



UNIVERSIDADE
LUSÓFONA

Centro Universitário de Lisboa

Faculdade de Educação Física e Desporto

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DE
EDUCAÇÃO FÍSICA REALIZADO NA ESCOLA EB
2,3 ANTÓNIO GEDEÃO**

Relatório de Estágio apresentado a provas públicas para a obtenção do Grau de
Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, orientado
por Prof. Doutor Prof. Doutor João Jorge Comédias Henriques

Daniela Alexandra Roseiro de Sousa, nº22105924

Lisboa

2023



UNIVERSIDADE
LUSÓFONA

Centro Universitário de Lisboa

Faculdade de Educação Física e Desporto

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DE
EDUCAÇÃO FÍSICA REALIZADO NA ESCOLA EB
2,3 ANTÓNIO GEDEÃO
VERSÃO FINAL**

Relatório de Estágio defendido em provas públicas na Universidade Lusófona, Centro Universitário de Lisboa no dia 15/12/2023, perante o júri, nomeado pelo Despacho de Nomeação N°484/2023, de 15 de dezembro de 2023, com a seguinte composição:

Presidente: Prof. Doutor Francisco Alberto Arruda Carreiro da Costa

Arguente: Prof. Doutor Francisco Alberto Ramos Leitão

Orientador: Prof. Doutor João Jorge Comédias Henriques

**Lisboa
2023**

Agradecimentos

Ao Professor Luís Bom, orientador de faculdade e à Professora Frederica Vicente pelas aprendizagens transmitidas, pelos feedbacks e reflexões ao longo deste ano de estágio.

Aos meus pais, avós, tios, primos e madrastra pelo apoio incondicional, pela motivação e compreensão, ao longo de todo este percurso académico, pessoal e profissional.

A todos os professores que fizeram parte do meu percurso académico pois todos contribuíram para que chegasse até aqui.

Aos meus colegas de estágio Vasco Simões e Pedro Neves por toda a entajuda e cooperação diariamente.

Aos meus alunos, pois serão sempre a minha primeira turma e foi com eles que aprendi e num ambiente muito agradável.

Aos amigos que a faculdade me deu por todos os momentos de estudo, reflexão e cooperação.

Resumo

O presente relatório de estágio pedagógico realizado na Escola Básica António Gedeão no ano letivo 2022/2023 teve como finalidade o término do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Neste relatório estão presentes todas as etapas deste percurso ao longo do ano letivo: a lecionação, a direção de turma, o desporto escolar e o seminário.

Na área da lecionação, para além de todo o planeamento e concretização das aulas de Educação Física a uma turma de 9º ano, foi ainda realizado um planeamento específico no sentido de incluir na turma duas alunas com deficiências cognitivas.

Na área do desporto escolar acompanhei um grupo-equipa de badminton com idades variadas entre os 11 e os 16 anos, no qual constituiu uma dificuldade um aluno com 11 anos que se inscreveu a meio do ano e com dificuldades muito particulares. As dificuldades deste aluno suscitaram o interesse por uma entrevista sobre alunos com dificuldades em desportos de raquetas. Estas foram realizadas aos professores Luís Bom e Paulo Figueiredo.

Para a turma em que foram realizadas as tarefas associadas ao cargo de diretor de turma, foi também realizado com sucesso um projeto com o objetivo da redução de comportamentos de bullying entre os alunos.

No seminário, utilizando o tema relacionado com a área da lecionação, verificou-se que a coadjuvação do professor de Educação Física é de facto um elemento muito importante e que traz grandes vantagens à turma, porém não é suficiente, é necessário um planeamento e avaliação conjunto para elevar as capacidades dos nossos alunos e cumprir com os objetivos pré-definidos.

Neste relatório deixo expressas as decisões por mim tomadas em cada área direcionadas especificamente para os alunos com quem estive a trabalhar, as dificuldades sentidas, as melhorias pessoais e o que ainda pode ter ficado por fazer.

Palavras-chave: Educação Física, professor, integração, cooperação, badminton.

Abstract

This pedagogical internship report carried out at the António Gedeão Basic School in the academic year 2022/2023 aims to complete the Master's Degree in Physical Education.

This report presents all the stages of this journey throughout the school year: teaching, class management, school sports and the seminar.

In the area of teaching, in addition to all the planning and implementation of Physical Education classes for a 9th grade class, specific planning was also carried out to include two students with cognitive disorders in the class.

In the area of school sports, I accompanied a badminton team group with varying ages between 11 and 16 years old, in which an 11-year-old student who enrolled in the middle of the year and with very particular difficulties constitutes a difficulty. This pupil's difficulties prompted an interest in an interview about pupils with difficulties in racket sports. These were conducted with teachers Luís Bom and Paulo Figueiredo.

In the seminar, using the theme related to the area of teaching, it was found that the coadjuvation of the Physical Education teacher is indeed a very important element and that it brings great advantages to the class, but it is not enough, it is necessary a joint planning and evaluation to raise the capacities of our students and comply with the pre-defined objectives.

In this report I express the decisions I made in each area specifically targeting the pupils I was working with, the difficulties experienced, personal improvements and what may still remain to be done.

Key words: Physical Education, teacher, integration, cooperation, badminton.

Abreviaturas

AE-	Aprendizagens Essenciais
AEN-	Atividades de Exploração da Natureza
AI-	Avaliação inicial
CT-	Conselho de Turma
DE-	Desporto Escolar
EBAG-	Escola Básica António Gedeão
EE-	Encarregados de Educação
EF-	Educação Física
EMAEI-	Equipa Multidisciplinar de Apoio à Multideficiência
GEF-	Grupo de Educação Física
JDC-	Jogos Desportivos Coletivos
NE-	Necessidades Educativas
PAI-	Protocolo de Avaliação Inicial
PE-	Projeto Educativo
PEI-	Programa Educativo Individual
PIT-	Plano Individual de Transição
PNEF-	Plano Nacional Educação Física
PTI-	Professor a Tempo Inteiro
SC-	Saída de Campo
TPA-	Tempo Potencial de Aprendizagem
UAM-	Unidade de Apoio à Multideficiência
UD-	Unidade Didática
ZSAF-	Zona saudável de Aptidão Física

Índice

<i>Introdução</i>	<i>11</i>
<i>1.Lecionação.....</i>	<i>13</i>
Caracterização da Escola.....	13
Caracterização da Turma.....	14
Avaliação	15
1ª Etapa- Prognóstico	15
Balanço 1ª Etapa	17
2ª Etapa- Prioridades.....	18
Balanço 2ª Etapa	23
3ª Etapa- Progresso	26
Balanço 3ª Etapa	27
4ª Etapa- Produto	28
Balanço 4ª Etapa	29
Professor a Tempo Inteiro (PTI)	31
Projeto específico- Estratégias de Inclusão.....	36
<i>2.Direção de turma.....</i>	<i>41</i>
Projeto Específico- Somos mais iguais do que diferentes.....	43
Saída de campo	46
<i>3.Desporto escolar.....</i>	<i>53</i>
1ª Etapa	55
2ª Etapa	56
3ª Etapa	58
4ª Etapa	59
Projeto específico- O que fazer com um aluno que não consegue acertar no volante?	60
Balanço.....	64
<i>4.Seminário.....</i>	<i>66</i>

<i>Conclusão final</i>	76
<i>Referências</i>	79
<i>Apêndices</i>	83
Apêndice I- Resultados da avaliação inicial área das atividades físicas- 9ºE	84
Apêndice II- Resultados da avaliação inicial área da aptidão física- 9ºE	85
Apêndice III-Avaliação final de ano	86
Apêndice IV- Tabela Balanço número de aulas.....	87
Apêndice V- Horário 1º PTI	89
Apêndice VI- Horário 2º PTI	90
Apêndice VII- Planos de aula para alunas nº4 e 5	91
Apêndice VIII- Autorização Saída de Campo	92
Apêndice IX- Requerimento de informação sabe/ não sabe nadar	93
Apêndice X- Programa Saída de Campo	94
Apêndice XI- Desafios Percurso Orientação	95
Apêndice XII- Entrevista Desporto Escolar Badminton	100
Apêndice XIII- Resumo entrevista professor Luís Bom.....	101
Apêndice XIV- Resumo entrevista professor Paulo Figueiredo	104
Apêndice XV- Questionário Seminário	107
Apêndice XVI- Plano de recuperação aluno nº15.....	110
Anexos	111
Anexo 1- Roulement	112
Anexo 2- Critério de avaliação 9º ano	113

Índice de Quadros

Quadro 1- Horário semanal de estágio	11
Quadro 2- Objetivos 1ª Etapa Lecionação	16
Quadro 3- Objetivos específico 2ª Etapa de Lecionação	19
Quadro 4- Objetivos 4ª etapa Lecionação	28
Quadro 5- Estratégias de inclusão	37
Quadro 6- Plano Projeto TOP Direção de Turma.....	45
Quadro 7- Plano Geral Sessões Direção de Turma	45
Quadro 8- Objetivos 1ª Etapa Desporto Escolar	55
Quadro 9- Avaliação Inicial Desporto Escolar	56
Quadro 10- Objetivos específicos Desporto Escolar	57
Quadro 11- Avaliação final Desporto Escolar	60
Quadro 12- Objetivos Projeto específico Desporto Escolar	62
Quadro 13- Tabela resumo entrevista.....	63
Quadro 14- Plano Projeto TOP- Seminário	73

Introdução

O estágio pedagógico e a realização do seu relatório assumem um papel fulcral na formação inicial do professor de Educação Física (EF), uma vez que o estagiário passa por momentos de preparação, de aplicação de conhecimento e reflexão em todas as áreas que integram a função do professor de EF, a lecionação, o desporto escolar, a direção de turma e o seminário.

A concretização desta etapa tão importante na profissionalização do professor de EF teve lugar na Escola Básica António Gedeão, em Odivelas durante o ano letivo 2022/2023.

Ao longo deste relatório expus todos os objetivos, processos e estratégias utilizadas em cada momento em cada área, assim como os respetivos balanços e reflexões. Os projetos específicos de cada área encontram-se inseridos no final de cada área.

A fim de desempenhar as funções do professor de Educação Física, foi-me atribuída a turma 9ºE, já para realizar a assessoria às funções da direção de turma, eu e os meus colegas estagiários Vasco Simões e Pedro Neves partilhámos as funções na turma 9ºA, turma em que a orientadora de escola foi diretora de turma, ficando cada um de nós responsável por 9 alunos.

No desporto escolar fiquei com o grupo-equipa de badminton, juntamente com a orientadora de escola, professora Frederica Vicente.

O cumprimento das funções nas diferentes áreas, resultou na concretização do horário apresentado no quadro a seguir.

Quadro 1- Horário semanal de estágio

Tempos	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
8:15 – 9:00					
9:00 – 9:45				9ºA	
10:00 – 10:45		9ºE		DT	
10:45 – 11:30					
11:45 – 12:30	Reunião semanal			9ºE	
12:30 – 13:15		DE			
13:30 – 14:15				DE	
14:15 – 15:00				AT	
15:15 – 16:00					
16:00 – 16:45					

Legenda:

9ºE- Lecionação de aulas de Educação Física à turma 9ºE.

9ºA- Observação/colaboração na lecionação de Educação Física à turma 9ºA.

DT- Tratamento e resoluções das situações da direção de turma (9ºA)

Reunião Semanal- Reunião com os estagiários e orientadora de escola.

AT- Assembleia de Turma

A turma 9ºE tinha duas alunas com deficiências cognitivas que apresentavam muitas limitações a nível das capacidades motoras e de aprendizagem, constituindo esta uma responsabilidade adicional para o professor nas aulas de EF. Os temas dos projetos específicos de lecionação e seminário estiveram relacionados com esta situação e com todas as situações problema que esta acarreta, apresentando os dois projetos objetivos e conclusões distintas. O tema do projeto específico de lecionação encontra-se direcionado exclusivamente para o caso da turma 9ºE, desenvolvendo-se à volta de estratégias de inclusão. Já o seminário engloba todas as turmas que também incluem alunos com dificuldades muito acentuadas, acabando por realizar uma proposta de solução sustentada bibliograficamente, para o Grupo de Educação Física poder utilizar no futuro, se assim entender.

Na área da direção de turma foi desenvolvido um projeto com os alunos da turma 9ºA no sentido de colmatar algumas atitudes de discriminação que foram detetadas na interação entre os alunos desde o início do ano letivo, sendo também nesta área realizada a saída de campo com atividades de exploração da natureza, em colaboração com os meus colegas estagiários.

Na área de desporto escolar, desenvolvi um projeto que denominei ***“O que fazer com um aluno que não acerta no volante?”***. A necessidade de obter mais informações sobre este tema surgiu com a inscrição de um aluno com muitas dificuldades a meio do ano letivo, altura em que os restantes alunos já tinham todos competências mínimas para conseguir realizar a troca de volante com um par, demonstrando por isso alguma desmotivação em colaborar com o colega novo.

1.Lecionação

No âmbito do Estágio Pedagógico de Educação Física, a lecionação representa uma das quatro áreas de formação e intervenção. Nesta área, fica à responsabilidade do estagiário a lecionação da Educação Física (EF) numa turma do orientador de escola durante o ano letivo completo, colocando em prática o seu conhecimento teórico adquirido ao longo dos 4 anos passados, utilizando como base os Planos Nacionais de Educação Física (PNEF) e as Aprendizagens Essenciais (AE), adequando sempre às necessidades e capacidades dos alunos em específico.

Esta área do estágio pedagógico teve uma estrutura de planeamento por etapas, sendo que a primeira etapa constitui uma avaliação inicial, a segunda incidiu principalmente sob as maiores dificuldades/prioridades identificadas nos alunos da turma após a primeira etapa, a terceira etapa na qual se pretende um progresso nas matérias desenvolvidas até então e por fim, a quarta etapa que correspondeu ao produto do que foi realizado ao longo do ano letivo.

Caracterização da Escola

A escola que me acolheu para a concretização deste processo foi a Escola Básica António Gedeão situada na freguesia de Odivelas. Esta escola conta com 925 alunos e 82 professores, 8 deles de Educação Física e apresenta como missão formar alunos com uma sólida formação pessoal, social, cultural, ética e científica, com autonomia e espírito crítico, visando a sua integração num mundo globalizado e em constante mudança (Agrupamento de Escolas Secundárias a Sudoeste de Odivelas [AESO], 2019).

No que respeita aos recursos temporais destinados à disciplina de EF, as aulas foram distribuídas em uma aula de 45 minutos e outra de 90 minutos por semana em dias não consecutivos, não indo ao encontro das orientações recomendadas pelos PNEF, que sugerem 3 aulas de 45 minutos de EF por semana, distribuídas ao longo da mesma. Segundo Bom, Carvalho, Mira, Pedreira, Carreiro da Costa, Cruz, Jacinto & Rocha (1989), existe uma grande necessidade de distribuir as aulas em 3 blocos ao longo da semana.

A escola relativamente a recursos espaciais, possui 3 espaços de aula, sendo dois exteriores e um interior. O espaço interior (pavilhão) tem 4 tabelas de basquetebol, 2 tabelas de minibasquetebol e linhas marcadas no chão com os campos de basquetebol, badminton e voleibol; o espaço exterior é alcatroado, possui 1 caixa de areia, 4 tabelas de

basquetebol, 2 balizas e linhas dos campos de ténis, voleibol, futebol, andebol e este espaço divide-se em dois, de forma a ser possível a lecionação de 3 aulas de Educação Física em simultâneo.

