não o fazendo da melhor maneira, tentam mudar o futuro destes alunos, ajudando-os a sonhar e fornecendo-lhes as ferramentas necessárias para alcançar esses sonhos. Estes professores, que gostam do que fazem e gostam dos seus alunos, não querem que estes passem a sua vida a trabalhar em locais que não têm condições e que não lhes permitam ter uma vida positiva e um futuro melhor, sem dificuldades. A escola é para todos e os alunos devem ser capazes de retirar o que há de melhor nela para seu proveito para irem construindo o seu caminho. Quem nasce neste tipo de locais com os problemas e dificuldades que já foram referenciados anteriormente, tem mais dificuldades para ter sucesso escolar, no entanto esta questão não pode ser um muro impossível de transpor para estas crianças e jovens que tem o apoio de várias pessoas que os tentam ajudar no dia-a-dia.

I. Lecionação

1.1. Introdução

“O primeiro objetivo no ensino em Educação Física escolar é promover a aprendizagem de atividades físicas culturalmente significativas. Assim, a formação de professores qualificados, altamente motivados para buscarem permanentemente a excelência na sua prática profissional, e acreditando que a sua principal função é promover a aprendizagem, deverá constituir um dos objetivos da formação inicial.” (Carreiro da Costa, Proença e Leal, 2003, p 8).

A área da Lecionação é uma das áreas que forma a Prática Pedagógica Supervisionada, nesta área eu, professor estagiário, acompanhei uma turma, realizando as tarefas letivas segundo os Programas Nacionais de Educação Física (PNEF), elaborando o plano de turma e lecionando. Tive também a tarefa de realizar a avaliação inicial, as avaliações finais de cada período e a avaliação sumativa no final do ano, sempre com supervisão do meu orientador de escola.

Neste capítulo, que diz respeito à lecionação das aulas de educação física ao longo de todo o processo de estágio começo por fazer uma caracterização inicial da turma, após esta caracterização abordo as quatro etapas do ano, sendo que falo do que fiz em cada uma e dos balanços e conclusões a que cheguei no fim, após esta abordagem às etapas, faço uma pequena conclusão e acabo com a experiência de ser Professor a Tempo Inteiro.

Segundo os Programas Nacionais de Educação Física, considera-se como referência os sucesso nos três domínios de avaliação específicos da Educação Física, sendo eles a área das atividades físicas, a área da aptidão física e a área dos conhecimentos. Contudo, e ao contrário dos PNEF que dividem a avaliação em 3 níveis, Introdução, Elementar e Avançado, a Escola Básica do Bom Sucesso subdivide as mesmas em dois subníveis, Introdução1, Introdução 2, Elementar 1, Elementar 2 e Avançado. Assim, o aluno só cumpre a totalidade do nível quando cumpre a segunda parte de cada nível. Nos JDC, o subnível 1 privilegia as situações ofensivas, enquanto o subnível 2 já pressupõe situações defensivas. Nas restantes matérias, o subnível 1 consiste nos elementos que o grupo considera serem mais facilmente alcançados e que funcionam como pré-requisitos para os elementos que constituem o subnível 2, que são mais complexos.

Relativamente à área da Aptidão Física, foi utilizado os testes de fitnessgram, onde segundo os PNEF, se o aluno for considerado Não Apto isto é, não se encontrar na Zona Saudável de Aptidão Física este tem automaticamente uma classificação negativa. Na escola em questão são atribuídas percentagens a estas duas áreas, sendo que, no que diz respeito à Aptidão Física, os alunos para terem a nota mínima positiva (três) têm, obrigatoriamente, que se encontrar na ZSAF nos testes de resistência aeróbia e de força abdominal (8ºAno).

No que respeita à área dos Conhecimentos, os alunos realizaram a sua avaliação através de uma prova escrita, e através de trabalhos realizados e mais tarde apresentados.

As matérias nucleares ao nível dos Jogos Desportivos Coletivos são o Futebol, o Voleibol, o Basquetebol, o Andebol, já ao nível da Ginástica, Solo, Aparelhos e Acrobática, ao nível das Raquetes o Badminton, ao nível das Atividades de Exploração da Natureza, a Orientação (abordadas durante a saída de campo), as atividades Rítmico Expressivas a Dança e, por fim, o Atletismo. O Grupo de EF decidiu integrar o Streetsurfing como matéria alternativa a lecionar. Esta matéria pretende substituir a Patinagem (enunciada nos PNEF), uma vez que as condições espaciais e materiais não permitiam que essa matéria seja abordada.

Na escola em questão existe, também um Protocolo de Avaliação Inicial, que possui grelhas de observação das diversas matérias, através do qual nos guiámos para proceder à Avaliação Inicial dos nossos alunos nas várias matérias.

Em termos de espaço de prática, a escola conta com 3 espaços para a prática de Educação Física, o Ginásio, o Pavilhão e o Espaço Exterior (Roulement, Apêndice 1), onde existem algumas condicionantes, ou seja, existe material que só se pode utilizar quando se está num certo espaço, e por esta razão existem matérias que são impossíveis de replicar em todos os espaços, como por exemplo a ginástica no espaço exterior. Foi preciso ter noção destas limitações nos momentos de criar as Etapas e Unidades Didáticas, visto que na ginástica existiam alguns problemas para resolver na minha turma o 8ºB, e era necessário dar tempo de prática aos alunos para que estes ultrapassassem as suas dificuldades e alcançassem os objetivos propostos.

Antes de iniciar a abordar esta área do relatório, queria só deixar a nota de que segundo os PNEF, a organização curricular deste nível de ensino deve incluir 135 minutos úteis semanais de aula, divididos por três sessões de 45 minutos cada, em dias não consecutivos. Assim sendo, à semelhança do ano passado, podemos dizer que a escola não cumpre totalmente as orientações dos PNEF, pois apesar de disponibilizar os 135 minutos uteis, os mesmos são incluídos em duas sessões semanais, uma de 45 minutos e uma de 90 minutos, no qual não estão contemplados tempos para o arrumo do material e de os alunos se equiparem, o que dificulta o cumprimento e o respeito pelos princípios orientadores de treino.

O 8ºB tem aula de Educação Física duas vezes por semana, quarta-feira das 10:00h às 11:40h e sexta-feira das 10:00h às 10:45h.

1.2. Caracterização específica da turma

A turma do 8ºB era constituída por trinta alunos, quinze alunos rapazes e quinze raparigas com idades compreendidas entre os doze e os dezasseis anos. A maioria dos

alunos da turma eram provenientes do 7ºB, no entanto existem também onze alunos do 7ºD, isto acontece porque no ano anterior existiam quatro turmas de 7º ano, e neste ano só existam três turmas de 8º ano, o que quer dizer que houve uma redução nas turmas, e os alunos do 7ºD foram distribuídos pelas três turmas que ficaram. Na turma está também um aluno que reprovou no 8º ano e por isso tem um Plano de Acompanhamento Pedagógica (PAP).

Por fim, na constituição da turma existiam três alunos sinalizados como alunos com Necessidade Educativa Especial, sendo que um deles tem Currículo Específico Individual (CEI) e apenas assiste às aulas de determinadas disciplinas, sendo Educação Física uma delas, este aluno usufrui das medidas educativas previstas no decreto-lei 3 de 2008 de 7 de janeiro a baixo elencadas, encontrando-se a desenvolver um PIT (Plano Individual de Trabalho), segundo o previsto na Portaria n.º 201-C/2015 de 10 de julho.

- a) Apoio pedagógico personalizado
- d) Adequações no processo de avaliação
- e) Currículo Específico Individual

Nas primeiras semanas de aulas, o objetivo foi conhecer os alunos e a forma de trabalhar da turma (avaliação inicial), para isso acontecer não pude apenas ter em consideração as avaliações do ano anterior, precisei de os ver na aula a realizar atividade física porque em três meses de férias as capacidades dos alunos são alteradas.

“Avaliação Inicial é um processo decisivo pois, para além de permitir a cada professor orientar e organizar o seu trabalho na turma, possibilita aos professores assumirem compromissos coletivos, aferindo decisões anteriormente tomadas quanto às orientações curriculares, adequando o nível de objetivos e/ou procedendo a alterações ou reajustes na composição curricular à escala anual e/ou plurianual, caso considerem necessário.” (Jacinto, Comédias, Mira, Carvalho, 2001, p 22).

A 1ªEtapa- Etapa de Receção e Orientação para o Sucesso, da qual faz parte a Avaliação Inicial, Anexo 1, é o início do processo ensino-aprendizagem e é a partir dos dados que retiramos daqui que planeamos o ano letivo, e criamos objetivos a concretizar ao longo do ano.

A escola onde estive inserido tem a particularidade de ter um protocolo de avaliação inicial, onde constam as formas de organização da fase de avaliação, assim sendo foi preciso apenas planear as aulas com base no espaço onde teremos aula (roulement) e aplicar o protocolo.

Aluno com Currículo Específico Individual

O aluno Nº 19 tem um currículo diferente dos colegas da turma, isto acontece, porque é um aluno que tem dificuldades mentais cognitivas, sofre de um défice cognitivo severo resultante de Trissomia 21, que o impede de aprender como os outros alunos. Devido a estas

dificuldades, o aluno apenas acompanha a turma em algumas aulas, sendo Educação Física uma delas.

De acordo com o seu Currículo, o aluno tem de alcançar um conjunto de objetivos, tais como:

- Relacionar-se adequadamente com os colegas, adultos e em situações sociais
- Cumprir as regras de convivência social (cumprimentar, despedir-se, saber pedir informações, fazer recados...)
- Compreender e aplicar regras em jogos, exercícios, atividades, equipamentos e outros espaços
- Adquirir noções relativas à Família, Escola e Comunidade
- Adquirir noções relativas ao corpo humano, saúde, alimentação e segurança
- Conhecer-se a si próprio (retrato físico e psicológico)
- Adquirir noções de tempo
- Expressar-se oralmente

A educação Física tem um papel importante para ajudar a que estas metas sejam alcançadas, e por isso, nas minhas aulas estes objetivos são tidos em conta, e a aula que é planeada para este aluno é diferente da aula que é planeada para os colegas.

Para concluir, é importante referir que este aluno, devido a problemas de conjugação de horários e as suas dificuldades, esteve presente em poucas aulas e não foi possível ver melhorias na disciplina de Educação Física.

1.3. Quadro do plano anual

1º Etapa	2º Etapa	3º Etapa	4º Etapa
20 de Setembro a 27 de Outubro	3 de Novembro a 19 de Janeiro	24 de Janeiro a 23 de Março	11 de Abril a 15 de Junho

Tabela 3 - Divisão do Ano em Etapas

“Numa primeira fase, o desenho/esboço do plano de turma deverá considerar a organização geral do ano letivo em etapas que facilitem a orientação e regulação do processo de ensino-aprendizagem. Estas etapas devem assumir características diferentes, ao longo do ano letivo, consoante o percurso de aprendizagem dos alunos e as intenções do professor.” (Jacinto, Comédias, Mira, Carvalho, 2001, p 25).

Na primeira etapa do ano, a etapa Prognóstico, pretende-se conhecer os alunos, quais as suas dificuldades, as suas forças, conhecer-se a forma de estar e trabalhar individualmente e em grupo, os hábitos que têm e as rotinas que trazem de experiências passadas. Esta etapa é essencial, porque dependendo da capacidade do professor para perceber e conhecer a turma o ano pode ser totalmente diferente, é a partir desta etapa, que

dura cinco/seis semanas, que todo o ano vai ser planeado, as prioridades da turma, que caminho e que metas vão ser traçadas.

Os Planos Nacionais de Educação Física dizem-nos que nesta etapa de trabalho o professor recolhe os dados que lhe permitem decidir sobre o modo mais eficaz de organizar a sua intervenção e a atividade dos alunos. Identifica:

- Os alunos que vão precisar de maior acompanhamento, que apresentam mais dificuldades;
- As matérias em que os alunos se encontram mais distantes do nível de objetivos do programa, e que deverão merecer mais atenção (no tempo e tratamento a disponibilizar);
- As capacidades motoras que merecem uma atenção especial (em alunos ou grupo de alunos);
- Os aspetos críticos no tratamento das matérias e na organização da turma, etc.

“Se desejamos que os nossos alunos realizem as aprendizagens que os conduzam ao seu desenvolvimento, é imprescindível começar por identificar as suas dificuldades e perceber as suas possibilidades! O processo de avaliação inicial tem, assim, por objetivos fundamentais, diagnosticar as dificuldades e limitações dos alunos face às aprendizagens previstas e prognosticar o seu desenvolvimento,” (Carvalho, 1994, p 138).

A segunda etapa, a etapa prioridades, é a etapa onde após o professor analisar a sua turma, etapa Avaliação Inicial, toma as decisões sobre o que é prioritário para os alunos melhorarem, de forma a alcançarem o sucesso na disciplina, quais são os maiores problemas da turma e de que forma podemos solucioná-los.

É nesta etapa que é passado para cada aluno quais são as metas a curto, médio e longo prazo e o que cada um deve ser capaz de fazer para ter sucesso na disciplina. São abordadas algumas estratégias para «acelerar» a evolução dos alunos, como por exemplo a utilização dos melhores alunos para ajudar os alunos com mais dificuldades, resumindo é criada uma imagem do que vai ser o ano letivo e o que os alunos devem esperar deste.

“Ao especificar/preparar cada uma das etapas, considerando as suas características genéricas a definição das prioridades e a formação de grupos deve permitir a realização do nível estabelecido para cada matéria nuclear nesse ano de curso, dedicando-se mais tempo de prática apropriada nas matérias em que o aluno revela mais dificuldades.” (Jacinto, Comédias, Mira, Carvalho, 2001, p 26).

A terceira etapa, a etapa Progresso, é a etapa onde se continua o trabalho realizado na etapa anterior, e onde os alunos começam a trabalhar de forma mais autónoma, porque já perceberam quais os objetivos a alcançar e onde se começam a introduzir novas matérias, visto que as matérias prioritárias já começam a melhorar e deixam de ser prioritárias, dando espaço para o aparecimento das matérias que não tiveram tanto tempo de prática na etapa anterior. Seguindo as opções do agrupamento é importante dar ao aluno autonomia e

responsabilizá-lo pela sua aprendizagem e a Educação Física é uma disciplina que permite ao professor dar essa «liberdade» ao aluno, e na minha opinião esta é uma etapa que permite bastante este aspeto onde o aluno já tem um conjunto de experiências que o dotam de uma capacidade de perceber o que deve fazer para alcançar as metas que lhe foram propostas.

“De facto, não é possível prever com rigor, no início do ano, o desenrolar de todas as etapas do processo. É, pois necessário que os diferentes passos sejam corrigidos e reajustados em função dos resultados que o professor vai obtendo. Quer isto dizer que cada uma das etapas é operacionalizada na sequência e com o apoio dos dados recolhidos durante o trabalho efetuado na etapa anterior.” (Bom, 1992, p 81).

Na etapa produto consolidam-se aprendizagens, é uma etapa que tem como meta o fechar de um ano letivo e onde existe o objetivo de perceber se as metas criadas foram alcançadas. Esta é uma etapa que acontece no 3º Período, período esse que é curto e onde existem mais dificuldades em realizar as aulas, ou porque existem algumas visitas de estudo, ou no caso desta escola há o Sarau e nessa semana existem dias em que não é possível haver aula, estas dificuldades não existem no momento da criação do planeamento anual e criar barreiras para a sua concretização, barreiras essas que não podem por em causa a aprendizagem dos alunos e que fazem com que o professor tenha de ser criativo para as puder ultrapassar.

“É conveniente que a etapa final do ano, permita a revisão/consolidação das matérias no nível do tratamento atingido pelo conjunto da turma, conciliando-se esta possibilidade com a apresentação de níveis mais avançados nessas matérias, ou de outras.” (Jacinto, Comédias, Mira, Carvalho, 2001, p 26).

1.3.1. 1ª Etapa

“No início de qualquer unidade de estudo, é provável que certos estudantes já tenham dominado algumas das habilidades que o professor está prestes a apresentar, e outros já podem entender os conceitos chave. Alguns estudantes provavelmente terão dificuldades em certas habilidades ou terão conceitos errados. Estando na posse dessa informação diagnóstica, um professor obtém uma visão maior sobre o que ensinar.” (McTighe, O’Connor, 2005, p 3).

A primeira etapa, denominada de Etapa de Receção e Orientação para o Sucesso (Anexo 1), decorreu desde o início do ano letivo e estendeu-se até ao fim de Outubro (6 semanas). Nesta fase o objetivo foi a recolha de dados que permitam com que eu, professor, conheça a turma, os alunos, os pontos fracos, os pontos fortes e conhecer de que forma os posso motivar para a prática, para alcançar este objetivo foi utilizado o Protocolo de Avaliação Inicial criado pelo GEF.

Para avaliação da área das Atividades Físicas, mais concretamente os JDC, utilizei grupos homogéneos de forma a criar um nível de jogo, o que me permitiu a avaliação dos alunos com mais facilidade e mais rapidez. Apesar da utilização de grupos homogéneos nas

fases de avaliação, a troca de alunos entre jogos com um determinado nível permitiu-me perceber onde se situavam os alunos fronteira e proporcionar o melhor nível de jogo para que os alunos mostrassem todas as suas capacidades. Para criar as equipas utilizei a avaliação que os alunos tinham no ano anterior e dessa forma pude criar as equipas homogêneas, é claro que nem todos os alunos demonstraram as capacidades que tinham no ano letivo anterior, porque em três meses de férias acontecem muitas coisas e os alunos mudam, no entanto foi possível realizar a avaliação e se existissem grandes diferenças com as avaliações anteriores, facilmente se podia alterar o aluno para o grupo onde pertencia, dadas as capacidades que este demonstrava.

1.3.1.1. Balanço

Terminada esta etapa e recolhida grande parte da informação necessária ao planeamento da 2ª Etapa - Prioridades, verificou-se que nem todos os alunos cumpriam os níveis desejados para o ano anterior, ou seja, os níveis de final de 7º ano não estão adquiridos/consolidados no início de 8º ano.

Como se pode perceber na tabela de avaliação Inicial (Anexo 1), não foi possível avaliar todos os alunos, devido a estes não estarem presentes, ou não terem material e também não foi possível avaliar todas as matérias, mais concretamente a corrida de Velocidade e Salto em Altura que iria ser avaliada nas próximas aulas.

Para os alunos que não tinham avaliação, tive de ter uma atenção especial nas aulas seguintes para perceber em que nível se encontram e se as suas capacidades e dificuldades iam ao encontro das da turma.

De acordo com a forma de trabalhar do GEF, o 1º Período é um período onde se dá continuidade ao que foi aprendido no ano anterior e a avaliação do mesmo, será feita com os critérios de avaliação do 7º Ano (ano anterior). Isto acontece porque a 2ª Etapa é uma etapa onde se foca muito as aprendizagens que estão para trás, que já deveriam estar adquiridas mas por uma razão ou outra não estão, penso que se pode dizer que «damos um passo atrás para depois dar dois à frente», depois de ter estas aprendizagens consolidadas podemos avançar com outras matérias e aprendizagens.

No que à área das atividades físicas diz respeito, realizei uma análise individualizada de cada modalidade, onde tentei descrever o nível da turma de acordo com os critérios do GEF, para depois criar a 2ª Etapa, em baixo ficam os pontos mais importantes e de forma resumida desses resultados.

No Basquetebol, quinze alunos desenvolveram o nível exigido para o final do 7º ano e dez estão perto de o alcançar, esta é uma matéria em que a maior parte dos alunos se sente à vontade e onde com mais algum trabalho conseguiram atingir o nível pretendido no 1º Período. Destacou-se que os maiores problemas da turma são o lançamento na passada,

a desmarcação e o ressalto, sendo que existem alguns que quando recebem a bola não se enquadram com o cesto.

No Andebol, os problemas são parecidos com os do Basquetebol, alguns alunos não recebem a bola com as duas mãos, existem dificuldades na armação do braço, existem alunos que não rematam em salto quando isolados e muitos não se desmarcam na direção da baliza. Apesar de ter alguns alunos com o nível pretendido para este momento (Introdução 2), a grande maioria ainda não o alcançou, o que faz desta matéria prioritária.

No Futebol, existe uma grande diferença de nível, sobretudo quando comparamos rapazes com raparigas, as grandes dificuldades são a aglomeração em volta da bola que resulta de uma má ocupação relativa do espaço e existem problemas técnicos na realização da receção e do passe.

O Voleibol é uma matéria diferente dos outros Jogos Desportivos Coletivos e coloca aos alunos problemas diferentes, no entanto como o nível pedido é o Introdução 1, a maioria dos alunos tem esse nível, os que não têm demonstram algumas dificuldades em realizar o passe.

Relativamente à matéria de Badmínton é possível verificar que todos os alunos desenvolveram o nível Introdução 1. No entanto é uma característica transversal ao jogo de toda a turma a pouca execução do Lob, devido a alguma dificuldade em perceber a trajetória do volante, isto faz com que grande parte do jogo seja realizado em clear.

Na Ginástica de Solo alguns alunos apresentam dificuldades na realização dos pinos, rolamentos à frente, à retaguarda e à frente de pernas afastadas. A maioria dos alunos avaliados encontra-se no nível Introdução 2. Contudo, existem cinco alunos que não alcançaram esse nível. Esta matéria vai ser avaliada, visto que não foi possível avaliar todos os alunos.

Na Ginástica de Aparelhos, para alcançar o nível Introdução 2, o aluno precisa de alcançar esse nível em todas as áreas, ou seja, Trave, Minitrampolim, Boque e Plinto, alguns alunos têm duas ou três áreas no nível Introdução 2, e falta apenas algum tempo de prática para alcançar o nível pretendido na área que falta.

A ginástica Acrobática é uma matéria com a qual os alunos tiveram o primeiro contacto no ano anterior, por isso é normal que catorze alunos não consigam alcançar o nível Introdução 1, no entanto com algum trabalho e algumas correções os alunos conseguiram no final do ano alcançar esse nível.

No Atletismo, de entre as 2 matérias avaliadas, Barreiras e Estafetas, oito alunos têm o nível Introdução 2 nas duas matérias avaliadas, existem alguns alunos que têm apenas uma das matérias no nível pretendido e a outra abaixo do pedido, este aspeto faz com que o

atletismo seja uma matéria prioritária, visto que existem alunos que estão apenas a algumas aulas de ter o nível Introdução 2.

1.3.1.2. Objetivos Anuais

Programação por Etapas

Plano Anual							
Etapas	Prognóstico	Prioridades		Progresso		Produto	
Unid. Didá.	2	3		3		3	
Datas	20/09/2017 a 27/10/2017	3/11/2017 a 19/1/2018		24/01/2018 a 23/03/2018		11/04/2018 a 13/06/2018	
Nº de Aulas	18	25		27		28	
Objetivos Atividades Físicas	Avaliação Inicial	Menos Evoluídos	Mais Evoluídos	Menos Evoluídos	Mais Evoluídos	Menos Evoluídos	Mais Evoluídos
		<u>JDC</u> Basquetebol: 2x2+Joker e 3x3+Joker (Regras básicas de jogo; Receção a duas mãos e enquadramento ofensivo; Desmarcação; Lançamento na passada) Andebol: 5x5 (Guarda-Redes avançado) e 4x4+Joker (Remate	<u>JDC</u> Basquetebol: 3x3 (Receção com as duas mãos; Assume atitude defensiva; Participa no ressalto, organização do jogo da equipa) Andebol: 5x5 e 4x4+Joker (Receção com as duas mãos; Assume atitude	<u>JDC</u> Basquetebol: 3x3+Joker e 3x3 (Assume atitude defensiva; assume atitude ofensiva) Andebol: 5x4+Joker 4x4+Joker (Receção com as duas mãos; Assume atitude ofensiva; Remate em Salto) Futebol: 4x4+Joker (Condução de bola em progressão;	<u>JDC</u> Basquetebol: 3x3 (Condução pelo corredor central; Passe ofensivo) Andebol: 5x5 (Trapézio; Remate em salto; Atitude Defensiva) Futebol: 5x5 (Decide oportunamente	<u>JDC</u> Basquetebol: 3x3 (Condução pelo corredor central; Passe ofensivo) Andebol: 4x4+Joker e 5x5 (Trapézio; Remate em salto; Defesa HxH)	<u>JDC</u> Basquetebol: 4x4 (Atitude ofensiva; Passe e corte; Aclaramento) Andebol: 5x5 (Trapézio; Atitude ofensiva; Desmarca-se; Defesa Zona)

		em Salto; Recepção a duas mãos e enquadramento ofensivo; Desmarcação.) Futebol: 4x4 + Joker (Realizar passe e recepção e enquadramento ofensivo Ocupação relativa do espaço) Voleibol: 1+1 (Exercício individual. Realização de autopasse de forma rudimentar. Recebe a bola consoante a trajetória da bola; consegue devolver para o colega de forma mais ou menos adequada à recepção.) (Realiza passe com uma trajetória alta; Desloca-se para o ponto de queda da bola; Utilização de todo o corpo na	defensiva; Organização do jogo da equipa) Futebol: 5x5 (Condução de bola em penetração; Passe a um colega em desmarcação; Passe seguido de desmarcação; Remate) Voleibol: 2+2 (Organização do ataque em 3 toques; Serviço por baixo)	Passe a um colega em desmarcação; Passe seguido de desmarcação; Remate) Voleibol: 1+1 e 2+2 (Continuidade de jogo; Serviço por baixo)	quando remata, passa ou progride; Largura e profundidade) Voleibol: 2x2 e 3x3 (Serviço por baixo colocado; Passe colocado para o campo adversário; Posicionamento defensivo para recepção da bola)	Futebol: 4x4 +Joker (Decide oportunamente quando remata, passa ou progride; Largura e profundidade) Voleibol: 2x2 (Serviço por baixo colocado; Passe colocado para o campo adversário; Posicionamento defensivo para recepção da bola)	Futebol: 5x5 (Ataque organizado; Enquadramento defensivo; Após perda de bola, dificulta as ações do atacante) Voleibol: 3x3 (Serviço por baixo colocado; Passe colocado para o campo adversário; Posicionamento defensivo para recepção da bola)
--	--	--	---	---	--	--	--

		realização do passe)					
		<u>Ginástica</u> Solo: Elementos isolados e mini-sequencia Aparelhos: Boque, Plinto, Mini Trampolim, Trave Acrobática: Figuras a pares		<u>Ginástica</u> Solo: Elementos isolados e sequência Aparelhos: Boque, Plinto, MT, Trave Acrobática: Figuras a pares e trios		<u>Ginástica</u> Solo: sequencia Aparelhos: Boque, Plinto, MT, Trave Acrobática: esquema com elementos de solo	
		<u>Raquetas</u> Badmínton: 1+1 (posição base; deslocamentos; volante ao alcance do colega) 1x1 (serviço; clear; lob)		<u>Raquetas</u> Badmínton: 1+1 e 1x1 (serviço curto e comprido; amorti e remate)		<u>Raquetas</u> Badmínton: 1x1 (amorti e remate)	
		<u>Dança</u> Em line dance e pares: Merengue (voltas à dta e à esq, jazz square, twist, passos em V) Rumba Quadrada (passo básico e progressivo)		<u>Dança</u> Em line dance (apenas Rumba Quadrada) e a pares: Merengue (Passos no lugar, «Mambo», Passos laterais (afasta e junta), Passos laterais cruzados pela frente e Voltas à dta. e à esq) Rumba Quadrada (volta e contravolta, volta circular, promenades e volta à esquerda)		<u>Dança</u> A Pares: Merengue Rumba Quadrada	
		<u>Atletismo</u>		<u>Atletismo</u>		<u>Atletismo</u>	

		Estafetas (Entrega o testemunho com segurança e sem acentuada desaceleração na zona de transmissão) Barreiras (encadeia a corrida com a passagem dos obstáculos)	Velocidade (inclina o tronco à frente nas últimas passadas) Estafetas (transmissão do testemunho após sinal sonoro) Barreiras (passagem rasante dos obstáculos; mantém o equilíbrio nas receções, sem desaceleração nítida) Salto em Altura (Fosbury Flop: apoio ativo na chamada com elevação da coxa da perna livre)	Velocidade (realiza apoios ativos com parte anterior dos pés) Estafetas (transmissão do testemunho após sinal sonoro, com segurança e sem acentuada desaceleração) Barreiras (estrutura de corrida de 8 passos até à primeira barreira e 3 entre cada duas) Salto em Altura (Fosbury Flop: corpo arqueado no voo; receção de costas com MS afastados)
Objetivos Aptidão Física	Avaliação Inicial do Fitnessgram	Trabalho de força média e superior nas transições Trabalho de resistência aeróbia e flexibilidade dos membros inferiores no final ou durante as aulas	Trabalho de força média e superior nas transições Trabalho de resistência aeróbia e flexibilidade dos membros inferiores no final ou durante as aulas	Trabalho de força média e força superior nas transições Trabalho de resistência aeróbia e flexibilidade dos membros inferiores no final ou durante as aulas
Objetivos Conhecimentos	---	Testes do Fitnessgram Benefícios da Atividade Física para a Saúde Objetivos das Matérias Prioritárias	Trabalho de Grupo	Trabalho de Grupo
Objetivos Atitudes e Valores	Conhecimento das rotinas de organização	Aplicação das rotinas de organização Pontualidade, Assiduidade, Empenho e Participação		

Tabela 4 - Objetivos por Etapa

1.3.2. 2ª Etapa

1.3.2.1. Objetivos

Nesta tabela estão os objetivos para a 2ª etapa (Anexo 2), de forma mais específica para cada aluno.