Para a utilização destes 3 espaços de forma organizada, o Grupo de Educação Física (GEF) criou um *roulement*, presente no anexo I- *Roulment*, que pressupunha uma rotação de espaços semanal, onde ficou definido que cada turma tinha as suas aulas no pavilhão durante uma semana e no espaço exterior durante duas semanas, visto que o espaço exterior é dividido em dois. A estrutura deste *roulement* foi utilizada de igual forma até ao final deste ano letivo, independentemente da etapa de lecionação em que nos encontrávamos.

Quando em condições climáticas adversas, as turmas que estariam no exterior realizavam aula teórica numa sala de aula, o que poderia ser prejudicial em relação à continuidade e progressão das aprendizagens dos mesmos.

Caracterização da Turma

A orientadora de escola, deu ao núcleo de estágio 3 turmas a escolher, sendo que duas eram de 7º ano e uma de 9º ano que já era caracterizada por mau comportamento, baixo desempenho e por ter 2 alunas com dificuldades muito específicas. Tendo em conta estas características, para ser justo, os estagiários sortearam as turmas, ficando eu com a turma 9ºE.

A turma 9ºE era composta por 28 alunos (15 rapazes e 13 raparigas), sendo que duas das raparigas estavam incluídas na Unidade de Apoio à Multideficiência (UAM) da escola, sendo portadoras de deficiências a nível cognitivo e, consequentemente apresentavam muitas limitações a nível motor também. Desde cedo fui logo informada sobre o habitual mau comportamento da turma em anos anteriores e o seu pouco desempenho, visto que a orientadora de escola já tinha sido professora desta turma.

Caracterização do Grupo de Educação Física

A participação do estagiário na estratégia do GEF é fundamental porque é no seio do Grupo/ Departamento de EF que se pode estabelecer um compromisso curricular (Bom & Brás, 2003). Neste sentido, este GEF era constituído por 8 professores, sete dos elementos do sexo feminino e um do sexo masculino, sendo um deles a coordenadora do grupo. Os elementos do grupo têm especializações em diversas modalidades como o

futebol, atletismo, ginástica, basquetebol, dança e natação, o que é essencial pois permite que exista trocas de ideias e uma maior aprendizagem entre os elementos do grupo, sendo esta uma característica de GEF eficazes (Martins, Gomes & Carreiro da Costa, 2017).

Avaliação

A disciplina de EF abrange 3 áreas de ensino e aprendizagem: área das atividades físicas, a aptidão física e o conhecimento teórico. Consequentemente, a avaliação corresponde às mesmas 3 áreas. Assim sendo, segundo os critérios de avaliação realizados e validados pelos professores do GEF da Escola Básica António Gedeão para o 9º ano (Anexo 2), é condição necessária para que seja atribuído o nível 3 aos alunos, que estes se encontrem “aptos” em todas as áreas. Na área das atividades físicas os alunos devem demonstrar, pelo menos, competências de nível elementar numa matéria e nível introdução nas restantes (contando que nesta escola, os professores utilizam um nível “não introdução”), sendo que para fins de classificação, o professor deve escolher as duas matérias de jogos desportivos coletivos nas quais o aluno demonstre mais aptidão, assim como uma matéria de ginástica, uma da subárea atividades rítmicas expressivas e ainda duas matérias das restantes subáreas. Na área da aptidão física, os alunos devem estar “aptos” em um teste de resistência do FITescola, um teste de força e um teste de flexibilidade, encontrando-se aptos quando atingem a Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF) pelos valores de referência do FITescola. Na área dos conhecimentos teóricos, o aluno está “apto” quando, nos instrumentos de avaliação adotados pelo professor, o aluno obtém classificação igual ou superior a 50%. Os alunos têm conhecimento de todos os critérios de avaliação desde o primeiro dia de aulas.

1ª Etapa- Prognóstico

A primeira etapa de lecionação representa um papel muito importante ao longo do ano letivo todo, pois esta serve de prognóstico para orientar todo o processo de ensino-aprendizagem ao longo do ano.

Reconhecendo que é necessário ensinar consoante aquelas que são as prioridades de desenvolvimento dos nossos alunos, coloca-nos a necessidade de saber quais são, de as definir e de a utilizar para a definição dos objetivos de aprendizagem das aulas de Educação Física (Carvalho, 1994).

Esta avaliação inicial (AI) pressupõe que os alunos sejam confrontados com todas as matérias, tendo por base os PNEF e os ajustes e adaptações que o GEF entendeu efetuar, consoante variáveis como o espaço, materiais disponíveis e a população alvo que a escola atende.

A concretização desta etapa exige a utilização das primeiras 4 a 5 semanas do ano letivo (Carvalho, 1994), por isso estas semanas não podem cingir-se a que os alunos estejam em exercício apenas a serem avaliados.

De forma a dar início e concretizar esta etapa, defini como objetivos principais os apresentados na tabela a seguir:

Quadro 2- Objetivos 1ª Etapa Lecionação

Objetivos específico 1ª etapa de lecionação- Avaliação inicial
Conhecer o 9ºE em atividade de Educação Física.
Apresentação dos critérios de avaliação.
Criar um bom clima de aula, ensinar rotinas de organização da turma e do material e normas de funcionamento.
Conhecer o nível dos alunos e as suas possibilidades de desenvolvimento nas matérias de Educação Física.
Rever aprendizagens anteriores.
Identificar as matérias prioritárias.
Identificar alunos críticos.
Recolher dados para a formação de grupos de trabalho.
Identificar aspetos críticos de cada matéria como a forma de organização, a segurança, ou os grupos.
Conhecer a turma para além das suas capacidades físicas, o seu interesse e empenho pela disciplina, relações entre eles e comportamentos desviantes.

Nesta fase, para o prognóstico relativamente à área das atividades físicas, foram utilizados essencialmente exercícios critério, no entanto, imediatamente ajustados assim que percebido o nível e o desadequamento (ou não do exercício para os alunos em questão) pois os alunos devem encontrar-se permanentemente perante um exercício que lhes seja desafiante, de forma a encontrarem-se em situação de aprendizagem. Esta situações exige a capacidade de ajustamento imediato do plano por parte do professor sempre que seja necessário.

Para o conhecimento dos alunos no que toca à área da aptidão física, foram aplicados e registados os resultados dos alunos nos testes do FITescola, nomeadamente o vaivém, os testes de força superior e abdominal, flexibilidade de ombros e senta e alcança e ainda o teste de impulsão horizontal.

Balanço 1ª Etapa

A primeira etapa representa o ponto inicial da área da lecionação, essencial para a construção da segunda etapa. Sendo através dos resultados obtidos nesta primeira que se realiza o planeamento para a etapa das prioridades.

Neste sentido, no apêndice I- Resultados Avaliação Inicial Atividades Físicas 9ºE, apresento os resultados das avaliações iniciais realizadas na área das atividades físicas, onde podemos observar uma avaliação horizontal que mostra quais os alunos que se enquadravam em cada nível em cada matéria e uma avaliação vertical que se refere a quantos alunos se enquadravam em cada nível em cada matéria.

Desta forma, é possível concluir que não existiam alunos de nível avançado em nenhuma matéria, exceto o aluno número 22 na matéria de basquetebol; as matérias de futebol, voleibol, dança, corrida de barreiras e ginástica no solo foram as que tinham menor número de alunos a cumprir o nível introdução, sendo assim foram estas as matérias identificadas como prioritárias para a turma, a serem desenvolvidas no decorrer do ano letivo.

Os PNEF definem um conjunto de objetivos que servem de referência aos professores e a concretização dos mesmos seria o ideal, no entanto, atualmente estes mostram-se dificilmente concretizáveis devido a uma série de situações, entre elas a recente paragem de aulas devido à COVID-19. Por esta razão e também para o plano ser específico para os alunos a quem se destina, o professor deve traçar objetivos anuais para a turma que sejam ambiciosos face às informações recolhidas na informação inicial, no entanto que sejam possíveis e realistas, tendo sempre por base o respeito pelas capacidades dos alunos e a elevação e desenvolvimento das suas capacidades.

Ao planear, estamos a «antecipar» e a prever a forma como vamos utilizar todos os meios ao nosso dispor para que os alunos cumpram objetivos adequados ao seu desenvolvimento (Carvalho, 1994).

A AI constituiu desta forma, o ponto de partida para a construção do processo ensino-aprendizagem (Silva & Lopes, 2016), uma vez que é através da mesma que é possível definir as diversas situações de aprendizagem e objetivos para cada grupo de alunos para que seja possível guiar este processo selecionando as melhores intervenções. Neste sentido, a adoção do modelo por etapas é essencial nesta construção devido às suas características flexíveis e adaptáveis.

Respeitando a rotação de espaços pré-definida pelo GEF e realizando o planeamento também em função do mesmo, não houve a possibilidade de realizar a AI das matérias de ginástica de aparelhos e lançamento do peso.

A nível pessoal, nesta primeira etapa senti dificuldade em realizar e registar a avaliação de todos os alunos e fornecer *feedback* em simultâneo, considero que esta dificuldade possa ter derivado de uma insuficiente planificação da avaliação, isto é, preparar a avaliação, definir bem quais os critérios necessários a observar, podendo assim tornar-se mais rápida e concreta a observação e o registo. Como consequência desta situação, tornava-se difícil cumprir os tempos previamente estipulados no planeamento, tive por isso necessidade de repetir a avaliação inicial da matéria de voleibol, por não ter conseguido completar numa primeira abordagem. No entanto, ainda relativamente à gestão do tempo de aula, existiram situações que facilitaram nesse sentido como a montagem do material enquanto os alunos realizavam a corrida inicial de aquecimento quando possível e/ou o registo das presenças pelas avaliações realizadas. Nesta questão, a implementação de rotinas foi um fator bastante importante e que veio a melhorar sempre ao longo do tempo, principalmente na arrumação do material no final da aula.

Após as primeiras duas semanas de aulas foi facilmente perceptível que estava perante uma turma que, para além de pouca aptidão geral nas matérias e na aptidão física, apresentava também pouca ou nenhuma motivação para a disciplina de EF e comportamentos desviantes com alguma frequência, tendo estes representado uma dificuldade para mim, principalmente nos momentos de instrução.

Nesta primeira etapa considero que ainda não consegui apresentar uma postura de controlo de modo a prevenir algumas situações de mau comportamento que existiram: ponto a melhorar. Posso ainda salientar situações a melhorar como a organização/disposição dos alunos durante a instrução inicial, de forma que todos oiçam e vejam a explicação e demonstração e ainda o posicionamento do professor no espaço de aula perante a turma durante todo o decorrer da aula.

2ª Etapa- Prioridades

Com base nas informações recolhidas na AI dos alunos, apresentados no apêndice II, foi possível identificar as matérias prioritárias em que o nível dos alunos se afasta mais do definido nos PNEF e prioridades de matéria por grupos, permitindo assim traçar objetivos por grupos de alunos, o que facilitou posteriormente, a organização de grupos

de trabalho para as diferentes matérias e o ajuste da atividade dos alunos no sentido do seu desenvolvimento, visto que para a segunda etapa, o objetivo principal foi desenvolver as matérias que foram encontradas como prioridades.

A qualidade do ensino depende, em grande parte, da capacidade de o professor de EF construir um projeto pedagógico em que, por um lado, estabelece as finalidades da EF e, por outro lado, define e domina os meios necessários para concretizar (Martins, Gomes & Carreiro da Costa, 2017).

As opções tomadas pelo professor em função dos resultados da AI não devem ser dadas como definitivas, sendo responsabilidade do professor ajustar ao longo do processo no sentido de otimizar o processo ensino-aprendizagem.

Desta forma apresento no quadro 3, as metas operacionais definidas para os alunos, até ao final da 2ª etapa de lecionação, através do planeamento das Unidades Didáticas (UD's) 2 e 3.

Quadro 3- Objetivos específico 2ª Etapa de Lecionação

Voleibol	
Alunos nº: 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 21, 23, 24, 25, 27, 28	Alunos nº: 1, 22
O aluno, em situação de exercício, coopera com os companheiros para manter a bola no ar, deslocando-se para o ponto de queda da bola e utilizando, consoante a trajetória da bola, o passe ou a manchete. O aluno serve por baixo a uma distância de 3 a 4,5 da rede, colocando a bola conforme indicação prévia.	O aluno conhece as regras do jogo; Em situação de 2+2 num campo reduzido, o aluno serve por baixo, recebe o serviço em toque de dedos ou manchete, colocando-se corretamente para direcionar a bola para cima e para a frente de forma a dar continuidade ao jogo; Início à dinâmica dos 3 toques.
Futebol	
Alunos nº: 1, 2, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28	Alunos nº: 16, 19, 24
Em exercícios de superioridade numérica, o aluno recebe a bola de forma controlada e enquadrando-se com a baliza e, conforme a situação, remata, passa um colega desmarcado ou conduz em direção à baliza. Enquanto defesa, reconhece-se como tal, marcando o adversário escolhido.	O aluno coopera com os companheiros em todas as tarefas, escolhendo as ações favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos colegas; em situações de jogo condicionado, recebe a bola, controlando e enquadrando-se ofensivamente; simula e/ou finta, remata se tem a baliza ao seu alcance. Enquanto defesa, marca o seu atacante, dificultando a ação ofensiva.
Salto em altura	
Alunos nº: 1, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 17, 18, 21, 22, 23, 26, 2, 28	Alunos nº: 2, 13, 16, 19, 25

Salta em altura com técnica de tesoura, com quatro a seis passadas de balanço. Apoio ativo e extensão completa da perna de impulsão com elevação enérgica e simultânea dos braços e da perna de balanço; transposição da fasquia com pernas em extensão e receção em equilíbrio no colchão de quedas ou caixa de saltos.	Salta em altura com técnica de Fosbury Flop, com cinco a oito passadas de balanço, sendo as últimas três/quatro em curva. Apoia ativamente o pé de chamada no sentido da corrida, com elevação enérgica da coxa da perna livre, conduzindo o joelho para dentro (provocando a rotação da bacia). Transpõe a fasquia com o corpo ligeiramente “arqueado”. Flexão das coxas e extensão das pernas na fase descendente do voo, caindo de costas no colchão com os braços afastados lateralmente.
Ginástica no solo	
Alunos nº: 1, 3, 6, 9, 11, 12, 14, 15, 16, 18, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28	Alunos nº: 2, 7, 8, 13, 17, 19, 26
Cambalhota à frente no colchão, terminando a pés juntos, mantendo a direção durante o enrolamento; Posições de flexibilidade variadas (afastamento lateral e frontal das pernas em pé e no chão, com máxima inclinação do tronco; mata-borrão; etc.). Coopera com os companheiros nas ajudas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material.	Cambalhota à frente num plano inclinado, terminando com as pernas afastadas e em extensão; Roda, com apoio alternado das mãos na cabeça do plinto (transversal), passando as pernas o mais alto possível, com receção equilibrada do outro lado em apoio alternado dos pés. Cambalhota à frente, terminando em equilíbrio com as pernas estendidas, afastadas com apoio das mãos no solo entre as coxas, e junto da bacia, mantendo a direção do ponto de partida.
Dança	
Alunos nº: Todos	
O aluno: Aceita limitações do parceiro, bem como as suas falhas, procurando o êxito do par em todas as situações; Respeita o espaço partilhável, mantendo distância dos outros pares, de modo a evitar choques que perturbem o seu desempenho. Em situação de dança a pares, mantém a estrutura rítmica do Chá Chá Chá, realizando, em coreografia, os seguintes passos/figuras: -Passo básico em “Posição Fechada sem contacto”; -Volta por baixo do braço para a esquerda, em “Posição Aberta, pega ED”, executando o elemento masculino meio passo básico “sobrevirado” para a sua direita e o elemento feminino uma volta completa à esquerda; -Promenades, virando progressivamente de forma a assumir a “Posição Aberta lado a lado”, posição aberta frente a frente, novamente promenade para o lado contrário e finalizando na “Posição Aberta frente a frente pega D-E”. - Volta à esquerda partindo de “Posição de Promenade Aberta” e condução para volta (largando a pega D-E), finalizando-a reassumindo a posição frontal com o par.	
Aptidão física- força	
Alunos nº: 3, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20, 23, 26	Alunos nº: 1, 2, 6, 7, 13, 15, 19, 21, 22, 24, 25, 27, 28, 29
O aluno realiza com correção, em circuitos de exercitação simples com volume e intensidades definidas pelo professor: ações motoras com resistência fraca (peso corporal), com elevada velocidade de contração muscular, nomeadamente: agachamento, afundo no seguimento de uma linha marcada no chão, colocando um pé de cada lado da linha, flexões com joelhos apoiados no chão, abdominais engrupados.	O aluno realiza com correção, em circuitos de exercitação simples com volume e intensidades definidas pelo professor: Ações motoras de contração muscular localizada, com resistência do peso corporal, com elevada velocidade, esforços de duração relativamente prolongada, resistindo à fadiga e sem diminuição nítida de eficácia. Nomeadamente: agachamento com salto, afundo, flexões, abdominais engrupados.

Conhecimentos Teóricos
Alunos nº: todos
Conhecimento dos valores para o aluno se encontrar no perfil saudável ou no perfil atlético nos Testes do FITescola. Fatores associados a um estilo de vida saudável: alimentação, o exercício físico, o repouso. Badminton, voleibol e basquetebol- Campos e regras. IMC, FC.

Visto que as tarefas devem ser desafiantes para todos os alunos, a formação dos grupos de trabalho deve ser controlada pelo professor de EF, caso contrário a diferenciação do ensino e oportunidade de colocar todos em tempo potencial de aprendizagem fica comprometida (Martins, Gomes & Carreiro da Costa, 2017).

Segundo o mesmo, constituir grupos de trabalho que se mantenham estáveis ao longo de um conjunto de aulas com objetivos e matérias comuns pode ajudar a economizar tempo, também neste sentido, criei grupos de trabalho que se mantiveram ao longo da etapa. Os quais são apresentados em cada UD e alterados sempre que necessário para que a situação-exercício represente sempre uma situação de potencial aprendizagem para todos, sendo para isso necessário criar situações de aprendizagem que admitam diferentes nível de competências.

Tive ainda como objetivos pessoais para a 2ª etapa, realizar as instruções iniciais em que apresento as situações a serem desenvolvidas de forma mais clara, utilizando vocabulário técnico e específico da matéria, e apresentado os objetivos, assim como no momento de dar *feedbacks* aos alunos.

Sendo que a primeira UD contemplou toda a primeira etapa de lecionação, a segunda (primeira UD da segunda etapa), visto já existirem objetivos concretos a concretizar, correspondeu às oito primeiras aulas da 2ª etapa. Nesta etapa, as decisões tomadas relativamente às matérias lecionadas, aos grupos de trabalho e à gestão geral da aula foram sempre definidas em torno do desenvolvimento dos alunos nas matérias que foram identificadas como as suas prioritárias. Neste sentido, para a segunda UD organizei um conjunto de oito aulas idênticas consoante o tempo e espaço da aula, visto não existir nesta escola a possibilidade da polivalência dos espaços que seria desejável para as aulas de EF. Para estas aulas foi planeado desenvolver as matérias que eram prioritárias para a turma em geral, o futebol, o voleibol, a ginástica no solo e a dança e ainda, na área da aptidão física, a força (membros superiores, inferiores e abdominal).

As aulas de 90 minutos no exterior foram organizadas em circuito, isto é, todos os grupos passam pelas mesmas estações, mas em momentos diferentes: cada grupo permanece algum tempo em cada área e, só ao sinal do professor muda para outra estação (Martins, Gomes & Carreiro da Costa, 2017). Assim, as aulas lecionadas no exterior foram divididas em três áreas: futebol, voleibol e condição física. O grupo que precisa mais de uma destas matérias, era o primeiro grupo a ir para essa mesma, realizando os exercícios adaptados às suas dificuldades durante mais tempo. Portanto, no futebol o primeiro grupo realiza exercícios como o jogo da rã, 3x0 condução de bola em profundidade, já o segundo grupo realiza 3x1+GR. O primeiro grupo no voleibol realizava toques de dedos ou manchete numa “roda de bola” entre três ou quatro alunos, tentando realizar o máximo de toques possíveis sem que a bola caísse no chão, dando-lhes, nesse sentido, uma meta para o número de toques a realizar, por exemplo 15 toques. Já o segundo grupo no voleibol, realizava 2+2 com iniciação à dinâmica dos três toques.

Na área destinada à condição física, esta estava organizada em forma de percurso (os alunos realizam as habilidades em sequência, atrás uns dos outros; trabalha-se em deslocamento e individualmente; todos executam as várias tarefas, mas em momentos diferentes, realizam a habilidade X vezes (definido pelo professor) e passam para a estação seguinte por iniciativa própria (Martins, Gomes & Carreiro da Costa, 2017), de forma a facilitar, deixava sempre uma folha com os exercícios a realizar, por exemplo: 10 agachamentos em salto, 10 polichinelos, 10 *burpees*, 20 afundos em deslocamento, 10 flexões, 10 abdominais engrupados, 30 saltos à corda para a frente e 30 saltos à corda para trás. O nível de dificuldade dos exercícios ou o número de repetições dos mesmos ia alterando consoante, o professor verificava que os alunos iam conseguindo realizar com menos dispêndio energético e dentro do padrão motor correto. Os alunos números 12 e 18 realizam os exercícios com algumas adaptações como os afundos em deslocamento pelo seguimento de uma linha colocando um pé de cada lado da linha e as flexões com os joelhos apoiados no chão. Já os alunos número 2, 13, 24 e 28 realizavam mais repetições dos mesmos exercícios visto que as repetições definidas eram pouco desafiantes para estes alunos.

Nas aulas de 45 minutos nos espaços exteriores a turma realizava toda os exercícios de voleibol, integrando os mesmos grupos utilizados nas outras aulas para a realização dos exercícios adequados ao nível dos alunos.

Esta turma tinha como característica vincada a falta de motivação geral para as aulas de EF, situação que se estava a tornar ainda mais evidente nas aulas em que realizavam exercícios da matéria de ginástica. Por esta razão senti a necessidade de mudar a estrutura das aulas que incluíssem esta matéria, optei por realizar em forma de circuito juntamente com a matéria de salto em altura. O percurso de ginástica no solo incluiu elementos gímnicos como o avião, a folha, o rolamento à frente e atrás (com plano inclinado apenas para o aluno número 22), pino e roda.

Nas aulas de 45 minutos no pavilhão tinha planeado realizar a aula de forma massiva, realizar exercícios de condição física a seguir ao aquecimento e por fim continuação da aprendizagem da coreografia da dança social Chá chá chá para a qual reservava o últimos 25 minutos de aula.

Nesta UD, abordámos vários temas a nível de conhecimento teórico pois as condições meteorológicas assim o exigiam.

Balanço 2ª Etapa

A segunda etapa de lecionação teve início a 3 de novembro e terminou a 26 de janeiro, 10 aulas práticas e 3 teóricas de 19 aulas totais que deveriam ter existido neste intervalo de tempo, não por opção própria, mas por questões de falta de condições para a realização da aula prática devido à chuva, visto que na EBAG só é possível estar uma turma a ter aula no pavilhão. Durante este período, as aulas que não foram lecionadas deveu-se a várias situações como as condições meteorológicas e a falta de existência de salas de aulas teóricas, outras devido a torneios escolares (17 de novembro- Torneio Escolar de Ténis de Mesa), o que implicou a interrupção das aulas de EF; a 22 de novembro decorreram as reuniões das avaliações intercalares, o que implicou uma paragem letiva geral; dias 1 e 8 de dezembro foram feriados nacionais; a 13 de dezembro existiu greve de docentes, na qual a orientadora de estágio participou e por essa razão, a aula não podia ser lecionada visto que, oficialmente, é a professora Frederica Vicente a responsável pela turma; a 15 de dezembro os alunos dos 9ºA foram a uma visita de estudo ao Museu da Moeda, a qual os estagiários tiveram de acompanhar, visto que eram assessores da direção de turma do 9ºA, visita esta que coincidiu com um dos dias das aulas de Educação Física do 9ºE.

Desta forma, pelos motivos acima referidos, este número de aulas foi claramente insuficiente para serem alcançados a maioria dos objetivos definidos, visto não ter

existido tempo para trabalhar sobre as dificuldades, nem para realizar as repetições necessárias para tal. Ainda que a maioria dos objetivos não tenham sido alcançados, é possível salientar o sucesso da situação de aprendizagem da roda de bola na matéria de voleibol, esta constituiu uma muito boa opção, visto que os alunos que ainda não conseguiam no início do ano realizar um toque de dedos dentro do padrão correto, conseguiram melhorá-lo substancialmente, visto que este exercício realizado em grupos heterogéneos, concede tempo aos alunos menos aptos para ver como os alunos mais aptos realizam o toque de dedos ou a manchete, podendo utilizar como exemplo e, têm também tempo de se voltarem a posicionar visto que a bola não retorna logo a eles.

Assim, com este número total de aulas foi possível atingir os objetivos definidos para esta etapa na matéria de voleibol para a maioria dos alunos, no entanto, esta continuou a ser matéria prioritária; foi também possível atingir as metas da matéria de futebol para a maioria dos rapazes (exceto 1) e para duas raparigas; relativamente às matérias de ginástica e dança não foram atingidos.

Devido às diversas posturas apresentadas pelos alunos da turma, que evidenciam clara apatia e desinteresse pelas atividades letivas da disciplina, tornou-se necessário adotar uma atitude de maior controlo e reforço positivo, de forma a combater situações de desmotivação, pouco empenhamento e, por vezes, de mau comportamento. Para combater esta lacuna da turma foi também necessário perceber as matérias que mais e menos gostavam de forma a construir aulas que não fossem desmotivantes.

O professor deve conhecer que a relação entre o ensino e a aprendizagem não é direta, pois é mediada por um conjunto de variáveis características dos alunos não modificáveis e modificáveis (Martins, Gomes & Carreiro da Costa, 2017). Nesse sentido, o professor deve perceber quais são as variáveis modificáveis dos seus alunos (por exemplo a perceção de competências, a motivação, as atitudes...) e gerir a sua intervenção consoante essas variáveis. Por conseguinte, foi necessário promover a motivação, a seleção de conteúdos a utilizar numa mesma aula.

A nível pessoal, nesta altura reconheci ainda que, tinha pontos a melhorar no que dizia respeito à instrução inicial pois o professor deve comunicar aos alunos os objetivos (“para quê”), o objeto (“o que vão realizar”) e como realizar (“critérios de êxito”) as atividades. Os critérios de êxito apresentados devem ser em número reduzido (e.g., dois ou três) e reforçados pelo professor quando realiza o acompanhamento e avaliação das atividades dos alunos (National Association for Sport and Physical Education [NASPE],

2009; Piéron, 1999). Considero que esta situação, nesta altura tenha continuado a constituir uma dificuldade, em parte devido aos comportamentos dos alunos, como na fase de instrução era muito difícil mantê-los atentos e sem a ocorrência de comportamentos desviantes, acabava por tentar ser o mais breve possível, acabando, por vezes, por não dizer tudo o que pretendia. Apesar desta parte da aula ainda não se mostrar tão organizada como gostaria, a definição de grupos e o conhecimento dos mesmos pelos alunos, já constituía uma situação economizadora de tempo.

Nesta altura ainda existiam outros aspetos a melhorar como o posicionamento diante dos alunos e a movimentação no espaço de aula, de forma a não deixar alunos nas minhas costas ou fora do campo de visão e uma melhor preparação das matérias nas quais não me encontro tão à vontade em termos técnicos como por exemplo o futebol.

Neste sentido reconheço a importância que a observação de aulas de outros docentes do GEF e dos meus colegas estagiários tem e os benefícios que daí podem advir.

O final desta etapa coincidiu com o final do primeiro semestre e consequentemente com as reuniões de Conselho de Turma (CT), estas reuniões, nas quais estive presente, reúnem todos os professores da turma e revelaram-se muito importantes pois “o horário letivo dos alunos não se pode desenrolar como se fosse um conjunto de acontecimentos ocasionais, de encontros fortuitos. É necessário o entendimento pedagógico e didático dos professores que lecionam a mesma turma quanto às prioridades e às opções gerais de ensino.” (Bom & Brás, 2003).

Visto que o final desta 2ª etapa coincidiu com o final do primeiro semestre, foi necessário realizar avaliações. Desta vez, de forma a colmatar as dificuldades pessoais sentidas na AI no que concerne à observação e registo das dificuldades dos alunos, utilizei algumas estratégias que ajudaram este processo a ser mais eficaz, rápido e preciso. Visto que o rigor da observação passa pela seleção prévia daquilo que se pretende observar, comecei por isso mesmo, defini bem os aspetos de aprendizagem de cada matéria que pretendia observar e escolhi situações que, em simultâneo, permitam uma fácil observação daquele que foi definido como objeto de avaliação e que permitam o treino e aperfeiçoamento das competências dos alunos.

Relativamente às alunas que apresentam dificuldade motoras e cognitivas muito acentuadas, estando ambas incluídas na UAM da escola, o acompanhamento e ensino destas duas alunas encontra-se ao abrigo do Decreto-Lei n.º 54/2018 (2018), nas medidas adicionais, visto que apresentam dificuldades acentuadas e persistentes ao nível da

comunicação, interação, cognição e aprendizagem que exigem recursos especializados de apoio à aprendizagem, tendo cada uma delas um Plano Individual de Transição (PIT), com adaptações curriculares significativas onde é dada importância, para além do desenvolvimento motor, ao desenvolvimento de competências de autonomia pessoal e social, esta situação também inclui uma avaliação adequada.

Com o decorrer das aulas deparei-me com a enorme dificuldade em conseguir dar a atenção necessária a toda a turma com estas duas alunas presentes na aula, mesmo que estas estivessem acompanhadas por uma professora da Educação Especial, visto terem um grau de necessidade muito diferenciado da turma no geral e por isso precisavam de muito acompanhamento, atenção e feedback específico, verificando-se insuficiente a presença da professora de Educação Especial pois esta não tinha conhecimentos específicos da disciplina de EF. Surgiu assim a necessidade da presença de um professor coadjuvante que fosse especializado em EF.