	FUTEBOL	ANDEBOL (Prioritária)	CRITÉRIOS DE ÊXITO
MAIS EVOLUIDOS	Alunos:10,11,14,22 3x3 / 4x4 - Enquadramento defensivo - Tripla ameaça - Garante largura e profundidade (ocupação equilibrada do espaço) através de fintas e mudanças de direção (desmarcações).	Alunos:4,8,10,11,14,17,22,28, 29 4x4 / 5x5 - Opta por: passe ofensivo; drible de progressão para finalizar, para permitir a finalização em superioridade numérica ou posicional. - Desmarca-se e remata em salto.	Ocupação dos 3 corredores, e toma boas decisões que aproximam a equipa do sucesso
INTERMÉDIO	Alunos:4,8,13,17,20,21,28,29 2x2+J (Agente de Ensino) / 3x3 - Passe a um colega em desmarcação. - Passe seguido de desmarcação (na direção da baliza) - Passe e Receção, quando está pressionado	Alunos: 6,7,13,20,21,25 3x3+J (Agente de Ensino) / 4x4 - Enquadramento Ofensivo -Passa e realiza desmarcação oferecendo linha de passe, garantindo a ocupação equilibrada do espaço - Remata em salto	Em cada 5 oportunidades, os alunos realizam 5 vezes o movimento / técnica pedida
MENOS EVOLUÍDOS	Alunos: 1,2,3,5,6,7,9,12,15,16,18,23, 24,25,26,27,30 - Realizar passe e receção (com espaço) e enquadramento ofensivo - Ocupação relativa do espaço - Remata se tem baliza ao alcance	Alunos: 1,2,3,5,9,15,16,18,23,24,26,27 ,30 3x3+J (Agente de Ensino) / 4x4 - Passe e Desmarcação - Receção com as duas mãos e orientação para baliza - Remate em Salto se tem condição favorável	Em cada 5 oportunidades, os alunos realizam 3 vezes o movimento / técnica pedida

	Voleibol	Basquetebol (Prioritária)	CrITÉrios de Êxito
Mais EvoluÍdos	Alunos: 4,10,11,14 - 2+2 / 2x2 - Recebe o serviço em Passe ou manchete (dirigindo a bola para cima e para a frente / Continuidade de jogo). - Preparação do ataque ao 2ºtoque, enviando a bola a 1 colega em condições... - Passe colocado (ataque) para o campo adversário.	Alunos: 4,10,11,14 - 3x3 - Passe ofensivo - Progride em drible de preferência pelo corredor central com fintas e mudanças de direção e de mão - Ao perder a posse da bola assume atitude defensiva, marcação HxH	Voleibol: Em cada 5 pontos ganhos, 3 são devido a boa colocação da bola no ataque; Em cooperação, fazem 20 passagens de rede sem deixar cair a bola Basquetebol: Em cada 10 oportunidades, os alunos realizam 8 vezes o movimento/ elemento/ técnica pedida
Intermédio	Alunos:7,8,12,13,18,20,21,22,28,29 1+1 (Agente de Ensino)/ 2+2 - Serviço por baixo colocado. - Manchete com os antebraços em extensão (imprimindo à bola uma trajetória alta).	Alunos:1,2,8,9,13,17,18,20,21,22,25,27,28,29 - 3x3/ 2x2 +Joker (Agente de ensino) - Desmarca-se ofensivamente: criação de linhas de passe à frente da linha da bola e ocupação equilibrada do espaço - Lança na passada ou parado - Assume atitude defensiva colocando-se entre o adversário e o cesto - Participa no ressalto sempre que há lançamento	Voleibol: Realizam 15 passagens de rede sem deixar cair a bola Basquetebol: Em cada 5 oportunidades, os alunos realizam 3 vezes o movimento/ elemento/ técnica pedida
Menos EvoluÍdos	Alunos: 1,2,3,5,6,9,15,16,17,23,24,25,26,27,30 - Exercício individual e 1+1 (Agente de Ensino) - Serviço em passe. - Receção adequada á trajetória da bola. - Passe e auto passe (imprimindo à bola uma trajetória alta).	Alunos:3,5,6,7,12,15,16,23,24,26,30 2x2 +Joker (Agente de ensino) - Recebe, enquadramento ofensivo - Lança (passada ou parado) - Passe ofensivo (preferencialmente a um colega em posição mais ofensiva)	Voleibol: Realizam 10 passagens de rede sem deixar cair a bola Basquetebol: Em cada 5 oportunidades, os alunos realizam 4 vezes o movimento / elemento/ técnica pedida

	BADMINTON	GINÁSTICA SOLO	CRITÉRIOS DE ÊXITO
MAIS EVOLUÍDOS	Alunos: 4,10,11,14,17,21,28 1x1 - Colocação do volante em Lob e Clear para dificultar a ação do adversário – colocação em zonas específicas do campo	Alunos: 2,7,8,9,10,14, Avião + Cambalhota à frente saltada + Cambalhota à frente de pernas afastadas + Pino de cabeça + Elemento(s) de ligação + Cambalhota à retaguarda de pernas juntas e em extensão + Roda + Posição de flexibilidade + Pino de braços (Aj)	Badminton: Conseguir que a maioria dos pontos sejam pontos ganhantes Ginástica: Realizar todos os elementos em sequência, sem interrupções
INTER MÉDIO	Alunos: 6,7,8,13,18,20,22,29 1+1 e 1x1 - Mantém uma posição base como os joelhos ligeiramente fletidos; - Coloca o volante no seu colega em clear e Lob - Serviço por baixo	Alunos: 11,13,16,21,25,29 Avião + Cambalhota à frente + Cambalhota à frente de pernas afastadas (PI) + Elemento(s) de ligação + Cambalhota à retaguarda + Posição de flexibilidade + Pino de cabeça (Aj)	Badminton: Conseguir ter alguns pontos sejam pontos ganhantes; em cooperação, utilizar a melhor técnica disponível para devolver o volante ao colega Ginástica: Realizar todos os elementos em sequência, sem interrupções
MENOS EVOLUÍDOS	Alunos: 1,2,3,5,9,12,15,16,23,24,25,26,27,30 1+1 - Dificuldade no batimento do volante - Dificuldade na pega	Alunos: 1,3,4,5,6,12,15,18,20,22,23,24,26,27,28,30 Rolamento Atrás (Plano Inclinado) + Rolamento à Frente + Posição de Flexibilidade	Badminton: Acertar no volante 3 vezes em 5 possíveis Ginástica: Realizar todos os elementos em sequência, sem interrupções

	GINÁSTICA APARELHOS	GINÁSTICA ACROBÁTICA	CRITÉRIOS DE ÊXITO
MAIS EVOLUÍDOS	Alunos: 8,10,28,29 Boque: Entre mãos Plinto: Transversal Mini: carpa e pirueta Trave: Entrada a 1 pé e meia volta com balanço da perna	Em situação de pares e trios , alunos realizam as figuras de Nível I1 e I2	Realizar os elementos gímnicos de forma correta, sem erros que prejudiquem a execução da mesma
INTERMÉDIO	Alunos: 1,2,4,7,9,11,13,14,17,21,22,23,26 Plinto e Boque: Salto ao eixo Mini: salto engrupado Trave: avião, salto a pés juntos com flexão de pernas; ½ volta e saída em salto em extensão.		
MENOS EVOLUÍDOS	Alunos: 3,6,12,15,16,18,20,24,25,27,30 Boque: Progressões ao Eixo Plinto: Coelho e Cambalhota Mini: Extensão e ½ Pirueta Trave: deslocamentos para a frente e trás		Conseguir ultrapassar as dificuldades através das progressões
	DANÇA (Prioritária)	STREETSURFING	
MAIS EVOLUÍDOS	Alcançar Nível I2 nas danças de Rumba Quadrada e Merengue	Alunos: 4,6,8,10,11,13,17,22 Andar sem ajuda desviando-se de obstáculos	Dança: Alunos conseguem dançar a pares os passos do nível E1
INTERMÉDIO		Alunos: 1,2,9,23,25,28,29,30 Andar sem ajuda (Apenas para subir para a prancha) com mudanças de direção	Dança: Alunos conseguem em xadrez (Individualmente) realizar todos os passos pedidos no nível I2
MENOS EVOLUÍDOS		Alunos: 3,5,7,12,14,15,16,18,20,21,24,26,27 - Andar com ajuda	Dança: Alunos conseguem em xadrez (Individualmente) realizar todos os passos pedidos no nível I1

Tabela 5 - Objetivos por Nível dos Alunos

1.3.2.2. Balanço

Atividades Físicas

No Andebol, dos alunos para os quais esta era uma matéria prioritária (Alunos nº 5, 6, 7, 9, 12, 15, 16, 23, 24, 25, 26, 30) apenas o 5, 6, 7, 9, 12, 15, 16, 24, 25 e 26 demonstraram algumas evoluções no seu jogo, sobretudo nos objetivos referidos na tabela 4. Os alunos 23 e 30 demonstram alguma evolução, no entanto é uma evolução menor quando comparada com os colegas, era importante perceber se as estratégias utilizadas com estes alunos estavam a ser as melhores ou se era necessário realizar alterações.

Na matéria de Basquetebol, existia um conjunto de alunos que demonstrava dificuldades nesta matéria (Alunos nº 2, 5, 6, 7, 9, 13, 15, 16, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 30), derivado ao grande número de alunos, e às dificuldades que estes apresentavam no seu jogo, esta matéria foi considerada prioritária. Dos alunos acima referidos, os alunos 2, 5, 7, 9, 13, 16, 18, 20, 21, 25, 27 alcançaram os objetivos, ou estavam muito perto de os alcançar, faltando apenas alguns pormenores. Os alunos 6, 15, 23, 24, 26 e 30 tinham mais dificuldades em alcançar a meta definida.

A Dança era uma matéria onde existiam muitos alunos que não conseguiam alcançar os objetivos do nível I2 (Alunos nº 1, 4, 5, 6, 8, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 24, 28, 29), isto devia-se muito ao pouco contacto dos alunos com esta matéria em anos anteriores, por isso percebeu-se que era uma matéria prioritária para a 2ª etapa. Os alunos 6, 8, 10, 11, 12, 14, 28 e 29 conseguiram alcançar os objetivos pretendidos, sendo que os alunos 1, 4, 5, 15, 16, 24 não demonstravam na altura ter as competências pretendidas no entanto a evolução era positiva.

O Badminton não sendo uma matéria prioritária foi abordada algumas vezes nas aulas, as grandes dificuldades encontravam-se na realização do serviço e da técnica de lob, e é algo que vinha a ser referido nas aulas em que esta matéria estava presente. No fim desta etapa já se percebia que os alunos, focavam a sua atenção com a realização dos movimentos técnicos em que existiam dificuldades, naquele momento do ano o jogo em cooperação era a forma de ensino para a maioria da turma, tirando o grupo mais evoluído onde já existia jogo competitivo.

Nestas quatro matérias existiu uma grande relação de cooperação entre alunos, sobretudo entre os alunos que já dominavam estas matérias e os alunos que tinham dificuldades, a evolução dos alunos com mais dificuldades ocorreu de uma forma mais rápida, e os alunos que já dominavam estas matérias conseguiram também evoluir, porque mesmo dominando estas matérias tiveram de enfrentar dificuldades diferentes e de passar por um papel diferente, um papel de aluno cooperante que tem também o objetivo de apoiar os seus colegas e ajudá-los no seu desenvolvimento.

Na matéria do Atletismo, existia um grupo de alunos que demonstravam dificuldades em alcançar os objetivos pretendidos (Alunos nº 2, 12, 15, 17, 20, 26, 28, 29), no entanto percebia-se que existia potencial para alcançar esses objetivos de uma forma rápida, por isso esta matéria foi considerada prioritária. Nesta matéria todos os alunos alcançaram os objetivos propostos.

No Streetsurfing um grupo de alunos, que está a ter o seu primeiro contacto com a modalidade, demonstrava ainda algumas dificuldades visto que a adaptação à prancha não era fácil. Esta é uma matéria que precisou de ter mais tempo de prática para os alunos (3, 5, 7, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 21, 24, 26, 27), porque a sua aprendizagem não era difícil e os alunos necessitavam apenas de ter espaço e tempo para a dominarem.

Na Ginástica de solo continuavam a existir dificuldades, tanto no grupo que tinha mais dificuldades como no grupo intermédio, sobretudo nos rolamentos, no meu entender estas dificuldades deviam-se à passagem do plano inclinado para um plano normal, sendo que era importante criar uma progressão entre estes dois exercícios, a solução que me pareceu mais acertada foi arranjar um plano intermédio entre o plano inclinado e o plano normal, para que a passagem de um momento para o outro não fosse tão diferente e exista um degrau entre eles.

Na Ginástica de Aparelhos existiu uma boa evolução por grande parte dos alunos, tendo a maioria conseguido alcançar todos os objetivos ou pelo menos grande parte deles, sendo que apenas os alunos 12, 23, 24, 27 não os conseguiram alcançar, no entanto é algo que irá ser trabalhado na próxima etapa, visto que não estão longe de conseguir alcançar essas metas e demonstram capacidades para as alcançarem.

Aptidão Física

No quadro abaixo é feita uma comparação entre os resultados iniciais e finais do 1º Período dos vários testes que compõem o Fitnessgram. Neste quadro podemos constatar que em todos os testes existiu uma melhoria geral da turma, sendo que o teste de força e resistência abdominal é claramente o teste com melhores resultados da turma.

	Aptidão Aeróbia		Força Res. Abdom		Exten de Braços		Flexibilidade	
	ZS/ZOT	NAZS	ZS/ZOT	NAZS	ZS/ZOT	NAZS	ZS	NAZS
Av. Inicial	10	15	22	2	14	10	7	16
Av. Final 1º P	16	13	28	1	18	11	16	13

Tabela 6 - Avaliação Aptidão Física

A Aptidão Aeróbia é avaliada através do teste do Vai Vem, neste teste existia um grupo de alunos que estava fora da zona saudável (Alunos nº 2, 5, 7, 12, 18, 23, 24, 25, 26, 27, 29, 30) no início do ano. Esta capacidade, resistência, foi trabalhada nas aulas através de

exercícios que trabalham em específico esta capacidade, mas, na minha opinião, não é só através destes exercícios que se trabalha esta capacidade, se eu como professor, em conjunto com os alunos, conseguir que exista intensidade na aula e poucos momentos de paragem, os alunos vão melhorar a sua resistência, e este é sem dúvida um dos objetivos das minhas aulas.

Os alunos 2, 5, 12, 18, 23, 24 e 25 evoluíram nesta aptidão e estiveram muito perto de alcançar a zona saudável. É perceptível que este grupo com mais algum trabalho e empenho conseguirá alcançar os seus objetivos. Por outro lado os alunos 7, 18, 26, 27, 29 e 30 estão ainda um pouco longe de alcançar os objetivos, sendo que para estes alunos é importante pensar num conjunto de estratégias que façam com que eles alcancem a sua Zona Saudável.

O teste de Força e Resistência Abdominal é claramente o teste onde a turma demonstrava melhores resultados, sendo que apenas um aluno estava fora da zona saudável, o aluno 3, no entanto faltavam-lhe apenas três abdominais para entrar na zona saudável, o que fazia deduzir que iria alcançar o nível pretendido na próxima oportunidade.

O teste de Extensões de Braços é um dos testes onde existiam mais alunos fora da zona saudável, e era importante ter em atenção este aspeto, sendo que foi necessário criar nas aulas momentos onde esta aptidão fosse trabalhada, de forma a melhorar este panorama. Existiam mais alunos fora da zona saudável no final do 1º Período quando se compara com a avaliação inicial, porque na avaliação inicial existiram alunos que não fizeram este teste, e estavam fora deste gráfico.

No teste de Flexibilidade dos membros inferiores, aconteceram também alguns desenvolvimentos, sendo que no final desta etapa existiam dez alunos fora da zona saudável, e três dos alunos estavam fora da zona saudável apenas num dos membros inferiores, o que representou uma melhoria neste teste, no entanto tal como no teste que vimos anteriormente existem muitos alunos fora da zona saudável, o que quer dizer que existe uma importância grande em melhorar este aspeto, e para isso é necessário alertar os alunos nas aulas e criar momentos de trabalho virados para esta aptidão.

Avaliação da Área dos Conhecimentos

Nº	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Total
Fitness. e Cap. Motoras	38	39	32	42	44	31	19	38	43	45	37	32	47	35	46	60
Mat. Prioritárias	20	18	4	20	30	20	12	30	32	22	28	20	26	30	26	40
Total	58	57	36	62	74	51	31	68	75	67	65	52	73	65	72	100

Nº	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Total
Fitness. e Cap. Motoras	42	37	12	-	40	48	34	39	46	44	33	35	51	36	0	60
Mat. Prioritárias	8	18	8	-	10	21	26	14	22	20	20	18	24	16	0	40
Total	50	55	20	-	50	69	60	53	68	64	53	53	75	52	0	100

Tabela 7 - Avaliação Área dos Conhecimentos

No 1º Período foi realizado um teste para avaliar os conhecimentos dos alunos. O teste incidiu sobre capacidades motoras, as matérias que eram prioritárias na 2ª Etapa e os seus objetivos, bem como os testes do Fitnessgram e a sua correta execução.

A vermelho estão sinalizados os alunos que tiveram menos de 50% em cada grupo do teste ou na nota final, a amarelo estão os alunos que estão perto da negativa.

Como podemos observar, as maiores dificuldades estavam presentes na parte do teste que questionava os alunos sobre as matérias que foram abordadas na 2ª Etapa e nos seus objetivos, isto demonstra que a mensagem por parte do professor poderia não estar a passar, e era necessário pensar em diferentes formas de fazer chegar esta mensagem aos alunos.

O aluno nº 30 não realizou o teste devido a não ter estado presente nas duas últimas semana de aulas, e o aluno 19 não fez teste, por ser aluno CEI e ter um currículo diferente dos restantes colegas da turma.

1.3.3. 3ª Etapa

“O professor deve estimar o número de unidades de ensino que progressivamente operacionaliza, decidir sobre a estratégia de composição dos grupos que lhe parece mais adequada, sobre as atividades de aprendizagem que irá propor aos seus alunos e os momentos em que pensa recolher as informações necessárias ao ajustamento do processo (avaliação).” (Jacinto, Comédias, Mira, Carvalho, 2001, p 22).

Tal como as etapas anteriores, também esta etapa foi composta por 3 Unidades Didáticas, são elas a Aprendizagem, a Aprendizagem/Avaliação e a Avaliação (Anexo 3).

Esta etapa iniciou-se no fim do mês de Janeiro, e coincidiu com a mudança dos critérios de avaliação, ou seja, no final do 1º Período os critérios de avaliação são os mesmos que foram utilizados no final do ano anterior, neste caso o 7º ano, no 2º Período os critérios de avaliação alteram-se e ao mesmo tempo são mais exigentes. Devido a este «por maior», foi preciso alertar os alunos que as aulas tinham de se tornar mais exigentes, e que não era por ter positiva no final do 1º Período que o ano estava feito, os critérios iam ser diferentes e era preciso trabalhar mais para poder alcançar os objetivos. Foi também importante abordar os alunos que tinham mais dificuldades e fazê-los perceber que mesmo que a exigência tenha sido aumentada eles tinham capacidade para acompanhar esta exigência e que era possível continuar a melhorar e ter sucesso na disciplina.

1.3.3.1. *Balanço*

Atividades Físicas

“Na unidade final da etapa os alunos devem fazer provas das conquistas alcançadas, demonstrando as habilidades aprendidas nas condições de realização definidas nos objetivos. Deste modo, o professor e os alunos confrontam os resultados com os efeitos esperados, retirando conclusões úteis para a preparação da etapa seguinte.” (Bom, 1992, p 82).

Sendo que o final da 3ª Etapa (Anexo 3) coincidiu com o final do 2º Período letivo, na próxima tabela estão os resultados obtidos nesta etapa para a área das Atividades Físicas, mostrando o número de alunos que atingiu determinado nível e ainda o nível que estes devem alcançar no final deste período e ano letivo. Na tabela seguinte estão os resultados obtidos na área da Aptidão Física, por fim na última tabela estão os níveis alcançados pelos alunos no final do período.

Subdomínios	Basq	And	Fut	Volei	G Solo	G Apar	G Acrob	Dança	Atlet	Badm	Outras
NAI	0	0	0	0	4	0	6	0	1	0	0
I1	3	8	17	16	9	2	10	4	1	8	7
I2	22	20	7	13	10	16	11	25	26	20	14
E1/E2	4	1	5	0	6	11	2	0	1	1	8
Obj. 8ºAno	E1	I2	I2	I1	I2	I2	I2	I2	I2	I2	

Tabela 8 - Avaliação da Área das Atividades Físicas

A matéria de Basquetebol continuou a ser uma matéria bastante abordada nas aulas, no entanto era um espaço que já não necessitava de um controlo grande por parte do professor, os alunos já tinham uma melhor noção dos objetivos que lhes eram pedidos e do que deviam fazer para os alcançar. Nesta matéria existiam também alguns alunos que funcionavam como agente de ensino (alunos nº 4, 8, 10, 11, 13, 14, 22, 28) o que fazia com que os colegas que tinham mais dificuldades (alunos nº 3, 6, 12, 15, 24, 26, 30) tivessem a oportunidade de perceber o que tinham de fazer para alcançar e fossem ajudados pelos alunos com mais capacidades. No Basquetebol existiam ainda muitos alunos com dificuldades

em alcançar o nível pretendido no final do ano, mas isto devia-se à exigência que estava colocada nesta matéria, que ao contrário dos outros Jogos Desportivos Coletivos, diz que os alunos devem alcançar o nível E1, o que é um requisito difícil de alcançar para alguns alunos. Devido a esta exigência nesta matéria, o Basquetebol continuou a estar presente nas aulas de Educação Física em situação de jogo de 3x3 (forma jogada em que os alunos são avaliados) e situações de jogo mais simples como por exemplo 2x2+Joker para os alunos que têm mais dificuldades, sendo que o Joker é um agente de ensino que conseguia ajudar na organização do jogo.

O Andebol tal como o Basquetebol foi uma matéria prioritária na etapa anterior e continuou a ser uma matéria muito abordada nesta nova etapa, sendo que é uma matéria onde os alunos já sabem o que devem fazer e como fazer, fruto das muitas aulas onde o Andebol foi abordado como foco principal. Esta matéria funcionou também com alguns agentes de ensino (alunos nº 4, 8, 10, 11, 13, 14, 22, 28) que facilitavam a realização de algumas técnicas, como por exemplo a receção, aos colegas que tinham mais dificuldades, alunos nº 3, 5, 15, 16, 18, 23, 24. Destes alunos notou-se uma grande evolução no nº 5, 18 e 24.

Com a consolidação do Andebol e Basquetebol abriu-se uma oportunidade para começar a introduzir os outros Jogos Desportivos Coletivos e foi o que aconteceu, nesta etapa o Voleibol e o Futebol foram introduzidos de uma forma mais focada da minha parte.

O Voleibol iniciou-se com o 1+1, onde é possível observar que existiam algumas dificuldades na realização deste jogo em cooperação, sobretudo os alunos nº 5, 9, 15, 16, 17, 23, 24 e 30. Estas dificuldades na maioria dos casos deviam-se aos erros que os alunos têm no momento de realizar o gesto técnico do passe, como por exemplo o utilizar todo o corpo para fazer o movimento a maioria dos alunos utilizava só os braços para realizar a técnica. Estas dificuldades foram colocadas perante a turma e tornaram-se erros em que os alunos tinham atenção não cometer. Em alguns alunos que demonstravam ter uma aprendizagem das técnicas mais consolidadas foi introduzido o jogo de 2+2 através de exercícios jogados onde existia o objetivo de os alunos perceberem de que forma se devem realizar os deslocamentos e de que forma é que o jogo se desenrola. Neste momento o objetivo é conseguir com que os alunos joguem o 2+2 conseguindo realizar o maior número de transposições da bola por cima da rede tentando sempre jogar a três toques, ou 2x2 (alunos mais evoluídos).

O Futebol tal como o Voleibol começou a ter uma maior importância nesta 3ª Etapa, existiam alguns alunos que tinham algumas dificuldades (nº 2, 3, 5, 9, 15, 16) nesta modalidade, sobretudo as raparigas que não estão habituadas a ter de controlar a bola com os pés. Tal como o Voleibol esta é uma matéria que devido à impossibilidade de poder agarrar

a bola com a mão trás dificuldades diferentes aos alunos quando comparadas com o Andebol e o Basquetebol. Esta é também a matéria onde existia uma maior diferença de nível entre os rapazes e as raparigas o que fez com que existissem vários elementos a passar por agentes de ensino, no entanto é também importante que estes alunos que têm um nível mais alto se sintam desafiados com os exercícios propostos em aula, por esta razão têm de existir momentos da aula em que estes alunos consigam competir entre si de forma a melhorarem e se sentirem motivados. Este jogar entre colocar o aluno como agente de ensino e num ambiente motivador e desafiante é algo que o professor deve dominar de forma a conseguir ter sempre os alunos do seu lado, criando um bom ambiente de aprendizagem e prática de Educação Física.

A Dança era uma matéria que no ano anterior foi pouco abordada pela turma nas aulas de educação física, por isso neste ano existiu o objetivo de conseguir proporcionar várias oportunidades para os alunos praticarem e melhorarem as suas dificuldades, devido aos objetivos para esta matéria estarem neste momento mais próximos de ser alcançados, esta matéria apareceu muito nas aulas como uma matéria complementar, ou seja é uma matéria na qual o professor não precisa de intervir muito, é possível de controlar à distância e os alunos são autónomos na sua realização.

O Badmínton era uma modalidade em que a maioria dos alunos demonstraram ter capacidades para alcançar o nível pretendido, no entanto existiam ainda alguns alunos (2, 3, 12, 15, 16, 23, 24 e 26) que demonstravam ter mais dificuldades em dominar algumas técnicas, sobretudo o serviço e o Lob. Nesta matéria existia o objetivo de os alunos conseguirem dominar as várias técnicas de batimento do volante e de deslocamento, sendo que neste momento, é também importante começar a introduzir as regras do jogo (serviço, entre outras) de forma a conseguir tornar o jogo o mais próximo á realidade possível. Desta forma os alunos vão também estar mais preparados para as provas de aferição que terão de realizar.

Na matéria do Atletismo a grande maioria da turma tinha um bom domínio desta matéria, tirando o aluno 3 e 24 que devido a dificuldades técnicas na corrida de barreiras não conseguiam alcançar o nível pretendido. No caso destes dois alunos existia uma dificuldade em coordenar a corrida com o salto e sobretudo existiam muitos erros técnicos na corrida o que faz com que esta matéria se torne muito mais difícil de realizar, para estes dois alunos era importante ter mais tempo de prática, para poder corrigir estes erros, para que lhes fosse permitido dar esse tempo de prática essencial para eles foi lhes proposto que participassem no apoio em Educação Física que era proposto aos alunos com mais dificuldades, para estes terem mais tempo para melhorar e visto que esta não era a única matéria onde demonstravam dificuldades este apoio podia ser essencial para alcançar o sucesso na disciplina.

O Streetsurfing (Outras) era uma matéria que funciona com um grande nível de autonomia, e onde se começava a notar evolução nos alunos e existiam até alunos que já não precisavam de passar neste espaço, porque já dominavam a matéria, no entanto os alunos nº 3, 5, 12, 15, 16, 24, 26 continuavam a precisar de melhorar sendo que a sua maior dificuldade era subir para cima da prancha sem ajuda de um colega, no entanto a evolução que foi alcançada até aquele momento, fazia prever que esta dificuldade seria ultrapassada.

Na Ginástica de solo alguns alunos estavam a ter dificuldades em alcançar os objetivos pretendidos para o final do ano (Aluno Nº1, 4, 6, 12,15, 18, 20, 22, 23, 25, 27, 28 e 30) o que demonstrava que tinha de existir algum trabalho com estes alunos de modo a que estes alcançassem o nível pretendido. Devido às poucas aulas que iríamos ter no espaço do ginásio este período (o espaço onde a matéria de ginástica era mais focada), tornava-se importante conseguir trazer esta modalidade para um espaço de aula onde não seja tão «normal» ter esta matéria, desta forma seria possível treinar a sequência com estes alunos. Nesta matéria era importante fazer perceber aos alunos que existe uma forma de apresentar os esquemas gímnicos, através de um esquema que será trabalhado de forma mais focada na próxima etapa.

A Ginástica de Aparelhos era a matéria das ginásticas onde a turma no seu geral tinha um melhor nível existindo apenas dois alunos, 12 e 27, que não conseguiam alcançar os objetivos, o que fez com que tivesse de existir uma análise mais objetiva para perceber o porquê de os alunos não alcançarem o nível e assim conseguir ultrapassar as suas dificuldades. Devido a uma grande parte da turma já ter conseguido alcançar os objetivos para este ano letivo, abriu-se a possibilidade de começar a introduzir novos objetivos que na «teoria» só deviam ser abordados no próximo ano, mas que devido à evolução bastante positiva da turma são possíveis de abordar neste ano letivo e assim começar a preparar o próximo ano.

Tal como a Ginástica de Solo, a Ginástica Acrobática demonstrava ter alguns alunos com dificuldades em alcançar os objetivos pretendidos para o final do ano, e dessa forma tornou-se importante que as aulas tivessem momentos de prática da matéria para que os alunos ultrapassassem as dificuldades.

Resumindo, com o alcançar dos objetivos em algumas matérias, a 4ª Etapa, poderia ser orientada para a melhoria e aperfeiçoamento dessas habilidades, a revisão dos objetivos realizados nas outras etapas do ano, e recuperação dos alunos que estão mais atrasados, proporcionando-lhes mais tempo de prática ou reformulando estratégias de ensino, oferecendo-lhes oportunidades de aprendizagem diferentes.

“O professor dispõe ainda de tempo para avaliar formalmente os alunos e preparar o ano seguinte, introduzindo alguns dos conteúdos do ano seguinte. Podendo assim prevenir dificuldades dos alunos ou problemas de organização.” (Bom, 1992; p 77).

Aptidão Física

Área de Aptidão Física			
Testes	Fora da Zona Saudável	Zona Saudável	Zona Ótima
Aptidão Aeróbia	9	12	8
Força Resis. Abddo.	2	13	14
Força Superior	8	19	2
Flexibilidade	8	21	-

Tabela 9 - Avaliação Área da Aptidão Física

Nos testes do Fitnessgram continuavam a existir alunos fora da zona saudável nos vários testes, sobretudo nos testes da Aptidão Aeróbia (Alunos Nº 3, 6, 12, 18, 20, 24, 25, 26 e 27) no teste de Força Superior (Alunos Nº 6, 12, 14, 18, 20, 22, 24 e 27) e no teste de Flexibilidade (Alunos Nº 1, 9, 12, 15, 23, 24, 26 e 27), estes resultados demonstravam algumas melhorias, visto que os alunos que não estão na zona saudável melhoraram as suas marcas e estavam mais perto de alcançar a zona saudável, no entanto também se percebe que existia ainda trabalho a realizar para alcançar os objetivos pretendidos e em alguns casos apenas o trabalho em aula poderia não chegar, sendo que os alunos deviam ter capacidade para melhorar as suas capacidades fora das aulas de Educação Física. O seminário do FITescola (que irei abordar mais à frente) aparece com este objetivo, entre outros, onde é possível os alunos conseguirem perceber o que devem fazer para alcançar, de uma forma mais autónoma através da Plataforma do FITescola, a zona saudável e assim monitorizar o seu trabalho.

Não tendo a oportunidade de, neste ano letivo, contar com a «ajuda» do FITescola existiu a tentativa de tornar os alunos mais autónomos através do trabalho realizado na Área dos Conhecimentos, onde era pedido aos alunos que conseguissem criar/ pesquisar exercícios e mais tarde criar uma Unidade de Treino, onde trabalhassem as capacidades motoras, como por exemplo a Força ou a Resistência.

Avaliação Sumativa				
Níveis	2	3	4	5
Número de Alunos	2	12	14	1

Tabela 10 - Avaliação Sumativa do 2º Período

Concluindo, é conveniente que a etapa final do ano, permita a revisão/consolidação das matérias no nível do tratamento atingido pelo conjunto da turma, conciliando-se esta possibilidade com a apresentação de níveis mais avançados nessas matérias, ou de outras.

Interessa também oferecer, nesta altura, oportunidades acrescentadas de recuperação aos alunos com dificuldades mais significativas, procurando-se tirar partido das adaptações/aperfeiçoamentos, entretanto reveladas por esses alunos.

1.3.4. 4ª Etapa

1.3.4.1. Balanço

Tal como as etapas anteriores, também esta etapa foi composta por 3 Unidades Didáticas, são elas a Aprendizagem, a Aprendizagem/Avaliação e a Avaliação.

Atividades Físicas

Sendo que o final da 4ª Etapa (Anexo 4) coincide com o final do 3º Período letivo, na próxima tabela estão os resultados obtidos nesta etapa para a área das Atividades Físicas, mostrando o número de alunos que atingiu determinado nível e ainda o nível que estes deveriam ter alcançado no final deste ano letivo, na tabela seguinte estão os resultados obtidos na área da Aptidão Física, por fim na última tabela estão os níveis alcançados pelos alunos no final do período.

Nesta 4ª Etapa existiram menos aulas para poder criar impacto nas capacidades dos alunos, algumas aulas não se realizaram devido a atividades ou provas de avaliação, e houve também um relaxar por parte dos alunos nas aulas, sobretudo nas últimas semanas de aulas, com alguns alunos a não trazer material em aulas de avaliação ou até em aulas de aplicação dos testes de Fitnessgram, devido a esta razão não se vislumbra uma grande diferença entre a próxima tabela e a tabela referente à 3ª Etapa.

Subdomínios	NAI	I1	I2	E1/E2	Obj. 8º Ano
Basquetebol	0	2	23	4	E (1)
Andebol	0	8	20	1	I (2)
Futebol	0	14	9	6	I (2)
Voleibol	0	14	15	0	I (1)
G Solo	0	10	13	6	I (2)
G. Aparelhos	0	2	16	11	I (2)
G. Acrobática	0	15	12	2	I (2)
Dança	0	3	26	0	I (2)
Atletismo	1	1	26	1	I (2)
Badminton	0	7	21	1	I (2)
Outras	0	7	14	8	

Tabela 11 - Avaliação das Atividades Físicas

A matéria de Basquetebol foi uma matéria que começou a ser menos abordada, isto porque a turma demonstrava um bom nível de jogo, no geral, e porque existiam matérias mais

importantes a abordar, como por exemplo o Voleibol, quando estava em aula era um espaço que não necessitava de grande controlo por parte do professor. Nesta matéria existiam também alguns alunos que funcionavam como agentes de ensino (alunos nº 4, 8, 10, 11, 13, 14, 22, 28), no fim do ano apenas os alunos 12 e 24 não conseguiram alcançar o nível I2, o que não sendo o objetivo deste ano letivo para o basquetebol, era algo importante de alcançar. Nesta matéria haviam ainda muitos alunos com dificuldades em alcançar o nível pretendido no final do 8ºano, isto deve-se à exigência que está colocada nesta matéria, que ao contrário dos outros Jogos Desportivos Coletivos, diz que os alunos devem alcançar o nível E1, o que é um requisito difícil de alcançar.

O Andebol tal como o Basquetebol foi uma matéria menos abordada nesta etapa, era uma matéria onde os alunos já estavam familiarizados com o que era pedido, fruto das muitas aulas onde o Andebol foi abordado como foco principal. Esta matéria funcionou também com alguns agentes de ensino (alunos nº 4, 8, 10, 11, 13, 14, 22, 28) que facilitavam a realização de algumas técnicas aos colegas que tinham mais dificuldade, alunos nº 3, 5, 12, 15, 16, 18, 23, 24, que ficaram muito mais perto de alcançar o nível pretendido, faltando apenas melhorar alguns pormenores.

No Voleibol foi possível observar que existiam algumas dificuldades na realização deste jogo em cooperação, sobretudo os alunos nº 5, 9, 15, 16, 17, 23, 24 e 30. Esta modalidade é uma modalidade que precisa de tempo para existir evolução e precisa que exista um contacto constante com a mesma, por isso será essencial que no próximo ano estes alunos tenham um contacto com o jogo desde a 2ª Etapa, na minha opinião esta deve ser uma matéria prioritária, observando o nível atual da turma em educação física. Em alguns alunos que demonstravam ter uma aprendizagem das técnicas mais consolidadas foi introduzido o jogo de 2+2 através de exercícios jogados onde existia o objetivo de os alunos perceberem de que forma se devem realizar os deslocamentos e de que forma o jogo se desenrola. Neste momento o objetivo era conseguir com que os alunos joguem o 2+2, ou 2x2 (alunos mais evoluídos). Nesta 4ª Etapa foi também introduzido o serviço por baixo de forma a dar início ao jogo.

O Futebol tal como o Voleibol começou a ter uma maior importância a partir da 3ª Etapa, existiam alguns alunos que demonstravam algumas dificuldades (nº 2, 3, 5, 9, 15, 16) nesta modalidade, sobretudo as raparigas que não estão habituadas a ter de controlar a bola com os pés. Esta era a matéria onde existia uma maior diferença de nível entre os rapazes e as raparigas o que fazia com que existissem vários elementos que podiam passar por agentes de ensino.

Na Dança uma grande parte da turma conseguiu alcançar o nível pretendido para esta matéria, o nível I2, o que nos diz que já dominam os passos base da dança e que estão

muito perto de alcançar o nível Elementar, porque a diferença entre o Nível Introdução e Elementar na dança é de apenas alguns passos, passos esses que a turma demonstrou que estão ao seu alcance, bastando para isso ter oportunidades de prática nas aulas no próximo ano.