3ª Etapa- Progresso

O início do segundo semestre, marcou o início da coadjuvação do professor de Educação Física por uma professora da área, a professora Isabel Baptista. Nesta altura a professora coadjuvante ficou mais responsável pelas alunas nº 4 e 5, tornando-se mais fácil toda a gestão e distribuição de atenção. A partir daqui a turma passou a realizar, em todas as aulas, um jogo coletivo muito simples como forma de aquecimento e que fosse possível que as alunas participassem, mesmo que com ajuda da professora Isabel ou de algum aluno (por norma um aluno que não estivesse a realizar a aula prática por alguma razão ficava com essa “responsabilidade”). Ao terminar o jogo, as alunas dirigiam-se a um canto à parte com a professora Isabel e realizavam os exercícios que constavam nos planos de aula que realizei especificamente para elas. Esta situação levou-me a questionar se seria esta a melhor forma de inclusão e de aprendizagem para estas alunas. Avanço com o presente tema e propostas solucionadoras como projeto específico para as áreas da leção e seminário.

Para esta etapa foi elaborada uma UD na qual, para além de continuarem a ser desenvolvidas as matérias prioritárias, foram abordadas algumas matérias pela primeira vez como o andebol, orientação, ginástica acrobática e ainda, integrado na matéria de atletismo, a corrida de estafetas. No caso da matéria de andebol, numa primeira aula considerei oportuno utilizar uma aula de 45 minutos só para esta matéria, facilitando

posteriormente as aulas seguintes em estações com matérias diversas visto que já tinham algum conhecimento sobre os critérios de êxito de andebol, sendo possível ficarem em autonomia durante algum tempo.

Nesta etapa, realizei duas alterações/melhorias relativas à dinâmica da aula: em primeiro lugar, deixei de realizar uma estação para a condição física, passando a desenvolver essas capacidades incluídas nas matérias, uma vez que o número previsto de aulas em diante era reduzido e por isso, todo o tempo era preciso. A outra alteração esteve relacionada com a dinâmica das aulas de 45 minutos pois tinha dificuldade em gerir pouco tempo de aula mas, visto que neste momento já conseguia uma gestão do tempo eficaz, que os alunos se encontrassem o maior tempo possível em tempo potencial de aprendizagem e que cumprisse o planeamento, comecei a ver benefícios em realizar aulas de 45 minutos por estações, também no sentido de promover a motivação dos alunos, situação que tem sido um desafio constante, dadas as características específicas deste grupo de alunos.

Nesta etapa investi muito em tentar encontrar a melhor forma de organização da turma durante a instrução inicial, visto que esta era uma dificuldade que persistia desde o início do ano letivo. Experimentei colocá-los todos sentados no chão ou posicionados sobre a linha dos 6 metros do campo de andebol, ficando em meia lua, mas não resultava pois eles ficavam muito próximos uns dos outros, o que acaba sempre em situações de distração. A solução que pareceu resultar melhor foi colocar 3 pinos afastados no chão e os alunos sentarem-se no seguimento dos pinos já pelos grupos pré-definidos.

Após uma etapa, surge a necessidade de verificar se os alunos se encontram na direção dos objetivos definidos. Desta forma e, uma vez que o final desta etapa coincidiu com as avaliações finais de semestre da EBAG, por esta altura foram sendo recolhidas e registadas informações de forma a ajuizar da forma como os alunos se encontram nesta altura do aluno, se estão realmente a aprender para ajustar o que se demonstra necessário no sentido de aproximar sempre as situações de aprendizagem o mais possível à direção definida.

Balanço 3ª Etapa

O início desta terceira etapa de lecionação coincidiu com o início do segundo semestre, 7 de fevereiro e terminou a 30 de março, contemplando um total de 8 aulas: 3 aulas de 45 minutos e 4 aulas de 90 minutos, de 15 aulas totais que deveriam ter existido.

A presença da professora coadjuvante notou-se bastante benéfica pois as alunas passaram a ter mais tempo de empenhamento motor visto terem sempre alguém a motivar para que o mesmo aconteça e notou-se também uma melhor integração com os restantes alunos na turma pois as alunas passaram a estar mais presentes nos jogos iniciais de aquecimentos, juntamente com a turma.

Nesta fase, a nível pessoal, uma vez que já consegui adotar algumas atitudes de prevenção de comportamento desenquadrados do ambiente da aula e já tinha encontrado a melhor forma de posicionar os alunos a fim de reduzir a ocorrência de comportamentos desviantes, já consegui desenvolver uma fase inicial muito mais organizada para os alunos pois esta fase da aula também deve ser planeada cuidadosamente, de forma a utilizar o menor tempo possível da aula. Na instrução inicial transmitia de forma clara e sucinta, as situações de aprendizagem, os objetivos da aula e certificava-me que os alunos tinham entendido através de breves questões.

4ª Etapa- Produto

A 4ª etapa representa o final de ano, consolidação das aprendizagens realizadas até então e ainda a avaliação final de ano, preparação para aprendizagens dos anos seguintes.

Apesar de nesta fase do planeamento a avaliação se focar numa avaliação sumativa, de demonstração das aprendizagens adquiridas, a intervenção foi muito direcionada para a revisão e consolidação das aprendizagens que os alunos apresentavam mais dificuldades, como é suposto quando nos guiamos por um plano por etapas.

Assim, para as últimas 9 aulas do ano, foram definidos os seguintes objetivos:

Quadro 4- Objetivos 4ª etapa Lecionação

Objetivos específico 4ª etapa de lecionação- Produto
Melhoria e consolidação das aprendizagens desenvolvidas até então.
Preparação das aprendizagens para o ano seguinte.
Recuperação de alunos: -Recuperação do aluno nº15 por excesso de faltas -Recuperação dos alunos nº 8, 18 e 26 num dos testes de força do FITescola. -Recuperação do aluno nº19 num dos testes de flexibilidade do FITescola.
Observação e registo de informação para classificação final de ano.

Para esta etapa, visto que o número de aulas previstas era reduzido devido a diversas situações como torneios escolares, visitas de estudo e provas de aferição e, visto que, para além da concretização dos objetivos principais desta etapa, também tinham de

ser avaliadas as diferentes matérias de forma a ser atribuída uma classificação final, optei por planear as aulas por planos de aulas individuais ao invés de uma Unidade Didática, uma vez que a maioria das aulas não poderiam ser idênticas nas suas matérias.

Nesta fase foram aplicados os planos de recuperação necessários. No 9ºE, o aluno nº15 excedeu o número legal de faltas à disciplina, desta forma foi elaborado um plano de recuperação (apêndice XVII) no qual o aluno teve que frequentar 5 aulas de desporto escolar, correspondente ao número de excesso de faltas dadas pelo aluno e nos grupos de desporto escolar correspondentes às matérias que foram lecionadas nas aulas em que o aluno faltou.

Balanço 4ª Etapa

Esta última etapa que teve início a 13 de abril e fim a 6 de junho contemplou um total de 9 aulas práticas: 6 de 45 minutos e 3 de 90 minutos, de 15 aulas totais.

No que diz respeito à recuperação de algumas competências dos alunos nesta fase final, relativamente à área da aptidão física, de forma a otimizar o tempo e visto que para fins de classificação final os alunos têm de estar aptos em um teste de força, um teste de resistência e um teste de flexibilidade, apenas os alunos que até então não estavam aptos em algum destes testes, repetiram os mesmos.

No apêndice III- Avaliação final de ano 9ºE, é possível verificar o nível de cada aluno, no início e no final do ano letivo, em algumas das matérias que foram sujeitas a avaliação. A partir deste anexo, conseguimos verificar a progressão existente ao longo deste ano. Contudo, progressão na aprendizagem não significa somente passar a cumprir o nível introdução ou elementar. Todo o processo que é feito até se chegar a um determinado nível faz parte da progressão, é a aprendizagem/domínio de atividades mais complexas, que deve ser trabalhada de forma muito empenhada, tanto pelo professor, como pelo aluno.

Destaco os alunos nº 7, nº 8 e nº 27 que se esforçaram e mostraram-se empenhados em superar as suas dificuldades, ao contrário de muitos alunos da turma que até apresentavam competências em várias matérias, mas em simultâneo apresentavam uma postura de desleixo e, por essa razão, não alcançaram níveis mais altos de competência.

Desde o primeiro dia de aulas (19 de setembro), até ao último (6 de junho), a turma 9ºE teve precisamente 34 aulas práticas e 7 aulas teóricas, o que não constitui o número de aulas necessário. Assim, chegando ao final do ano letivo, analisando o aproveitamento

escolar em EF da turma 9ºE, de forma global, considero que a maioria dos alunos da turma evoluiu ao longo das minhas aulas. Em alguns alunos foi mais evidente, noutros menos, no entanto, tendo em conta o número total de aulas que lecionei ao longo do ano letivo, não seria realista se tivesse pensado em alcançar objetivos muito mais altos do que os que foram atingidos.

Nesta etapa, à semelhança do restante ano letivo, foram utilizados grupos heterogéneos. No entanto existiram também situações em que foram utilizados grupos homogéneos para existir a possibilidade de os alunos mais aptos realizarem situações mais aproximadas da situação real (jogo formal), com o objetivo de elevar as suas capacidades e aumentar a sua motivação. Nestes momentos, os alunos menos aptos encontravam-se em prática de exercícios e/ou matérias para as quais seria menos relevante a presença de um aluno cooperante como a ginástica no solo ou o salto em comprimento.

Uma situação crítica que aconteceu com bastante regularidade ao longo do ano, era que os alunos, ao trocarem de estação demoravam muito tempo a iniciar a situação de aprendizagem seguinte, mesmo tendo conhecimento do que eu pretendia que realizassem, tendo sido necessário repreendê-los por várias vezes. Nesta etapa finalmente comecei a verificar que os alunos já realizavam a transição de forma mais rápida e começavam a tarefa sem eu ter que ir lá, é uma pequena vitória, mas foram parabenizados por isso, privilegiando a dimensão positiva.

Nesta etapa, considero que consegui, na parte inicial da aula, deixar sempre claro para os alunos quais eram os critérios de êxito dos exercícios que iam realizar, esta é uma informação muito importante a ser transmitida pois os alunos devem conhecer o que se espera deles, conhecer os objetivos e os critérios de êxitos das situações de aprendizagem em que se encontram. Considero também que já me deslocava pelas zonas periféricas do espaço de aula, situação importante, não só para a prevenção de maus comportamentos como para estar sempre disponível a dar todos os *feedbacks* possíveis e oportunos.

De modo global, considero que o número total de aulas (34 aulas práticas como apresentado no apêndice IV- Tabela Balanço número de aulas) que me foi possível lecionar constituiu claramente um número bastante reduzido, o que representa consequentemente um número reduzido de oportunidade de desenvolvimento dos alunos e também de melhorias pessoais.

Professor a Tempo Inteiro (PTI)

Para a concretização do estágio na sua plenitude, na área da lecionação, pretende-se ainda que o professor estagiário realize a semana de Professor a Tempo Inteiro (PTI). Nesta semana o professor estagiário leciona unidades didáticas dos outros professores do GEF nas suas turmas, ou seja, realiza o horário completo de um professor durante uma semana, tendo 5 a 6 turmas à sua responsabilidade.

A experiência profissional de um professor de EF não pode ser transmitida pela palavra ou pela escrita, apenas pela ação e experiência própria. Neste sentido, qualquer que seja a influência, a competência e a experiência do orientador de escola, é o próprio estagiário que se auto-constrói pela aquisição da sua própria experiência e da sua capacidade de refletir sobre a sua prática profissional (Albuquerque, 2003). Assim, revela-se importante o trabalho do estagiário aliado a outros professores de EF da escola.

A realização desta semana tem, para o estagiário, como principais objetivos ser uma mais-valia na formação inicial do professor tendo componentes importantes neste sentido, nomeadamente: estabelecer compromissos colaborativos e pedagógicos junto dos diversos professores; reafirmar o estatuto de professor estagiário junto de diversas turmas; tratar diversos níveis de todas as áreas do programa em turmas diferentes da nossa; desmontar e aprofundar as competências pessoais do estagiário.

Para a concretização deste projeto e de forma a alcançar os objetivos, foi importante a realização de todas as etapas inerentes e a este projeto:

1. Observação das aulas das turmas dos professores daqueles que iremos lecionar as suas aulas;
2. Combinar e planear as aulas dessa semana em conjunto com os professores das turmas em questão;
3. Assumir a condução das aulas das turmas definidas (com presença do titular da turma);
4. Reunião de balanço e avaliação da semana de PTI com os vários professores que colaboraram.

Esta semana aconteceu em dois momentos distintos ao longo do ano letivo, criando assim uma melhor e mais ampla perceção do meu próprio desenvolvimento enquanto professora e uma imagem mais aproximada da realidade que é o dia-a-dia de um professor.

1º PTI

Além dos objetivos mais gerais referidos acima, defini também alguns objetivos pessoais com fim a ultrapassar as minhas dificuldades, entre eles: a melhoria de capacidades de gestão do espaço de sala de aula, aumento do repertório de estratégias de prevenção de comportamentos fora da tarefa.

Depois de definidos os objetivos e as fases a concretizar para este projeto, realizei a minha proposta prática, um plano horário (Apêndice V- Horário 1ºPTI), posteriormente aprovado pela orientadora de escola. A decisão da calendarização para esta semana passou por, em primeiro lugar, conciliar com os meus colegas estagiários de forma a realizarmos todos em semanas distintas e, em segundo, por escolher uma semana que pudesse ser realizada na totalidade, ou seja, sem feriados, torneios escolares, visitas de estudo ou outras atividades na escola que implicassem a interrupção das aulas de EF.

Quanto à escolha das turmas a lecionar, esta incidiu sob 2 fatores: escolhi 3 turmas que são lecionadas pela orientadora pois são aulas que observo com mais regularidade e, consequentemente tenho maior conhecimento sobre os alunos em questão; escolhi ainda uma turma de 8º ano e outra de 7º ano, de forma a conseguir ter a experiência de lecionar os diferentes níveis de ensino e aprendizagem.

Após a observação das aulas dos professores das turmas em questão, reuni com cada professor individualmente de forma a perceber o que cada um pretendia que fosse lecionado nas suas aulas durante a semana destinada ao meu PTI, depois de realizados os planos, voltámos a marcar uma reunião na qual apresento as minhas propostas de aula, aceites pelos professores.

Balanço 1º PTI

A turma do 9ºE, turma pela qual estive responsável durante este ano letivo, neste dia foi a uma visita de estudo no âmbito da disciplina de História. No entanto, existindo alunos que não vão à visita de estudo, esta deve ser lecionada na mesma. Estiveram presentes as alunas nº 4 e 5, as alunas que estão incluídas na UAM da escola. Esta foi a primeira aula que consegui dar total atenção às alunas, ficando a conhecer as dificuldades das mesmas e também as suas capacidades, tendo sido este momento importante para perceber a necessidade de reformulação de alguns exercícios que tinha colocado nos planos de aulas que entreguei à professora Isabel Baptista (professora coadjuvante).