O Badminton era uma modalidade em que a maioria dos alunos demonstrava ter capacidades para alcançar o nível pretendido, no entanto existiram alguns alunos (3, 12, 15, 16, 23, 24 e 26) que tinham mais dificuldades em dominar algumas técnicas, sobretudo o serviço e o Lob (batimentos a baixo do nível da cintura). Esta matéria foi uma das matérias em que os alunos foram avaliados na prova de aferição e isso fez com que alguns alunos dessem um pouco de mais importância à matéria e se esforçassem nas aulas para dominarem as técnicas.

No Atletismo a grande maioria da turma tem um bom domínio desta matéria, tirando o aluno 3 e 24 que devido a dificuldades técnicas e mentais na corrida de barreiras não conseguem alcançar o nível pretendido. Esta matéria foi pouco abordada nesta etapa, sendo que houve poucas oportunidades para estes dois alunos melhorarem as suas capacidades.

O Streetsurfing foi uma matéria onde os alunos nº 3, 5, 12, 15, 16, 24, 26 demonstraram ter dificuldades sobretudo no controlo do corpo, em se equilibrarem, por isso é importante que se continue a criar momentos de trabalho nesta modalidade e se for possível criar jogos que contribuam para os alunos terem um maior desenvolvimento desta capacidade.

Na Ginástica de solo alguns alunos tiveram dificuldades em alcançar os objetivos pretendidos para o final do ano (Aluno Nº1, 4, 15, 18, 20, 22, 23, 27, 28 e 30), existindo muitas dificuldades nos rolamentos. Existiram algumas aulas onde a ginástica foi trazida para fora do seu espaço «normal», o ginásio, no entanto as dificuldades não foram totalmente superadas. Neste período foi dado um grande foco à elaboração de um esquema de modo que os alunos fossem avaliados de forma correta e não demonstrando apenas elementos separadamente.

A Ginástica de Aparelhos era a matéria das ginásticas onde a turma no seu geral tinha um melhor nível existindo apenas dois alunos, 12 e 27, que não conseguiram alcançar os objetivos.

Tal como a Ginástica de Solo, a Ginástica Acrobática demonstrou ter alguns alunos com dificuldades em alcançar os objetivos pretendidos para o final do ano (6, 8, 12, 14, 18, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30) nesta ginástica o número de alunos que não alcançou o objetivo é maior, porque este foi o primeiro ano em que os alunos tiveram contacto com esta matéria e por isso existem ainda dificuldades a serem ultrapassadas.

Resumindo, com o finalizar do ano podemos constatar que em algumas matérias os objetivos foram alcançados por alguns alunos e noutras uma grande parte da turma conseguiu

chegar às metas propostas, no entanto existem matérias em que os objetivos não foram alcançados e isto diz-nos que o próximo ano deve começar com abordagens a estas matérias, o Voleibol, o Futebol, Ginástica Acrobática. Em algumas matérias que não se alcançaram os objetivos, como por exemplo o Basquetebol, o nível da turma melhorou bastante e estão todos muito mais perto de alcançar a meta pretendida, que quando comparada com outras matérias é mais difícil de alcançar, ou seja, o nível pedido é mais exigente, nível Elementar.

Aptidão Física

Área de Aptidão Física			
Testes	Fora da Zona Saudável	Zona Saudável	Zona Ótima
Aptidão Aeróbia	8	14	7
Força Resistência Abdominal	2	13	14
Força Superior	8	19	2
Flexibilidade	5	24	-

Tabela 12 - Avaliação da Aptidão Física

Nos testes do Fitnessgram continuaram a existir alunos fora da zona saudável nos vários testes, sobretudo nos testes da Aptidão Aeróbia (Alunos Nº 3, 6, 18, 20, 24, 25, 26 e 27) estes alunos são alunos que se aplicaram pouco nas aulas e que não conseguem ter uma intensidade alta nas mesmas, e quando realizaram este teste não conseguem alcançar os objetivos. No teste de Força Superior (Alunos Nº 6, 12, 14, 18, 20, 22, 24 e 27) e no teste de Flexibilidade (Alunos Nº 9, 12, 15, 23 e 27), existiram ainda alguns alunos fora da zona saudável o que nos diz que o trabalho em aula não foi suficiente para estes alunos alcançarem os objetivos propostos pelo Fitnessgram.

No decorrer das aulas senti uma grande dificuldade em trabalhar questões com a flexibilidade ou a força, existia um circuito de condição física nas aulas mas ao que parece não teve o efeito pretendido nestes alunos. Estas duas capacidades são difíceis de trabalhar e por vezes dependem muito da fisionomia dos alunos, alunos com os membros inferiores extensos vão ter mais dificuldades em realizar o teste de Flexibilidade, os alunos que têm mais peso também têm mais dificuldades em realizar o teste de força. Além destes problemas são duas capacidades que têm de ser trabalhadas diariamente e apenas as horas de Educação Física não são suficientes.

Concluindo penso que seria importante ter em consideração outros testes que possam ajudar os alunos que têm estes problemas, e no FitEscola existe a possibilidade de escolher outras formas de avaliar estas capacidades. Outra possibilidade seria a de criar, em

conjunto com os alunos, uma espécie de plano de treinos que este pudesse realizar fora das aulas e que o ajudasse a melhorar a sua condição física, isto foi tentado este ano no trabalho da área dos conhecimentos, no entanto foi algo que não correu bem talvez por se ter complicado demais esse trabalho.

“No final desta etapa terá lugar também a última conferência curricular, baseada nos dados recolhidos no processo de avaliação final, considerando-se o nível de cumprimento do programa, e os ajustamentos ou indicações que daí decorrem para o currículo dos alunos no próximo ano letivo.” (Jacinto, Comédias, Mira, Carvalho, 2001, p 26).

É importante que na última etapa do ano exista uma reflexão sobre o que aconteceu no ano letivo, são só perceber se os objetivos foram alcançados ou não, mas também perceber se as opções tomadas para alcançar essas metas foram as mais acertadas, ou se podiam ter sido diferentes, tudo isto vai fazer com que o professor se aperfeiçoe. Outro aspeto importante é o de perceber quais são os próximos passos a dar na aprendizagem dos alunos, fazer um esboço do que poderá ser o próximo ano letivo.

Avaliação Sumativa				
Níveis	2	3	4	5
Número de Alunos	2	2	13	2

Tabela 13 - Avaliação Final do Ano

Para terminar fica a tabela da Avaliação de final de ano do 8ºB, como podemos observar existem dois alunos que não conseguiram ter positiva na disciplina, e por outro lado dois alunos tiveram a nota máxima, o resto da turma está inserida entre o três e o quatro.

Ao observar esta tabela fico apreensivo, percebendo que existem dois alunos que não foram capazes de alcançar os objetivos definidos no início do ano, no entanto é interessante perceber que os alunos que têm menos apetência para a prática, normalmente são os alunos que se aplicam menos e isso torna tudo mais difícil é importante perceber quais são as motivações destes alunos explicar a importância da Educação Física na sua vida e no seu futuro, sendo que se eles perceberem o porquê de ser essencial na sua vida, talvez deem um pouco mais de si nas aulas e alcancem os objetivos a que são propostos.

1.4. Conclusão

Chegado ao fim deste capítulo posso concluir que esta foi sem dúvidas a área onde me senti melhor e da qual retirei mais aprendizagens, com o decorrer do ano senti-me cada vez mais à vontade no espaço de aula e sobretudo sentia-me contente por estar a dar aulas. Aprendi muito com o meu orientador, o meu colega de estágio e os outros professores do

grupo, desde estratégias, a formas de estar e de ser, formas de relacionamento com os alunos. Acabo o estágio com a ideia de que sou um professor completamente diferente do que era no início do ano, pelo menos nesta área.

“O sucesso pedagógico em Educação Física exige do professor uma grande capacidade didática, isto é, a capacidade de articular habilidades de diagnóstico, de instrução, de gestão e de remediação, de modo a adaptar o seu comportamento de ensino à especificidade da situação educativa e às necessidades formativas dos alunos, visando criar-lhes as melhores condições de aprendizagem.” (Carreiro da Costa, Proença e Leal, 2003, p 8).

Os benefícios que retirei, e falando de forma mais concreta existem três pontos nos quais sinto que evolui bastante, o primeiro ponto é o AGIC, ou seja, a Avaliação, a Gestão, a Instrução e o Clima, este foi um dos temas que gerou muita conversa entre os estagiários e o OE e OF, onde se focava muito no que fazer em cada categoria, sobretudo na Gestão e Instrução, as categorias onde eu tinha mais dificuldades. A avaliação e o Clima eram aspetos que já estavam algo desenvolvidos.

“Clearly differentiated from constructs such as independence or self-reliance, autonomy is related to the perceived origin of one’s action or its locus of causality. That is, the extent to which a behaviour or course of action is personally endorsed and engaged in with a sense of choice and volition (autonomous motivation), as opposed to being associated with a need to comply or with feelings of pressure and tension.” (Teixeira et al., 2012, p 2)

O clima de aula era bom, no entanto sentia que ainda não era o mais indicado para as minhas aulas, faltava conseguir transformar esse clima, num clima onde os alunos se sentissem desafiados e com vontade de melhorar de forma autónoma, sentindo que as matérias abordadas nas aulas eram importantes para o seu desenvolvimento e não se sentissem no dever de fazer algo para alcançar apenas uma nota no final do período/ ano. Conseguir alcançar este objetivo é, na minha opinião, uma grande proeza, porque significava que os alunos percebam o porquê da Educação Física ser tão importante para eles, e que retiravam prazer do que era realizado na aula, sendo que dessa forma todos os objetivos estariam mais perto de ser alcançados.

“Se estamos perante uma produção colectiva que traduz um nível, é, precisamente, nesse nível de jogo que o conjunto dos alunos em presença há-de estar. Decidido qual o nível de jogo observado, bastará destacar quem não se encontra nesse nível, porque faz parte de um outro que é diferente do observado. Adoptar e utilizar este procedimento é mais rápido e eficaz do que estar a observar e a avaliar cada aluno individualmente.” (Comédias, 2012, p 122)

A avaliação também era algo em que estava confortável, utilizando como estratégia nos JDC, o que nos foi ensinado no 1º ano do Mestrado. Para avaliar é necessário que exista jogo, ou seja, a avaliação não deve ser realizada em exercícios isolados ou individuais, deve ser realizada em situação de jogo formal, o aluno deve perceber o que o jogo lhe está a pedir

que faça e responder com o movimento ou gesto técnico mais acertado para o momento, não basta saber realizar um passe picado num exercício de passe e receção, é necessário perceber em que momento deve utilizar esta técnica e realizá-la em jogo. Percebida esta «regra», quando se avalia um JDC primeiro que tudo deve-se perceber qual o nível de jogo, Introdução, Elementar ou Avançado após definir o nível existe a possibilidade de destacar alguns alunos que possam estar acima ou abaixo desse nível. Esta é uma estratégia que facilita a avaliação, torna a mais rápida o que não quer dizer que não seja fiável ou válida. Devido ao meu passado ligado ao Futebol consigo olhar para qualquer uma das modalidades e perceber o que está a acontecer, porque já tenho alguma experiência na análise e essa experiência é possível de transferir para os outros JDC.

Os focos mais importantes no decorrer do ano, devido às minhas dificuldades foram a Gestão e a Instrução, sobretudo a instrução, onde por vezes tinha dificuldade em diferenciar o objetivo do exercício das regras do mesmo, ou seja, no momento de explicação do exercício o exercício era explicado sem existir uma clara diferenciação entre uma coisa e outra e por vezes os alunos não percebiam o porquê de estar a fazer a tarefa e é essencial que o aluno saiba qual é o objetivo, para que se possa focar nisso e perceber se está a fazer bem as coisas.

Outro ponto onde evolui bastante foi na formação de grupos, a partir de um certo momento do ano eu levava um papel, que deveria ser verificado pelos alunos, onde constavam os grupos e assim os alunos entravam na aula com o colete já vestido o que tornava a passagem da parte de instrução para a parte prática muito mais rápida. A formação de grupos na Educação Física é uma questão essencial, saber quando devemos formar grupos homogéneos ou grupos heterogéneos, tentei gerir isto da melhor forma possível, em grande parte do ano, os grupos foram organizados de forma heterogénea, onde existiam alunos que eram agentes de ensino e apoiavam os alunos que tinham mais dificuldade. No entanto estes alunos, mais fortes, não podem passar todo o ano neste papel, devem existir momentos onde são desafiados e tenha de ultrapassar dificuldades para desenvolver as suas capacidades, por isso também foi importante ter grupos homogéneos. Os grupos homogéneos serviram também para facilitar a avaliação dos Jogos Desportivos Coletivos, sendo que com este tipo de grupos ficava mais fácil avaliar, avaliando primeiro o nível do jogo e partindo daí os alunos.

A utilização de estratégias, e de meios auxiliares para apoiar a aprendizagem, foi uma das estratégias que utilizei bastantes vezes em ginástica, foi a afixação de folhas, onde constava o que cada aluno teria de melhorar para alcançar o sucesso na matéria e sempre que cada aluno alcançava um objetivo eu assinalava essa conquista e o aluno passava ao próximo objetivo, desta forma os alunos trabalhavam de forma autónoma, sendo que o

caminho que deviam percorrer estava assinalado, e tornavam-se responsáveis pelas suas aprendizagens. Com a utilização destas estratégias as aulas eram aproveitadas por cada aluno, e eu como professor conseguia estar mais livre para controlar e acompanhar alunos que demonstravam ter mais dificuldades. Outra estratégia adotada foi criar um circuito de condição física que trabalhasse a força dos membros superiores e abdominal, visto que estas eram capacidades que seriam avaliadas nos testes do Fitnessgram, este circuito era composto por estações, em cada estação existia uma capacidade em foco e três níveis de dificuldade, sendo que cada aluno trabalhava no nível de dificuldade que se encaixava no seu perfil. Para treinar a resistência no final de algumas aulas, foram feitos exercícios de corrida com tempos de atividade e descanso, isto para melhorar os resultados do fitnessgram.

Entre outras estratégias estas foram algumas que utilizei, com algumas a serem um sucesso, porque em alguns testes do Fitnessgram existiram resultados positivos, enquanto noutros os resultados não foram tão bons, mas é como já referi anteriormente, para melhorar e manter estas capacidades, para alguns alunos, não chega o trabalho que realizam na disciplina é necessário realizar trabalho fora da escola de modo a conseguir ultrapassar as suas dificuldades e alcançar o sucesso na disciplina.

Para concluir, não podia deixar de referir o grupo de Educação Física da Escola, percebi que um grupo de Educação Física que seja organizado, que tenha uma forma de trabalhar que valorize os elementos do grupo e esteja aberto a ouvir a opinião de cada um é um grupo forte e onde se alcançam os objetivos delimitados. O grupo tem como prática reunir-se bastantes vezes e em momentos críticos do ano, como por exemplo o fim da 1ª Etapa, de forma a discutirem as metas em conjunto, e perceber se é necessário ajustar alguma coisa no planeamento plurianual. A questão de ser um grupo que tem estagiários «obriga» a que o grupo seja organizado, esteja em constante evolução e não pare no tempo.

1.5. Professor a Tempo Inteiro

De acordo com o regulamento de estágio o estagiário deve preparar e realizar a lecionação noutras turmas dos vários níveis de ensino no âmbito do agrupamento da escola. Estas ações devem seguir um plano de ensino em equipa elaborado pelos estagiários em colaboração com o Orientador e os Professores titulares de cada turma. O plano deve ter em conta as recomendações do Departamento Curricular de Educação Física.

Neste horário, fica o meu horário da semana em que realizo o PTI, é de realçar que existiu o cuidado de abranger todos os ciclos de ensino desde o 1º ao 3º Ciclo de forma a passar por experiências diferentes e ter uma ideia do que é lecionar alunos de idades diferentes e que têm currículos diferentes, sendo que as matérias e conteúdos serão também diferentes daquelas a que estou habituado a lecionar nas aulas do 8º ano.

Tempos Letivos		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
08:10	08:55	9ºD				
08:55	09:40	9ºD			3ºA	
10:00	10:45	5ºA	5ºB	8ºB		8ºB
10:45	11:30	5ºA	5ºB	8ºB		
11:40	12:25			5ºA		7ºA
12:25	13:10		Gin. Grup.		9ºD	7ºA
13:25	14:10					
14:10	14:55	Gin. Grup.			5ºB	
15:10	15:55	Gin. Grup.	7ºA			
15:55	16:40					
17:00	17:45					
17:45	18:30					Cidadania

Tabela 14 - Horário PTI

1.5.1. Objetivos do PTI

- Promover a cooperação entre professores e estagiários
- Aprender novas estratégias de ensino
- Desenvolver as competências associadas ao AGIC
- Lecionar anos de escolaridade diferentes e alunos com idades diferentes das que habitualmente leciono

1.5.2. Balanço

A semana do PTI decorreu de 14 a 18 de Maio, semana de avaliações da Etapa Produto, durante o PTI lecionei aulas de todos os ciclos que integram a escola, 1º, 2º e 3º Ciclo que possuem currículos e objetivos diferentes.

Para planear esta semana, senti a necessidade de observar algumas aulas das turmas que tinha no horário, falar com os professores sobre as turmas sobre as aulas que iria lecionar para dar continuidade ao seu trabalho e para que as aulas lecionadas por mim sejam as mais proveitosas possíveis para os alunos.

Antes de mais, referir que esta é uma semana bastante especial para um estagiário, mesmo tendo os planos de aula previamente elaborados e saber quais os objetivos das unidades didáticas e assim sendo de cada aula, é difícil, no mesmo dia, dar aulas a uma turma de 9º ano e passados 10, 15 minutos dar uma aula a uma turma de 5ºano, é necessário ter a capacidade de perceber a realidade onde estamos inseridos e através disso conseguir alterar o feedback dado aos alunos. Na minha opinião, e pela experiência que tive, isto é algo difícil de realizar sendo que é importante entender que os alunos do 9º ano já são adolescentes e os do 5º ainda são crianças o que faz com que todo o envolvimento e ambiente de aula seja alterado, tal como os objetivos a alcançar por cada turma.

Foi uma experiência onde retirei bastantes coisas positivas, desde o debate com professores, até à forma de trabalho diferente de professor para professor, a utilização de várias estratégias de ensino, formas de estar e relacionar com a turma diferentes, tudo isto serve de aprendizagem e reflexão da minha parte, porque como percebi no decorrer desta semana existem várias formas de alcançar um objetivo que é igual para todos, no entanto existem vários caminhos para chegar à meta.

A aula dada ao 1ºCiclo foi lecionada depois de abordar a professora titular da turma, professora que demonstrou ter muitas dificuldades em Educação Física e me pediu para realizar uns jogos e umas brincadeiras com a turma. Esta conversa com a professora titular fez-me perceber que esta docente não tem formação para ensinar a disciplina, sendo que possivelmente o único contato que teve com a mesma foi nas aulas de Educação Física enquanto aluna. Refletindo um pouco sobre isto chegamos à conclusão que a Educação Física no 1ºCiclo não tem a importância devida e que não se segue o programa da mesma. Existem momentos ótimos para realizar algumas aprendizagens nas idades do ensino primário, momentos esses que não estão a ser aproveitados e que mais tarde vão ter repercussões na disciplina de Educação Física.

Nos outros ciclos existiram dificuldades diferentes, como por exemplo fazer com que a turma percebesse que o professor era eu, um estagiário, e tinha de existir autoridade e respeito ao contrário das turmas de estágio, estas turmas não estão habituadas a ter um professor estagiário, por isso existiu uma tendência para os alunos se relaxarem e se desleixarem, por o professor ser mais novo e diferente, foi importante iniciar a aula explicando desde logo o que se estava a tentar realizar e fazer perceber que a aula seria mais uma como todas as outras que foram lecionadas anteriormente, esta dificuldade surgiu sobretudo com a turma do 9ºano.

As aulas do PTI aconteceram num momento do ano de avaliação, no entanto isso não quer dizer que o professor se retire do seu papel de ensino e passe a aula a tirar apontamentos, a disponibilidade para dar feedbacks e estar atento ao que se passa, e não apenas a uma situação de avaliação tem de estar presente. Eu sou um professor que gosta de parar a aula e corrigir comportamentos, no entanto foi possível perceber que nem todas as turmas estavam habituadas a esta forma de intervenção do professor, e existiam alunos que ficavam aborrecidos sempre que eu parava a aula. Isto é algo que pode alterar o clima de aula, foi por isso importante perceber que tinha de alterar a minha forma de estar e realizar a minha intervenção de forma diferente, com um feedback mais individual, chamando o aluno à parte ou até dar um feedback mais geral sem parar o jogo e perceber se na próxima oportunidade o comportamento é corrigido, fechando o ciclo de feedback.

Concluindo, o momento do ano em que fiz o PTI foi um momento de avaliações, quer isto dizer que já estávamos no final da etapa, e os professores estavam a avaliar os alunos de modo a perceber quais eram as suas capacidades e perceber qual foi a sua evolução até ao momento. Sendo este o objetivo da aula, foi possível falar com alguns professores sobre as estratégias que utilizaram para alcançar os objetivos e se os conseguiram alcançar, sendo que também percebi que ao longo do ano existiram alterações ao plano previamente feito de modo a adequar o ensino aos alunos e à sua evolução.

1.6. Turma de Lecionação Cooperação

A turma de Lecionação Cooperação foi o 8ºano, turma C, a escolha recaiu sobre esta turma, porque, de acordo com o Orientador esta era a turma, dos 8ºanos que demonstrava ter mais dificuldades na disciplina. Esta turma envolveu o trabalho e participação dos dois professores estagiários e do professor Orientador nas aulas de Educação Física da turma em questão. Esta lecionação tem como principais objetivos a melhoria dos critérios referentes ao AGIC, pois nas aulas desta turma cada professor estagiário estará focado na dimensão do AGIC em que sente mais dificuldade, outro objetivo é a partilha de ideias no planeamento, uma vez que temos que planear as aulas em conjunto e, como tal, temos que discutir e debater opiniões para que no fim todos percebamos as decisões tomadas e o porquê de as tomar.

No caso dos dois professores estagiários as dificuldades iniciais, em ambos, estava presente na instrução, no olhar para a aula e perceber o que está a correr mal e após essa análise dar feedback aos alunos para que o erro seja corrigido. Desta forma estiveram os dois estagiários muito envolvidos e com maior atenção a este ponto do AGIC, para que pudessem melhorar esta dificuldade e conseguir levar esta nova aprendizagem para as suas turmas.

No que diz respeito à avaliação, a turma de lecionação cooperação beneficiou de três professores na realização da mesma, o que promoveu o debate sobre os diversos alunos e as suas capacidades, tornando assim a avaliação mais fidedigna.

Com a lecionação Cooperação, um dos maiores benefícios foi para os alunos, que com mais do que um professor, o acompanhamento era maior, porque existiam três professores em aula, e normalmente a aula era dividida em três espaços diferentes o que faz com que cada espaço tivesse pelo menos um professor sempre presente.

Como esta turma era do 8ºano, tal como as turmas dos estagiários, alguns problemas era similares entre as turmas, até porque no ano anterior existiam alunos deste 8ºC que eram da mesma turma de alguns alunos do 8ºB, logo o seu passado na disciplina era similar. Por esta razão foi possível transportar alguns exercícios para as outras turmas, sendo que ao fazê-lo bastava adaptar o exercício à nossa turma, alterando algumas condicionantes e por já termos testado o exercício noutra turma era também possível saber de antemão os erros que podiam acontecer focando a nossa atenção nesses aspetos.

Esta turma foi muito importante no início do ano no momento em que foi preciso criar um planeamento anual, porque nenhum dos estagiários tinha experiência em criar planeamentos, logo foi importante ter a experiência de criar o planeamento desta turma com o professor orientador, de forma a já termos uma ideia do que era preciso fazer para a nossa turma, sendo que este momento do ano é essencial, e foram precisas bastantes reuniões com o orientador para definir de que forma iria decorrer o ano. O final do 1º Período também foi importante, foi a primeira vez que lançámos notas, e só depois de avaliarmos esta turma é que fizemos as nossas avaliações nas turmas de estágio, perceber de que forma se fazem as contas e em caso de omissão nos critérios o que deve ser feito, de que forma se iriam avaliar os aspetos mais subjetivos, como o comportamento, a preservação do material, entre outros, foi necessário criar um critério que fosse possível de utilizar por todos para que as turmas fossem avaliadas da mesma forma.

Concluindo, no que toca há minha ação como professor, esta turma permitiu que eu melhorasse algumas dificuldades presentes no feedback e na instrução, porque para se aprender a fazer algo é necessário passar pela experiência várias vezes, errar e acima de tudo ter alguém que seja capaz de ver o erro e apontá-lo, sempre com o intuito de o fazer de uma forma positiva de modo a que esse erro seja corrigido de forma correta. Foi uma turma que serviu, em alguns momentos, como experiência para o que fazer nas turmas dos estagiários devido às recorrentes conversas com orientador e discussões do que fazer e o porquê. Penso que é importante também referir que os meus colegas de estágio de outras escolas não têm esta turma de cooperação, logo não possuem tantas horas de lecionação como os estagiários da escola do Bom Sucesso o que faz com que no final do ano seja provável que tenha uma maior evolução quando comparado com os outros colegas de estágio, devido ao dobro das horas de lecionação que tive a oportunidade de dar.

II. Direção de Turma

2.1. Introdução

“O diretor de turma é, por um lado, um docente que coordena um grupo de docentes e é, simultaneamente, um elemento do sistema de gestão da escola a quem cabem responsabilidades na gestão global do conselho de turma a que preside” (Roldão, 1995, p.4).

O professor que tem este papel é um elemento fundamental na comunidade educativa, uma vez que faz a ponte entre professores da turma, alunos e Encarregados de Educação (EE), idealmente numa lógica de integração das aprendizagens. É fundamental conhecer o papel do Diretor de Turma para guiarmos a nossa intervenção nesta área, pois este deve ser um orientador pedagógico da aprendizagem do aluno, através do seu conhecimento da turma e do conhecimento do conselho de turma.

Conforme Ramiro Marques² afirma: “O papel do DT é cada vez mais determinante na organização escolar, pela sua influência no equilíbrio entre os vários atores que se movimentam em cada comunidade educativa. A empreitada do DT é multifacetada e ajusta-se continuamente em função dos tipos de relacionamento com alunos e respetivas famílias, com professores, com a organização escola e com a comunidade envolvente, podendo adotar várias formas em simultâneo. O papel desempenhado em cada uma destas situações é diferente e implica que o DT tenha um perfil adequado, continuada formação e um bom conhecimento sobre a função «ele é o eixo em torno do qual gira a relação educativa».” (Almeida, 2012, p 9).

Durante o ano letivo existiram três áreas que são essenciais na ação e competem ao Diretor de Turma, são elas a Coordenação Pedagógica, Apoio aos Alunos e Relação com os Encarregados de Educação.

“A atuação do diretor de turma junto dos alunos e encarregados de educação tende, na prática mais comum, a prevalecer sobre a ação junto dos professores que é, contudo, uma dimensão crucial deste cargo, que não pode, aliás, ser dissociada das restantes” (Roldão, 1995, p.4).

De acordo com o Regulamento Interno da Escola o Diretor de Turma/Professor Titular de Turma coordena, em colaboração com os professores da turma, a estruturação do Plano de Turma bem como a implementação e avaliação das atividades previstas no mesmo, assegurando:

- A participação articulada e cooperativa de todos os intervenientes no Plano de Turma, designadamente alunos, professores, pais e Encarregados de Educação;

² Marques, R. (2002). O diretor de turma e a relação educativa. Lisboa: Presença.

- A adequação das atividades, dos conteúdos, das estratégias e das características de aprendizagem do grupo em geral e de cada aluno em particular;
- A coordenação do processo de avaliação dos alunos, garantindo o seu caráter globalizante e integrador;
- A organização e disponibilização de dados de avaliação relativos à progressão na aprendizagem de cada aluno, mantendo os pais e encarregados de educação informados acerca da evolução do processo de aprendizagem dos seus educandos.

O Conselho de Turma do 2º e 3º ciclo, coordenado pelo respetivo Diretor de Turma é composto pelos docentes das diferentes disciplinas curriculares e áreas curriculares não disciplinares, pelo Professor de Educação Especial/Apoio-Educativo do 1º ciclo, pelos representantes dos Pais e Encarregados de Educação da turma e pelo representante dos alunos no caso do 3º ciclo, de acordo com a legislação aplicável.

2.2. Caracterização específica da turma

A turma do 8ºB era constituída por trinta alunos, quinze alunos rapazes e quinze raparigas com idades compreendidas entre os doze e os dezasseis anos. A maioria dos alunos da turma eram provenientes do 7ºB, no entanto existiam também onze alunos do 7ºD, está também presente na turma um aluno que reprovou no 8º ano e por isso tem um Plano de Acompanhamento Pedagógico (PAP).

Na constituição da turma existiam três alunos sinalizados como alunos com Necessidade Educativa Especial, sendo que um deles tem Currículo Específico Individual e apenas assiste às aulas de determinadas disciplinas, sendo EF uma delas.

Para conhecer melhor os alunos, foi redigido um documento com o nome «Plano de Turma», criado com o objetivo de caracterizar a turma e os alunos através de um inquérito online, pelos dados obtidos através deste inquérito, podemos perceber que alguns alunos, cinco, que já ficaram retidos. Penso que é um dado importante, saber que há cinco alunos que frequentaram a escola pela primeira vez, isto quer dizer que não conhecem a realidade da escola, e que estão a passar por um período de adaptação. Por fim, três alunos da turma já sofreram medidas educativas especiais (Faltas Disciplinares), como professor tenho de ter alguma atenção à relação criada com estes alunos, sendo que se conseguir que estejam do meu lado as aulas vão ter um ambiente mais positivo.

“O diretor de turma dispõe de informações relativas ao aluno e à família, tem acesso a um contacto frequente com ambos, e está em contacto com todos os professores” (Roldão, 1995, p9), este é o professor que faz de ponte entre os EE e os professores da direção de turma, é ele que possui todas as informações sobre a turma e que pode ajudar a compreender qual a razão para certos comportamentos dos alunos sendo que é também o que pode

contribuir mais para a resolução dos problemas devido às informações que dispõe e mais ninguém tem.

2.2.1. Plano de Atividades

Apresento agora o plano de atividades da turma para o ano letivo de 2017/2018:

- Palestra/sessão informativa interativa - Participação no «Roadshow das Aves» (Projeto AVENTURA-TE). Objetivos, Motivação dos alunos para a disciplina; Consolidação dos conteúdos (Ciências Naturais e Físico-química). Conteúdos – Biodiversidade.
- Comemoração - Saída de Campo. Objetivos, Motivação dos alunos para a disciplina, Aprender em contexto (Educação Física e Educação para a Cidadania) Conteúdos - Desportos de exploração da natureza e Educação ambiental.
- Olimpíadas da matemática - Prova escrita. Objetivos, Motivação dos alunos para a disciplina (Matemática). Conteúdos - Álgebra; Geometria; Trigonometria; Números e operações; organização e tratamento de dados; Funções e sequências.
- Comemoração - La Chandelure. Objetivos, Motivação dos alunos para a disciplina, Consolidação de conteúdos (Francês). Conteúdos - Aspectos da cultura francesa e Datas comemorativas.
- Partilha de experiências - Encontro com Escritor. Objetivos, Motivar os alunos para a leitura/ escrita (Português). Conteúdos – Leitura, Expressão escrita e A Entrevista.

Este plano de atividades é exibido só para ter uma noção das atividades que a escola proporciona aos seus alunos, existindo em algumas destas atividades uma cooperação entre disciplinas. Outro dado importante é o objetivo da maioria destas atividades que é o de motivar o aluno para a disciplina, ou seja, a criação de atividades que sejam diferentes e fujam à rotina normal da escola é uma estratégia de alguns professores para motivar os seus alunos.

2.3. Projeto Interdisciplinar - Promoção da Atividade Física nos Alunos do 3º e 4º ano

O Projeto Educativo da Escola diz nos que a operacionalização da missão do Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso para o mandato 2017-18 a 2019-20 fundamenta-se igualmente no empenhamento quanto ao aprofundamento das características específicas desta instituição que permanecem desde a sua génese: a promoção da qualidade das aprendizagens, a flexibilidade e diversidade curriculares, a articulação intradepartamental, a articulação entre estabelecimentos e entre níveis e ciclos de ensino, a defesa de um currículo integrado que abrange as aprendizagens disciplinares, interdisciplinares e transdisciplinares, a defesa da educação interrelacionada com a formação pessoal e social.

De acordo com o Plano de Melhorias da Escola do Bom Sucesso um dos Objetivos Prioritários para os anos de 16/17 a 18/19 é a Continuação da promoção da articulação inter e intradisciplinar.

“Os Diretores de Turma envolvem os professores nos processos de gestão, promovendo o trabalho de equipa, através dos conselhos de turma que decorrem ao longo do período e da construção do Plano de Turma privilegiando a interdisciplinaridade.” (Projeto Educativo, 2013; p 112).