A turma do 8ºA apresenta várias rotinas implementadas pela professora Ana Paula Faustino. Os grupos pedagógicos estão definidos e a turma tem conhecimento dos mesmos e quando chegam ao espaço de aula apresentam-se sentados no chão em filas pelos grupos: rotina benéfica para menor consumo de tempo com organização inicial, facilita a transmissão da instrução inicial, a nível do posicionamento do professor perante a turma e vice-versa durante a mesma e mesmo a nível da prevenção de comportamentos desviantes da tarefa ou do momento da aula. Algumas destas rotinas considerei interessantes para aplicar com a minha turma.

Em tom de autoavaliação e também em conversa com a professora Ana Paula Faustino, na primeira aula a esta turma, apresentei uma instrução inicial pouco organizada, podendo causar confusão em alguns aspetos para os alunos, tive também alguma dificuldade na gestão do tempo, acabando assim por os grupos realizarem menos tempo do que o planeado para a sua última estação. Como esta aula tinha uma estação onde se realizava saltos no minitrampolim e por esta apresentar maior risco de segurança, foi onde estive mais presente, onde dei todos os *feedbacks* que considerei necessários e corretos (segundo a professora da turma). Contudo, a presença desta estação fez com que desse menos apoio aos alunos que se encontravam no badminton e na ginástica no solo, portanto garantir a segurança no minitrampolim e acompanhar os alunos que se encontravam noutras tarefas foi uma dificuldade, esta situação é mais fácil de controlar numa turma que é nossa pois para além de já conhecermos a capacidades dos alunos, também é possível ir implementando regras para facilitar esta gestão ou ensinar os alunos a realizar as ajudas uns aos outros.

Para a segunda aula, esta de 45 minutos e também no pavilhão, organizei em duas estações: badminton (de forma a poder dar os *feedbacks* necessários e que não foram possíveis na aula anterior) e um jogo de iniciação ao corfebol- bola ao fundo, nesta aula consegui gerir o tempo como estava planeado e estar presente em ambas as matérias para dar os *feedbacks* necessários e alterar condicionantes sempre que foi preciso. No final desta aula, a professora considerou que melhorei nos aspetos que tínhamos apontado em conjunto, na aula anterior.

Com a turma do 8ºE tive a oportunidade de lecionar uma matéria que, de outra forma, não iria experienciar lecionar, visto que não tinha planeado lecionar na minha turma, o corfebol. Os alunos realizaram um jogo de corfebol com equipas mistas, com

marcação pré-definida a colegas do mesmo sexo (sempre que possível, devido ao número de alunos de cada sexo) com os cestos específicos da modalidade.

Relativamente à turma do 7ºD, no momento da aula de 90 minutos, surgiu a necessidade de esta ter um formato teórico pois as condições climáticas não possibilitaram a realização de aula prática no espaço exterior como estava planeado segundo o *roulement* existente. Nesta aula foram abordadas as matérias de salto em comprimento para a qual foi apresentado um vídeo do salto da atleta portuguesa Naide Gomes na final do salto em comprimento nos Jogos Olímpicos de 2009, em Berlim e realizada a análise do mesmo, explicando aos alunos as diferentes fases do salto, as zonas de medição, situações que levem a que o salto seja considerado nulo. Utilizei o mesmo método para a matéria de andebol, apresentei um vídeo de andebol masculino enquadrado nos Jogos Olímpicos, onde ia parando os vídeos sempre que fosse pertinente para explicar regras e faltas que iam ocorrendo ao longo do jogo. Nesta matéria, que não é a minha área de conforto, notou-se a importância de o professor rever as matérias nas quais tem menos conhecimento sempre que for necessário, de forma a explicar a matéria da forma mais clara possível e esclarecer as dúvidas dos alunos. Na segunda aula da semana já existiu a possibilidade de se realizar aula prática. Para o primeiro grupo que estive na área do andebol (grupo mais apto), propus que realizassem 3x2+Gr em contra-ataque e os alunos realizaram o exercício com sucesso, já o grupo menos apto realizou o mesmo exercício, mas sem o contra-ataque, os defesas trocavam ao fim de 3 ataques.

O facto de lecionar outros anos de escolaridade, deu-me a oportunidade de lecionar matérias que não ia lecionar com a minha turma pois não eram matérias prioritárias e devido ao número reduzido de aulas, optei por não lecionar, como foi o caso do corfebol.

2º PTI

Devido às visitas de estudo das turmas que escolhi lecionar em conjunto com a orientadora, nesta segunda semana de PTI, a data foi alterada por duas vezes, acabando por se realizar efetivamente na semana de 15 a 19 de maio, semana das provas de aferição de EF do 5º ano. Uma das provas de aferição coincidiu com o horário da aula de 90 minutos da turma 9ºE (a minha turma), por essa razão estive também presente na prova de aferição, colaborando com o professor avaliador. Nesta semana lecionei uma turma da orientadora, uma turma de 8º ano da professora Ana Paula Faustino que já tinha lecionado

no 1º PTI e as restantes 3 turmas eram da professora Sandra Pinheiro, apenas turmas de 9º ano, concretizando o horário que apresento no apêndice VI- Horário 2º PTI.

Balanço 2º PTI

A primeira etapa deste projeto, a observação, constitui efetivamente uma componente importante pois só assim conseguimos ter conhecimento mais aprofundado sobre as dificuldades dos alunos a serem ultrapassadas, que exercícios os alunos precisam para desenvolver o quê, que alunos podem trabalhar como alunos cooperantes, qual o comportamento da turma e, conseqüentemente que atitude deve ser utilizada na abordagem a cada turma.

É importante o professor estar atento ao posicionamento dos alunos durante as instruções e ao que os pode distrair, certificando-se que todos os alunos veem e ouvem todas as explicações e demonstrações dadas pelo professor, esta situação foi-me apontada pela professora de uma das turmas em que lecionei e foi imediatamente corrigida na mesma aula e nas lecionadas daí em diante. Também no contexto da instrução para os exercícios a desenvolver, apesar de esta dever ser breve, deve também ser específica e clara e envolver os alunos na interpretação dos critérios de êxito.

Numa das aulas deste PTI, visto que a professora me informou antecipadamente quais seriam as equipas no jogo, distribuí os coletes logo no início da aula a seguir ao aquecimento e os alunos realizaram a aula toda com os coletes vestidos mesmo quando se encontravam a realizar exercícios para os quais não era necessário. Esta situação resultou muito bem e passei a implementar também nas minhas aulas com o 9ºE pois quando os alunos mudavam de matéria, não perdiam tempo a definir as equipas pois, a partir dos coletes, já sabiam como eram constituídas as equipas, diminuindo assim o tempo de transição.

Nesta semana desenvolvi muito a capacidade rápida de adaptação de exercícios pois por se realizar na última etapa do ano, o produto, a professora da turma solicitou-me que realizasse jogo de basquetebol 5x5, à exceção do grupo menos apto (a professora constituiu grupos homogêneos) mas esta situação não resultou na maioria das turmas e, consoante as dificuldades detetadas nos alunos, ajustei.

A realização deste segundo PTI foi muito importante para o meu percurso como estagiária, pois constituiu mais oportunidades de trabalhar sobre as dificuldades sentidas

e identificadas até então, visto que por esta data a minha turma já ia ter um número muito reduzido de aulas até ao fim do ano letivo devido a diversos constrangimentos.

Projeto específico- Estratégias de Inclusão

A turma 9ºE tem 28 alunos, sendo que as alunas nº 4 e 5 apresentam dificuldades muito acentuadas a nível motor, cognitivo, a nível da comunicação, interação e aprendizagem. Assim o acompanhamento e ensino destas duas alunas encontra-se ao abrigo do DLnº54/2018, nas medidas adicionais. Este Decreto de Lei pretende garantir que todos os alunos tenham direito à adequação do ensino às suas necessidades e potencialidades, devendo assim os professores utilizarem todas as ferramentas que forem necessárias e estiverem ao seu alcance para promover a aprendizagem e desenvolvimento de todos os alunos.

As alunas começaram a frequentar as aulas de EF a 8 de outubro e as suas dificuldades tão distintas dificultaram muito a sua inclusão nos diferentes exercícios que a turma se encontrava a desenvolver, pois não era possível incluí-las na maioria das tarefas que os restantes alunos realizavam, acabando por realizarem grande parte das vezes exercícios diferenciados e num espaço à parte. Nesta altura ainda não existia a coadjuvação por um professor de EF por isso, algumas vezes vinham acompanhadas pela professora de Educação Especial, outras vezes a orientadora de escola, a professora Frederica Vicente, ajudava no acompanhamento das alunas, outras vezes quem fazia esse acompanhamento mais próximo eram os alunos que, por não trazerem algum material ou por terem alguma lesão, não realizavam a aula prática, estas situações ajudavam, no entanto não eram a situação ideal. No entanto, esta inconstância não era a solução mais adequada.

Por esta razão, surgiu a pertinência e necessidade da implementação de estratégias de inclusão das alunas na turma, visto que a EF é a única disciplina do currículo regular que estas alunas frequentavam, por isso os horários das aulas de EF eram os únicos momentos em que as estas tinham oportunidade de conviver e socializar com outros alunos para além daqueles que, tal como elas, estão incluídos na UAM.

No início do segundo semestre (7 de fevereiro) a turma 9ºE, assim como mais algumas turmas com alunos em situações idênticas, passaram a beneficiar da coadjuvação realizada pela professora Isabel Baptista, de EF. Apesar de, a partir desta data, o plano de aulas adequado às duas alunas, ter passado a concretizar-se com muito mais rigor, devido

à presença da professora coadjuvante que se veio a revelar, como já era de esperar, muito preciosa nesta gestão, ainda assim, as alunas continuavam a realizar as aulas num espaço à parte, como se não fizessem parte da turma devido à diferença de possibilidades e dificuldades com outros alunos. Esta situação aconteceu na primeira aula em que tivemos a professora coadjuvante, nas aulas seguintes teve de ser logo solucionada.

A inclusão de alunos com necessidades educativas especiais em turmas comuns do ensino regular, requer uma atenção especial, uma vez que o desenvolvimento efetivo destes alunos deve ser assegurado, através de procedimentos pedagógicos adequados que garantem e proporcionem a sua aprendizagem. Tais procedimentos diferenciados incluem desde estimulação intensiva, métodos e técnicas, recursos materiais, adaptações curriculares. Todas estas adaptações visam garantir o princípio de igualdade de oportunidades, sem as quais o direito garantido em lei não se viabiliza no cotidiano escolar (Leite & Martins, 2012).

A escola e os professores devem estar preparados para solucionar e potencializar as capacidades de cada aluno, indo ao encontro das suas necessidades. Assim, de forma a concretizar uma efetiva inclusão, surgiu a necessidade de se criarem e serem implementadas algumas estratégias que promovessem a inclusão destas alunas.

Quadro 5-Objetivos do projeto

Objetivo geral	Objetivos específicos
Inclusão das alunas na turma e nas atividades da aula de EF.	Participação das alunas no aquecimento e em todas as atividades que seja possível.
	Desenvolvimento das capacidades motoras.
	Desenvolvimento de competências de autonomia pessoal e social.

Quadro 6- Estratégias de inclusão

Estratégias de inclusão
1. Como forma de aquecimento, a turma passou a realizar um jogo muito básico que as alunas nº 4 e 5º pudessem participar também (mesmo que ainda com ajuda da professora coadjuvante e com alguma tolerância por parte dos colegas), por exemplo o jogo da raposa, o jogo da corrente, a apanhada, entre outros.
2. Os alunos que, por alguma razão, não realizassem a aula prática, a função dos mesmo passou a ser o acompanhamento das alunas nos seus exercícios, juntamente com a professora coadjuvante.
3. Planeamento específico (Apêndice VII- Planos de aula para alunas nº4 e 5).

Não podia deixar de considerar importante solicitar a ajuda para o acompanhamento das duas alunas, por alunos que, por razões médicas ou outras, não se encontravam a realizar a aula prática. Estes ajudavam em pequenas tarefas como explicar-lhes os exercícios de mobilização articular do aquecimento para o qual já todos têm uma

rotina, a montagem do material necessário para as situações de aprendizagem que elas iam realizar e o acompanhamento nos vários exercícios. Atualmente, exige-se às escolas o combate à exclusão e o fomento do exercício da cidadania, sendo por isso importante que os alunos aprendam a conviver em comunidade. As insuficiências corporais, além de modificarem as relações do ser humano com o mundo, manifestam-se no comportamento diferenciado nas relações com as pessoas (Falkenbach, Chaves, Nunes & Nascimento, 2007). É, por esta razão, importante reforçar a convivência entre todos, podendo esta começar nas aulas de EF.

Confrontei-me também com a necessidade de elaborar um plano diferenciado, no qual as alunas realizavam, em conjunto com a turma, apenas as atividades que lhes fossem possíveis, sem que, em algum momento, fosse prejudicado o desenvolvimento e aprendizagem de qualquer aluno da turma. As alunas beneficiaram de adaptações no processo de avaliação, assim como adaptações do currículo, de acordo com as suas problemáticas, visto terem um PIT com adaptações curriculares significativas onde é dada importância ao desenvolvimento motor e ao desenvolvimento de competências de autonomia pessoal e social.

Assim, de forma resumida, as aulas começavam com um aquecimento em corrida e mobilização articular e de seguida um jogo simples em que os 28 alunos participavam. Ao terminar o jogo, as alunas nº 4 e 5 ficavam ao encargo da professora Isabel, realizado o plano estipulado enquanto os restantes alunos da turma, ficavam ao meu encargo. Neste decorrer de situações, sucedeu uma situação que foi importante para este processo. No dia 6 de março, a turma foi a uma visita de estudo no âmbito de outra disciplina e as alunas nº4 e 5 não foram. Nestes casos, a aula deve ser lecionada na mesma para os alunos que estiverem presentes. Assim, realizei a aula só com estas duas alunas, juntamente com a professora coadjuvante. Nesta aula, visto que o meu foco eram apenas as duas alunas, consegui perceber melhor a necessidade de reformulação dos planos de aulas, alguns exercícios por serem demasiados complexos, outros por elas até terem capacidades para aumentar o nível de dificuldade. Como habitualmente nas aulas, quem fica mais responsável pelas alunas é a professora coadjuvante, levantou-se a questão de quem deveria ser responsável pela planificação dos planos de aula, os ajustes do mesmo e a avaliação das alunas, tema desenvolvido em projeto de Seminário.

Descrição de episódio crítico- 23/03/2023

Desde que se iniciou o ano letivo até ao mês de janeiro, as alunas nº 4 e 5, identificadas com NE (Necessidades Educativas), tendo elas um horário individualizado, frequentavam apenas os primeiros 45 minutos da aula de 90 minutos, à terça-feira. Em fevereiro, com a vinda de uma professora coadjuvante, as alunas passaram a poder estar presentes nos 90 minutos da aula de terça-feira e ainda na aula de 45 minutos à quinta-feira, sendo que nesta, devido aos seus horários individualizados e estipulados pela Unidade de Apoio à Multideficiência (UAM), as alunas iniciam a sua aula com a Professora Coadjuvante 5/10 minutos antes do horário da turma, visto que têm que se retirar da aula pelas 12h00 para poderem almoçar.

De forma a promover a inclusão e interação entre todos, começou a ser rotina, no início de todas as aulas de 90 minutos, a turma realizar um jogo de aquecimento coletivo simples como o jogo da corrente, no qual as alunas nº 4 e 5 também participavam (com acompanhamento da professora coadjuvante).

Na quinta-feira 23 de março, a turma 9ºE teve, como consta no seu horário e no da professora estagiária, a sua aula regular de Educação Física de 45 minutos com início às 11h45 e término às 12h30.

Os alunos apresentaram-se no local da aula (pavilhão) após 5 minutos da hora de início da aula pois estes precisam da autorização da assistente operacional para poderem entrar nos balneários quando ainda estão alunos de outras turmas nos balneários. Assim, já perdidos 5 minutos, a aula iniciou-se com uma conversa com os alunos com dúvidas sobre a saída de campo, pois encontrávamo-nos nos últimos dias para a entrega das autorizações dos EE's para mesma. De seguida, deu-se início ao aquecimento em corrida e mobilização articular, demorando este perto de 10 minutos, foi possível iniciar-se a parte fundamental (ginástica acrobática e badminton) da aula pelas 12h05 (a 25 minutos do final da aula).

Situação problema: nesta aula, devido ao pouco tempo total de aula aliado ao atraso da entrada dos alunos no pavilhão, à necessidade de esclarecimento de dúvidas sobre a saída de campo, e ainda pelo horário das aulas pois já estaria na hora de irem embora, optei por não realizar o jogo inicial promotor da inclusão das alunas nº 4 e 5, visto que estas mesmo assim tiveram aula com a Professora Isabel e ao realizar o jogo, a parte fundamental da aula para os restantes 26 alunos, iria passar a ser apenas de 15 minutos (contanto com a arrumação do material).

Questão para reflexão: Esta foi a opção acertada ou o jogo devia ter se concretizado mesmo com as condições acima descritas?

Balanço/Reflexão

Com a adoção destas estratégias foi bastante evidente a crescente motivação das duas alunas por estas aulas e a sua evolução a nível de capacidades motoras e, por vezes, até de comunicação, mesmo este sendo um ponto que, por vezes, é inconstante no caso específico das aulas nº 4 e 5. Foi também muito evidente a predisposição da turma no geral para colaborar com as alunas na fase inicial da aula, como facilitarem algumas situações no jogo para elas também poderem fugir quando ocupavam essa função ou até de facilitarem que elas os apanhassem e, por vezes, andarem a correr ao lado delas de braço dado a incentivar a correr e realizar aquela que era a sua função naquele momento do jogo. Estas simples atitudes já se revelam muito importantes, no sentido em que é suposto que os alunos aprendam as várias matérias da disciplina de Educação Física, mas também a serem cidadãos respeitadores e inclusivos na sociedade que têm que enfrentar hoje em dia e no futuro.

A nível da inclusão, tanto eu, como a professora Frederica e a professora Isabel, fizemos sempre aquilo que considerámos que fosse o mais acertado e vantajoso em cada momento para a aprendizagem de todos os alunos, no entanto, a verdade é que as duas alunas realizavam a fase inicial da aula com a turma e a partir daí ficavam apenas com a professora Isabel e/ou com o aluno que não estivesse a realizar a aula prática, num espaço à parte. Será que isto constitui inclusão? Será que esta foi a decisão mais acertada e mais benéfica para todos?

O decorrer deste processo fez com que surgisse a necessidade de reflexão coletiva sobre a intervenção que estávamos a realizar com as alunas e, conseqüentemente, a questão sobre de quem seria a responsabilidade da realização do plano de aula específico destas duas alunas, questão bastante pertinente e importante de ser esclarecida e por essa razão teve lugar ao tema do Seminário.

2.Direção de turma

O papel do Diretor de Turma (DT) prende-se pela gestão pedagógica e interligação entre alunos, pais e professores do Conselho de Turma, no ambiente escolar, pretendendo-se que este seja capaz de gerir possíveis conflitos e também questões burocráticas, funcionando como elo entre todos. Este cargo tem uma importância elevada no processo de desenvolvimento dos alunos pois exige que exista “estabilidade e coerência entre os que influenciam as suas aprendizagens, pelo menos no âmbito da sua ocupação na escola. Isto implica uma articulação com a família e uma liderança dos processos escolares, que decorre da capacidade de acompanhar as atividades da turma e de coordenar o ensino que se organiza para essa turma.” (Bom & Brás, 2003).

Na Escola Básica António Gedeão, é utilizada uma plataforma online, o Inovar, que facilita toda a comunicação entre professores do CT, DT e Encarregados de Educação (EE's), sendo possível através da mesma, o DT verificar as faltas dos alunos, a justificação (ou não) das mesmas, recados de comportamento deixados pelos professores e avaliações e transmiti-las, quando necessário, aos Encarregados de Educação.

Bom & Brás (2003) afirmam que estas relações implicam que o professor tenha a capacidade de liderar o processo de integração curricular, com todos os professores da turma, saber cativar os pais, aproximando-os da escola, e ao mesmo tempo estar em condições para acompanhar o processo atribulado de desenvolvimento dos alunos.

O cargo de Diretor de Turma, implica ainda que o professor tenha no seu horário, um tempo letivo de 45 minutos destinado à reunião com a turma para o tratamento de assuntos de coordenação pedagógica, marcado quando necessário (Assembleia de Turma) e um horário disponível para atendimento aos pais/encarregados de educação, conforme marcação.

De forma a que a intervenção dos Diretores de Turma da escola seja o mais coerente e homogéneo dentro da medida dos possíveis, respeitando as diferenças de cada turma, existe uma professora Coordenadora dos Diretores de turma, esta trabalha em articulação com a psicóloga da escola e com a mediadora social e convoca reuniões com todos os professores diretores de turma para gerir certas situações como as reuniões dos conselhos de turma, como agir perante faltas, abandonos escolares, planos de recuperação, determinados comportamentos por partes dos alunos, entre outros.

No âmbito da intervenção do estagiário na área da direção de turma, de acordo com o Regulamento de Estágio Pedagógico da ULHT, este deve acompanhar o trabalho do

diretor da turma em que leciona, na relação com os encarregados de educação, apoio aos alunos e na coordenação pedagógica. No entanto, a DT da turma em que leciono as aulas de Educação Física (9ºE), desempenha as suas funções inerentes a este cargo maioritariamente em casa, o que dificulta o seu acompanhamento por parte do estagiário. Por esta razão, foi decidido em conjunto com a orientadora de escola que faríamos assessoria às funções deste cargo na turma pela qual a nossa orientadora se encontra encarregue, 9ºA. Assim, cada um dos estagiários, ficou responsável por exercer as funções necessárias em 9 alunos da turma. Eu fiquei responsável pelos alunos do número 1 ao 9.

No que diz respeito às tarefas a desempenhar pelo estagiário, o Núcleo de Estágio realizou tarefas como: organização do dossiê de turma; atualização de dados dos alunos no dossiê da turma; atualização de fichas de dados dos alunos na plataforma Inovar; envio via e-mail da informação referente às notas das provas de aferição do ano letivo anterior, aos respetivos pais/ encarregados de educação; justificação de faltas dos alunos e comunicação aos encarregados de educação via email das faltas não justificadas dos seus educandos e realização das atas das reuniões de CT.

A turma em questão é constituída por 28 alunos, 14 alunos do sexo masculino e 13 do sexo feminino com idades compreendidas entre os 14 e os 16 anos. Esta turma apresenta um aluno abrangido pelas medidas adicionais em todas as disciplinas exceto EF, tem duas alunas propostas para quadro de mérito e apresentou-se uma turma, em termos gerais, com um comportamento e aproveitamento considerado satisfatório, tal como ficou registado nas atas das reuniões de CT de finais de semestre e de avaliações intercalares, realizadas pelos estagiários. No entanto, ao fim do primeiro semestre a turma contava com 4 alunos em situação de possível retenção e foram identificados alguns comportamentos de bullying entre os alunos da turma desde o início do ano letivo, surgido por esta razão, a necessidade de criar um projeto aliado a este tema.

Nesta área do estágio, tive como objetivos gerais o cumprimento daquelas que são as funções de DT como elo entre alunos, pais e professores da turma, promover a interação dos alunos na vida escolar/nos grupos, na turma e na escola; desenvolver estratégias de intervenção pedagógica para a resolução de problemas de origens diversas, promover a educação moral e cívica dos alunos.

Tenho ainda como objetivos específicos, isto é, objetivos determinados após conhecer as especificidades da turma: combater/evitar o bullying na turma, organizar

sessões de debate (no horário previsto para a assembleia de turma) de temas variados associados aos vários tipos de bullying, colaborar nos projetos de orientação educativa como o SeguraNet; apoio/acompanhamento ao DT na resolução de conflitos entre alunos e promover o seu desenvolvimento social; apoio/acompanhamento ao DT na resolução de conflitos entre alunos e professores do Conselho de Turma.

Projeto Específico- Somos mais iguais do que diferentes

No âmbito da área da Direção de Turma (DT), o núcleo de estágio acompanhava sempre uma das aulas de EF por semana da turma 9ºA e também as suas visitas de estudo. Nestas situações, acabou por se ir reparando desde o início do ano, comportamentos desadequados por parte dos alunos no que toca à socialização entre eles como comentários racistas, homofóbicos, xenófobos, entre outros. Algumas situações destas chegaram mesmo a tomar proporções maiores como a exposição de algumas destas situações em redes sociais, o que pode resultar em inúmeras consequências negativas tanto para a/as pessoas que tiveram as atitudes como para pessoa que foi vítima das mesmas.

Estudos têm demonstrado que as crianças que são repetidamente vítimas na escola têm uma aversão ao ambiente escolar, (Rigby, 2003) e nós professores temos de tomar medidas para prevenir este tipo de situações, pois é direito de todos aprender num ambiente saudável e seguro.

Rigby (2003) identifica 4 categorias de condições de saúde negativas consequentes do bullying:

- 1- Nível baixo de bem-estar psicológico: inclui estados de espírito que são geralmente considerados desagradáveis, mas não agudos, como infelicidade geral, baixa-autoestima e sentimentos de raiva e tristeza.
- 2- Fraco ajustamento social: Sentimentos de aversão ao ambiente social, evidente através da aversão expressa pela escola, manifesta solidão, isolamento e absentismo.
- 3- Angústia psicológica: Considerado mais grave que a duas primeiras categorias, inclui altos níveis de ansiedade, depressão e pensamento suicida.
- 4- Mal-estar físico: Sinais claro de distúrbios físicos, evidentes em doenças medicamente diagnosticadas.

Conhecendo as consequências deste tipo de comportamentos e a gravidade dos mesmos, no sentido de corrigir atitudes de alguns alunos e prevenção de outros

comportamentos que possam advir, tomei conhecimento do projeto SeguraNet. O SeguraNet é um projeto da responsabilidade da Direção-Geral da Educação (DGE) que tem como missão promover a Cidadania Digital e a Educação para os Media nas Escolas e tem como eixos combater o abuso e exploração sexual de crianças, a promoção de um ambiente online mais seguro e o desenvolvimento de conteúdos online de qualidade dirigidos a crianças e jovens.

Os professores diretores de turma podem optar por inscrever a sua turma e participar com ela nos desafios mensais propostos, então assim fiz como assessora da diretora de turma do 9ºA. Com a realização dos desafios, no final do ano poderia ser atribuído à escola, o Selo de Segurança Digital.

Assim considerei um projeto passível de aliar a algumas sessões de atividades e debates relacionadas com o tema. Desta forma, planeei realizar um total de 3 a 4 sessões de 45 minutos com a turma, nas quais respondemos aos desafios do projeto SeguraNet e realizamos debates, atividades e reflexões geridos e organizados, aliados às questões do bullying, no geral.

Cada sessão tem objetivos claros de aprendizagem e, por vezes, uma pergunta-chave para debate e/ou reflexão pessoal ou coletiva. Estas informações foram partilhadas com os alunos, em cada uma das aulas. No final foi sempre feita uma reflexão sobre a aprendizagem realizada na respetiva sessão.

As sessões foram planeadas de forma a que no final das 5 sessões, os alunos fossem capazes de: compreender as emoções e o lugar que elas ocupam na vida social e emocional; compreender o impacto que as emoções podem ter neles próprios e nos outros; perceber melhor como podem gerir as suas relações interpessoais, perceber que apesar de sermos todos diferentes, temos ainda mais características que nos tornam parecidos.

Para a concretização deste projeto, identifiquei como principais objetivos: incentivar todos os alunos a terem uma participação ativa nas atividades propostas, visto esta ter sido uma dificuldade identificada durante as aulas com estes alunos; incutir-lhes confiança para discutirem abertamente, debaterem e questionarem-se com os colegas, num ambiente seguro de aprendizagem; compreender o que é o bullying, porque acontece e os papéis desempenhados pelos diferentes intervenientes, saber identificar uma situação de bullying e agir perante a mesma.

Assim apresento, no quadro 7, um plano anual organizado para a concretização efetiva do projeto “Somos mais iguais do que diferentes”.

Quadro 7- Plano Projeto TOP Direção de Turma

Plano Projeto TOP- Direção de Turma				
Etapa	1ª Etapa: Prognóstico	2ª Etapa: Prioridades	3ª Etapa: Progresso	4ª Etapa: Produto
Mês(es)	Set- Out	Nov-Dez-Jan-Mar	Mar-Abr-Mai	Jun
Processo	Identificação do problema e da necessidade de resolução do mesmo.	Proposta de solução; Apresentação da proposta do projeto aos orientadores.	Realização das sessões com a turma no horário disponível para a Assembleia de Turma.	Avaliação dos resultados do projeto.
Objetivos	Recolha de dados necessários para a realização de um projeto solucionador.	Apresentar uma proposta realista e realizável, que seja validade pelos orientadores (de escola e de faculdade).	Colocar em prática a proposta apresentada, cumprindo o plano, de forma a poder ser analisado posteriormente.	Comparação e obtenção de resultados; Conclusão; Apresentação dos resultados e das conclusões obtidas.

Para além do plano anual, foi necessário planear cada uma das sessões para que os objetivos fossem cumpridos, neste sentido o Manual Enable constituiu um grande suporte ao planeamento.

Quadro 8- Plano Geral Sessões Direção de Turma

Plano 1ª Sessão- As emoções (introdução)	
1-	Os alunos respondem, em grupo, às questões do projeto SeguraNet;
2-	Visualização da TedTalk “ToThis Day” de Shane Koyczan;
3-	Debate/comentário entre alunos e professora estagiária;
4-	Apresentação das emoções existentes e implicações das mesmas.
Plano 2ª Sessão- A turma cria debate	
1-	Os alunos respondem, em grupo, às questões do projeto SeguraNet;
2-	Depois de apresentados temas aliados ao bullying, os grupos criam uma pergunta para fazer à turma com o objetivo de criar debate. Cada grupo tem de mostrar a sua posição perante o tema e, no final, o grupo que realizou a pergunta apresenta a sua posição.
Plano 3ª Sessão- As emoções (continuação)	
1-	Os alunos dizem palavras que traduzam emoções, a professora estagiária regista-as no quadro, dividindo-as por positivas e negativas sem revelar aos alunos a lógica da divisão;
2-	Os alunos, tentar perceber a lógica da divisão, debatendo posteriormente o conceito de palavras positivas e negativas;
3-	Em forma de conclusão, relacionar com o bullying as palavras que foram sendo ditas.
Plano 4ª Sessão- Identificar-agir	
1-	<i>Brainstorming</i> sobre definição de bullying.
2-	Conclusão quanto a uma definição.
3-	Serei capaz de reconhecer uma situação de bullying e identificar os papéis desempenhados pelos diferentes intervenientes?
O que fazer/como agir perante esta situação?	
Plano 5ª Sessão- Eu gosto de...	
1-	Atividade: Um aluno levanta-se e diz uma coisa que gosta, que gosta de fazer ou alguma característica sua. Os alunos que também gostam levantam-se.
2-	Conversa de conclusão da atividade: A turma tem mais sentimentos e características em comum do que aqueles que os distinguem, ou seja, têm mais razões para se unirem do que para se afastarem e serem motivo de gozo.