Este Projeto Interdisciplinar teve como objetivo a promoção da Atividade Física nos alunos do 3º e 4º ano, para alcançar este objetivo, a ideia era selecionar um conjunto de jogos lúdicos que fossem ensinados aos alunos para que estes os reproduzissem nos seus intervalos. O projeto teve de passar por várias fases, desde a criação de apresentações orais para promover a atividade física à pesquisa de jogos para ensinar às crianças do 3º e 4º ano. Tendo a noção de que existiam várias fases que podiam demorar algum tempo a serem realizadas, este projeto decorreu ao longo do ano, para ser possível concluir no final do 3º Período, no entanto devido às impossibilidades presentes no horário do 1º Ciclo nas últimas semanas de aulas, o projeto foi adiado para o próximo ano, faltando apenas a aplicação do mesmo.

2.3.1. Justificação

Esta ideia teve como base a realidade atual que se vive na escola. Através de um conjunto de observações, foi possível perceber que as crianças passam a maior parte do intervalo a jogar à bola ou a jogar à apanhada e estes são os únicos jogos que fazem as crianças correr e saltar. Grande parte dos alunos passa o intervalo sentado a brincar com bonecos, ou noutro tipo de atividade sedentária. Foi também observado que apenas os alunos que têm aptidão para jogar estes jogos o fazem, existe uma exclusão por parte de alguns alunos em relação aos alunos que têm mais dificuldades. Tive também a oportunidade de estar presente em algumas aulas de educação física que eram lecionadas pelas professores titulares destas turmas, aulas essas que se sustentavam muito em circuitos para melhorar as aptidões físicas e onde não existiam jogos lúdicos.

No dia-a-dia fora da escola, as crianças passam cada vez menos tempo na rua a brincar com os amigos, e cada vez mais tempo em casa a jogar jogos de computador, por isso pensámos que existia a necessidade de tentar alterar este panorama, tentando trazer as crianças para a rua, ensinando-lhes novas formas de brincar que façam com que eles se divirtam e ao mesmo tempo melhorem a sua saúde.

De acordo com um estudo feito em 2013 que compara, a mobilidade infantil em 16 países — Austrália, Brasil, Dinamarca, Inglaterra, Finlândia, França, Alemanha, Irlanda, Israel, Itália, Japão, Noruega, Portugal, África do Sul, Sri Lanka e Suécia. Portugal está na cauda da lista, lado a lado com a Itália e exatamente antes da África do Sul, o que suporta a ideia que está na génese do projeto (Fonte: Observador, 2015).



Figura 2 - Estudo internacional que compara, a mobilidade infantil em 16 países

2.3.2.Objetivos

- Promoção da Atividade Física nos alunos do 1º Ciclo, mas também nos alunos que vão trabalhar neste o projeto;
- Mobilizar os alunos para a realização de Atividade Física nos intervalos;
- Promover a Inclusão;
- Desenvolver capacidades nas diversas disciplinas que participam neste projeto;
- Promover a discussão e troca de ideias entre alunos (8ºB) e professores;
- Pesquisa, através da internet e dos EE, e seleção de jogos que se possam ensinar as crianças do 3º e 4º ano;
- Ensinar jogos às crianças (comunicação);

2.3.3.Cronograma

- 1ª Fase: Criação do PowerPoint de promoção da Atividade Física.

Para desenvolver esta fase foi importante existir uma colaboração ente as disciplinas de TIC, Ciências e Educação Física estas duas últimas foram essenciais para apoiar os alunos na descoberta dos benefícios da Atividade Física, já a disciplina de TIC seria importante para os alunos perceberem de que forma se trabalha com o PowerPoint e quais são as regras a ter em conta na criação de uma apresentação. Esta fase foi realizada no início de Fevereiro.

- 2ª Fase: Apresentação do PowerPoint.

Esta fase é criada para todos os grupos terem oportunidade de apresentar o seu trabalho e ser escolhido o PowerPoint que a turma escolhesse como o melhor, sendo que existiria a oportunidade de melhorar a apresentação escolhida e completá-la com algumas

informações que tivessem presentes nos PowerPoints dos outros grupos de forma a ficar uma exposição mais rica. A data limite desta fase era o mês de Fevereiro.

- 3ª Fase: Apresentação ao 3º e 4º ano.

É neste momento que existe a primeira interação com os alunos da primária, nesta fase os alunos que têm mais dificuldades na apresentação oral, informações obtidas na disciplina de Português, fizeram a apresentação sobre os benefícios da Atividade Física aos alunos do 3º e 4º ano. Esta fase foi também realizada no mês de Fevereiro, como se pode perceber o mês de Fevereiro foi um mês em que existiu bastante trabalho para o projeto interdisciplinar, foi um mês essencial para a realização do trabalho.

- 4ª Fase: Pesquisa de Jogos e Apresentação nas aulas de Educação Física.

Nesta fase foi realizada uma pesquisa online, com o intuito de encontrar jogos e brincadeiras para ensinar às crianças, jogos esses que fossem possíveis de realizar no intervalo da escola e que dessem oportunidade às crianças de fazer atividade física de forma divertida. Após um mês de Fevereiro com várias tarefas, esta fase teve como meta o mês de Março.

- 5ª Fase: Aplicação das ideias na aula de Educação Física.

Nesta fase do projeto, existia o objetivo de utilizar as aulas de Educação Física e os colegas de turma de forma a testar as ideias, perceber se os jogos iriam resultar e quais as dificuldades que iam existir no ensino dos jogos aos alunos da primária. Esta fase foi realizada nos meses de Abril e Maio.

- 6ª Fase: Ofício para pedir materiais para a realização dos jogos.

Na penúltima fase foi importante contar com o apoio da disciplina de Português de forma a cumprir as regras de realização de um ofício com o objetivo de chegar à direção e pedir os materiais para realizar os jogos, materiais esses que tinham de ficar disponíveis para os alunos da primária para que estes os pudessem usar nos intervalos. Esta tarefa foi realizada no mês de Abril.

- 7ª Fase: Ensinar os Jogos e Brincadeiras às crianças.

O projeto termina com o ensino dos jogos por parte dos alunos da direção de turma que eu acompanhava aos alunos da primária, ficou planeado que este momento seria realizado durante os intervalos dos alunos da primária, para que não existisse a necessidade de interromper as aulas e interferir nos planeamentos dos professores das turmas. A última fase tinha como objetivo ser realizada no mês de Maio.

2.3.4. Conclusão

Como já foi referido anteriormente, não foi possível concluir este projeto, faltando aplicar a fase sete. No entanto é possível realizar uma análise do trabalho que foi realizado durante o ano letivo. No decorrer do trabalho foi-me dado a perceber que a turma tem muitas

difficultades em cumprir prazos e trabalhar em grupo, sobretudo fora das aulas, há sempre alguém que não ajuda o grupo e os alunos não se encontram fora das aulas para trabalhar, o que fez com que eu tivesse de ajustar o meu planeamento e criar, nas aulas de Educação Física ou de Cidadania momentos para os alunos se ajustarem e realizarem o trabalho.

Outro dos problemas que existiu foi o de ter outras disciplinas que contribuían para o trabalho, não é fácil coordenar tudo para que o projeto se realize dentro da sua calendarização. Os outros professores têm o seu planeamento e nesta escola existe sempre dificuldades para o obedecer, e o «menos importante» fica normalmente de lado para o currículo da disciplina ser cumprido. Houve também um problema com o professor de TIC que ficou doente e teve a necessidade de faltar a algumas aulas, o que fez com que eu tivesse de alterar o planeamento da minha disciplina de modo a ensinar os alunos a realizar uma apresentação em PowerPoint, falando-lhes de algumas regras que devem cumprir, tanto na criação da apresentação como na apresentação oral.

Devido a estas dificuldades o projeto foi sendo adiado ao longo do tempo, o que fez com que este não fosse concluído faltando concluir a parte que seria mais importante e interessante para todos. Não querendo resumir o projeto apenas à última fase, porque ela não existiu, penso que é possível dizer que alguns dos objetivos foram alcançados, como por exemplo a promoção da discussão entre alunos e professores o desenvolvimento de algumas capacidades nas várias disciplinas, por isso, e mesmo não tendo concluído o projeto, penso que podemos olhar para este projeto como um projeto interessante e que contribuiu com algumas aprendizagens para a turma.

Falando das seis fases que foram realizadas é importante perceber que todas elas tiveram momentos de aprendizagem importantes para a turma, desde a criação de uma apresentação com apoio multimédia, a apresentação oral, a criação de um documento formal para a direção da escola, pesquisa online com o apoio de alguns professores. Todos estes momentos contribuirán para o desenvolvimento dos alunos e penso que estas aprendizagens podem ser importantes para o seu percurso escolar, não só a longo prazo, como a curto, visto que os professores podiam utilizar o trabalho que era realizado neste projeto para avaliar os alunos.

Concluindo, foi uma experiência diferente, ser coordenador de um projeto desta dimensão, nem tudo correu bem, sobretudo pela minha incapacidade em confrontar os professores com as suas falhas na questão de cumprir as datas definidas, mas foi uma boa experiência, e onde percebi que é preciso ser persistente de modo a poder cumprir o calendário e acima de tudo dar a oportunidade aos alunos de realizar a totalidade do projeto para puderem alcançar todos os objetivos e sentirem que o trabalho árduo dá frutos.

2.4. Relação com os Encarregados de Educação

“Não se limitando a uma ação predominantemente burocrática nem enfatizando apenas as dimensões da sua ação que se referem aos alunos e aos encarregados de educação; o exercício equilibrado das suas funções terá de integrar e articular a gestão das três vertentes - alunos, pais, professores” (Roldão, 1995, p.15).

A relação com os Encarregados de Educação foi algo que aconteceu poucas vezes durante o ano letivo. O contacto que tive foi numa reunião com o Conselho de Turma e onde estiveram presentes os representantes dos Encarregados de Educação, e em algumas atividades na escola que envolveram os pais, como por exemplo o Sarau ou o dia da Escola.

As reuniões de pais decorriam sem que eu fosse informado das mesmas, o que pode querer dizer que por vezes eu demonstrava pouco interesse, mas também diz que não existia interesse por parte do diretor de turma para que eu estivesse presente. As informações que tinha em relação ao Encarregados de Educação vinham de conversas com o diretor de turma, quando me informava de acontecimentos que se tinham passado nas reuniões de E.E. ou em reuniões que tinha de forma individual. No entanto sei que existia uma grande aderência por parte dos E.E. às reuniões, sendo que numa turma de trinta alunos, cerca de vinte e cinco estavam representados nas reuniões, e existia sempre a tentativa de comunicar com os E.E. que não estavam presentes, marcando reuniões ou informando-os sobre os seus educandos via telefone ou correio eletrónico.

Senti dificuldades, sobretudo no início do ano letivo, em relacionar com o diretor de turma, é alguém que não conhece a nossa formação como professores de educação física, é uma pessoa que não está por dentro do protocolo que existe entre a faculdade e o agrupamento e é alguém que não conhece as nossas limitações ou forças, além de que é uma figura que tem um começo de ano letivo muito ocupado e com muitas burocracias, o que não permite ter uma reunião de modo a existir uma conversa sobre esta área de atividade e perceber de que forma posso contribuir. Houve também algum receio de estar com os Encarregados de Educação, não é algo a que esteja habituado e não é propriamente o mesmo que estar a lecionar uma aula, as regras são outras, as pessoas que estão à nossa frente são outras e, no meu caso, existe a dúvida se estarei preparado para este momento.

Ficou um sentimento de frustração por não ter conseguido ter mais interação com os pais no decorrer do ano letivo, teria seria um momento importante na minha formação e porque será algo que possivelmente me irá acompanhar em toda a minha vida como professor, foi uma oportunidade perdida a de perceber como funciona esta relação entre diretor de turma e Encarregado de Educação. Analisando este problema e tendo em consideração a minha vida académica fico na dúvida se neste momento terei todas as ferramentas para ser diretor de turma, esta relação com os pais, pelo que me apercebi no

decorrer do ano letivo em conversas com professores da escola, por vezes não é fácil, porque nem todos colocam a escola em primeiro lugar na vida das crianças/jovens e não é fácil convencer estas pessoas de que a escola é essencial para o futuro dos seus educandos. Isto fez-me pensar se serei capaz, se tenho capacidades para conversar com estes pais, seja por estes problemas ou outros que possam surgir e explicar da forma mais correta qual é o problema e a sua solução, estarei preparado para estes «confrontos». “Vimos que de facto os diretores de turma têm um tempo extremamente reduzido para todas as vertentes da atuação do diretor de turma, vimos também que os diretores de turma têm pouca ou nenhuma formação específica para exercerem o cargo.” (Alho, Nunes, 2009, p.156).

Num estudo realizado em 2009 por Alho e Nunes em que existia o objetivo de perceber qual o contributo do diretor de turma para a relação escola-família obtiveram se respostas que distribuíram-se maioritariamente pelos argumentos de que o diretor de turma é o professor que mantém uma relação mais próxima com os alunos e as suas famílias. As respostas dos professores revelam que consideram que o diretor de turma pode ajudar os professores a conhecer melhor as famílias dos alunos. O argumento mais apresentado pelos professores é o de que o diretor de turma é um elemento fundamental para a comunicação escola a família, pois é detentor de informações importantes sobre as mesmas que pode integrar na escola. Este estudo serve como base à ideia de que o diretor de turma é uma pessoa essencial na escola, é o elo de ligação entre a família e a instituição.

2.5. Coordenação Pedagógica

“As funções mais importantes na atividade de um DT são destacadas como sendo as de natureza pedagógica, no que se refere à coordenação de uma equipa de professores do conselho de turma” (Sousa, 2015).

No Decorrer do ano letivo participei em cinco Conselhos de turma, sendo que três deles decorreram no final de cada período e serviram para lançar as notas dos alunos da turma. A primeira reunião do ano, ocorreu no início do ano letivo e serviu para os professores se conhecerem e conhecer a turma, a segunda reunião do ano aconteceu a meio do 1º Período e teve dois objetivos, o primeiro foi conhecer os representantes dos Encarregados de Educação e o segundo objetivo foi abordar os problemas da turma e perceber de que forma poderiam ser ultrapassados.

Assim, são competências do Diretor de Turma: “promover um acompanhamento individualizado dos alunos, divulgando junto dos professores da turma a informação necessária à adequada orientação educativa dos alunos e fomentando a participação dos pais e encarregados de educação na concretização de ações para orientação e acompanhamento” (Boavista, 2010; p.218).

O quarto conselho de turma aconteceu a meio do 3º Período e foi uma reunião que aconteceu com o Diretor da escola e onde foram abordados problemas da turma, e foram criadas algumas soluções para ultrapassar esses problemas. Estes problemas, ao contrário do que aconteceu na segunda reunião, não eram problemas de comportamento eram problemas na avaliação dos alunos, ou seja, existia um conjunto de alunos que estava em risco de ficar retido no oitavo ano, e nesta reunião foram discutidas estratégias para que isso não acontecesse. Roldão (1995), refere que em termos genéricos, podemos dizer que se o professor é o gestor do currículo, o diretor de turma é o responsável pela gestão da coordenação curricular mas é ao aluno que cabe o papel de regulador de todo o processo, ou seja, mesmo existindo um esforço por parte do diretor de turma e do professor da disciplina para ajustar ao currículo o aluno será sempre o protagonista de uma eventual recuperação, porque terá de ser sempre ele a aumentar o seu esforço e trabalho, outro aspeto importante e a ter em atenção será o de realizar estas alterações e dar a oportunidade de o aluno recuperar, isto é, dar tempo, o que, observando o momento em que esta reunião se realiza, faz nos pensar se se esta oportunidade foi dada aos alunos ou não.

Existiu ainda uma reunião no final do ano, para abordar as notas finais dos alunos da turma, no entanto, devido às várias greves que se realizaram na altura, não consegui estar presente na mesma, devido a ter de trabalhar nas férias de Verão.

“Tal lógica de funcionamento da direção e do conselho de turma implica uma mudança na natureza das reuniões, rentabilizando parte do seu tempo para tarefas de efetiva gestão e intervenção, em lugar da habitual repetição/constatação dos problemas e situações surgidos na turma, em que se consome, às vezes com pouca utilidade, muito do tempo disponível” (Roldão, 1995, p.17).

Chegado o fim do ano, e analisando as reuniões em que participei, grande parte do tempo foi consumido para abordar a constatação/ repetição de problemas da turma e em que não se encontrou uma solução para resolver o problema, o problema foi abordado, existiram alguns comentários acerca da situação e a solução encontrada é sempre a mesma, abordar o encarregado de educação. Isto aconteceu quase sempre, sendo exceção o quarto conselho de turma, onde se abordaram os problemas dos alunos e também se abordaram um conjunto de tarefas e estratégias/medidas de intervenção para que esses problemas, na altura de classificações, fossem ultrapassados e os alunos alcançassem as metas a que se propuseram no decorrer do ano.

2.6. Saída de Campo

Como tem vindo a ser hábito na escola do Bom Sucesso, coube ao núcleo de estágio organizar a saída de campo, saída essa que decorreu no Complexo Desportivo do Jamor, no dia 19 de Abril com a participação das três turmas lecionadas pelos estagiários, uma turma

de 9ºAno e uma do 5º ano, aproximadamente 120 alunos participaram na Saída de Campo, um dos anos em que houve uma maior aderência por parte dos alunos da escola.

“Fieldwork can have a positive impact on long-term memory due to the memorable nature of the fieldwork setting. Effective fieldwork, and residential experience in particular, can lead to individual growth and improvements in social skills. More importantly, there can be reinforcement between the affective and the cognitive, with each influencing the other and providing a bridge to higher order learning... raise standards of attainment and improve attitudes towards the environment.” (Rickinson et al., 2004, p 1, 2).

As saídas de campo podem ter um impacto positivo nos alunos, são vários os aspetos em que existe desenvolvimento nos alunos, como é referido nesta citação e outros mais que vão ser referidos na continuação deste relatório, é por isso essencial as escolas conseguir criar condições para desenvolver este tipo de atividades que possuem um potencial fantástico de desenvolvimento nos alunos.

As finalidades do Programa Nacional de Educação Física referem que na perspetiva da qualidade de vida, da saúde e do bem-estar do aluno a disciplina deve assegurar a aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes atividades físicas, promovendo o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno, através da prática de atividades físicas de exploração da Natureza, nas suas dimensões técnica, organizativa e ecológica, entre outros.

Um dos objetivos desta saída eram conseguir com que os alunos contactassem com modalidades desportivas que são de muito difícil realização na escola e assim fomentar o gosto pela prática. Dar a oportunidade aos alunos de terem contacto com desportos de aventura de forma a alcançar os objetivos dos PNEF, referidos anteriormente.

Com a participação dos alunos nesta atividade existem um conjunto de aspetos que são possíveis de melhorar, não só no que concerne às capacidades físicas, mas também outras capacidades que nos fazem crescer como pessoas, algumas delas referidas nos parágrafos anteriores. Não nos podemos esquecer que a escola tem um papel central no desenvolvimento dos alunos para que estes consigam fazer parte da sociedade e contribuir de forma positiva para esta, não nos podemos focar em formar apenas alunos que consigam jogar bem voleibol ou que consigam fazer cálculos matemáticos.

Vidal refere também que “para os especialistas as atividades de aventura estão associadas à conjugação de vários fatores, atendendo nomeadamente às seguintes características:

- Resultados incertos;
- Perigo e Risco;
- Desafio;
- Expetativa de recompensas;
- Novidade;
- Estímulo e entusiasmo;
- Sair da rotina – Escapadelas;
- Exploração e descoberta;

- Atenção e concentração;
- Emoções contrastantes.”

Conseguimos encontrar alguns destes fatores nos programas de educação física, é por isso importante conseguir realizar este tipo de atividades que vão de encontro ao que deve ser a educação física e que para muitos alunos são oportunidades únicas de realizar atividades desportivas diferentes das que estão habituados a realizar no seu dia-a-dia da escola ou até fora dela.

Os estagiários foram parte integrante do planeamento desta saída de campo, um dos papéis dos estagiários, papel esse essencial para a realização da atividade foi a de entrar em contacto com a empresa exploradora das atividades do Complexo Desportivo do Jamor, com a empresa de transportes, foi preciso ter um contacto constante com estas empresas, visto que existiram alguns imprevistos, tais como alteração de data da saída, devido ao espaço estar ocupado, desistências de alunos de última hora, por isso foi necessário estar em troca de informações com as empresas de modo a coordenar tudo para que não existissem problemas.

Devido ao local onde a escola se situa, ser um local onde as famílias têm um poder económico baixo, existiu a necessidade de criar formas para que todos os alunos, os que tinham mais dificuldades financeiras, pudessem ir à saída de campo, para isso negociou-se com a empresa do Complexo a distribuição de convites para estes alunos para que o único custo da saída fosse o transporte, ou seja cinco euros. Para que não existissem mesmo nenhuns custos para estes alunos, alunos referenciados pelo Apoio Escolar, o grupo de Educação Física criou um conjunto de rifas para todos venderem e assim todo o dinheiro obtido pelas rifas serviria para comprar o cabaz (prémio) e pagar o transporte a estes alunos. No entanto os alunos que não fossem beneficiários do apoio escolar poderiam vender rifas e assim abater o dinheiro que angariassem no seu total da saída de campo.

Quanto à atividade propriamente dita, esta foi dividida em grupos sendo constituída por matérias que são de difícil realização no recinto escolar, nomeadamente a Orientação, Canoagem, Arborismo e Minigolfe. Devido ao número de alunos ser tão elevado, existiu a necessidade de convidar alguns professores para participar na atividade e assim assegurar o rácio de alunos e professores da Saída.

Algo importante que deve ser referenciado é que a organização da orientação ficou totalmente a cargo dos estagiários, onde criámos o percurso, as balizas, cartões de controlo e mais tarde classificámos os vários grupos que participaram. De forma a organizar esta atividade, no dia da Saída, os estagiários foram mais cedo para o local da mesma de forma a montar o percurso de orientação, colocando as balizas nos locais indicados.

“Policy makers at all levels need to be aware of the benefits that are associated with different types of outdoor learning. The findings of this review make clear

that learners of all ages can benefit from effective outdoor education.” (Rickinson et al., 2004, p 5).

Concluindo, podemos afirmar com certezas que as atividades ao ar livre trazem bastantes benefícios aos alunos que as realizam e é preciso que as escolas tenham políticas que motivem os grupos de educação física a criar este tipo de atividades de forma a conseguir oferecer uma Educação Física Eclética, Multilateral e Inclusiva.

2.7. Conclusão

Concluindo, penso que esta foi uma área bastante enriquecedora, no entanto é na minha opinião a área da Prática Pedagógica Supervisionada mais difícil e para a qual me senti menos preparado. Em primeiro lugar somos colocados com um professor que não tem relação com o protocolo de estágio, não conhece a nossa formação e não é alguém que esteja interessado em «aturar» um estagiário que não conhece o trabalho do diretor de turma e que tenha de começar quase do zero nesta área.

Senti que estava apenas a marcar presença em alguns momentos e que estar ou não num certo local (sobretudo as aulas de cidadania) era igual, não estava a aprender nada de útil para mim, aulas essas que são muito utilizadas para tratar assuntos de direção de turma e por vezes «para dar na cabeça» aos alunos.

Outra dificuldade que senti foi a de cair um pouco de paraquedas na direção de turma, e sinto que não tive no meu mestrado nada que me preparasse para enfrentar esta realidade, de me relacionar com os pais, de tratar de assuntos burocráticos, sentia-me perdido por vezes e sem ter noção do que se estava a passar. Quando abordei alguns colegas sobre isto percebi que não era o único a sentir esta dificuldade e que também existiam estagiários que em alguns momentos se sentiam perdidos nesta área, por isso acho que é algo a ter em atenção pela Faculdade.

Com o decorrer do ano, e com o acumular de experiências e conversas que existiam por minha iniciativa fui percebendo o que era pedido e cheguei ao 3º Período muito mais à vontade e confiante para participar na vida da turma, consegui assumir algumas aulas de cidadania onde eram abordados alguns trabalhos como por exemplo o projeto interdisciplinar, fui conhecendo a realidade de alguns alunos da turma e assim pude mudar a forma de me relacionar com eles e acima de tudo mudar o clima da relação professor-aluno, e cheguei ao fim do ano a imaginar que se pudesse voltar atrás ter-me-ia envolvido muito mais nesta área e me esforçado muito mais para poder retirar mais conhecimentos da mesma, no entanto penso que foi uma boa experiência para mim.

III. Desporto Escolar

3.1. Introdução

“O desporto escolar visa especificamente a promoção da saúde e condição física, a aquisição de hábitos e condutas motoras e o entendimento do desporto como fator de cultura, estimulando sentimentos de solidariedade, cooperação, autonomia e criatividade, devendo ser fomentada a sua gestão pelos estudantes.” (artigo 51.º da Lei de Bases do Sistema Educativo, 2005).

O programa de Desporto Escolar diz nos que: “O Desporto Escolar tem como visão fazer com que todos os alunos do sistema educativo pratiquem regularmente atividades físicas e desportivas, estimular a prática da atividade física e da formação desportiva como meio de promoção do sucesso dos alunos, de estilos de vida saudáveis, de valores e princípios associados a uma cidadania ativa. A atividade desportiva desenvolvida ao nível do DE põe em jogo potencialidades físicas e psicológicas, que contribuem para o desenvolvimento global dos jovens, sendo um espaço privilegiado para fomentar hábitos saudáveis, competências sociais e valores morais.”

Principais objetivos no desporto escolar, segundo o Programa de Desporto Escolar 2017- 2021:

- Qualificar a oferta desportiva escolar;
- Incentivar a procura do desporto escolar;
- Articular a atividade desportiva com a organização escolar;
- Consolidar a gestão do desporto escolar.

3.2. Caracterização do Desporto Escolar na Escola/ Agrupamento

Eu como estagiário assumi a coorientação de um grupo de Desporto Escolar, dirigindo treinos e outras sessões de prática no quadro do plano de treino e formação desportiva nessa modalidade, tive também de acompanhar as provas que integram o Projeto de Desporto Escolar da Escola.

A área do desporto escolar encontrava-se organizada da mesma forma que a área da lecionação, ou seja, estava organizada segundo as etapas do planeamento, avaliação inicial, prioridades, processo e produto. Na escola existia uma boa oferta desportiva, com alguns núcleos a serem importantes para a escola e a possuírem uma grande tradição no agrupamento, mais concretamente o núcleo de ginástica de grupo e núcleo de ténis de mesa. O Basquetebol e o Futsal não são modalidades com tradição no agrupamento, no entanto são duas modalidades nas quais os alunos demonstram sempre grande interesse.

Existiam também algumas atividades contempladas no Plano Anual de Atividades que envolviam estes núcleos, como por exemplo o dia da escola onde acontece uma demonstração dos vários núcleos do trabalho que tem vindo a ser desenvolvido ao longo do ano em cada grupo, torneios de ténis de mesa, e o Sarau que é o evento desportivo com maior tradição do agrupamento e que chama muito público de fora da escola para comemorar este encontro de ginástica, que decorre há mais de uma década.

3.2.1. Escolha do Núcleo de Ginástica de Grupo

A escola do Bom Sucesso apresenta aos alunos vários núcleos de Desporto Escolar, Ténis de Mesa, Basquetebol, Futebol e Ginástica de Grupo, no entanto a minha escolha foi fácil. Decidi integrar o núcleo de Ginástica de Grupo, a minha escolha recaiu sobre a possibilidade de melhorar a minha formação inicial enquanto docente de Educação Física numa área em que tenho pouca experiência e à vontade enquanto praticante e enquanto docente, procuro com isto resolver um problema com que me deparei enquanto aluno, e tenho tido durante as minhas aulas como professor.

O desporto escolar de ginástica de grupo decorria às segundas – feiras, das 14:10h às 15: 40 (duas horas) e às terças – feiras, das 12:25h às 13:10h (uma hora), os horários foram feitos desta forma, porque é nestas horas, de almoço, que conseguimos captar o maior número de alunos, no entanto com o decorrer do ano letivo teremos de criar mais horas de treino para podermos preparar o grupo para as competições e para treinarmos com todos os alunos juntos, visto que há alguns que só podem vir á terça e outros só à segunda e não podemos criar um esquema sem termos todos os atletas presentes.

Começando a analisar um pouco o Desporto Escolar na Escola no Bom Sucesso, podemos ver que não é dada grande importância á prática nesta escola, isto porque para os alunos poderem participar nos núcleos têm de «sacrificar» a sua hora de almoço e das duas uma, ou almoçam antes, o que todos sabemos que não é correto, porque têm de realizar a prática ao mesmo tempo que fazem a digestão, ou senão almoçam depois, num intervalo de 10 minutos o que também não é o mais correto, porque o tempo de refeição deve ser maior e a própria refeição deve ser algo saudável, o que na maior parte das vezes não é porque para comer em 10 minutos o mais normal é comer uma sandes.

Uma boa forma de dar a volta a este problema era criar um espaço no horário dos alunos para estes puderem participar no desporto escolar ou até em outras atividades da escola, como por exemplo música, teatro, etc.

3.3. Caracterização do Núcleo

Tempos Letivos		2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
08:10	08:55					
08:55	09:40					
10:00	10:45					
10:45	11:30					
11:40	12:25					
12:25	13:10		Gin. Grup.	Gin. Supleme.	Gru. T.	
13:25	14:10					
14:10	14:55	Gin. Gru.				
15:10	15:55	Gin. Gru.				
15:55	16:40					
17:00	17:45					
17:45	18:30					Gin. Gru. T. Supleme

Tabela 15 - Horário Desporto Escolar

“A flexibilidade, a força, a coordenação e o empenhamento pessoal; força de vontade, responsabilidade, companheirismo e amizade, são factores fundamentais que se desenvolvem nesta actividade. As habilidades desta disciplina terão de ser sempre realizadas em cooperação com outro(s) colega(s).” (Guimarães, M. 2001, p 32)

O núcleo de ginástica de grupo foi constituído por 15 alunos, do 2º e 3º os ciclos de ensino do Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso. A grande parte dos alunos inscritos neste núcleo eram alunos que no ano letivo anterior tinham participado no grupo B de ginástica de grupo e passaram neste ano para o grupo A, este fator facilitou bastante o trabalho enquanto professor, pois os alunos já tinham conhecimento dos métodos de trabalho da professora responsável pelo núcleo sabiam também quais seriam os objetivos para este ano letivo e além disso tinham a capacidade de ser bastante autónomas no trabalho realizado, o que numa equipa de um desporto que depende muito da técnica individual. Outra particularidade importante que também existe devido ao grupo ser o mesmo é o conhecimento que as atletas têm entre si, é um grupo que teve algumas experiências boas e más e que sabe que precisa de trabalhar em conjunto para alcançar os objetivos.

Com o aproximar das Competições e encontros, existia a necessidade de ter treinos suplementares de forma a conseguir treinar com todo o grupo e conseguir montar a coreografia, estes treinos suplementares eram marcados para horas de almoço em que todos pudessem ir ou então eram marcados para sexta-feira no último tempo, às 17:45h, onde a grande maioria dos alunos já não tinha aula. Grande parte dos treinos decorriam no ginásio, o local que tinha mais equipamento para a prática da ginástica, no entanto de três em três semanas, à 2ª Feira tínhamos de ir para o pavilhão, porque existia uma turma a ter aula de Educação Física à mesma hora. Quando isso acontecia, tentávamos levar algum material

para o pavilhão, ou focávamos o trabalho em algo que não necessita-se de muito material, apenas colchões.

Etapa	Objetivo Geral	Objetivo Específico	Estratégias	Crítérios de Êxito	Duração
1ª Etapa	Avaliação Inicial dos alunos	Definição de Prioridades	Consolidação dos níveis de desempenho	Identificar as prioridades de cada aluno	Outubro - Novembro
2ª Etapa	Trabalhar as Prioridades e consolidar técnicas	Trabalhar a diversidade de gestos gímnicos	Grupos heterogéneos	Existir melhoria em todos os alunos	Dezembro - Janeiro
3ª Etapa	Aperfeiçoamento das ações técnicas e aprendizagem de novas; Aprendizagem do esquema	Preparação de esquema e continuação de melhoria das dificuldades	Competição e apresentação externa.	Aumento e consolidação do nível de cada aluno	Fevereiro - Abril
4ª Etapa	Manutenção das qualidades e ações	Consolidação e apresentação final com ações gímnicas de qualidade	Grupos Homogéneos e Heterogéneos;	Todos os alunos inscritos participam na apresentação interna	Maio - Junho

Tabela 16 - Plano Anual do Desporto Escolar

“The most important interpreter in motor skill learning is to provide tasks that are suitable for the abilities of the student. Providing these tasks demands two types of expertise from the teacher: subject mastery and acquaintance with the pupils.”
(Pehkonen M., 2010, p 36)

Durante o ano letivo, um dos meus principais objetivos foi ajudar os alunos com mais dificuldade na matéria de ginástica para que pudessem melhorar e, desta forma, contribuíssem para a criação de um esquema mais rico. Para conseguir dar essa ajuda era importante eu conhecer a matéria e os alunos que estão no grupo, sendo que esta última é mais difícil de alcançar o conhecer dos alunos só vem com o tempo em que estamos com eles, tornava-se essencial que eu conhecesse a matéria que era abordada de forma a prescrever o melhor exercício e poder fornecer o feedback correto. Foi preciso desenvolver o meu conhecimento de ginástica, através de leitura de alguns apontamentos de anos anteriores, de conversas com a professora que eu estava a acompanhar no Desporto Escolar, ou até de observação que realizava durante os treinos e que me dava ideias do que podia fazer, utilização de materiais para ajudar, de materiais, entre outros.

Outro objetivo que também assumi ao longo deste ano letivo foi ajudar na construção de uma coreografia que o núcleo teve de elaborar e realizar para que pudesse participar nas diversas competições e encontros de ginástica. Desta forma tive de contribuir com algumas ideias e ajudas, que em alguns momentos foram importantes para a criação do esquema do grupo.

No decorrer da 3ª e 4ª Etapa foram realizados alguns encontros gímnicos:

- 14 De Abril – Competição Regional;
- 18 De Maio Sarau da Escola Soeiro Pereira Gomes;
- 26 De Maio Festa Gímnica no Pavilhão de Odivelas;
- 30 De Maio Sarau do CEBI;
- 8 De Junho Sarau do Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso.

Sempre que realizávamos um encontro de ginástica tínhamos o objetivo de olhar para a apresentação e pensar em formas de a alterar e melhorar, sendo que em alguns treinos foi dada autonomia aos alunos para trabalharem os seus pontos fracos e criarem elementos novos que pudessem entrar na coreografia do grupo, fazendo com que os alunos sentissem que tinham contribuído para a apresentação.

No Projeto realizado no início do ano tinha criado alguns objetivos a alcançar como professor e os critérios de êxito:

- Estimular a participação ativa no grupo, dando bastante autonomia e liberdade aos alunos direcionando no caminho mais correto (Professor Titular e Estagiário);
- Desenvolver as principais habilidades gímnicas dos alunos, este objetivo foi alcançado muito com base no feedback e na criação de exercícios com várias progressões que facilitavam a aprendizagem dos elementos (Professor Titular e Estagiário);
- Motivar os alunos para participar nos treinos de modo assíduo e empenhado, existiram alguns alunos a desistirem do desporto escolar sendo que para isso muito contribuiu o horário do mesmo, no entanto a grande maioria dos alunos participou ativamente no grupo e era empenhado no mesmo, sendo que na minha opinião a melhor forma de isto acontecer é conseguir cativar os alunos com bons treinos tanto a nível de exigência como de diversão (Professor Titular e Estagiário);
- Preparar os alunos para a competição, não foi fácil alcançar este objetivo, mesmo tendo treinos suplementares não é fácil conseguir reunir todos os alunos no mesmo treino preparando-os da melhor forma para a competição (Professor Titular e Estagiário);
- Promover o núcleo de Ginástica de Grupo, existiram algumas tentativas para promover o grupo, onde abordava alguns alunos das turmas dos estagiários e que via que tinham

um grande potencial e gosto pela prática, sobretudo nas turmas do 8ºA e 8ºB (Professor Estagiário);

- Aprofundar conhecimentos sobre a modalidade, sinto que aprendi muito no decorrer do ano com a professora Célia Vieira, que me ajudou bastante e mais do que me dar exercícios úteis fez-me perceber que na ginástica é necessário ter imaginação, porque quando um aluno tem uma dificuldade é preciso pensar numa boa solução para ultrapassar essa dificuldade, imaginação para criar progressões (Professor Estagiário).

Critérios de Êxito:

- Conseguir melhorar no feedback, dando informações mais focadas e pertinentes aos alunos (Professor Estagiário);
- Baixa percentagem de desistência ao longo do ano (Alunos);
- Baixa percentagem de faltas por parte dos alunos (Alunos);
- Criar espírito de grupo e de pertença no núcleo (Professor Titular, Estagiário e Alunos);
- Alunos melhorarem as suas habilidades gímnicas e conseguirem realizar elementos que não conseguiam realizar no início do ano (Professor Titular, Estagiário e Alunos).

Concluindo o percurso feito neste ano letivo, baseando me nesta lista de objetivos, foi uma experiência muito enriquecedora e foi de encontro às minhas expectativas, onde consegui aprender bastante e sobretudo consegui aplicar este conhecimento de modo a desenvolver as capacidades dos alunos e alcançar os objetivos a que eles se propuseram quando se inscreveram no núcleo de desporto escolar. Foi muito interessante passar tanto tempo com uma professora que é especialista em ginástica, porque pude conhecer algumas das estratégias e progressões que usa nos treinos do núcleo e transportar isso para as minhas aulas de Educação Física onde a ginástica era para alguns alunos uma grande dificuldade.

3.3.1. 1ª Etapa

Nº	CAMB. FRENTE	CAMB. RET.	CAMB. FRENTE PER. AFAST.	PINO	PINO CABEÇA	ROD A	CAMB. SALT.
1	FB	F-	FB	NF	NF	FB	NF
2	FB	F-	F	NF		F-	
3	FB	FB	FB	NF		FB	
4	F	F-	F	NF		FB	
5	F	NF	NF		F-	F	F
6	F	NF	NF		NF	F	
7	FB	F-	F-	FB		FB	F
8	F	NF	NF	NF		F-	
9	FB	FB	FB		FB	FB	
10	F	F-	NF		F	F-	

11	F	NF	NF	F-	FB	FB	
12	F	F-	NF		FB	FB	
13	F-	F-	NF		F-	FB	
14	FB	F-	F-	NF	F-	F-	NF
15	F	F-	NF	NF	NF	NF	F-
16		FB	FB	F-	FB	FB	NF
17	F	F-	NF	F-	F-	F-	NF
18		F	FB	F	F	FB	F-
19		F	F-	F-	F	F-	NF
20	F	NF	NF	F-	NF	F-	NF
21		F-	F	F-	NF	F-	NF

Tabela 17 - Avaliação Inicial Ginástica de Grupo

Na etapa um, como já foi referido anteriormente, existia o objetivo de conhecer o grupo, realizar a Avaliação Inicial, de modo a perceber em que ponto estávamos, e de que forma teríamos de atuar para chegar ao lugar onde queríamos estar no final do ano.

Após analisar esta tabela, conseguimos perceber que a maioria dos alunos demonstravam algumas dificuldades nas cambalhotas e nos pinos. Com estas dificuldades era difícil conseguir criar uma boa coreografia de ginástica que inclui-se vários elementos diferentes, por isso o primeiro objetivo dos treinos de ginástica foi o de conseguir ultrapassar estes obstáculos, com aulas onde os alunos tenham bastante autonomia para evoluir e melhorar os seus pontos fracos.

Esta foi uma fase onde as aulas se tornaram um pouco mais repetitivas e mais aborrecidas, porque estas dificuldades levavam algum tempo a serem ultrapassadas, e foi um momento do ano onde foram utilizadas várias estratégias e progressões, utilizando o material disponível de forma a ajudar os alunos a ultrapassar as barreiras que tinham pela frente. Foi uma fase onde aprendi muito, sobretudo com as estratégias e progressões que foram utilizadas nos treinos e que me ajudaram na turma de estágio, sendo que utilizei algumas destas estratégias com o 8ºB.

A partir do momento em que os alunos conseguiram dominar estes elementos, começa-mos a pensar de uma forma mais organizada na coreografia a criar para apresentar nos convívios com outras escolas e nas competições em que participámos.

3.3.2.2ª Etapa

Nesta etapa o grande objetivo era trabalhar as dificuldades dos alunos, através de trabalho autónomo e criação de exercícios onde existisse material que facilitasse a aprendizagem e exercícios com facilitadores e que tivessem uma progressão lógica.

Na próxima tabela podemos observar as evoluções que ocorreram no decorrer do 1º Período com o Grupo de Ginástica, como se pode ver, alguns alunos conseguiram ultrapassar as suas dificuldades, no entanto outros não tiveram sucesso nesse objetivo, no caso do aluno 15, 5 e 6 deve-se à pouca assiduidade e a alguma brincadeira e dificuldade em se concentrarem nos mesmos quando estavam presentes nos treinos. No caso dos alunos 8 e 22 são alunos que demonstram muitas dificuldades em alguns elementos, no entanto têm vindo a treinar com afinco e aos poucos estão a melhorar.

Nº	CAMB. FRENTE	CAMB. RET.	CAMB. FREN PER AFAST	PINO	PINO CABEÇA	ROD A	CAMB. SALTADA
1	FB	F-	FB	NF	NF	FB	NF
2	FB	F-	F	NF	F-	F-	F-
3	FB	FB	FB	NF	NF	FB	NF
4	F	F-	F	F-	F	FB	F-
5	F	NF	NF	NF	F-	F	F
6	F	NF	NF	NF	NF	F	NF
7	FB	F	F	FB	F-	FB	F
8	F	NF	NF	NF	NF	F-	F-
9	FB	FB	FB	F-	FB	FB	F
10	F	F-	F-	NF	F	F-	NF
11	F	NF	F	F-	FB	FB	NF
12	F	F-	F-	NF	FB	FB	F-
13	FB	F	F	F-	F-	FB	F-
14	FB	F-	F-	NF	F-	F-	NF
15	F	F-	NF	NF	NF	NF	F-
16	FB	FB	FB	FB	FB	FB	F
17	F	F-	NF	F-	F-	F-	NF
18	FB	FB	FB	FB	FB	FB	F
19	FB	FB	FB	F	FB	F+	F
20	FB	F	NF	F-	NF	F	NF
21	FB	FB	F	F-	NF	F	NF
22	F-	F-	F	NF	NF	F-	NF
23	FB	FB	FB	FB	FB	FB	F
24	FB	FB	F-	F	NF	FB	NF

Tabela 18 - Avaliação Final do 1ºP Ginástica de Grupo

3.3.3. 3ª Etapa

3ª Etapa Progresso
Aprendizagem e aperfeiçoamento de elementos gímnicos Elaboração do esquema/coreografia; Trabalho de técnica individual (elementos gímnicos ou aspetos coreográficos).

A 3ª Etapa do Desporto Escolar, foi a etapa onde foi criado o esquema a apresentar nas Competições e Encontros de Ginástica, foi uma fase onde se realizou um trabalho muito parecido com o que se faz normalmente nos treinos de ginástica, muito focado na criação do esquema na junção das forças dos alunos de modo a ter um esquema que fosse possível de realizar e ao mesmo tempo fosse cativante para o público.

Nesta fase sentimos muitas dificuldades em treinar e marcar treinos onde todos os alunos estivessem presentes, fomos para a competição de dia 14 de Abril na Escola Secundária da Portela (4º Lugar no ano 16-17 e 6º lugar no ano 17-18) sem conseguir realizar um único treino com todos os atletas o que fez com que fôssemos para uma prova sem ter 100% de certeza de que tudo iria correr como planeado.

Após a realização da prova e a observação do vídeo da mesma, conseguimos encontrar alguns pormenores do esquema que podiam ser melhorados, ou alterados. Percebemos que seria preciso alterar a forma como os alunos estavam dispostos no espaço, devido a alguns terem saído do praticável, existiu também a possibilidade de mudar o esquema devido à adição de novos elementos ao grupo, elementos esses que possuíam boas capacidades gímnicas e deram-nos a possibilidade de elevar o nível da apresentação e de a tornar mais apelativa.

3.3.4. 4ª Etapa

4ª Etapa Produto
Apresentações/Competições; Corrigir e reformular aspetos do esquema/coreografia; Desenvolvimento das competências aprendidas durante o ano.

Na 4ª Etapa, existiram várias apresentações e Saraus, onde apresentámos sempre a mesma coreografia, corrigindo a técnica e acrescentando elementos para que a apresentação tivesse mais tempo e um nível de dificuldade maior, ficando a coreografia mais completa a nível gímnico e visualmente mais agradável. Procurámos corrigir e reformular aspetos do esquema para as futuras apresentações e para a apresentação final no Sarau da escola do Bom Sucesso.

Numa perspetiva geral, dos alunos participantes, foi notória a evolução de todos, percecionada quer por professores quer pelos alunos. A nível da técnica, os alunos evoluíram imenso, aumentando o seu nível de desempenho. Apesar da diferença de níveis para alguns

alunos pertencentes ao grupo, todos participaram nas coreografias, realizando diferentes elementos gímnicos, de acordo com as suas capacidades, nunca esquecendo um dos principais objetivos do desporto escolar o de incluir todos os alunos que demonstram interesse em praticar uma certa modalidade, neste caso a ginástica.

3.4. Conclusão

No que há minha ação como professor diz respeito, apesar das dificuldades apresentadas no início do ano, onde por vezes me senti perdido e com algumas dificuldades em acompanhar os treinos, sobretudo no momento de dar o feedback, para que este fosse o mais correto possível, sinto-me muito mais apto para a lecionação da matéria nas minhas aulas, devido à experiência que tive nos treinos.

“The most important interpreter of learning is to offer tasks that meet the ability of the student. The initiative of a student can be seen in his or her working through an offered task that emphasizes the conscious control of learning a skill.”
(Pehkonen M., 2010, p 36)

A diferenciação do ensino foi uma ferramenta essencial no crescimento de todos os alunos do grupo, assim como diversos tipos de feedback, uma vez que se trata de uma modalidade com uma componente técnica bastante acentuada e onde todos os pormenores são alvo de escrutínio. No entanto pude contar com o apoio de uma professora que é especialista na matéria e com a qual eu podia esclarecer dúvidas de modo a melhorar o meu conhecimento da matéria e poder orientar melhor os alunos do grupo.

No meu entender e olhando para trás, esta foi a escolha correta, na medida em que me sinto mais preparado para o ensino desta matéria que era sem dúvida um dos meus pontos fracos. Além disso tive a oportunidade de conhecer um grupo fantástico de alunos que me pôs à prova não só com conhecimentos de ginástica mas também em termos de relações pessoais, vindo do futebol é muito mais normal relacionar-me com rapazes, no entanto a ginástica é uma modalidade mais praticada por meninas, logo as relações criadas entre professor/treinador e atleta são diferentes.

Quando comparado com as aulas normais, o desporto escolar, na minha opinião, permite ao professor criar uma relação de maior proximidade com os alunos, porque além de todos os alunos participarem por gosto e interesse na modalidade, ao contrário das aulas de Educação Física, com os encontros de desporto escolar existe um maior contacto entre o grupo e o professor fora do ambiente de escola o que faz com que se criem laços entre ambos.

Os encontros demonstraram ser momentos importantes, porque era o culminar de um trabalho que era feito durante semanas, com o intuito de mostrar ao público uma coreografia criada por nós, demonstrar o nosso trabalho, esforço sabendo que existia uma finalidade e um objetivo. Após os encontros existiam momentos de reflexão, onde tínhamos o

cuidado de analisar o que aconteceu e o que era possível melhorar ou mudar, sendo que o grande número de provas de ginástica permitia-nos trabalhar sempre com a ideia de que iríamos ter a oportunidade de fazer mais uma demonstração. O ano terminou com o Sarau do Agrupamento e foi uma forma bonita de acabar um ano de trabalho, onde, devido a este mesmo Sarau existiu sempre uma razão para ir aos treinos e para os atletas se esforçarem. Se chegássemos a meio do ano e já não existissem encontros de ginástica os atletas deixariam de ir aos treinos e o grupo poderia deixar de ter interesse, porque o que motiva estes alunos é a possibilidade de demonstrar as suas capacidades às pessoas que estão no público e competir contra outras escolas.

Concluindo, só é possível retirar as melhores conclusões desta experiência, tanto a nível pessoal como para o grupo em geral porque existiu uma evolução em todos os alunos o que levou a estes terem uma grande motivação para a prática, com isto o núcleo de ginástica continua a ser um dos núcleos mais importantes da escola e um núcleo que trás prestígio à mesma com os seus resultados e participações em vários encontros e competições.

3.5. Cooperação

No decorrer do ano participei na organização de vários eventos e atividades que marcaram o ano desportivo na Escola do Bom Sucesso.

Participei no torneio de ténis de mesa, no início do ano letivo que tinha como objetivo angariar alunos para o núcleo de desporto escolar da modalidade, neste torneio ajudei na formação dos quadros competitivos.

Dois momentos importantes foram o Corta-Mato e o Mega Sprinter, onde foi necessário organizar o percurso e delimitá-lo com fitas (Corta-mato) e foi também preciso cronometrar os alunos (Mega sprinter), nestas competições é necessário existir uma classificação final, visto que são competições que servem como qualificações para uma competição a nível regional. Em relação ao corta-mato fiz parte do grupo de professores que acompanhou os alunos à competição regional.

No 14º Sarau da Escola do Bom Sucesso apoiei na montagem do espaço, no transporte de materiais, tais como bancadas e som, sendo que no decorrer do Sarau foram precisas realizar algumas tarefas nas quais ajudei, como por exemplo a organização dos vários grupos convidados de modo a que a sua apresentação no início do Sarau fosse feita da forma que estava estruturada inicialmente.

A organização do dia da escola também foi algo importante para os núcleos de desporto escolar, onde todos os núcleos realizaram uma apresentação do trabalho que realizaram ao longo do ano, sendo que no fim da atividade existiu um jogo de futebol entre professores e alunos. Nesta atividade fiz também de apresentador das várias modalidades do desporto escolar.

IV. Seminário

4.1. Introdução

O Regulamento de Estágio diz nos que os Seminários científico-pedagógicos na Escola surgem segundo temas gerais a definir para toda a rede, pelo regente da Unidade Curricular de Seminário/ Relatório de Estágio do Mestrado, os Estagiários de cada núcleo devem realizar, em conjunto:

- Dois Seminários em reuniões do Departamento Curricular/ Grupo de Educação Física;
- Um seminário científico-pedagógico aberto à Comunidade Educativa da escola e do agrupamento.

Assim, os temas que definimos para apresentar ao Grupo de Educação Física são, «Substituição da Bateria de Testes do Fitnessgram pelo Fitescola», «Avaliação Formativa na Área dos Conhecimentos», por fim o seminário definido para apresentar à Comunidade Escolar teve como tema a «Avaliação Formativa no Agrupamento» e teve como objetivo perceber de que forma os professores realizam a avaliação formativa, e qual era a perceção dos alunos sobre a utilização desta como ferramenta de ensino/ aprendizagem nas aulas.

4.2. Seminário Avaliação Formativa na Área dos Conhecimentos

O Seminário do qual eu fui protagonista tinha como tema a Avaliação Formativa na Área dos Conhecimentos da Educação Física e tinha como finalidades:

- Criação de metas para a Área dos conhecimentos;
- Mobilizar Conhecimentos no grupo de Educação Física;
- Contribuir para o desenvolvimento da Área dos Conhecimentos;
- Responsabilizar os alunos pelas suas aprendizagens na disciplina.

A ideia deste seminário surgiu, porque, na nossa opinião, existe um problema na avaliação do aluno na área dos conhecimentos, não existe a mesma qualidade de avaliação e de trabalho, tanto por parte do professor, como do aluno nesta área, como existe na área das capacidades físicas ou na área das aptidões motoras, era por isso necessário alertar os professores do grupo para esta questão e tentar criar algo que funciona-se como base para o trabalho desta área.

Outro dos problemas que sentimos no início do ano e que percebemos que era um problema geral na escola, foi o dos resultados dos testes de Aptidão Física, onde existiam muitos alunos fora da zona saudável nos vários testes, por isso pensámos que poderíamos juntar estas duas áreas de forma a alterar esses resultados, fornecendo aos alunos informações de cada capacidade, alertar para a sua importância, ajudar a perceber de que

forma essas capacidades podem ser trabalhadas e melhoradas e assim responsabilizá-los pelas suas aprendizagens e por trabalhar as suas capacidades fora do espaço de aula. “Permitir ao aluno autorregular as suas aprendizagens. A avaliação deverá pois contribuir para a formação do aluno, coresponsabilizando-o na superação das suas dificuldades.” (Barreira, Boavida, Araújo, 2006; p 108).

Etapas	Objectivos	Processo	Resultados	Prazo
1ª Etapa	Identificar e estudar bibliografia relevante sobre como se pode fazer a Avaliação Formativa; Problemas da área dos conhecim. em Educ. Física	Questionar os professores sobre a realização as dificuldades e problemas da AF relativamente à área de conhecimentos EF	Criar base bibliográfica para o seminário, acessível a todos profs EF da AE	10 Março
2ª Etapa	Caracterizar e sistematizar problemas e possíveis soluções na área de conhecimento, aplicáveis neste AE	Debate de propostas de ensino e avaliação da área dos conhecimentos.	Propostas de melhoria plurianual assumidas pelo Grupo de Profs EF da AE Bom Sucesso	16 Maio

Tabela 19 - Plano por Etapas do Seminário

Como este seminário existia o intuito de alterar a forma como os alunos eram avaliados na Área dos Conhecimentos, por isso era de grande importância para nós criar uma proposta de Metas, por ciclo, que fosse possível apresentar (22 de Março) no Seminário e que levasse o grupo à discussão. Primeiro que tudo foi essencial definir para onde queríamos ir, o que o aluno que termina o 9ºano na escola do Bom Sucesso deve saber. Foi necessário consultar os PNEF, perceber o que já se faz na escola e dessa forma construir um percurso para os alunos.

- 2º Ciclo:
 - Criar uma aula com Aquecimento que tenha uma ligação à parte fundamental da aula, com uma parte fundamental e uma parte final (retorno à calma);
 - Trabalhos podem ser ligados com outras disciplinas (Comunicação, Novas Tecnologias....)
- 7º e 8º ano:
 - Criar uma unidade de treino com o objetivo de desenvolver uma capacidade motora em função das dificuldades do aluno na aptidão física;
- 9º Ano:
 - Conseguir planear um plano de treinos (semanal) que aborde as várias capacidades motoras de modo equilibrado com enfoque na que demonstra maiores dificuldades.

Este seminário vai de encontro a uma medida que constam no plano de ação estratégica da escola que foi aprovado em reunião do Conselho Geral em 8 de julho de 2016. A primeira medida desse plano diz-nos que “Os alunos devem ser envolvidos no processo de avaliação” e para isso acontecer pretende-se que o aluno seja um agente ativo no seu processo de aprendizagem, para alcançar este objetivo existe a ideia de utilizar a avaliação formativa no processo de ensino-aprendizagem do aluno como seu elemento regulador.

“O Assessment Reform Group define a capacidade de autoavaliação como o pressuposto teórico-prático que confirma as capacidades necessárias para que o aluno possa ser responsabilizado em cada fase do seu percurso escolar, pelos sucessos e falhas do mesmo – porque conhece as aprendizagens e as ferramentas de progressão.” (Assessment Reform Group, 2002).

O aluno deve ser autónomo e responsável pela sua aprendizagem, no entanto existem regras, para o aluno ser capaz de perceber o que tem de fazer e como o deve fazer, este tem de conhecer os objetivos da disciplina e perceber que para alcançar o sucesso tem de percorrer um caminho que lhe permita obter as aprendizagens essenciais que lhe vão permitir obter o conhecimento que é fundamental para a disciplina e vai ser importante para o seu futuro.

4.3. Seminário Avaliação Formativa no Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso

Antes de abordar este seminário, queria alertar para a ligação entre os três seminários, todos eles abordam a Avaliação Formativa como uma parte fundamental do processo ensino/ aprendizagem para nós orientadores e para a escola. Fomos o único núcleo de estágio que realizou os três seminários, porque sentimos que era importante para os docentes da escola realizar este trabalho, para se perceber se os objetivos que existiam para o Agrupamento estavam a ser atingidos ou não.

A Avaliação Formativa era uma ferramenta que estava ser utilizado pela escola, uma estratégia que a direção queria ver aplicada por todos, confiando que este é o caminho correto a tomar no ensino. De forma a encaminhar o trabalho dos professores existia um Plano de Ação Estratégica que continha um conjunto de medidas, sendo a 1ª Medida “Envolvimento dos alunos no processo de avaliação”, que tem como objetivo “Utilizar a avaliação formativa como instrumento para adequar as tarefas de recuperação a propor ao aluno”. Era com o objetivo de avaliar se este tipo de medidas era concretizada ou não que questionámos os alunos através de um inquérito.

“A avaliação formativa preocupa-se em determinar o grau de domínio de uma determinada tarefa de aprendizagem e indicar a parte da tarefa não dominada, assim o objetivo não é atribuir uma nota ou um certificado mas sim ajudar tanto o aluno como o professor na aprendizagem específica necessária para o domínio da matéria.” (Barreira, Boavida, Araújo, 2006, p 96).

Relativamente ao seminário para a comunidade escolar, que foi apresentado no dia 18 de Maio, queríamos saber qual a perceção dos alunos relativamente às estratégias usadas pelos professores das diferentes disciplinas e ainda quais as estratégias preferidas dos professores, tivemos como apoio um estudo realizado na escola sobre o mesmo tema, em 2013, de forma a monitorizarmos uma possível evolução.

Para realizar uma comparação com o estudo feito anteriormente tivemos de seguir os mesmos procedimentos, realizámos o estudo por ciclo e por ano de escolaridade e dividimos também por departamento, ou seja, existiam seis inquéritos iguais, no entanto cada um pedia para responder focando-se apenas em determinada disciplina, Matemática, Educação Física, etc. Assim foi possível perceber de forma mais específica como se trabalha em cada departamento.

Para realizar esta investigação foi importante pesquisar sobre a amostra que era necessário ter, de forma a ter um estudo que fosse realista. Williams³, citado por Rodrigues da Costa Ramos, D. sugere as taxas de resposta em questionários de satisfação dos alunos variam entre 20% e 40% e na realização deste trabalho tentámos cumprir esta taxa.

Amostra Total de Alunos - 136

Amostra por Ciclo:	Amostra por ano:	
1º Ciclo – 40	2º - 13	6º - 18
2º Ciclo – 38	3º - 10	7º - 22
3º Ciclo - 58	4º -17	8º - 18
	5º - 20	9º-18

De forma a não falar de todos os gráficos, visto não estar a realizar o relatório do Seminário, irei abordar apenas alguns gráficos, os que penso que são os mais relevantes para este seminário. (Todos os Gráficos no Anexo 6).

³ Williams, J. (8-11 September 2002). The student satisfaction approach: student feedback and its potencial role in quality assessment and enhancement. Paper presented at the 24th EAIR Forum, Prague, Czech Republic

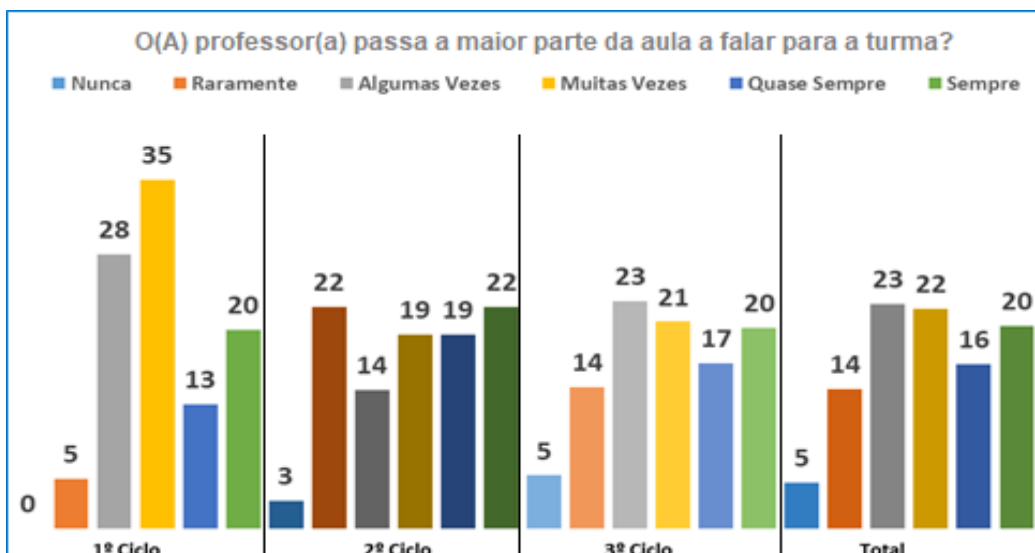


Figura 3 -Gráfico 1

Os alunos do 1º Ciclo referem que 68% dos professores passam acima de muitas vezes a falar para a turma o que comparado com o estudo feito anteriormente revela um aumento em 12%. Quando se analisa os alunos do 2º e 3º Ciclo, podemos constatar que 60% e 58% diz que os professores tem aulas em que estão acima de muitas vezes a falar para turma, o que revela ser uma diminuição do caso do 2º Ciclo de 7%, já o 3º Ciclo mantêm a mesma percentagem. Estas percentagens são bastante altas e revelam um padrão nas aulas lecionadas pelos professores do agrupamento, visto que as percentagens são muito parecidas quando dividimos a escola em ciclos.

Quando juntamos os dados obtidos em toda a escola, podemos observar que 58% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes quando lhes foi feita esta questão, o que revela que, na perspetiva dos alunos, as aulas são demasiado expositivas o que não vai ao encontro do que a escola defende que deve ser a aprendizagem no seu Projeto Educativo onde se afirma, por exemplo, que o aluno deve ser mais responsável pelas suas aprendizagens, e para isso é preciso que este tenha tempo no decorrer das aulas para, com a ajuda do professor, ser autónomo.

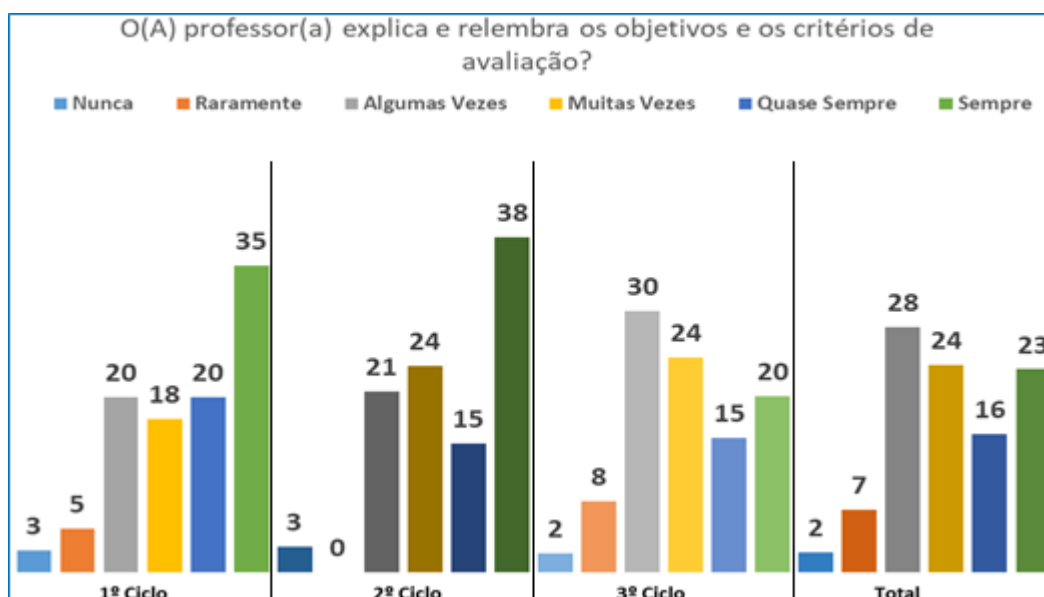


Figura 4 - Gráfico 2

Neste gráfico, podemos observar que o 1º e 2º Ciclo revelam percentagens muito parecidas, 73% e 77% respetivamente, existe uma grande percentagem de alunos que responderam que o professor relembra os objetivos e critérios de avaliação acima de muitas vezes, o que vai de acordo com os ideais que a escola defende. O 3º Ciclo tem uma percentagem menor, 59%, no entanto é no meu entender uma percentagem bastante positiva de alunos que responderam que o professor relembra os objetivos e critérios acima de muitas vezes, comparando com o estudo feito em 2013 o valor diminuiu 20% o que pode ser um sinal de alerta e demonstra que os professores relembram cada vez menos vezes os alunos o que devem alcançar no decorrer do ano letivo, no entanto também não nos podemos esquecer que esta é a noção que os alunos têm das suas aulas e pode não corresponder à realidade.

Quando analisamos as informações obtidas de toda a escola, observa-se que 63% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes e 28% responderam Algumas Vezes, quando se procura criar uma ligação entre estes resultados e o plano de ação estratégica, é possível criar uma ponte entre estes dois aspetos de uma forma fácil, onde se pode constatar que estes resultados sustentam os objetivos que constituem o plano de ação estratégica, a medida 1 diz-nos que é essencial envolver os alunos no processo de avaliação e com estes resultados podemos observar que existe uma tentativa por parte dos professores de percorrerem o caminho que a escola considera como o melhor para os seus alunos.