Balanço

Conforme planeamento, no início das sessões, os alunos respondiam em grupo através dos seus telemóveis ou computadores às questões do SeguraNet, no entanto acabei por verificar que, para além de ser a parte da sessão na qual eles menos tinham interesse, ocupava muito tempo e também que não era a que melhor estava a resultar para atingir os objetivos que tinha definido para a turma durante este ano letivo, uma vez que não era eu que definia os temas e por isso às vezes não iam de encontro àquilo que pretendia realizar com os alunos, consoante as situações problema que ia identificando. Por estas razões acabei por deixar de a realizar, é preferível mudar o plano se verificarmos que não está a resultar do que manter só porque já foi iniciado.

Nas primeiras sessões não estava a conseguir que os alunos se mostrassem tão participativos quanto eu pretendia, então decidi realizar uma sessão em que eram eles que criavam perguntas para debate, levando a que fosse discutido o tema escolhido por eles e correu muito bem, todos os alunos quiseram participar e dar a sua opinião e levantar questões importantes para eles. A partir desta sessão notou-se muito mais empenho por parte dos alunos em participar e mais abertura a falar de temas que poderiam ser sensíveis, o que facilitou a abordagem e a compreensão dos temas que tinha planeado.

Apesar de ao longo do ano ainda ter acontecido algumas situações de atitudes discriminatórias e a professora Frederica e o núcleo de estágio ter-se visto obrigado a intervir através de conversas privadas com os alunos em específicos, estas passaram a acontecer com muito menos frequência, verificando-se que as conversas tidas nestas sessões, acabaram por resultar num sentimento de união de turma e respeito pelos sentimentos e pensamentos uns dos outros, alcançando assim os objetivos principais das sessões.

Saída de campo

Ainda no âmbito da lecionação, é proposto ao núcleo de estágio, o planeamento e realização de uma saída de campo (SC) enquadrada no âmbito das atividades de exploração da natureza (AEN), surgindo esta, como forma de complemento aos conteúdos a lecionar nas aulas de EF. Esta atividade, sendo um projeto de organização conjunta pelo núcleo de estágio, traz consigo todas as características de cooperação, colaboração e partilha entre os estagiários, tendo todo o planeamento desta SC sido realizado em conjunto, sendo por esta razão organizada de forma que fosse possível a

presença de 4 turmas: as turmas de cada um nós (7ºB, 7ºF e 9ºE), mais a turma na qual realizámos as funções de DT (9ºA).

A organização deste dia passou por desenvolver um projeto onde se incluía a matéria de orientação, como momento principal do programa, dinamizada pelos professores estagiários, onde foram preparados percursos onde as balizas marcadas e por picar pelos alunos estavam relacionadas com as diferentes disciplinas do currículo, em forma de desafios e perguntas (apêndice XI), relativos a conteúdos que estão a ser lecionados nas diferentes disciplinas.

Como forma de complemento à orientação como atividade exploração da natureza, pretendíamos também que os alunos praticassem a modalidade de canoagem, aferindo momentos propícios a uma saída da zona de conforto, momentos que exigem, por parte dos alunos, responsabilidade, empenho e respeito pela atividade e pelo meio natural em que se encontram, por parte de todos os alunos, sem, em momento algum, colocar em risco a integridade física e psicológica dos mesmos.

Visto que apenas era possível estar uma turma a realizar canoagem de cada vez, surgiu a necessidade de criar uma atividade para os alunos que se encontravam à espera pela sua vez, surgindo assim, a proposta solucionadora de serem dinamizados jogos tradicionais para as 3 turmas que se encontram à espera dos colegas para poderem realizar a atividade de canoagem, visto que pelas características do espaço onde decorrem e, dos materiais que utilizam, acrescida das situações paradoxais originadas pela diferença ao nível dos grupos e dos territórios, bem como do vasto leque de possibilidades de opção que oferecem aos praticantes, tornam os velhos jogos bem diferentes das práticas desportivas. Contribuindo também para a pertinência destes jogos na SC, a leção dos mesmos encontra-se referenciada nos Programas Nacionais de Educação Física para o 9º ano:

“O aluno: 1 - Conhece o contexto sócio-histórico da prática de jogos tradicionais característicos da região, selecionados pelo professor ou apresentados por grupos da turma; 2 - Cooperar com os companheiros na prática de jogos tradicionais regionais, selecionados pelo professor ou apresentados por grupos da turma, de acordo com as regras específicas e padrões técnicos característicos.” E também nas Aprendizagens Essenciais na subárea “outras”, assim como a matéria de orientação abordada nas aulas e na SC.

A concretização deste projeto revelou-se de bastante importância e pertinência por todas as suas questões envolventes. Para os estagiários, pelo conhecimento de todas as

tarefas necessárias para a concretização de uma saída desta dimensão; pelo ganho de maior consciência da importância destas atividades para os seus alunos e ainda pela necessidade de relembrar e estudar conhecimentos específicos na matéria de orientação para proceder à sua correta aplicação. Para os alunos, a oportunidade de aplicação dos conteúdos lecionados durante o ano letivo nas aulas de EF, nomeadamente, da matéria de orientação em que os alunos só aprendem realmente os fundamentos da mesma numa situação de desorientação, sentindo a necessidade de utilizar os conhecimentos adquiridos anteriormente nas aulas; a oportunidade de iniciação de uma modalidade, a canoagem, que não é possível a sua realização no espaço escolar e o contexto de socialização e responsabilidade por si, pelo outro e pelo meio ambiente; para o Grupo de Educação Física, por suscitar novamente para eles o interesse e relevância de planear um evento destes para os seus alunos em anos futuros.

Para além de abordar matérias de exploração da natureza aos nossos alunos, esta atividade visou também proporcionar e promover a multidisciplinariedade. Apesar desta saída ser organizada pelo núcleo de estágio, pretendemos que mais disciplinas do currículo do 7º e do 9º ano integrassem esta iniciativa.

A SC propõe fomentar uma sinergia entre as distintas áreas de conhecimento presentes no currículo dos estudantes. Por meio desse enfoque, os alunos serão capazes de contemplar a instituição de ensino, os seus conteúdos programáticos e o seu futuro pessoal, não como meras partes isoladas, tais como disciplinas ou conteúdos específicos, mas sim como um todo coeso e integrado. A longo prazo, são identificadas convergências relevantes que merecem ser consideradas para o desenvolvimento das aprendizagens e habilidades adquiridas ao longo de seu percurso educacional.

No seu dia-a-dia, os professores não cooperam entre si, pois têm definidos para si problemas e objetivos distintos, programas e formações iniciais diferentes, acabando assim por não conhecer o trabalho uns dos outros, fazendo cada um o seu melhor isoladamente. Mostrando-se assim uma clara necessidade e carência de criação de elos entre as diferentes disciplinas com o grande objetivo da aprendizagem dos alunos.

Neste sentido, o programa foi realizado a contar com a presença e colaboração de professores do CT de diversas disciplinas, onde se incluem a Físico-Química, Português, Matemática, Geografia e EV, sendo que os professores que não tiveram oportunidade de estar presentes também colaboraram, realizando questões/desafios a serem utilizados nos pontos do percurso de orientação. Pretendíamos que fosse uma atividade que

complementasse as matérias que estavam a ser lecionadas e que já tinham sido lecionadas nas diferentes disciplinas e não apenas uma experiência de um dia de prática de orientação, canoagem e jogos tradicionais.

Deste modo, a SC procurou promover momentos propícios de desafio, responsabilidade como condição necessária e a aprendizagem como base de todos os momentos. Com estas atividades projetadas definimos como objetivos:

- Promoção de relações de companheirismo e de trabalho em equipa, dado que os alunos estarão em contextos desconhecidos e onde podem não se verificar zonas de conforto, como o meio escolar, por exemplo. Assim, vão elevar-se sentidos de responsabilidade entre pares, importantes para o decorrer de todas as fases do programa;
- Promover a atividade física num contexto curricular abrangente, com uma partilha sistemática de conhecimentos em momentos ricos e multidisciplinares, orientando os alunos para a relação entre disciplinas, matérias e conceitos;
- Introduzir os conteúdos e conhecimentos lecionados da disciplina de Educação Física em contextos de fauna e flora diversificados, onde os alunos possam passar por outras experiências e espaços onde possa ser praticada atividade física.
- Cooperação entre os alunos, princípio fundamental em Educação Física, pois permite que os alunos trabalhem juntos para alcançar objetivos comuns. O desenvolvimento desta competência pode ajudar a desenvolver habilidades sociais e emocionais, além de melhorar o desempenho físico.
- Transversalidade de conhecimentos e disciplinas.
- Responsabilidade e segurança garantidas pelos alunos, nomeadamente pelos alunos que mais carecem destas competências e destes momentos nas suas atividades e contextos diários;
- Aplicação das aprendizagens realizadas em aula num espaço diferente (orientação);
- Iniciação à canoagem, proporcionando momentos colaborativos no ambiente aquático, sentido de responsabilidade, disciplina e segurança por si e pelos colegas.

No dia 19 de abril o núcleo de estágio deslocou-se até à Lagoa do Falcão para reunir com a pessoa responsável, com a qual já tínhamos trocado telefonemas e emails, de forma a podermos esclarecer mais algumas situações como as situações de segurança,

o material, os possíveis locais para realizarmos as atividades por nós planeadas e os pontos do percurso de orientação que podíamos utilizar.

Após esta visita ao local, já foi possível definir o tipo de orientação escolhido para ser colocado em prática pelos alunos, a orientação em estrela que se caracteriza por os atletas deslocarem-se até ao ponto de partida sempre que encontram um dos pontos do mapa, este foi o que considerámos mais adequado ser utilizado dado que seria a primeira vez que os alunos iriam realizar uma atividade desta natureza num ambiente que para eles é desconhecido, garantido assim que nenhum aluno ou grupo de alunos saíssem fora do percurso definido.

Posto isto, no seguimento do que foi realizado nas aulas de Educação Física, os grupos foram heterogéneos entre si, no sentido de os mais aptos ajudarem os menos aptos a não desistirem por não alcançarem no imediato o sucesso, aliando assim nesta tarefa, o desenvolvimento das aprendizagens referentes à orientação como também a capacidade de cooperação e ajuda mútua dos alunos, assim como na canoagem criámos pares em que não podiam estar dois alunos que não soubessem nadar no mesmo caiaque, informação que obtivemos pelos pais, enviando a questão sobre o mesmo juntamente com a autorização para a saída da escola (Apêndice VIII- Autorização Saída de Campo e apêndice IX- Requerimento informação sabe/não nadar). Desta forma, surgiu um constante sentimento de garantir a segurança própria e do par, aferindo momentos essenciais de sentido de responsabilidade e controlo emocional.

Balanço Saída de Campo

Após a realização efetiva da SC no dia 4 de maio conforme planeamento, analisando todas as situações reparamos que, de uma forma geral, o balanço é positivo, fruto de toda a preparação prévia realizada pelo núcleo de estágio. Contudo existem situações a reparar e melhorar para uma futura organização de uma saída de campo.

Toda o planeamento e tarefas inerentes à concretização deste projeto levou os estagiários a ter um envolvimento muito maior com a escola, no sentido em que foi necessário comunicar constantemente com as pessoas da secretaria responsáveis pelas questões de alugueres dos autocarros, os pagamentos dos mesmos e das atividades da SC, foi também necessário um envolvimento maior com os professores dos nossos CT's, tanto para a realização dos desafios das disciplinas como no próprio dia para toda a organização

da atividade. Todo este envolvimento revela-se positivo pois tornaria mais fácil a realização de atividades multidisciplinares no futuro.

Relativamente à organização durante o dia, um ponto muito importante e que facilitou bastante o decorrer de todas as atividades, foi os estagiários terem entregue, logo no início do dia, uma mica a cada professor que continha todas as informações necessárias sobre o programa (Apêndice X- Programa Saída de Campo), desde os horários das atividades, a explicação dos jogos tradicionais, a distribuição de tarefas, um mapa do local, para além da reunião inicial com os professores ainda antes da saída da escola. Durante o dia todo, os professores das várias disciplinas mostraram-se sempre disponíveis e motivados a colaborar no que fosse necessário, o que foi muito importante para o sucesso deste projeto.

Apesar deste momento ter tido enorme sucesso, tendo todos os objetivos sido alcançados, é possível referir algumas situações a melhorar: relativamente à documentação entregue aos professores com a explicação dos jogos tradicionais, esta poderia ter sido mais específica e detalhada, uma vez que, apesar de os jogos serem de simples execução e conhecidos, os professores que lá se encontravam para o acompanhamento das mesmas, não são da nossa área, não tendo por isso a capacidade de adaptação necessária, por esta razão tornou-se necessário os estagiários reforçarem a explicação oralmente aos professores, uma das situações onde também se verificou a capacidade de adaptação rápida e cooperação entre os elementos do núcleo de estágio. Outro ponto a melhorar poderia ser a inclusão das alunas nº 4 e 5 (incluídas na UAM) na saída de campo, como não é habitual estes alunos integrarem nas visitas de estudo das outras disciplinas (erradamente), foi uma situação que foi esquecida, mas foi uma grande falha, pois as aulas fazem parte da turma, mesmo que só em algumas disciplinas e têm direito a participar em todas as atividades, assim como todos.

Incidindo sobre as aprendizagens dos alunos, onde se verificou maior aplicação de conhecimento, foi efetivamente na corrida de orientação pois estes, uns mais rápido que outros, conseguiram picar todos os pontos assinalados no mapa, efeito do processo de ensino-aprendizagem da matéria nas aulas de Educação Física. Sobre a canoagem, apesar de ser necessária continuidade para a aprendizagem efetiva das técnicas, considero que acima disso os alunos demonstraram espírito de entreajuda e respeito pelos colegas que se demonstraram menos confiantes e com mais dificuldades, o que também se revela muito importante. Relativamente aos jogos tradicionais, foi a atividade em que os alunos

se demonstraram menos motivados para a prática dos mesmos, apesar de termos criado um sistema de pontuação que resultaria num ranking final, já a prever a tal desmotivação para a prática.

De referenciar também o impacto que a interdisciplinaridade teve nos alunos, pois o facto de terem contacto com os professores das outras disciplinas para além da sala de aula teve um efeito positivo na relação professor-aluno e também pelo entender da interligação dos conteúdos, por parte dos alunos.

Também muito importante nesta SC, esta promoveu significativamente a socialização entre os alunos e o melhoramento das relações interpessoais entre todos, estando estes em simultâneo num ambiente de trabalho, cooperação e entreaajuda, mas também de alguma descontração e divertimento.