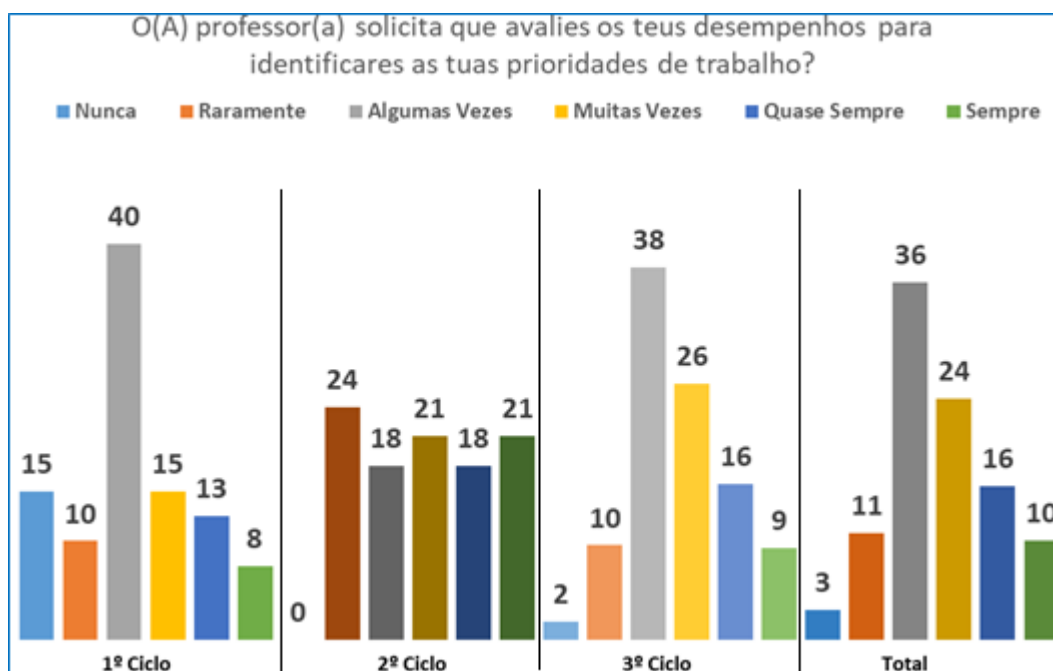


Figura 5 - Gráfico 3

No último gráfico que escolhi e que representa a opinião dos alunos, podemos ver que existe uma ligação para o gráfico abordado anteriormente, onde se abordaram os objetivos e critérios de avaliação, e neste gráfico os alunos foram questionados se os professores pediam para estes realizarem auto-avaliação e para identificarem as suas prioridades de trabalho, sendo que para o fazer é preciso conhecer os objetivos a alcançar. 36% dos alunos do 1º Ciclo referem que o professor solicita para que estes avaliem o seu desempenho acima de muitas vezes, e 40% respondeu algumas vezes. Ao contrário dos alunos da primária, 60% e 51% dos alunos do 2º e 3º Ciclo respetivamente dizem que os professores pedem que avaliem o seu próprio trabalho acima de muitas vezes o que demonstra um grande aumento quando se compara o 1º Ciclo com os outros ciclos do ensino, é importante também referir que 24% dos alunos do 2ºCiclo diz que raramente o professor solicita que avalie o seu trabalho para identificar as prioridades de trabalho.

Numa Perspetiva Escolar verifica-se que 50% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes e 36% responderam Algumas Vezes, são percentagens que demonstram que existe um trabalho ao longo do ano, por parte dos professores, para que os alunos percebam o que devem conseguir alcançar para ter sucesso, no entanto são números que podem ser melhorados e que ao serem melhorados podem contribuir para uma melhor lecionação por parte dos professores e uma melhor aprendizagem por parte dos alunos.

Podemos perceber que os alunos têm a perceção de que os professores utilizam um conjunto de estratégias que os ajudam a melhorar o seu processo de

aprendizagem, através exercícios desafiantes, abordando os critérios de avaliação e assim lembrando aos alunos o que devem dominar no final do período/ ano e de que forma podem alcançar esses objetivos. No entanto, de acordo com os alunos, as aulas ainda são demasiado expositivas, o que deve ser algo a ter em atenção no futuro, visto que este método de ensino tende a ser pouco interessante e motivador para os alunos, podemos também constatar que se trabalha pouco em grupo na sala de aula.

O processo de Diferenciação de Ensino tem 2 fases:

1. O professor analisa o grau de estímulo e de variedade nos seus planos de ensino atuais;
2. O professor modifica, adapta, ou elabora novas abordagens de ensino, em resposta às necessidades, interesses e preferências de aprendizagem dos alunos (Heacox, 2006);

Como parte deste seminário realizámos também um inquérito aos professores para perceber de que forma realizavam a Avaliação Formativa e que ferramentas utilizavam, neste estudo foi também realizada uma comparação com o estudo feito em 2013. O Professor é um facilitador da aprendizagem e um colaborador para os alunos.

Assim, enquanto facilitador do ensino diferenciado o professor tem 3 responsabilidades:

- Escolher, organizar e prescrever oportunidades de aprendizagem diferenciada;
- Organizar os alunos durante as atividades de aprendizagem;
- Usar o tempo de maneira flexível.

Amostra Total de Professores – 27

Amostra por Ciclo:

1º Ciclo – 8; 2º Ciclo – 4; 3º Ciclo – 15

Amostra por Departamento:

Línguas – 3

Matemática - 4

Ciências Sociais – 2

Ciências Experimentais – 3

Educação Física e Educ. Especial – 6

Educação Artística e Tecnológica – 1

Como fiz anteriormente, não irei colocar os resultados de todas as perguntas, irei só referenciar os resultados que acho mais importante relevar, ao contrário dos gráficos anteriores, onde os resultados eram apresentados em percentagem, estes são em números absolutos.

1ª Questão: Dê 2 exemplos de como conduz a avaliação formativa e as decisões e/ou estratégias que decorrem dessa avaliação		1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Fichas de Trabalho/Avaliação	22 (14)	8 (6)	2 (2)	12 (6)
Envolver alunos na Avaliação	20	5	3	12
Registo em Grelhas	18 (9)	5 (3)	- (2)	13 (4)
Autorregulação	13 (1)	4 (0)	1 (0)	8 (1)
Avaliação Interpares	9	1	2	6
Trabalho Projeto	9 (1)	4 (1)	- (0)	5 (0)
Portefólios	5	2	-	3
Outras	3	1	1	1

Figura 6 - Gráfico 4

Legenda: Números a vermelho e itálico resultados dos estudos de 2013

Passando agora para o inquérito realizado aos professores, podemos observar que existem várias estratégias que são utilizadas na tentativa de realizar uma avaliação formativa. Gostaria de sublinhar a estratégia de envolver os alunos na avaliação, que no estudo feito em 2013 (números a vermelho e itálico) não foi referido por nenhum professor, e agora é a segunda estratégia mais utilizada, penso que é algo que se deve sublinhar porque é essencial tornar alunos os mais responsáveis pelas suas aprendizagens.

No plano de ação estratégica existem um conjunto de atividades que devem ser desenvolvidas de forma a alcançar os objetivos propostos, uma das atividades referidas para alcançar o objetivo de envolver os alunos no processo de avaliação é que os professores devem dar feedback aos alunos acerca do estado de consolidação das aprendizagens por si realizadas, construindo instrumentos de regulação e de monitorização das aprendizagens, como por exemplo os referidos no gráfico anterior.

Algo também importante de referir é a estratégia das fichas de trabalho/avaliação e perceber se esta estratégia é utilizada da forma correta, ou seja, se os alunos têm tempo para perceber onde está o erro e trabalhar nesse aspeto, ou se a ficha é feita, dá-se uma nota e não se volta a olhar para a mesma.

4ª Questão: Dê 2 exemplos de decisões e/ou estratégias de diferenciação pedagógica que decorram dos momentos de avaliação sumativa (testes, períodos)		1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Reforço das aprendizagens em momentos de Apoio/Sala de Estudo	19 (5)	6 (1)	2 (1)	11 (3)
Elaboração de fichas para colmatar as dificuldades diagnosticadas	16 (6)	8 (2)	- (1)	8 (3)
Exercícios propostos aos alunos	15 (5)	4 (0)	1 (2)	10 (3)
CrITÉrios de Avaliação diferenciados	13 (13)	5 (6)	3 (3)	5 (4)
Formação de grupos homogéneos de acordo com as dificuldades dos alunos	11 (4)	2 (1)	3 (1)	6 (2)
Outras	2	-	-	2

Figura 7 – Gráfico 5

Legenda: Números a vermelho e itálico resultados dos estudos de 2013

Outro aspeto importante na avaliação formativa é a forma como é realizada a diferenciação pedagógica. Nestes resultados podemos observar que são utilizadas um conjunto de estratégias, sendo a mais referida a sala de estudo, sobretudo no 3º ciclo, o que demonstra que os professores têm muitas dificuldades em individualizar o ensino nas suas aulas, seja pelo tempo de aula que é reduzido, a turma que é complicada ou outra dificuldade e a forma que acham ser melhor para o aluno é encaminhá-lo para a Sala de Estudo. No entanto se esta estratégia for utilizada demasiadas vezes a sala de estudo deixa de ser uma oportunidade para o professor estar de forma mais individualizada com o aluno e passa a ser uma aula «normal», porque para todos os alunos que demonstram ter dificuldades é lhes indicada esta estratégia e a sala de estudo passa a ter o mesmo número de alunos que uma aula e as dificuldades para o professor são as mesmas.

“A diferenciação pedagógica passa pela promoção de uma pedagogia diferenciada em sala de aula, por adaptações programáticas, pelo ensaio de agrupamentos distintos de alunos de acordo com critérios definidos pela escola e por modalidades de apoio educativo, como reforço curricular, apoio pedagógico acrescido, grupos de nível, tutorias, trabalho em projetos, clubes escolares, estudo orientado, estudo acompanhado ou trabalho autónomo” (Formosinho e Machado, 2012, p. 41).

Ter um conjunto de estratégias diferentes é importante para um professor, todos os alunos são diferentes e o que funciona com um pode não funcionar com os

outros, é por isso de extrema importância ter em atenção a turma e os alunos que estão à nossa frente quando decidimos utilizar determinada estratégia.

São referidas outras estratégias interessantes, como por exemplo a formação de grupo homogéneos, sendo que é algo que se faz em educação física como uma pequena, grande diferença, os grupos na maior parte das vezes são heterogéneos, porque acreditamos que a presença de alunos com mais capacidades vai ajudar os alunos com menos capacidades a melhorar e não existe uma divisão da turma em fortes e fracos, como acontece por vezes, quando se divide a turma desta forma. Outra estratégia utilizada é a de criar critérios de avaliação diferenciados e dar-se uma nota às capacidades dos alunos e não às suas dificuldades, no entanto é preciso ter cuidado para não baixar demasiado a fasquia, é importante que os alunos se sintam desafiados.

Por último podemos juntar duas das estratégias mais utilizadas, a elaboração de fichas para colmatar as dificuldades diagnosticadas e os exercícios propostos, são possivelmente as estratégias que dão mais trabalho ao professor devido ao ter de criar as fichas e de as corrigir, mas podem ser as estratégias que mais resultados têm, porque desta forma o professor consegue individualizar o ensino e ir de encontro às dificuldades do aluno.

5ª Questão: Indique 2 dificuldades que sente na aplicação da Diferenciação Pedagógica		1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Elevado nº de alunos por turma	24 (21)	7 (9)	3 (4)	14 (8)
Falta de tempo para dedicar aos alunos com mais dificuldades	18 (3)	6 (0)	2 (0)	10 (3)
Diferentes níveis/ritmos de aprendizagem	16 (9)	7 (7)	1 (0)	8 (2)
Atitude dos alunos	15 (9)	3 (1)	1 (2)	11 (6)
Falta de técnicos especializados no acompanhamento diário dos alunos	5 (4)	2 (4)	1 (0)	2 (0)
Outras	3	-	1	2

Figura 8 - Gráfico 6

Legenda: Números a vermelho e itálico resultados dos estudos de 2013

Para terminar esta análise resumida aos resultados dos inquéritos dos professores, achei importante, no seguimento da análise anterior, perceber quais são as grandes dificuldades dos professores em aplicar a diferenciação pedagógica. Como podemos observar as opções que foram escolhidas mais vezes estão interligadas, ou seja, o elevado número de alunos nas turmas, como por exemplo a minha turma do oitavo ano que tinha trinta alunos, faz com que os professores não consigam ter tempo para dedicar a todos os alunos, é preciso então tomar opções e perceber quais são os alunos que precisam mais do nosso apoio e quais são aqueles que precisam apenas de umas «dicas» para os colocar no caminho certo. O trabalho em grupos de três, quatro elementos, grupos que sejam heterogéneos como já foi referido anteriormente, pode ser uma estratégia a utilizar bastantes vezes, tem o lado negativo de não permitir existir uma individualização ao aluno por parte do professor, no entanto estas turmas que têm um número exagerado de alunos tornam impossível ao professor ter esse tipo de momentos com os alunos em aula.

Outro aspeto que importa relevar, e que já foi referido ao longo deste relatório, prende-se com a atitude de alguns alunos, que por diversas razões tornam difícil conseguir aplicar a diferenciação pedagógica, são alunos que não estão interessados em aprender e estão na escola obrigados, à espera de uma oportunidade para sair, esta é apenas mais uma dificuldade a acrescentar, no entanto é preciso trabalhar em conjunto com o diretor de turma para perceber de que forma se pode tentar mudar o comportamento e a atitude dos alunos que se encontram nesta situação.

Neste estudo, relativo aos professores, com todos os resultados no Anexo 7 percebemos que os professores estão a fazer uma tentativa para percorrer o caminho indicado pela escola, sendo que utilizam um conjunto de ferramentas e estratégias que dão a possibilidade aos alunos de se responsabilizarem pelo seu percurso académico tendo sempre indicações do professor e acima de tudo sabendo sempre para onde devem caminhar, no entanto têm sentido algumas dificuldades ao longo do caminho, desde obstáculos que são colocados pelos alunos, com o seu comportamento menos correto ou desinteresse pela escola, até às dificuldades colocadas pela escola como por exemplo o grande número de alunos nas turmas que tornam a utilização da avaliação formativa uma tarefa quase hercúlea.

4.4. Cooperação - Alteração da Bateria de Testes do Fitnessgram para Fitescola

O primeiro seminário foi organizado pelo meu colega do núcleo de estágio, com a minha ajuda, teve como temática a introdução da bateria de testes do FITescola, o

tema escolhido deveu-se ao facto de o Grupo de Educação Física ter a percepção de que um dos principais problemas dos alunos é não praticarem Atividade Física fora da escola e devido a isso o nível de alunos dentro da Zona Saudável nos Testes de Aptidão Física é bastante reduzido.

Assim, pretendemos intervir sugerindo um instrumento facilitador de avaliação da Aptidão Física dos alunos, e que ao mesmo tempo permitisse dar aos alunos um conjunto de ferramentas que permitam desenvolver as suas capacidades, através da plataforma on-line do FITescola.

Neste seminário, que se realizou no dia 16 de Março foi explicado aos professores quais os benefícios da plataforma Fitescola e como proporcionava aos alunos relatórios individualizados que os levaria a obter melhores resultados, assim como maior conhecimento através do material pedagógico presente na plataforma sobre, hidratação, repouso, entre outros. Foi também possível relacionar este seminário com o Plano de Ação Estratégica, sendo que uma das medidas desse plano diz-nos que “Os alunos devem ser envolvidos no processo de avaliação” e para isso acontecer pretende-se que o aluno seja um agente ativo no seu processo de aprendizagem, assim, e através da Plataforma do Fitescola o aluno tem acesso ao seu nível de aptidão física sendo possível perceber a que distância está do sucesso e auto regular a sua aprendizagem, sempre com o apoio do professor, sendo que a plataforma não pode substituir o papel do mesmo.

Conclusão

“A Educação Física precisa de professores educados como profissionais reflexivos” (Crum, 2002). Após terminar o meu ano de estágio e chegando ao fim do relatório posso dizer com certeza que este foi um ano muito importante na minha futura carreira de professor e onde aprendi bastante. Foi um ano onde toda a minha formação, desde a licenciatura ao mestrado, foi utilizada. A qualidade do ensino da Educação Física é tanto melhor quanto mais as decisões pedagógicas forem devidamente fundamentadas e suportadas em informações provenientes do percurso de aprendizagem/ desenvolvimento dos alunos. (Carvalho L., 1994), foi um ano de muitas discussões com outros professores, de muita ponderação sobre estratégias a utilizar, reflexões sobre formas de estar e me relacionar com os alunos, tudo baseado com as respostas que obtinha nas aulas por parte de cada aluno, tendo a noção de que estava a tentar tomar as decisões mais acertadas no interesse dos meus alunos, foi um ano que me dá convicções de que sou capaz de ser um professor que consegue alcançar os seus objetivos e ter um espírito crítico sobre as suas respostas ao meio envolvente.

“A realidade complexa e em contínua mudança da EF exige professores que disponham não só de um repertório de técnicas de ensino mas também de conhecimento de valores e objectivos educativos e competência para determinar quando é que estas técnicas devem ser aplicadas ou adaptadas.” (Crum, 2002).

No que diz respeito à área da Lecionação, foi a área onde me senti mais confortável, mais desafiado e mais apoiado. Foi um espaço em que me senti sempre motivado e com vontade em ser desafiado pelos meus alunos de modo a estar sempre em reflexão e estar todos os dias melhor do que no dia anterior. Adquiri um conjunto de competências que só são possíveis adquirir quando se está no terreno e se passa pelas experiências.

Como já foi referido em várias partes deste relatório tentei sempre guiar o meu ensino pela avaliação formativa, criando em todas as aulas momentos de recolha de informação onde conseguia apontar progressos ou até dificuldades dos alunos, porque penso que todas as aulas contam e não devemos ter em atenção apenas as aulas de avaliação formal para retirar informações sobre os alunos.

Segundo Carvalho L. existem 3 Etapas da avaliação formativa:

- Recolha de informações relativas a dificuldades e/ ou progressos dos alunos.
- Interpretação dessas informações com referência a um critério, diagnosticando fatores que estão na origem das dificuldades de aprendizagem dos alunos.
- Adaptação das atividades de ensino e aprendizagem de acordo com a interpretação das informações recolhidas.

Não basta recolher as informações e guardá-las numa folha de papel, é preciso interpretá-las, se existir evolução perceber qual foi a razão e continuar a dar ênfase à mesma, se estiver a existir dificuldades em alcançar os objetivos, perceber o porquê e criar estratégias para dar a volta a esse problema, aplicar estas estratégias em aula e realizar a avaliação de novo, é um processo que se repete e vai evoluindo na sua complexidade com o progredir da vida académica do aluno.

Tendo uma turma de trinta alunos, não seria uma turma fácil de lecionar logo à partida e aplicar todas as coisas que estudei, a turma tinha alguns alunos que tinham uma opinião negativa da escola e com os quais não era fácil ter uma relação positiva que os motivasse para a prática e que eles pudessem contribuir para um clima de aprendizagem positivo, uma turma onde existiam alunos com grandes dificuldades em Educação Física, dificuldades que vinham de anos anteriores e deviam ter sido resolvidas em momentos de desenvolvimento do aluno diferentes como por exemplo a técnica de corrida que em alguns alunos era bastante rudimentar, no entanto não se pode andar para trás no tempo e isto era algo que tinha de ser resolvido neste ano letivo. O próprio ambiente que rodeia a escola, impossibilita por vezes os alunos de ter grandes objetivos e sonhos, é imprescindível ter um ambiente saudável para ter sucesso e nesta escola sentia-se que o local onde está inserida limitava os alunos. Tudo isto foi um desafio para mim, que tive de criar estratégias para motivar os alunos, sobretudo os que tinham mais dificuldades que normalmente são os que têm menos interesse na disciplina. Quando o professor tem de criar um plano de turma e criar uma etapa com um conjunto de unidades didática que sejam úteis à turma em questão tem de pensar em todos estes pormenores.

“Interessa que o estagiário aprenda a elaborar em cada turma o respetivo plano de lecionação, tendo por referência os Programas de Educação Física e atendendo às aptidões e necessidades educacionais dos alunos. ..., é preciso também que o estagiário aprenda a refletir e decidir para além da estrutura da aula.” (Bom e Brás, 2003, p. 13).

Não é fácil passar por todas estas experiências pela primeira vez, existiram dias difíceis e que exigiram trabalho até de madrugada na realização do projeto, do plano anual ou até do plano de etapas, mas chegado ao fim do ano e ver tudo o que eu alcancei como estagiário, e ao mesmo tempo ver tudo o que a minha turma e os meus alunos alcançaram não só nas matérias da Educação Física, mas também na sua formação como pessoas, percebo que o trabalho vale a pena e sinto que contribui para o desenvolvimento do aluno como aluno e pessoa.

A turma de lecionação em cooperação foi uma experiência muito boa, visto que estava na aula com mais dois professores, era mais fácil controlar e dar feedback à turma, no entanto, o ponto mais forte desta experiência é o planeamento, os momentos

antes e após a aula que nos obrigavam a refletir em conjunto e em pensar qual é o próximo passo a dar de forma a contribuir da melhor forma possível para o desenvolvimento da turma e dos alunos em particular. Ter a oportunidade de perceber como pensa o orientador quando tem um problema para resolver, quais são as estratégias e formas de dar feedback que utiliza foi muito interessante para mim, porque é um professor com o qual me identifiquei bastante, que vê a educação física de uma forma muito interessante e que é parecida com a minha forma de ver e a forma que me foi ensinada na universidade.

O grupo de Educação Física onde estive incluído também me fez crescer muito, através de reuniões onde se discutiam planos, conversas informais onde se partilhavam experiências positivas e negativas. Por vezes pedir um conselho, ou até observar as aulas que era lecionadas e pensadas de forma diferente, quando comparadas com as minhas ou as do meu orientador, tudo isto fez com que este estágio, na área da leção fosse muito rico e servisse, espero eu, como rampa de lançamento para uma carreira positiva como professor de educação física. A semana do PTI foi um momento fulcral para a partilha de ideias, foi um momento em que fui «obrigado» a observar outras aulas, a reunir-me com vários professores e perceber quais os objetivos que existiam para a semana em que seria eu a lecionar as aulas. Na semana que escolhi existiu uma grande incidência na avaliação e foi um momento de aprendizagem perceber como cada professor realizava a avaliação e os critérios utilizados, na mesma semana tive de avaliar uma turma de quinto ano e uma do nono, são duas realidades completamente diferentes, tantos os critérios de avaliação, como a forma de avaliar, por exemplo o voleibol no quinto ano é avaliado em 1+1 em cooperação e no nono ano num 4x4 em competição, Carvalho L. diz nos que a eficácia da avaliação formativa passa por escolher situações que sejam simultaneamente situações de avaliação e de treino/aperfeiçoamento das habilidades ou competências em causa e, se possível, de outros tipos de avaliação (inicial, sumativa, etc.) desta forma é possível avaliar e continuar a evoluir as capacidades dos alunos.

Na área da Direção de Turma, ao contrário da área da Lecionação, foi a área onde me senti mais perdido e com falta de apoio, no entanto com o decorrer do ano fui-me sentindo mais à vontade na escola, com os outros professores e comecei a tentar estar mais por dentro do que se passava na direção de turma. A criação do plano de turma e as reuniões do conselho de turma ajudaram bastante pude conhecer os outros professores e conhecer melhor os alunos, quais os seus hábitos e personalidades, o que me ajudou não só nesta área, mas também na área da Lecionação.

“Não podemos, no entanto, deixar de referir que os diretores de turma são uma das estruturas de orientação educativa da escola e que atuam de

acordo com as práticas da escola, daí que consideremos que antes de tudo é necessário integrar nas práticas da escola estratégias que visem conhecer melhor os seus alunos.” (Alho, Nunes, 2009, p.156)

Conhecer os alunos é fulcral para qualquer escola obter sucesso, penso que será algo que falta ao agrupamento, no entanto sei que não é fácil de concretizar, perceber qual a melhor forma de chegar aos alunos. Existia na direção de turma em que estava inserido um conjunto de alunos que demonstrava uma grande indiferença em relação à escola, inclusive um aluno que tinha problemas bastante graves e sérios fora da escola e dependia do seu percurso escolar para continuar a sua vida normal, era um aluno que demonstravam por vezes desprezo pela escola e que devido a estas atitudes existia a ideia de que era um caso perdido. Não é fácil ser diretor de uma turma que tem tantos problemas, desde o desinteresse pelas aulas, ao mau comportamento que por vezes era má educação, passando pelas muitas negativas que se traduziam em possíveis retenções de ano, é necessário ter uma grande capacidade para influenciar alunos e também professores, de modo a conseguir ter todos motivados e a trabalhar para o mesmo, para isso é imprescindível conhecer todas as «personagens» desta realidade, familiares, alunos e professores.

Um dos pontos altos do meu ano letivo nesta área foi a coordenação do projeto interdisciplinar, que embora não tenha sido concluído, foi um projeto que me trouxe muitos dividendos, me aproximou dos outros professores do agrupamento e fez com que tivesse de existir uma maior ligação entre mim e a turma fora das aulas de educação física, porque existiam datas que tinham de ser cumpridas e para isso era necessário ter um acompanhamento diário com os alunos e com os outros professores, que por vezes também tinham dificuldades em cumprir datas.

Abordando os conselhos de turma foi bom perceber de que forma as reuniões são conduzidas e as regras pelas quais se regem, só tive pena de não poder estar presente na última, que devido às greves dos professores esteve sempre a ser adiada, e no dia em que se realizou eu não pude estar presente por estar a trabalhar, sinto que perdi uma experiência importante, visto que esta era a última reunião do ano e é uma reunião onde se discutem notas e se decidem os alunos que transitam de ano, uma reunião onde se tomam decisões que mudam as vidas dos alunos.

A terceira área abordada neste relatório é a área do desporto escolar, uma área na qual decidi no início do ano arriscar e escolher algo no qual não me sinto tão à vontade e na qual não sou um especialista. Devido a esta escolha sinto que saí do desporto escolar com o meu conhecimento sobre ginástica muito mais rico, conhecendo diferentes estratégias, diferentes feedbacks e acima de tudo perceber para onde devo

olhar quando um aluno realiza um elemento gímico, quais são os focos onde devo concentrar a minha observação e qual o feedback a ser dado.

Outro aspeto do qual saio mais «adulto» tem a ver com a relação com os alunos, sobretudo as raparigas, na minha área, que é o futebol, estou muito mais habituado a relacionar-me com rapazes e esta experiência com a ginástica de grupo fez-me perceber que é bastante diferente estar com o género feminino, a forma de estar e relacionar, tais como as brincadeiras são diferentes, acima de tudo os limites são outros. Os momentos das competições também foram muito enriquecedores, observar a evolução dos alunos, comparando a primeira demonstração com a última, pude constatar que existe uma grande evolução em muitas delas e que a coreografia foi ficando cada vez melhor devido a essa evolução e devido ao aumento das suas capacidades.

A última área deste relatório, a área dos Seminários, foi uma área que começou, com os estagiários, no início do ano, a pensar o que vamos fazer? No entanto com a ajuda do nosso orientador e sobretudo com a caracterização da escola conseguimos encontrar três temas que foram, no nosso entender essenciais para o GEF e para a Comunidade Escolar, que se interligam, complementam e penso que foram bem aceites.

“Defendemos que o Professor do Ensino Básico e do Ensino Secundário deve ser preparado, desde o início, a tomar não só a sua intervenção, mas também a “realidade da sua escola” e o “sistema educativo” como objetos de reflexão e de investigação, adotando uma abordagem científica dos problemas profissionais, no que for possível e adequado.” (Bom e Brás, 2003, p 17).

Nos seminários apresentados ao Grupo conseguimos criar momentos de reflexão e discussão, o que era o nosso objetivo, trazer questões que fossem importantes ser discutidas e que melhorassem o processo de ensino/ aprendizagem, em áreas essenciais como eram a área dos conhecimentos e a área da aptidão física que na nossa opinião podiam ser mais úteis aos professores do que eram até à altura.

O seminário que trouxe uma dose de nervosismo maior foi o seminário da comunidade escolar, que foi apresentado numa sala cheia de professores e foram abordados temas em que existe discussão sobre se são os melhores para os alunos e onde existem professores que não pensam da mesma forma que nós e não concordam com o caminho que a escola quer percorrer que consta no Projeto Educativo.

“Os professores enquanto agentes socializadores podem contribuir através da sua postura profissional para reforçar ou quebrar o ciclo de reprodução de certas ideias em Educação Física” (Carreiro da Costa, 1991).

E é com esta ideia que finalizo o meu relatório, os professores de Educação Física tem de olhar para o estado da Educação Física Escolar e perceber que algumas

coisas têm de mudar e é com esta ideia que nós, novos professores, queremos entrar na escola, procurar alterar algumas das ideias antiquadas que existem na disciplina e colocar a Educação Física no seu devido lugar, num lugar de respeito e onde todos percebam que esta é importante na formação dos jovens a vários níveis.

Referências bibliográficas

Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso. (2016). Plano de Ação Estratégica do Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso.

Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso. (2016). Plano de Melhorias do Agrupamento de Escola do Bom Sucesso. Observatório do Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso.

Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso. (2010). Plano Plurianual de Educação Física 2º e 3º Ciclos.

Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso. (2017). Projecto Educativo do Agrupamento de Escola do Bom Sucesso.

Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso. (2016). Regulamento Interno do Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso.

Alho, S., M., S., P., Nunes, C. (2009). Contributos do director de turma para a relação escola-família. Educação, Porto Alegre, p.150-158, v. 32.

Almeida, S. (2012). A Ação do Diretor de Turma na Promoção do Trabalho Colaborativo do Conselho de Turma. Dissertação para Obtenção do Grau de Mestre. Escola Superior de Educação Almeida Garrett, orientado por Prof. Roque R. Antunes, Lisboa.

Assessment Reform Group (2002), Assessment for Learning: 10 principles: research-based principles to guide classroom practice. ARG.

Barreira, C., Boavida, J.; Araújo, N., (2006). Avaliação Formativa, Novas Formas de Ensinar e Aprender. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 40(3), 095-133.

Bom, L. (2015). Estágio Pedagógico de Educação Física – Programa de Estágio- 2015/2016. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.

Bom, L., & Brás, J. (2003). Estágio para «dar aulas» ou para «ser professor»? *Revista Horizonte*, 18(108), 15-24.

Carreiro da Costa, F. (1991). Formação Inicial de Professores de Educação Física: Problemas e Perspectivas. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, n.º 1 Primavera, p. 21 -34.

Carreiro da Costa, F. (2017). ¿Qué es una Enseñanza de Calidad en Educación Física? *Journal Gymnasium*.

Carreiro da Costa, F., Leal, F., Proença, J. Formação Inicial em Ensino de Educação Física. 3º Conselho Nacional de Educação Física.

Carvalho, L. (1994). Avaliação das Aprendizagens em Educação Física. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, (10), 135-151.

Clara Lopes Ferreira Boavista, M. (2010). O Director de Turma – Perfil e Múltiplas Valências em Análise. Dissertação para Obtenção do Grau de Mestre. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, orientado por Prof. Doutor Óscar de Sousa, Lisboa.

Comédias, J. (2012). A Avaliação Autêntica em Educação Física – O Problema dos Jogos Desportivos Colectivos. Dissertação para a Obtenção do grau de Doutor, Instituto de Educação, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, orientado por Maria do Carmo Clímaco, Lisboa.

Crum, B. (2002) Funções e competências dos professores de educação física. *Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física*, (23), 61-76.

Decreto-Lei n.º 49/2005 de 30 de Agosto. Lei de Bases do Sistema Educativo e primeira alteração à Lei de Bases do Financiamento do Ensino Superior.

Departamento de Educação Especial e Educação Física. (2014). Protocolo de Avaliação Inicial do Agrupamento de Escolas do Bom Sucesso.

Direcção Geral da Educação. Educação para a Cidadania – linhas orientadoras, Disponível em novembro de 2013, em <http://dge.mec.pt/educacao-para-cidadania-linhas-orientadoras-0>.

Direcção Geral da Educação. Programa de Desporto Escolar 2017/2021. DGE, Disponível a 13 de Setembro de 2017, em <http://desportoescolar.dge.mec.pt/noticias/programa-do-desporto-escolar-2017-2021>.

Direcção Geral dos Ensinos Básico e Secundário. (1992). *A Educação Física no 1º Ciclo do Ensino Básico*. Lisboa: DGBES Ministério da Educação.

Fernandes, D. (2006) Para uma teoria da avaliação formativa. *Revista Portuguesa de Educação*, 19(2), p. 21-50.

FitEscola. (2017). Consulte aqui a bateria de testes In <http://fitescola.dge.mec.pt/HomeTestes.aspx>. Disponível a 10 Janeiro de 2017 em <http://desportoescolar.dge.mec.pt/fit-escola>.

FITEscola. (2017). O Programa dos Alunos Ativos In [Fitescola.dge.mec.pt](http://fitescola.dge.mec.pt). Disponível a 10 Janeiro de 2017, em <http://fitescola.dge.mec.pt/QuemSomos.aspx>

Formosinho, J., Machado, J. (2012). Autonomia da escola, organização pedagógica e equipas educativas. *TurmaMais e Sucesso Escolar*, p. 39-52. Évora.

Gil, P., Machado, J. (2015). A direcção de turma e a melhoria da gestão pedagógica e curricular da escola. *Educação, Territórios e Desenvolvimento Humano: Atas do I Seminário Internacional*. Vol. II – Comunicações Livres, p. 383-395. Porto.

Guimarães, M. (2001). Ginástica Acrobática. *Revista Horizonte*, p. 32-37 Vol. XVII-Nº 99.

Heacox, D. (2006). *Diferenciação Curricular na Sala de Aula*. Porto: Porto Editora.

Martins, A. (2011). A observação no estágio pedagógico dos professores de Educação Física. Relatório de Estágio para a obtenção do grau de Mestre. Faculdade de Educação Física e Desporto, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, orientado por Professor Luís António Fernandes Bom, Lisboa.

Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J., & Carvalho, L. (2001). Programa de Educação Física (reajustamento) - Ensino Básico 3.º Ciclo. Lisboa: Ministério da Educação (2017). Dge.mec.pt. Disponível a 10 Janeiro de 2017, em <http://www.dge.mec.pt/modalidades-de-avaliacao>.

O'Connor, J. (2005). Seven Practices for Effective Learning. *Educational Leadership Magazine*, Volume 63, Número 3, Páginas 10-17, Novembro 2005.

Pehkonen, M. (2010). Quality of the Teaching Process as an Explanatory Variable in Learning Gymnastics Skills in School Physical Education. *Science of Gymnastics Journal*, 29-40.

Portal da Avaliação – CAEd/UFJF» Avaliação Formativa. (2017). Portalavaliacao.caedufjf.net. Disponível a 10 Janeiro de 2017, em <http://www.portalavaliacao.caedufjf.net/pagina-exemplo/tipos-de-avaliacao/avaliacao-formativa>.

Proença, J. (1999). Questionar a Educação (Física): Da Definição de Prioridades para a Escola e para a Vida à Flexibilidade dos Currículos. *Revista de Humanidades e Tecnologias*, Páginas 132 a 135.

Reis, P., (2011). *Observação de Aulas e Avaliação do Desempenho Docente*. Caderno do CCAP, Número 2. Ministério da Educação.

Rickinson, M., Dillon, J., Teamey, K., Morris, M., Choi, M., Y., Sanders, D., et al. (2004). A Review of Research on Outdoor Learning. *National Foundation for Educational Research Journal*. London.

Rodrigues da Costa Ramos, D. (2012). Determinantes da Satisfação dos Estudantes de Primeiro Ciclo de Estudos da Universidade Nova de Lisboa. Trabalho de Projeto para Obtenção do Grau de Mestre, Universidade Nova de Lisboa.

Roldão, M., C. (1995). *O director de turma e a gestão curricular*. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional.

Shaw, B. (2015). Children's Independent Mobility. In M. Bicket, B. Elliott, B. Fagan-Watson, E. Mocca, & M. Hillman (Eds.), *An international comparison and recommendations for action*. London: Policy Studies Institute.

Sousa, E. (2015). Supervisão, Expetativas e Avaliação do Papel do Diretor de Turma: Estudo de Caso. Dissertação para a Obtenção do grau de Mestrado, Faculdade

de Educação e Psicologia, Universidade Católica Portuguesa, orientado por Professora Doutora Célia Ribeiro, Viseu.

Teixeira, P. J., Silva, M. N., Palmeira, A. L., Markland, D. (2012). Motivation, self-determination, and long-term weight control. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(22).

Vidal, A. (2011) A Segurança nas Atividades de Ar Livre e de Aventura. Dissertação para a Obtenção do Grau de Mestre, Faculdade de Educação Física e Desporto, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, orientado por Professor Doutor Jorge Proença, Lisboa.

Apêndices

Apêndice 1 – Roulement

	SET.	OUT.	NOV.	DEZ.	JAN.	FEV.	MAR.	ABR.	MAI.	JUN.
2ª					Dia de Ano Novo					
3ª					2				Dia do Trabalhador	
4ª			Dia de Todos os Santos		3				2	
5ª			2		4	1	1	1	3	
6ª	1		3	1	5	2	2	2	4	1
Sáb	2		4	2	6	3	3		5	2
Dom	3	1	5	3	7	4	4	Páscoa	6	3
2ª	4	2	6	4	8	5	5	2	7	4
3ª	5	3	7	5	9	6	6	3	8	5
4ª	6	4	8	6	10	7	7	4	9	6
5ª	7	Implantação da República	9	7	11	8	8	5	Dia da Espiga	7
6ª	8	6	10	Imaculada Conceição	12	9	9	6	11	8
Sáb	9	7	11	9	13	10	10	7	12	9
Dom	10	8	12	10	14	11	11	8	13	Dia de Portugal
2ª	11	9	13	11	15	12	12	9	14	11
3ª	12	10	14	12	16	Carnaval	13	10	15	12
4ª	13	11	15	13	17	14	14	11	16	13
5ª	14	12	16	14	18	15	15	12	17	14
6ª	15	13	17	15	19	16	16	13	18	15
Sáb	16	14	18	16	20	17	17	14	19	16
Dom	17	15	19	17	21	18	18	15	20	17
2ª	18	16	20	18	22	19	19	16	21	18
3ª	19	17	21	19	23	20	20	17	22	19
4ª	20	18	22	20	24	21	21	18	23	20
5ª	21	19	23	21	25	22	22	19	24	21
6ª	22	20	24	22	26	23	23	20	25	22
Sáb	23	21	25	23	27	24	24	21	26	23
Dom	24	22	26	24	28	25	25	22	27	24
2ª	25	23	27	Natal	29	26	26	23	28	25
3ª	26	24	28	26	30	27	27	24	29	26
4ª	27	25	29	27	31	28	28	Dia da Liberdade	30	27
5ª	28	26	30	28			29	26	Corpo de Deus	28
6ª	29	27		29			Sexta-feira Santa	27		29
Sáb	30	28		30			31	28		30

Apêndice 2 – Grelha de Avaliação

1ª Período												8ªB																						
A - ATIVIDADES FÍSICAS (AF)												B- APTIDÃO FÍSICA									C - CONHECIMENTOS							100% NÍVEL						
A				B		C	E	F	G	Combinação	**	**	Parcial	Vaivém	Abdominais	Extensões braços	Flexibilidade Dta.	Flexibilidade Esq.	20%	**	Parcial	**	5%							**	Parcial			
JDC				Ginástica		Atl	Dan	Bad	Out		Nível	Sócio-afetivo							C1 - Conhecimentos	C2- Sócio-afetivo					Assiduidade	Pontualidade	Preservação material			Comportament o		Média	Hábitos de Higiene	
Basquetebol	Andebol	Futebol	Voleibol	Solo	Aparelhos	Acrobática	Dança	Atletismo	Badminton											Outras		Nível	Sócio-afetivo	C1 - Conhecimentos										Assiduidade
I2	I2	I1+	I1	I1-	I2	I1	I1	NAI	I1	I2	4 I (2) + 2 (I) 1	3	3	2	ZS	ZS	ZS	ZS	ZS	4	4	1	3	5	5	4	3	4	3	1	3,35	3		
I2-	I1	I1-	I1	I2	I2	I1	I2-	I2	I1	I1+			0	0	NAZS	ZOT	NAZS	ZS	ZS			0								0	0,00			
I1	I1-	I1-	I1		I1	I1	I2-	NAI	I1	I1			0	0	NAZS	NAZS	ZOT	ZS	NAZS			0								0	0,00			
E1-	I2	I2	I2	I1	I2	I1	I1	I2	I2+	E1			0	0	ZOT	ZOT	ZS	ZS	ZS			0								0	0,00			
I2-	I1-	I1-	I1-	I2-	I2	I1	I1	I1+	I1	I1			0	0	NAZS	ZOT	ZS	ZS	ZS			0								0	0,00			
I1+	I2-	I1+	I1	I2-	I2	I1	I2	I2	I2	E1			0	0	ZS	ZS	NAZS	ZS	ZS			0								0	0,00			
I2	I2	I1+	I1+	I2-	I2	I1	I2	I1	I2	I1			0	0	NAZS	ZS	NAZS	NAZS	NAZS			0								0	0,00			
I2+	I2	I2	I1+	E1	E1	I1	I2	I2	I2	E1			0	0	ZS	ZS	NAZS	ZS	ZS			0								0	0,00			
I2-	I2-	I1-	I1-	E1-	I2	I1	I2	I2	I1	I2			0	0	ZS	ZS	ZS	NAZS	NAZS			0								0	0,00			
E1-	I2	E1	i2	E1-	E1	I1-	I2	I2	I2+	E1			0	0	ZOT	ZOT	ZS	ZS	ZS			0								0	0,00			
E1	E1	E1	I2	I2	I2	I2	I2	E1	I2+	E1			0	0	ZS	ZOT	ZS	NAZS	NAZS			0								0	0,00			
I1	I1	I1	I1+	I1-	I1-	I1	I2-	I2	I1	I1			0	0	NAZS	ZS	ZOT	NAZS	NAZS			0								0	0,00			
I2-	I1+	I2	I1+	I2	I2	I2	I1+	I2-	I2	E1			0	0	ZS	ZOT	ZS	ZS	ZS			0								0	0,00			
E1-	I2	E1	I2	E1-	I2	I1	I2-	I1	I2+	I1			0	0	ZS	ZOT	ZS	ZS	ZS			0								0	0,00			
I1	I1-	I1-	I1-	I1	I2	I1	I1+	I2-	I1	I1			0	0	ZS	ZS	ZS	NAZS	NAZS			0								0	0,00			
I2-	I1-	I1-	I1-	I2	I2	I1	I1+	I1+	I1	I1			0	0	ZS	ZS	ZS	ZS	ZS			0								0	0,00			
I2	I2	I2	I1-	I1	I2	I2-	I1+	I2	I2+	E1			0	0	ZS	ZOT	ZOT	ZS	ZS			0								0	0,00			
I2-	I1-	I1+	I1+	I1-	I2	I1	I1	I1+	I2	I1			0	0	NAZS	ZS	NAZS					0								0	0,00			

Anexos

Anexo 1 – Plano 1ª Etapa

1ª Etapa - EROS													
Objetivo	Professor		Apresentação do professor e dos Alunos. Apresentação das regras, normas da disciplina. Criação de rotinas de aula. Apresentação dos critérios de avaliação. Preparação para a avaliação inicial e posterior avaliação inicial das matérias. Aplicação dos testes de condição física Fitnessgram. Identificar o nível dos alunos em todas as matérias avaliadas. Projetar o desenvolvimento dos alunos após concluída a etapa de avaliação inicial. Promover um clima de aprendizagem favorável. Consolidação de matérias cuja avaliação Inicial já foi realizada.										
	Aluno		Apropriar as regras e normas de funcionamento da disciplina. Dar a conhecer aos alunos o nível em que se encontram em cada matéria. Cooperar com os colegas e com o professor de forma a criar um clima positivo na sala de aula.										
	1 UD						2 UD						
Mês	Setembro						Outubro						
Dia	20	22	27	29	4	6	11	13	18	20	25	27	
NºAula	2,3	4	5,6	7	8,9	10	11+12	13	14,15	16	17,18	19	
Instalações	Pav	Pav	Gin	Gin	Ext	Ext	Pav	Pav	Gin	Gin	Ext	Ext	
Matérias													
Futebol						1.a							
Andebol					1.a								
Basquetebol	1/1.a												
Voleibol		1/ 1.a											
Badminton							1.a						
Atletismo										1.2	1.1.a /1.3.a		
Dança													
Gin.Solo									1.a				
Gin.Apar.									1.a				
Gin.Acrob.										1.a			
Fitnessgram								1					
Streetsurfing												1.1.a	

Matérias	Objetivos	Avaliação Diagnóstica
Futebol	1.a Avaliação inicial: Jogo Formal 4x4 2. Deliberar após avaliação inicial	
Andebol	1.a Avaliação Inicial: Jogo Formal 5x5 2. Deliberar após avaliação inicial	
Basquetebol	1.Preparação para avaliação inicial 1.1.a Jogo Formal 3x3	
Voleibol	1.Preparação para avaliação inicial 1.1.a Jogo de cooperação 1+1 2. Deliberar após avaliação inicial	
Badminton	1.a Avaliação Inicial: jogo de cooperação 1+1	
Atletismo	1.Preparação para a Avaliação Inicial 1.1.a Avaliação Inicial Barreiras 1.2.a Avaliação Inicial Salto em Altura 1.3.a Avaliação Inicial Estafetas	
Dança	1.Avaliação inicial Merengue (Line Dance) 2. Avaliação Inicial Rumba Quadrada (Line Dance)	
Gin.Solo	1.Preparação Avaliação Inicial 1.1.a Avaliação Inicial (Sequência: avião, rolamento à frente, rolamento à frente de pernas afastadas, rolamento à retaguarda e pino de cabeça)	
Gin.Apar.	1.Preparação Avaliação Inicial 1.1.a Avaliação inicial (plinto longitudinal: cambalhota à frente, salto de coelho; Minitrampolim: ½ pirueta, Extensão e Engrupado; Trave baixa) 2. Deliberar após avaliação inicial	
Gin.Acroba.	1. Preparação Avaliação Inicial 1.1.a Avaliação Inicial (Par: Prancha Facial e Pino de Cabeça; Trios: Equilíbrio em pé nas coxas dos bases)	
Fitnessgram	1.Avaliação Inicial	
Streetsurfing	1.Preparação Avaliação Inicial 1.1.a Avaliação Inicial	
Condição Física	1.Trabalho de Várias Capacidades Físicas	

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Anexo 2 – Plano 2ª Etapa

Plano Anual	2ª Etapa- Prioridades																
Objetivos	Professor	Melhorar as capacidades físicas dos alunos, nos JDC de Invasão - passe e receção, enquadramento ofensivo e desmarcação, no badminton, lob e serviço, no atletismo melhorar a técnica de barreiras e transmissão do testemunho, na Ginástica aperfeiçoamento dos elementos gímnicos no solo, aparelhos e acrobática															
	Aluno	Conhecer as suas dificuldades e criar autonomia de trabalho de forma a trabalhar as componentes nas quais não têm o desempenho adequado. Criação de capacidade de autoavaliação. Cooperar com os colegas e com o professor de forma a criar um clima positivo na sala de aula.															
Unidade Didática	1ª UD					2ª UD						3ª UD					
Mês	Novembro								Dezembro			Janeiro					
Dia	3	8	10	15	17	22	24	29	6	13	15	3	5	10	12	17	19
Nº Aula	20	21,22	23	24,25	26	27,28	29	30,31	32,33	34,35	36	37,38	39	40,41	42	43,44	45
Instal.	Pav	Gin	Gin	Ext	Ext	Pav	Pav	Gin	Ext	Pav	Pav	Pav	Pav	Gin	Gin	Ext	Ext
Matérias																	
Futebol									1,4								1,3
Andebol				2, 3, 4	1,2				2,4				1,3			2,4	2,3
Basquetebol	2,3			1		2,3	1,2			1,3		1,3					
Voleibol							1,2,3,5			1,2,3			1,2,3,5				
Badminton	1,2					1,2						1,2					
Atletismo					1,2				1,2							1,2	1,2

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Dança			1,3			1,3		1,3				2,4		1,3	2,4		
Gin.Sol			1,2				1,2	1,2						1,2			
Gin.Apa		2,3,4,5						2,3,4,5						2,3,4,5			
Gin.Acr		1,2						1,2						1,2	1,2		
Fitnessg											2,3						
Streetsu																	
Cond.Fí.	1,2,3,4			1,2,3,4	1,2,3,4	1,2,3,4	1,2,3,4	1,2,3,4	1,2,3,4	1,2,3,4		1,2,3,4	1,2,3,4			1,2,3,4	1,2,3,4

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Matéria	Objetivo	Exercícios
Futebol	Receção (com as duas mãos, no Basquetebol e Andebol enquadramento ofensivo) Passe e desmarcação Ocupação relativa do espaço Assumir atitude defensiva entre o jogador e a baliza ou cesto	1. Situação de Jogo 2x1 ou 3x1 2. Situação de Jogo 2x2 com 4/6 balizas 3. Situação de Jogo 4x4 + Joker 4. Situação de jogo 3x3 +2 joker 5. Situação de Jogo com corredores
Andebol		1. Situação de Jogo 3x3 sem drible em campo inteiro 2. Situação de 2x2 + Joker (agente de ensino) em meio campo 3. Situação de Jogo 3x3 4. Situações de exercício analítico
Basquetebol		1. Situação de Jogo 3x3 com e sem drible 2. Situação de Jogo 3x3 + Joker (agente de ensino) 3. Situação de exercício analítico de lançamento
Voleibol	Realização da posição base Flexão/extensão do corpo Realiza passe com uma trajetória alta Desloca-se para o ponto de queda da bola	1. Situação de Jogo 1+1 2. Situação de Jogo 1x1 3. Situação de Jogo 2+2 4. Situação de Jogo 2x2 5. Situação de exercício analítico
Badminton	Deslocam-se oportunamente e adotam posicionamento e atitude corretos Utiliza a pega mais correta Realização do lob e serviço	1. Situação de Jogo 1+1 2. Situação de Jogo 1x1
Atletismo	Barreiras – Transpõem pequenos obstáculos ou barreiras, combinando corrida, impulsão, voo e receção Estafetas – Recebem o testemunho na zona de transmissão, sem contacto visual, ao sinal sonoro Velocidade – Aceleram até à velocidade máxima, terminando sem desaceleração e inclinando o tronco à frente Salto em Altura - Realizam a técnica de tesoura	1. Barreiras – Transpor pequenos obstáculos e barreiras em corrida 2. Estafetas – transmissão sem contacto visual, com sinal sonoro 3. Velocidade – capacidade de reação 4. Salto em Altura – técnica de tesoura e de costas
Dança	Realizam os passos no tempo e ritmo corretos da música	1. Merengue em Line Dance 2. Merengue a Pares 3. Rumba Quadrada em Line Dance 4. Rumba Quadrada a Pares
Gin.Solo	Aperfeiçoamento dos elementos gímnicos para realização de sequência	1. Realizar elementos gímnicos isolados 2. Realizar a sequência
Gin.Apar.	Boque - realiza salto ao eixo e entre mãos	1. Exercícios que impliquem chamada a dois pés

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

	No Plinto, realiza Coelho e Cambalhota á frente No Minitrampolim, realiza Salto em Extensão, Engrupado, de Carpa e ½ pirueta Na Trave, realiza Entrada, Marcha para a frente e para trás, ½ Volta, Salto e Saída	2. No Boque realizar Salto ao Eixo e Salto Entre-mãos 3. No Plinto realizar Salto de Coelho + Eixo, Cambalhota 4. No Minitrampolim realizar Salto em Extensão, Engrupado, Carpa de pernas afastadas, ½ Pirueta 5. Na Trave realizar Entrada (a 1 pé ou com ajuda), Marcha para a frente e para trás, Salto, Meia volta, Avião e Saída em Salto em Extensão
Gin.Acroba.	Executam as figuras a pares e a trios, mantendo a posição durante 3 segundos e realizando o monte e o desmonte corretamente	1. Figuras de pares 2. Figuras de trios
Streetsurfing	Deslizam com os dois pés sobre a prancha, após impulso de um dos pés, sozinhos ou com ajuda	1. Desliza com os dois pés sobre a «prancha» após impulso de um pé, com deslocamento
Fitnessgram	Avaliação	1. Teste Vai Vem 2. Teste de Abdominais e Extensões de Braços 3. Senta e Alcança
Cond. Física	Melhorar as capacidades físicas, nomeadamente a Resistência Aeróbia, a Força e Flexibilidade	1. Circuito de Condição Física 2. Trabalho de força na transição entre estações 3. Trabalho de resistência aeróbia durante o decorrer da aula 4. Trabalho de flexibilidade no fim da aula

Anexo 3 – Plano 3ª Etapa

Plano Anual	3ªEtapa- Progresso																
Objetivos	Professor			Melhorar as capacidades físicas dos alunos e conhecimento acerca do seu desenvolvimento e manutenção Nos JDC de Invasão, passe e receção, enquadramento ofensivo, passe e desmarcação Na Ginástica, aperfeiçoamento dos elementos gímnicos dos saltos e aparelhos													
	Aluno			Conhecer as suas dificuldades e criar autonomia de trabalho de forma a trabalhar as componentes nas quais não têm o desempenho adequado. Desenvolvimento da capacidade de auto-avaliação . Cooperar com os colegas e com o professor de forma a criar um clima positivo na sala de aula.													
Uni Did	1ª UD						2ª UD				3 UD						
Mês	Janeiro			Fevereiro							Março						
Dia	24	26	31	2	7	9	16	21	23	28	2	7	9	14	16	21	23
NºAula	46,47	48	49,50	51	52,53	54	55	56, 57	58	59, 60	61	62,63	64	65, 66	67	68, 69	70
Instalação	Pav.	Pav.	Gin.	Gin.	Ext.	Ext.	Ext.	Pav.	Pav.	Gin.	Gin.	Ext.	Ext.	Pav.	Pav.	Gin.	Gin.
Matérias																	
Futebol							Aula Teórica										
Andebol					2, 4	2,4											
Basquete bol	1, 3							1,3	1, 3					1,3			
Voleibol								1,3						1, 2			
Badminton	1, 2								1, 2								
Atletismo					1,2,3,5	1,2,3,5						1,2,3					
Dança	1, 3							1,3		2, 4					2,4		1,3

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Gin.Solo																	
Gin.Apar			1,2,3,4	1,2,3,4					1,2,3,4	1,2,3,4					1,2,3,4	1,2,3,4	
Gin.Acro			1, 2	1,2					1, 2	1,2					1,2	1,2	
Fitnessgr														2,3,4			
Streetsur					1, 2, 3					1, 2, 3	1,2,3						
Cond. Fí							1										

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Matéria	Objetivos	Situações de Exercício	Orientações Chave
Futebol	<u>Alunos Menos Evoluídos:</u> Realizam passe seguido de desmarcação; Conduzem a bola em progressão; Quando em posse de bola passam a um colega em desmarcação	1. Situação de Jogo 3x3 + Joker com 4 balizas 2. Situação de Jogo 3x3 + 2Joker 3. Situação de Jogo 4x4 + Joker	✓ Haver sempre uma linha de passe à direita e à esquerda do portador da bola ✓ Defender entre a bola e a baliza
	<u>Alunos Mais Evoluídos:</u> Garantem largura e profundidade; Decidem oportunamente quando rematar, passar ou progredir	4. Situação de Jogo 4x4 (com corredores) 5. Situação de Jogo 4x4+ Joker 6. Jogo com Jokers no corredor 7. Situação de Jogo 5x5	✓ Haver sempre uma linha de passe à direita e à esquerda do portador da bola ✓ Atitude defensiva e ofensiva
Andebol	<u>Alunos Menos Evoluídos:</u> Realizam passe seguido de desmarcação; Recebem a bola com as duas mãos; Ocupação racional do espaço; Assumem atitude defensiva; Rematam em salto	1. Situações de superioridade numérica; 2. Situação de Jogo 3x3 + Joker	✓ Remate em salto ✓ Haver sempre uma linha de passe à direita e à esquerda do portador da bola ✓ Defender entre a bola e a baliza
	<u>Alunos Mais Evoluídos:</u> Realizam trapézio ofensivo e defensivo; Rematam em salto; Defendem HxH	3. Situação de Jogo 4x4 +Joker 4. Situação de Jogo 5x5	✓ Trapézio ✓ Remate em salto; ✓ Atitude Defensiva; ✓ Linha de passe à esquerda e direita.
Basquete bol	<u>Alunos Menos Evoluídos:</u> Passam e a seguir desmarcam-se; Recepção com as duas mãos e orientação para o cesto; Ocupação racional do espaço; Lançamento na Passada; Assumem atitude defensiva	1. Situação de Jogo 2x2 + Joker 2. Situação de Jogo 3x3+ Joker 3. Situação de Jogo 3x3 4. Situação de Jogo 3x3 sem drible	✓ Haver sempre uma linha de passe à direita e à esquerda do portador da bola ✓ Passa e Desmarca ✓ Receber a bola com as duas mãos e orientar para o cesto ✓ Defender entre a bola e o cesto
	<u>Alunos Mais Evoluídos:</u> Desmarcam-se para linha de 1º passe ou	5. Situação de Jogo 4x4 + Joker	✓ Condução pelo corredor central ✓ Passe ofensivo

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

	cortam para o cesto; Aclaram o espaço do jogador em progressão; Conduzem a bola pelo corredor central; Realizam passe para um colega em posição mais ofensiva		
Voleibol	<u>Alunos Menos Evoluídos:</u> Sustentação da bola no ar; Serviço em passe	1. Situação de Jogo 1+1 2. Situação de Jogo 2+2	✓ Mantém a posição base ✓ Passe alto ✓ Utilizar todo o corpo para realizar o passe
	<u>Alunos Mais Evoluídos:</u> Serviço por baixo colocado; Passe colocado para o campo adversário; Posicionamento defensivo para receção da bola; 3 toques	3. Situação de Jogo 2x2	✓ Serviço por baixo colocado; ✓ Passe colocado para o campo adversário; Posicionamento defensivo para receção da bola
Ginástico e Solo	Realizam os elementos gímnicos isoladamente; Realizam uma sequência gímnica	1. Realizam uma sequência	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor
Ginástico de Aparelh	Boque, Plinto e Minitrampolim – Execução correta dos saltos; Receção equilibrada Trave – Realização das ações motoras com empenho, correção e fluidez	1. No boque realizam Salto ao Eixo e Salto Entre-mãos 2. No Plinto realizam Salto ao Eixo, Cambalhota à frente e Salto Entre-mãos 3. No Minitrampolim realizam Salto em Extensão, Salto Engrupado, Salto Encarpado de pernas afastadas, Meia Pirueta, Pirueta. 4. Na Trave realizam sequência: entrada a 1 pé, marcha à frente e atrás, salto com flexão das pernas, ½ volta, saída com salto em extensão ou ½ pirueta	✓ Realização controlada da figura ✓ Receção equilibrada

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Ginásio Acrobático	Realizam monte e desmonte corretamente; Mantém a figura estática durante 3 segundos	1. Figuras a pares 2. Figuras de trios	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor
Atletismo	<u>Barreiras</u> – Passagem rasante dos obstáculos; Mantém o equilíbrio nas receções, sem desaceleração nítida	1. Trabalho de técnica da perna de ataque 2. Trabalho de técnica da perna de esquiva 3. Transposição de pequenos obstáculos com corrida	✓ Ataca a Barreira, apoia o 1/3 anterior do pé longe, passa a barreira com trajetória rasante mantendo o equilíbrio e sem desaceleração
	<u>Velocidade</u> – Inclina o tronco à frente nas últimas passadas	4. Corrida de 40m	✓ Inclinação do tronco à frente nas últimas passadas
	<u>Estafetas</u> – Transmissão do testemunho após sinal sonoro com e sem contacto visual	5. Transmissão do testemunho após sinal sonoro, sem desaceleração na troca do testemunho	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor
	<u>Salto em Altura</u> – Tesoura; Fosbury Flop: apoio ativo na chamada com elevação da coxa da perna livre	6. Aluno realiza técnica de tesoura 7. Aluno, de costas, realiza «queda» para o colchão 8. Aluno realiza técnica de Fosbury Flop	✓ Extensão completa dos MI ✓ Apoio ativo na chamada, elevação da coxa da perna livre; corpo arqueado no voo, flexão das coxas e extensão dos MI na fase descendente do voo
Dança	<u>Merengue</u> – Em line dance e a pares: passos no lugar, passos progredindo à frente e atrás, mambo, passos laterais, passos laterais cruzados, voltas à dta e à esq, jazz square, twist, passos em V <u>Rumba Quadrada</u> – Em line dance e a pares: passo básico, passo progressivo, volta circular, volta e contravolta	1. Em line dance, realizam os passos de Merengue 2. Em line dance, realizam os passos de Rumba Quadrada 3. A pares, realizam os passos de Merengue 4. A pares, realizam os passos de Rumba Quadrada	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Badminton	Menos Evoluídos: Realizam clear e lob e serviço por baixo	1. Situação de Jogo 1+1	✓ Pega da raquete ✓ Mantém uma PB regressando à PI após cada batimento
	Mais Evoluídos: Realizam Clear lob e amorti; exploração vertical e horizontal do campo adversário.	2. Situação de jogo 1x1	✓ Exploração do campo em função da posição do adversário
Streetsurfing	Mais Evoluídos: Realização de percursos com voltas para dentro e para fora	1. O aluno desliza com os dois pés sobre a prancha, após impulso de um pé, realizando um trajeto retilíneo, com ou sem ajuda. 2. O aluno desliza com os dois pés sobre a prancha, realizando um percurso delineado. 3. O aluno desliza com os dois pés sobre a prancha, realizando um percurso delineado com voltas para dentro e para fora	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor
	Menos Evoluídos: desliza com os dois pés sobre a prancha, após impulso de um pé, realizando um trajeto retilíneo, com ou sem ajuda		
Condição Física	Melhorar as capacidades físicas, nomeadamente a resistência aeróbia, a força média, a flexibilidade dos membros inferiores e a força superior; Verificar se os alunos se encontram na ZSAF	1-Circuito de condição física: extensões de braços no banco sueco, abdominais, subir e descer o espaldar, saltar à corda. 2- Teste do Vaivém 3- Teste dos Abdominais 4- Teste das Extensões de Braços 5- Teste do Senta e Alcança	✓ Realização dos exercícios com correção ✓ Níveis de empenhamento motor elevados
Conhecimentos	Aprofundar os conhecimentos acerca dos Benefícios da Atividade Física para a Saúde	Trabalho de grupo	

Anexo 4 – Plano 4ª Etapa

Plano Anual	4ªEtapa- Produto																				
Objetivos	Professor	Melhorar as capacidades físicas dos alunos e conhecimento acerca do seu desenvolvimento e manutenção Na Ginástica, aperfeiçoamento dos elementos gímnicos dos saltos e aparelhos																			
	Aluno	Conhecer as suas dificuldades e criar autonomia de trabalho de forma a trabalhar as componentes nas quais não têm o desempenho adequado. Desenvolvimento da capacidade de auto-avaliação. Cooperar com os colegas e com o professor de forma a criar um clima positivo na sala de aula.																			
Unidade Didática	1ª UD					2ª UD					3 UD										
Mês	Abril					Maio										Junho					
Dia	11	13	18	20	27	2	4	9	11	16	18	23	25	30	1	6	8	13	15		
NºAula	71,72	73	74,75	76	77	78,79	80	81,82	83	84,85	86	87,88	89	90,91	92	93,94	95	96,97	98		
Instalações	Ext.	Ext.	Pav.	Pav	Gin.	Ext.	Ext.	Pav.	Pav.	Gin	Gin.	Ext.	Ext.	Pav.	Pav.	Gin.	Gin.	Ext.	Ext.		
Matérias																					
Futebol	1,7	1,7				1,7	1,7	Proj.				Interdisciplinar Proj.	Provas Aferição de		Sarau Escola da			1,7			
Andebol	1,2					1,2	1,2	Int.												1,2	
Basquete bol								3,4													
Voleibol			2,3	2,3					2,3												
adminton			,2	,2				1,2	1,2												
Atletismo		1,2,5					1,2,5													1,2,5	
Dança			3,4							3,4	3,4										

[illegible]

Matéria	Objetivos	Situações de Exercício	Orientações Chave
Futebol	<u>Alunos Menos Evoluídos:</u> Realizam passe seguido de desmarcação; Conduzem a bola em progressão; Quando em posse de bola passam a um colega em desmarcação	8. Situação de Jogo 3x3 + Joker com 4 balizas 9. Situação de Jogo 3x3 + 2Joker 10. Situação de Jogo 4x4 + Joker	✓ Haver sempre uma linha de passe à direita e à esquerda do portador da bola ✓ Defender entre a bola e a baliza
	<u>Alunos Mais Evoluídos:</u> Garantem largura e profundidade; Decidem oportunamente quando rematar, passar ou progredir	11. Situação de Jogo 4x4 (com corredores) 12. Situação de Jogo 4x4+ Joker 13. Jogo com Jokers no corredor 14. Situação de Jogo 5x5	✓ Haver sempre uma linha de passe à direita e à esquerda do portador da bola ✓ Atitude defensiva e ofensiva
Andebol	<u>Alunos Menos Evoluídos:</u> Realizam passe seguido de desmarcação; Recebem a bola com as duas mãos; Ocupação racional do espaço; Assumem atitude defensiva; Rematam em salto	5. Situações de superioridade numérica; 6. Situação de Jogo 3x3 + Joker	✓ Remate em salto ✓ Haver sempre uma linha de passe à direita e à esquerda do portador da bola ✓ Defender entre a bola e a baliza
	<u>Alunos Mais Evoluídos:</u> Realizam trapézio ofensivo e defensivo; Rematam em salto; Defendem HxH	7. Situação de Jogo 4x4 +Joker 8. Situação de Jogo 5x5	✓ Trapézio ✓ Remate em salto; ✓ Atitude Defensiva;

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

			✓ Linha de passe à esquerda e direita.
Basquetebol	<u>Alunos Menos Evoluídos:</u> Passam e a seguir desmarcam-se; Recepção com as duas mãos e orientação para o cesto; Ocupação racional do espaço; Lançamento na Passada; Assumem atitude defensiva	6. Situação de Jogo 2x2 + Joker 7. Situação de Jogo 3x3+ Joker 8. Situação de Jogo 3x3 9. Situação de Jogo 3x3 sem drible	✓ Haver sempre uma linha de passe à direita e à esquerda do portador da bola ✓ Passa e Desmarca ✓ Receber a bola com as duas mãos e orientar para o cesto ✓ Defender entre a bola e o cesto
	<u>Alunos Mais Evoluídos:</u> Desmarcam-se para linha de 1º passe ou cortam para o cesto; Aclaram o espaço do jogador em progressão; Conduzem a bola pelo corredor central; Realizam passe para um colega em posição mais ofensiva	10. Situação de Jogo 4x4 + Joker	✓ Condução pelo corredor central ✓ Passe ofensivo
Voleibol	<u>Alunos Menos Evoluídos:</u> Sustentação da bola no ar; Serviço em passe	4. Situação de Jogo 1+1 5. Situação de Jogo 2+2	✓ Mantém a posição base ✓ Passe alto ✓ Utilizar todo o corpo para realizar o passe
	<u>Alunos Mais Evoluídos:</u> Serviço por baixo colocado; Passe colocado para o campo adversário; Posicionamento defensivo para receção da bola; 3 toques	6. Situação de Jogo 2x2	✓ Serviço por baixo colocado; ✓ Passe colocado para o campo adversário; Posicionamento defensivo para receção da bola
Ginástica de Solo	Realizam os elementos gímnicos isoladamente; Realizam uma sequência gímica	2. Realizam uma sequência	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor
Ginástica de Aparelhos	Boque, Plinto e Minitrampolim – Execução correta dos saltos; Receção equilibrada Trave – Realização das ações motoras com empenho, correção e fluidez	5. No boque realizam Salto ao Eixo e Salto Entre-mãos 6. No Plinto realizam Salto ao Eixo, Cambalhota à frente e Salto Entre-mãos 7. No Minitrampolim realizam Salto em Extensão, Salto Engrupado, Salto Encarpado de pernas afastadas, Meia Pirueta, Pirueta.	✓ Realização controlada da figura ✓ Receção equilibrada

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

		8. Na Trave realizam sequência: entrada a 1 pé, marcha à frente e atrás, salto com flexão das pernas, ½ volta, saída com salto em extensão ou ½ pirueta	
Ginástica Acrobática	Realizam monte e desmonte corretamente; Mantém a figura estática durante 3 segundos	3. Figuras a pares 4. Figuras de trios	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor
Atletismo	<u>Barreiras</u> – Passagem rasante dos obstáculos; Mantém o equilíbrio nas receções, sem desaceleração nítida	9. Trabalho de técnica da perna de ataque 10. Trabalho de técnica da perna de esquiva 11. Transposição de pequenos obstáculos com corrida	✓ Ataca a Barreira, apoia o 1/3 anterior do pé longe, passa a barreira com trajetória rasante mantendo o equilíbrio e sem desaceleração
	<u>Velocidade</u> – Inclina o tronco à frente nas últimas passadas	12. Corrida de 40m	✓ Inclinação do tronco à frente nas últimas passadas
	<u>Estafetas</u> – Transmissão do testemunho após sinal sonoro com e sem contacto visual	13. Transmissão do testemunho após sinal sonoro, sem desaceleração na troca do testemunho	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor
	<u>Salto em Altura</u> – Tesoura; Fosbury Flop: apoio ativo na chamada com elevação da coxa da perna livre	14. Aluno realiza técnica de tesoura 15. Aluno, de costas, realiza «queda» para o colchão 16. Aluno realiza técnica de Fosbury Flop	✓ Extensão completa dos MI ✓ Apoio ativo na chamada, elevação da coxa da perna livre; corpo arqueado no voo, flexão das coxas e extensão dos MI na fase descendente do voo
Dança	<u>Merengue</u> – Em line dance e a pares: passos no lugar, passos progredindo à frente e atrás, mambo, passos laterais, passos laterais cruzados, voltas à dta e à esq, jazz square, twist, passos em V	5. Em line dance, realizam os passos de Merengue 6. Em line dance, realizam os passos de Rumba Quadrada 7. A pares, realizam os passos de Merengue 8. A pares, realizam os passos de Rumba Quadrada	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor

Eduardo Alexandre Oliveira Braga – Relatório de Estágio
2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

	<u>Rumba Quadrada</u> – Em line dance e a pares: passo básico, passo progressivo, volta circular, volta e contravolta		
Badminton	<u>Menos Evoluídos</u> : Realizam clear e lob e serviço por baixo	3. Situação de Jogo 1+1	✓ Pega da raquete ✓ Mantém uma PB regressando à PI após cada batimento
	<u>Mais Evoluídos</u> : Realizam Clear lob e amorti; exploração vertical e horizontal do campo adversário.	4. Situação de jogo 1x1	✓ Exploração do campo em função da posição do adversário
Streetsurfing	<u>Mais Evoluídos</u> : Realização de percursos com voltas para dentro e para fora	4. O aluno desliza com os dois pés sobre a prancha, após impulso de um pé, realizando um trajeto retilíneo, com ou sem ajuda. 5. O aluno desliza com os dois pés sobre a prancha, realizando um percurso delineado. 6. O aluno desliza com os dois pés sobre a prancha, realizando um percurso delineado com voltas para dentro e para fora	✓ Realização das ações motoras com empenho e correção, de uma forma fluida ✓ Elevado tempo de empenhamento motor
	<u>Menos Evoluídos</u> : desliza com os dois pés sobre a prancha, após impulso de um pé, realizando um trajeto retilíneo, com ou sem ajuda		
Condição Física/ Fitnessgram	Melhorar as capacidades físicas, nomeadamente a resistência aeróbia, a força média, a flexibilidade dos membros inferiores e a força superior; Verificar se os alunos se encontram na ZSAF	1-Circuito de condição física: extensões de braços no banco sueco, abdominais, subir e descer o espaldar, saltar à corda. 2- Teste do Vaivém 3- Teste dos Abdominais 4- Teste das Extensões de Braços 5- Teste do Senta e Alcança	✓ Realização dos exercícios com correção ✓ Níveis de empenhamento motor elevados
Conhecimentos	Aprofundar os conhecimentos acerca dos Benefícios da Atividade Física para a Saúde	Trabalho de grupo	

Anexo 5 – Guião do Trabalho da Área dos Conhecimentos

Competências a Desenvolver:

- U.T.I.a) Capacidades Motoras:
 - Distinguir as capacidades motoras e saber como devem ser trabalhadas.
 - Identificar os tipos ou princípios de treino
- U.T.I.b) Fatores associados a um estilo de vida saudável
 - Saber quais são os efeitos do exercício no sistema muscular, ósseo e respiratório.
 - Fatores associados a um estilo de vida saudável:
 - Respeito pelo tempo de repouso, tempo de recuperação do organismo.

Avaliação:

- Grupos – Organizar os grupos com base nas dificuldades reveladas no teste das capacidades motoras (Fitnessgram).
- Todas as fases têm 2 momentos de entrega, o primeiro para o professor dar feedback e os alunos melhorarem o trabalho, e o 2º uma entrega final.

1ª Fase do Trabalho:

- Escolha de uma capacidade motora para cada grupo (Resistência – Aeróbia e Anaeróbia?; Flexibilidade; Força; Velocidade; Coordenação).
- Obj. – «Conhecer» a Capacidade Motora, e saber de que forma pode ser trabalhada (U.T.I.a);
- Identificar os tipos de treino a serem utilizados para o desenvolvimento dessa capacidade motora;

Com base na pesquisa realizada sobre a capacidade motora requerida e sabendo identificar qual o sistema energético mais importante, «criar» um exercício/ jogo de forma a desenvolver/melhorar essa mesma capacidade física, que possa ser aplicado em aula

Pesquisa em locais fornecidos pelo Professor;

Apresentação oral – Comunicação (Início do 2º Período).

- Avaliação:

2--«Conhecer» a Capacidade Motora

3-«Conhecer» a Capacidade Motora, e saber de que forma pode ser trabalhada;

4-«Conhecer» a Capacidade Motora, e saber de que forma pode ser trabalhada;

Benefícios do desenvolvimento dessa capacidade motora;

«Criar» um exercício/ jogo de forma a desenvolver/melhorar essa mesma capacidade física, que possa ser aplicado em aula

5-Apresentação

«Conhecer» a Capacidade Motora, e saber de que forma pode ser trabalhada;

Benefícios do desenvolvimento dessa capacidade motora;

«Criar» um exercício/ jogo de forma a desenvolver/melhorar essa mesma capacidade física, que possa ser aplicado em aula

2ª Fase do trabalho

- Com base no trabalho anterior que pode ser alterado ou não, os alunos têm de conseguir explicar quais são as alterações/ efeitos que o desenvolvimento destas capacidades têm no corpo (U.T.I.b)
- Criar um conjunto de 3 exercícios com diferentes níveis de dificuldade para desenvolver a capacidade motora definida anteriormente, Respeito pelo tempo de repouso, tempo de recuperação do organismo.
- Avaliação:

3- Com base no trabalho anterior que pode ser alterado ou não, os alunos têm de conseguir explicar quais são as alterações/ efeitos que o desenvolvimento destas capacidades têm no corpo.

4- Com base no trabalho anterior que pode ser alterado ou não, os alunos têm de conseguir explicar quais são as alterações/ efeitos que o desenvolvimento destas capacidades têm no corpo.

Criar um exercício para desenvolver a capacidade motora definida anteriormente

5- Com base no trabalho anterior que pode ser alterado ou não, os alunos têm de conseguir explicar quais são as alterações/ efeitos que o desenvolvimento destas capacidades têm no corpo.

Criar um conjunto de 3 exercícios com diferentes níveis de dificuldade para desenvolver a capacidade motora definida anteriormente, Respeito pelo tempo de repouso, tempo de recuperação do organismo.

3ª Fase do Trabalho

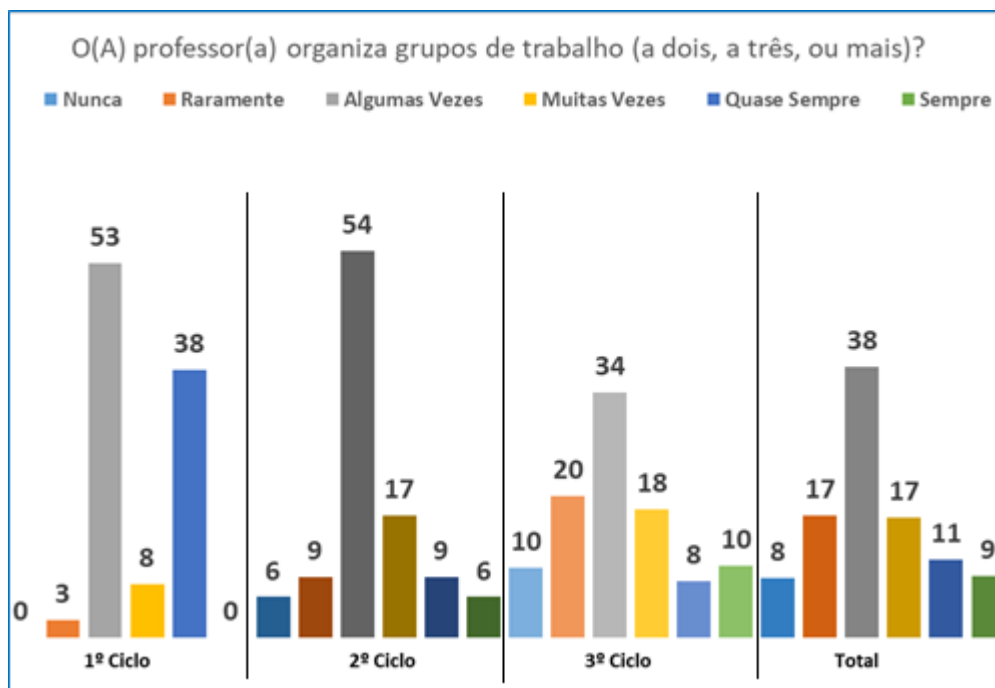
- Criar um circuito que possa ser aplicado em aula (mínimo 5 estações), respeitando os tempos de repouso, com número de séries e repetições intercalando os grupos musculares.
- Avaliação:

3- Com base no trabalho anterior que pode ser alterado ou não, os alunos criam um circuito que não é possível aplicar em aula (mínimo 3 estações), respeitando os tempos de repouso, com número de séries e repetições intercalando os grupos musculares

4- Com base no trabalho anterior que pode ser alterado ou não, os alunos têm de conseguir criar um circuito que possa ser aplicado em aula (3 estações), respeitando os tempos de repouso, com número de séries e repetições intercalando os grupos musculares

5- Com base no trabalho anterior que pode ser alterado ou não, os alunos têm de conseguir criar um circuito que possa ser aplicado em aula (mínimo 5 estações), respeitando os tempos de repouso, com número de séries e repetições intercalando os grupos musculares.

Anexo 6 – Gráficos do Seminário de Avaliação Formativa, referente aos Alunos



1º Ciclo – 46% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor organiza grupos de trabalho nas aulas (61%)

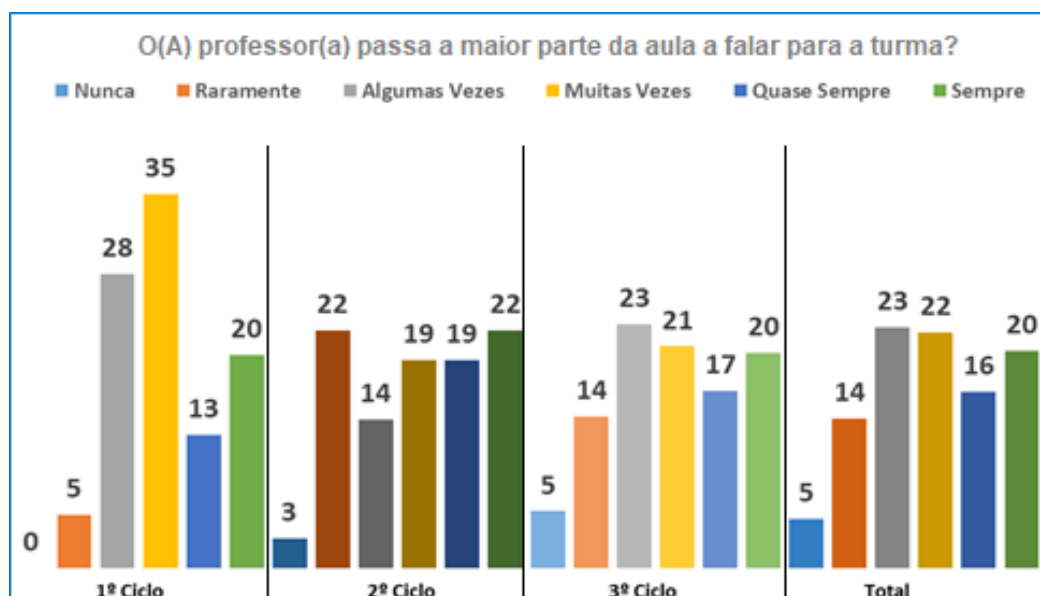
2º Ciclo – 32% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor organiza grupos de trabalho nas aulas, de salientar que, 69% dos alunos responde abaixo de algumas vezes que o professor organiza grupos de trabalho (31%)

3º Ciclo – 36% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor organiza grupos de trabalho nas aulas (43%)

Perspetiva Escolar – Verifica-se que 37% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes (41%) e 38% responderam Algumas Vezes (34%).

Revela a pouca utilização desta metodologia por parte dos professores da escola.

Nota: Entre parênteses os resultados do estudo de 2013.



1º Ciclo – 68% dos alunos responderam acima de muitas vezes (56%) e que 20% responde Sempre (33%) ao facto do professor passar a maior parte da aula a falar para a turma.

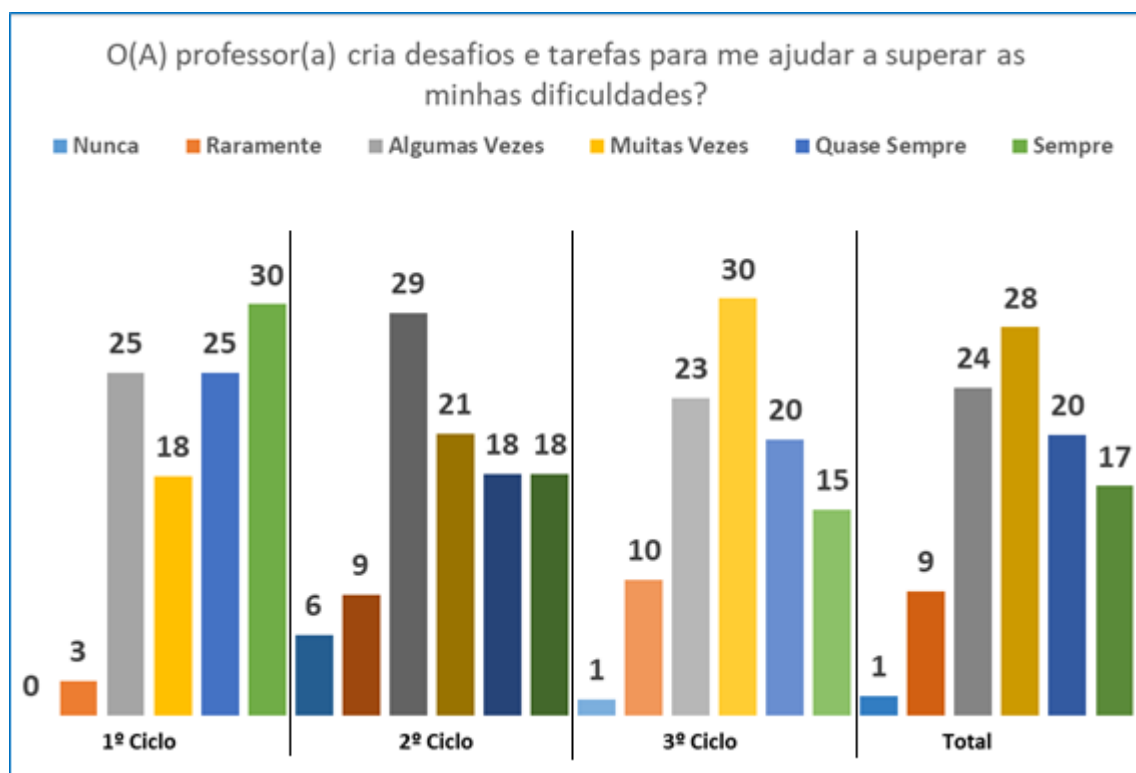
2º Ciclo – 60% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor passa a maior parte da aula a falar (67%).

3º Ciclo – 58% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor passa a maior parte da aula a falar (59%).

Perspetiva Escolar – Verifica-se que 58% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes (61%) e 23% responderam Algumas Vezes (25%).

Revela que mais de 50% utiliza muitas vezes esta metodologia por parte dos professores da escola.

Nota: Entre parênteses os resultados do estudo de 2013.



1º Ciclo – 73% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor cria desafios e tarefas para ajudar a superar as dificuldades (68%)

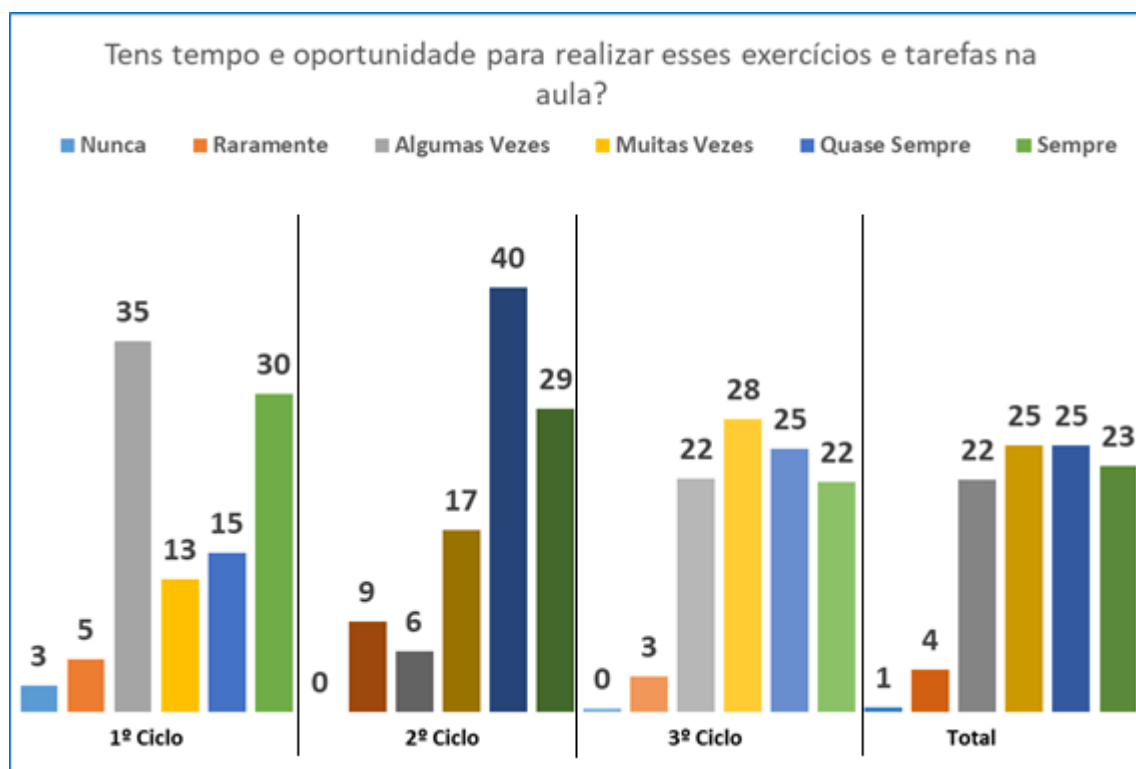
2º Ciclo – 57% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor cria desafios e tarefas para ajudar a superar as dificuldades (57%)

3º Ciclo – 65% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor cria desafios e tarefas para ajudar a superar as dificuldades (68%)

Perspetiva Escolar – Verifica-se que 65% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes (64%) e 24% responderam Algumas Vezes (22%).

Revela que os alunos têm a perceção de que mais de 60% dos professores utiliza muitas vezes esta metodologia.

Nota: Entre parênteses os resultados do estudo de 2013.



1º Ciclo – 58% dos alunos responderam acima de muitas vezes (85%) e que 30% responde Sempre (43%) ao facto de terem tempo a fazer tarefas/exercícios

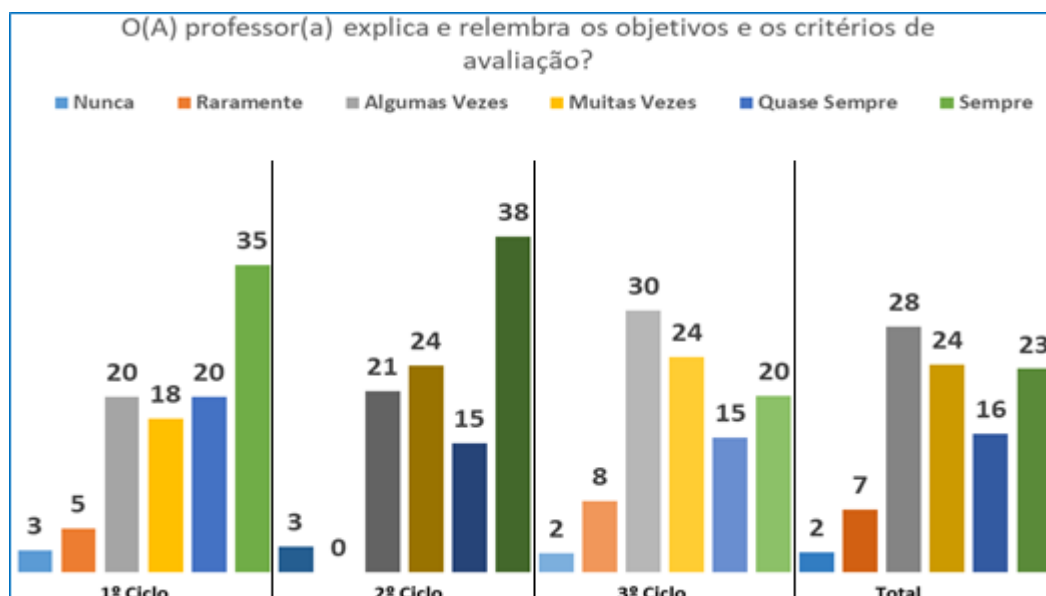
2º Ciclo – 86% dos alunos responderam acima de muitas vezes que têm tempo para fazer as tarefas/exercícios (63%).

3º Ciclo – 75% dos alunos responderam acima de muitas vezes que têm tempo para fazer as tarefas/exercícios (64%)

Perspetiva Escolar – Verifica-se que 73% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes (67%) e 22% responderam Algumas Vezes (28%).

Revela que mais de 70% dos professores utilizam muitas vezes esta metodologia.

Nota: Entre parênteses os resultados do estudo de 2013.



1º Ciclo – 73% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor relembra os objetivos e critérios (83%)

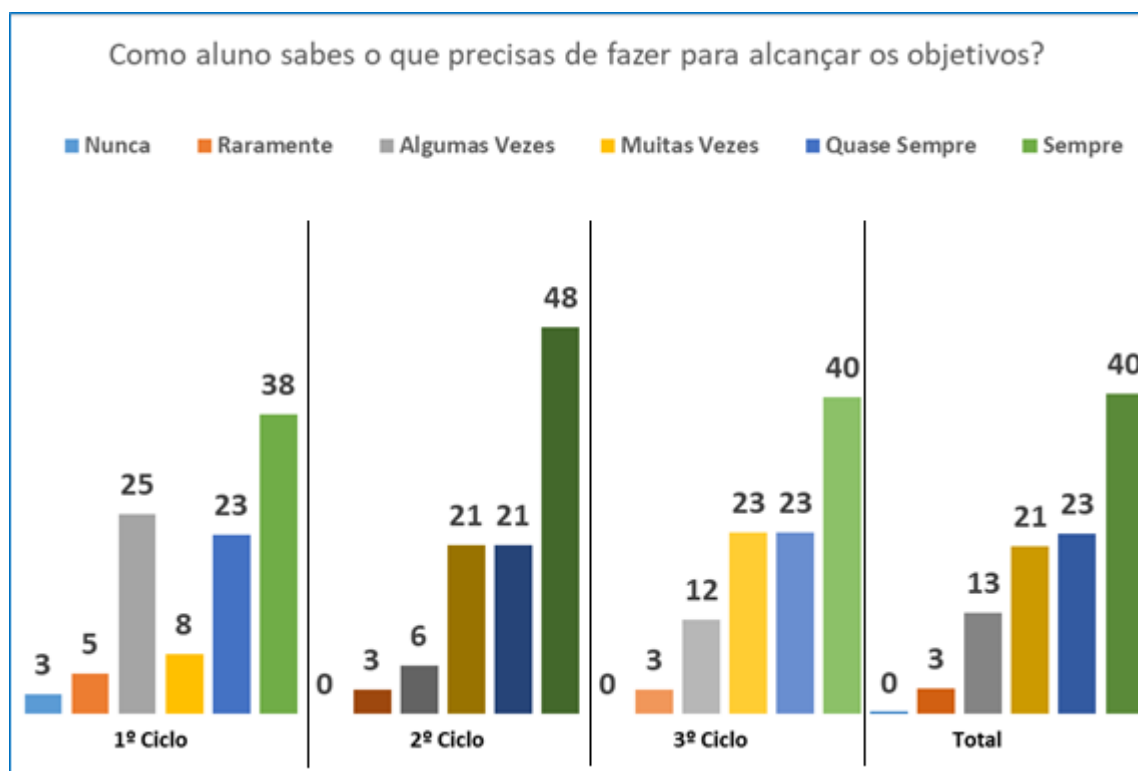
2º Ciclo – 77% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor relembra os objetivos e critérios (78%)

3º Ciclo – 59% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o professor relembra os objetivos e critérios (79%)

Perspetiva Escolar – Verifica-se que 63% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes (79%) e 28% responderam Algumas Vezes (17%).

Revela que mais de 60% utiliza muitas vezes esta metodologia.

Nota: Entre parênteses os resultados do estudo de 2013.

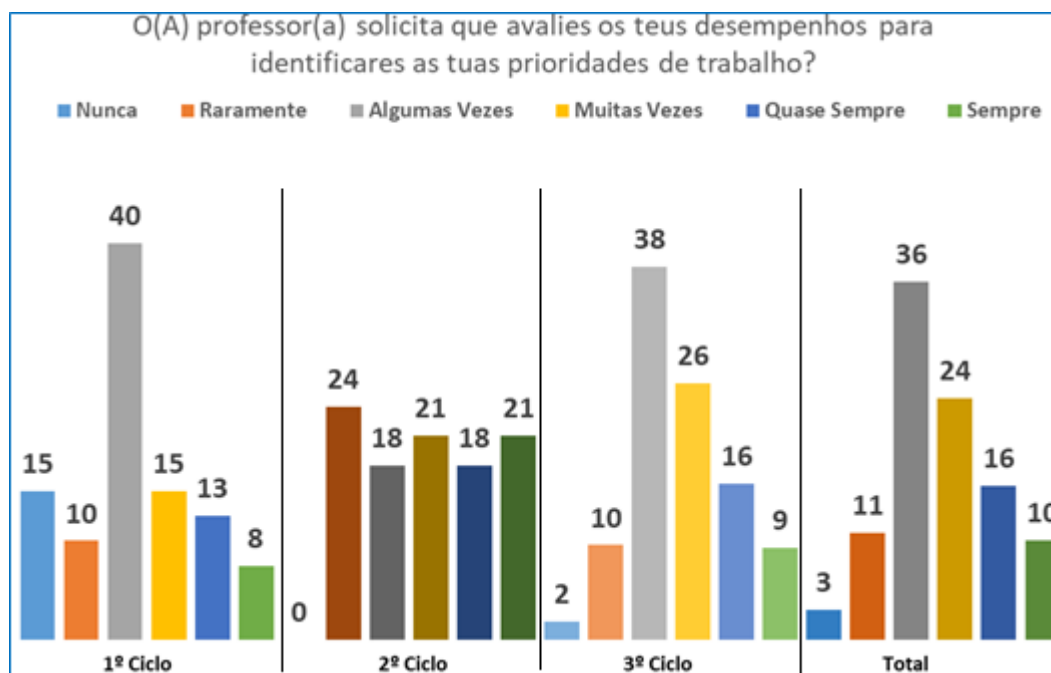


1º Ciclo – 69% dos alunos responderam acima de muitas vezes que o sabe o que fazer para alcançar os objetivos.

2º Ciclo – 90% dos alunos responderam acima de muitas vezes.

3º Ciclo – 86% dos alunos responderam acima de muitas vezes.

Perspetiva Escolar – Verifica-se que 84% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes e 13% responderam Algumas Vezes.



1º Ciclo – 36% dos alunos responderam acima de muitas vezes, contudo 40% respondeu algumas

2º Ciclo – 60% dos alunos responderam acima de muitas vezes e 24% diz que raramente o professor solicita que avalie o seu trabalho para identificar as prioridades de trabalho

3º Ciclo – 51% dos alunos responderam acima de muitas vezes, enquanto que 38% responderam que algumas vezes

Perspetiva Escolar – Verifica-se que 50% dos alunos responderam acima de Muitas Vezes e 36% responderam Algumas Vezes.

Anexo 7 – Tabelas do Seminário de Avaliação Formativa, referente aos Professores

1ª Questão: Dê 2 exemplos de como conduz a avaliação formativa e as decisões e/ou estratégias que decorrem dessa avaliação		1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Fichas de Trabalho/Avaliação	22(14)	8 (6)	2 (2)	12 (6)
Envolver alunos na Avaliação	20	5	3	12
Registo em Grelhas	18 (9)	5 (3)	- (2)	13 (4)
Autorregulação	13 (1)	4 (0)	1 (0)	8 (1)
Avaliação Interpares	9	1	2	6
Trabalho Projeto	9 (1)	4 (1)	- (0)	5 (0)
Portefólios	5	2	-	3
Outras	3	1	1	1

2ª Questão: Dê 2 exemplos de como operacionaliza a diferenciação pedagógica em sala de Aula		1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Promover a Autonomia	23	7	2	14
Exercícios/Tarefas de acordo com as dificuldades dos alunos	19 (26)	7 (10)	1 (4)	11 (12)
Grupos de Trabalho	18 (21)	5 (10)	3 (4)	10 (7)
Apoio Individualizado	15 (8)	8 (4)	- (0)	7 (4)
Participação Oral	14 (3)	6 (1)	3 (1)	5 (1)

Nota: Entre parênteses os resultados do estudo de 2013.

3ª Questão: Dê 2 exemplos de como operacionaliza a diferenciação pedagógica no seu Planeamento		1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Trabalho autónomo e cooperativo	22 (5)	7 (1)	2 (1)	13 (3)
Testes diferenciados	18 (6)	6 (1)	2 (2)	10 (3)
Adaptação curricular	13 (11)	6 (3)	2 (3)	5 (5)
Grupos de trabalho	9 (5)	2 (2)	1 (1)	6 (2)
Criação de objetivos intermédios diferenciados	9 (4)	2 (2)	1 (0)	6 (0)
Outras (Adaptação de atividades/tarefas às características dos alunos)	1	-	-	1

4ª Questão: Dê 2 exemplos de decisões e/ou estratégias de diferenciação pedagógica que decorram dos momentos de avaliação sumativa (testes, períodos)		1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Reforço das aprendizagens em momentos de Apoio/Sala de Estudo	19 (5)	6 (1)	2 (1)	11 (3)
Elaboração de fichas para colmatar as dificuldades diagnosticadas	16 (6)	8 (2)	- (1)	8 (3)
Exercícios propostos aos alunos	15 (5)	4 (0)	1 (2)	10 (3)
CrITÉrios de Avaliação diferenciados	13 (13)	5 (6)	3 (3)	5 (4)
Formação de grupos homogéneos de acordo com as dificuldades dos alunos	11 (4)	2 (1)	3 (1)	6 (2)
Outras (Planeamento das atividades de trabalho autónomo, de acordo com as competências e conteúdos que precisam de ser mais trabalhados; Reforço da aprendizagem cooperativa e das aprendizagens em contexto de aula; Envolvimento dos alunos na construção do seu percurso de aprendizagem)	2	-	-	2

5ª Questão: Indique 2 dificuldades que sente na aplicação da Diferenciação Pedagógica		1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Elevado nº de alunos por turma	24 (21)	7 (9)	3 (4)	14 (8)
Falta de tempo para dedicar aos alunos com mais dificuldades	18 (3)	6 (0)	2 (0)	10 (3)
Diferentes níveis/ritmos de aprendizagem	16 (9)	7 (7)	1 (0)	8 (2)
Atitude dos alunos (mau comportamento, falta de empenho e de interesse)	15 (9)	3 (1)	1 (2)	11 (6)
Falta de técnicos especializados no acompanhamento diário dos alunos	5 (4)	2 (4)	1 (0)	2 (0)
Outras (Falta de hábito dos alunos em trabalhar de forma autónoma e direcionada para a superação de dificuldades; Tendo em conta os alunos alvo - especiais- o tempo de apoio deveria ser superior ao que atualmente é oferecido; Em fases iniciais alguma falta de capacidade dos alunos de se auto avaliarem)	3	-	1	2

Nota: Entre parênteses os resultados do estudo de 2013.