3. Desporto escolar

Entende-se por Desporto Escolar “o conjunto das práticas lúdico-desportivas e de formação com o objeto desportivo desenvolvidas como complemento curricular e ocupação dos tempos livres, num regime de liberdade de participação e de escolha, integradas no plano de atividade da escola e coordenadas no âmbito do sistema educativo” (Despacho n.º 9227/2022, 2022, p. 32).

O Desporto Escolar é ainda uma enorme oportunidade para que os jovens possam aceder aos valores educativos do Desporto, valores esses que não passam somente pela observação mas exigem a prática, o que em Portugal representa ainda um aspeto pouco consolidado culturalmente.

Estamos conscientes de que se verifica um fraco posicionamento cultural do Desporto na Sociedade Portuguesa, um Desporto mais “olhado” do que praticado, um Desporto que, em alguns âmbitos, mais mediáticos, perpassa por uma crise de valores éticos e de comportamentos morais, num jogo nada consentâneo com as funções que deve promover (Santos, 2009, p. 6).

O Desporto Escolar deve abranger, de modo harmonioso as dimensões do ensino, o treino, a recreação e a competição (Despacho n.º 9227/2022, 2022).

Neste contexto, a Escola Básica António Gedeão apresenta, ao dispor dos alunos, 7 grupos-equipa de desporto escolar, onde se integram as seguintes modalidades: badminton, voleibol, basquetebol, atletismo, patinagem, ténis de mesa e boccia. Assim, nós estagiários, tivemos a oportunidade de escolher qual o grupo equipa pelo qual nos iríamos responsabilizar durante este ano letivo, ficando ao meu encargo o grupo equipa do badminton, juntamente com a professora Frederica Vicente.

Nesta área do estágio curricular, é proposto ao estagiário que adote uma participação ativa no que diz respeito à organização, coorientando um grupo-equipa de desporto escolar em colaboração com o responsável pelo grupo-equipa atribuído, neste caso, a orientadora de escola, realização e avaliação das atividades “internas” e/ou “externas” do Desporto Escolar, sendo acompanhada sempre pela professora Frederica Vicente pois é ela a professora titular desta modalidade. Esta não é a modalidade pela qual tenho mais conhecimento por isso considere ser um bom desafio e uma grande oportunidade aprendizagem.

Faz parte das funções do responsável do grupo-equipa e consequentemente do estagiário (Jacob, 2015):

- Elaborar o plano técnico anual do seu grupo-equipa;
- Promover ações de recrutamento de praticantes e de divulgação da modalidade;
- Realizar as sessões de treino previstas no plano de atividades;
- Acompanhar e preparar as competições, jogos e atividades.

Posto isto, defini como objetivos gerais para esta área do estágio uma série de situações que devem ser cumpridas no desporto escolar em geral, independentemente da modalidade: sensibilizar e motivar os alunos para a prática desportiva regular e de forma organizada; proporcionar a ocupação dos tempos livres dos alunos; promoção da saúde e da condição física; fomentar o respeito pelas regras e promover o espírito desportivo, bem como estabelecer um clima de boas relações interpessoais em todos os alunos intervenientes no Desporto Escolar; promover o relacionamento com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros, quer no de adversários, juízes ou outros; promover a cooperação nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional nas atividades propostas; incentivar os alunos para a participação das atividades do badminton, nomeadamente no papel de árbitros e juízes.

Os treinos da modalidade de badminton no desporto escolar tiveram início no dia 11 de outubro e ao nível dos recursos temporais dedicados, a oferta para o badminton contemplava uma carga horária de 90 minutos semanais, distribuída em 2 sessões de 45 minutos. Estas sessões realizaram-se às terças-feiras das 12:30h às 13:15h e às quintas-feiras das 13:30h às 14:15h. No que diz respeito à distribuição horária apresentada, esta demonstrou ser um impedimento para alguns alunos que mostraram vontade de se inscrever, pois o horário coincidia com os seus horários de aulas das outras disciplinas ou com as suas horas de almoço. Ainda assim, sendo o badminton uma das modalidades que já funciona de forma integrada e bem organizada nas atividades internas na escola e nas atividades externas, concretamente nas competições do DE, mas também na sua articulação com a EF da escola, tinha as expectativas elevadas em relação à adesão e participação dos alunos nas atividades e no grupo-equipa, o que se veio a comprovar aquando das inscrições visto que o badminton é uma das modalidades desportivas mais

atrativas para os alunos e isso deve-se principalmente ao grande sucesso inicial com a tarefa básica do “acertar no volante.

1ª Etapa

O desporto escolar apresenta algumas semelhanças com a área da lecionação e, por esta razão o modelo de ensino utilizado foi, igualmente, por etapas. A 1ª etapa apresenta logo à partida, algumas diferenças. Enquanto na área da lecionação, o professor à priori já sabe com quantos alunos irá trabalhar, quais as suas idades e, no caso de ser uma turma de continuidade, possui ainda mais informações, tais como, a caracterização da turma, as suas principais dificuldades e as rotinas de aula já adquiridas. Já na área do Desporto Escolar, o professor não sabe antecipadamente com quantos alunos irá trabalhar, não tem informações sobre os mesmos, nem sobre as idades pois nesta escola, ao abrirem a inscrições para a modalidade de badminton, ao contrário de outras escolas, não se restringiu apenas a um ou dois escalões, sendo por isso possível ter inscrições de alunos do 5º ao 9º ano de escolaridade. Por esta razão, esta primeira etapa serve, em grande parte, para recolher todas as informações necessárias para criar uma planificação específica e ajustada para os alunos com quem iremos trabalhar durante o ano letivo, seja sobre as suas capacidades e dificuldades, mas também sobre os seus comportamentos e as suas motivações.

Foi então importante começar por definir os objetivos específicos para esta a primeira etapa de Desporto Escolar de badminton:

Quadro 9- Objetivos 1ª Etapa Desporto Escolar

Objetivos
Conhecer os alunos, estabelecer regras e rotinas organizativas de aula/treino.
Avaliação inicial a nível das competências dos alunos no badminton.
Identificação das prioridades de aprendizagem dos alunos.
Recolha de dados para a elaboração do plano anual.
Afirmar a liderança perante os alunos.

Ao contrário da lecionação, verifiquei que o desporto escolar, incidindo ele numa modalidade apenas, não necessitava de tanto tempo para se realizar a avaliação inicial, tendo esta durado apenas o período em que os alunos ainda se estavam a inscrever, 3 semanas.

Ao fim destas 3 semanas, contávamos com 21 alunos inscritos, o que, por um lado foi bastante motivante, por outro exigiu uma muito boa gestão e organização de espaço,

visto que no pavilhão onde se realizavam os treinos de Desporto Escolar, apenas era possível montar 3 campos de badminton com medidas oficiais. O grupo de alunos acabou por ficar muito heterogéneo em termos de idades, tendo alunos com idades compreendidas entre os 10 e os 16 anos.

Como forma de avaliação inicial coloquei os alunos em pares a trocar volantes em cooperação sem rede, rapidamente conseguia perceber o nível dos alunos e ajustar logo o exercício para um exercício em que se encontrassem numa situação de potencial de aprendizagem, isto é, a realizar um exercício que não lhes seja completamente impossível de realizar, como era, em muitos casos, a simples troca de volante com um colega.

Para quem nunca pegou numa raquete, o primeiro grande desafio normalmente é tentar acertar no objeto, neste caso o volante. Por esta razão, para os alunos de nível introdução, as primeiras situações de aprendizagem tiveram que ver com a relação jogador-volante e jogador-raquete.

Utilizando os critérios expressos nas Aprendizagens Essenciais, após as 3 semanas de avaliação inicial foi possível obter os resultados apresentados abaixo:

Quadro 10- Avaliação Inicial Desporto Escolar

Avaliação Inicial- Badminton Desporto Escolar																				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
I	I	I	I	I	I	E	A	E	I	I	I	I	I	I	I	I	E	E	I	E

2ª Etapa

Com os resultados obtidos na avaliação inicial, elaborei um plano anual em que defini objetivos por etapas para os alunos de nível introdução, para os alunos de nível elementar e para o único aluno de nível avançado. Este plano, apesar de ser suscetível a alteração consoante a evolução que os alunos poderiam vir a ter (ou não) ao longo do ano, serviu de fio guiador para as situações de aprendizagem a aplicar para o desenvolvimento dos alunos.

Nesta altura, os alunos já tinham rotinas organizativas implementadas, já sabiam que ao chegar ao pavilhão tinham que, em conjunto, montar as redes e já o sabiam fazer de forma correta, o que no início era uma situação que demorava algum tempo, passou a ser uma forma de economizar tempo.

Esta etapa teve início a 3 de novembro e fim a 26 de janeiro, constituindo um total de 17 unidades de treino, para as quais foram definidos objetivos a realizar até à data final

desta etapa, estes foram decididos de forma a estarem adequados às dificuldades e capacidades de todos os alunos.

Quadro 11- Objetivos específicos Desporto Escolar

Objetivos específicos	
Alunos nível introdução	Alunos nível elementar e avançado
Pega da raquete correta.	Implementação do espírito de cooperação.
12 batimentos consecutivos com um par, por cima da rede.	
Conhecimento das regras principais do badminton.	
Promover a aplicação de cuidados e preservação dos recursos materiais, nomeadamente das raquetas e volantes.	

Apesar de terem sido definidos grupos de aprendizagem após a análise dos resultados da avaliação inicial, estes tinham de ser sempre ajustados no momento do treino pois a assiduidade dos alunos era muito inconstante, no entanto no início foram utilizados com frequência grupos homogêneos, pois os alunos de nível introdução ainda precisavam de conhecer toda a envolvência do badminton, a raquete, como pegar nela, o volante e a sua trajetória, enquanto os alunos de nível elementar e avançado já começaram a realizar situações de aprendizagem de técnicas específicas da modalidade como o lob, e o clear aliados aos deslocamentos em campo. Neste sentido, consegui sempre que o aluno de nível avançado se mostrasse cooperante com os seus colegas.

No início da segunda etapa, os alunos de nível introdução continuaram ainda a realizar exercícios facilitadores para acertar no volante e colocá-lo com intenção, como por exemplo: a pares, um aluno envia o volante com a mão e o outro recebe com a raquete e ao contrário, um envia com a raquete e o outro recebe com a mão. Este ganho de consciência da trajetória do volante é muito importante, uma vez que este apresenta uma trajetória diferente de uma bola, que seria talvez de mais fácil perceção para os alunos iniciantes.

Só numa fase seguinte passámos à troca de volantes com um parceiro, parceiro esse que devia ser claro para os alunos que não constituía um adversário, mas sim um colega cooperante e com o qual tinham um objetivo conjunto, normalmente um X número de toques definido por mim. Este número inicialmente tinha de ser baixo pois, para além de terem de conseguir acertar no volante, ainda tinham de o conseguir direcionar para onde pretendiam, tarefa difícil para um iniciante. À medida que os alunos foram conseguindo realizar alguns batimentos consecutivos com o par, o número de batimentos por mim imposto ia aumentando e, posteriormente, foi colocada a rede, passando desde então a ser utilizada sempre, em todas as situações de aprendizagem.

3ª Etapa

A partir do momento em que já todos os alunos conseguiam realizar alguns batimentos, comecei a utilizar grupos heterogéneos, uma vez que assim já seria possível os mais aptos cooperarem com os menos aptos, sem constituir para eles uma tarefa desmotivante. A constituição de grupos heterogéneos é importante pois os alunos menos aptos precisam, em primeiro lugar de visualizar o que é uma execução mais correta e em segundo, precisam de alguém que lhes envie o volante bem direcionado para facilitar a sua execução e consequentemente evoluir. Segundo este raciocínio e após entrevista para projeto específico desta área com o professor Luís Bom, revejo alguns exercícios que apliquei e vejo que poderia, por exemplo, ter colocado quatro alunos a jogar em cooperação entre si, dois de cada lado da rede, sendo que os dois menos aptos ficariam do mesmo lado, assim como os dois mais aptos. Esta situação, seria provavelmente muito boa, uma vez que os alunos menos aptos recebiam sempre o volante de um aluno mais apto e, como eram quatro jogadores, passa mais tempo até o aluno voltar a receber o volante, ou seja, os alunos tinham muito mais tempo para se voltar a posicionar e voltar a ler a trajetória do volante.

Nesta etapa tiveram lugar os primeiros encontros de Desporto Escolar, por essa razão esta gestão de grupos heterogéneos ou homogéneos tinha de ser muito bem gerida, uma vez que todos os que tivessem vontade poderiam inscrever-se para participar, mas os mais aptos também tinham e queriam treinar para os encontros com os alunos de nível semelhante. Assim, a forma mais equilibrada que encontrei foi utilizar grupos heterogéneos para a realização de exercícios critério, na parte final da aula os alunos realizavam jogo em pares mais homogéneos, situação que considerei importante pois aqui os alunos de nível introdução começaram também a ter conhecimento das regras e das linhas do campo oficial de badminton que iriam utilizar nos encontros e por vezes arbitrar também os jogos dos outros colegas das outras escolas.

Nesta etapa, existiu mais uma inscrição, um aluno de 5º ano de nível introdução. Este aluno apresentava muitas dificuldades, não conseguia realizar um simples serviço pois não acertava no volante, por esta razão comecei a notar desmotivação e desinteresse nos outros colegas em cooperarem com o mesmo. Até aqui todos os alunos do grupo-equipa tinham-se mostrado bastante cooperantes uns com os outros, mas com este aluno, para além de se ter inscrito na altura de início dos encontros, as suas dificuldades eram

bastante persistentes, o que levava os colegas a demonstrarem o seu descontentamento ao colaborar com ele.

O aluno começou também a aperceber-se desse sentimento por parte dos colegas e saía do treino triste e desmotivado. Esta situação-problema constitui tema do projeto específico da área de Desporto Escolar.

4ª Etapa

No documento da Metodologia de Aprendizagem elaborado pelo Departamento de Formação da Federação Portuguesa de Badminton, são apresentadas 5 etapas evolutivas para o ensino/treino do Badminton e pelas quais me guiei para a orientação dos treinos do grupo equipa da Escola Básica António Gedeão. São elas: 1- Habilidade em acertar no volante; 2- Precisão na colocação do volante; 3- Aumento do repertório de batimentos; 4- Velocidade de execução; 5- Fintas. Acrescentando ainda outra por minha autoria e que colocaria antes do ponto 4: deslocamentos. Chegando ao final do ano, consegui que todos dos alunos que, na primeira etapa apresentavam muitas dificuldades, chegassem a realizar exercícios de aprendizagem até ao ponto 4- velocidade de execução.

Esta etapa foi constituída por um número reduzido de unidades de treino, existiram apenas 8 e descontínuas devido a uma série de acontecimentos como torneios escolares, provas de aferição e visitas de estudo. Nestas últimas aulas do ano, os alunos foram maioritariamente colocados em situação de competição, foi utilizado por várias vezes o torneio escada pois considerei ser uma boa opção visto que todos os alunos acabam por jogar com quase todos, fossem do mesmo nível ou não. Ainda assim esta foi uma etapa de consolidação de conhecimentos, uma vez que os alunos que começaram o ano com capacidades de nível introdução, na 3ª etapa já conseguiam realizar um jogo utilizando lobs, clears e drives com oportunidade e com conhecimento das regras de jogo e nesta etapa a utilização dessas competências técnicas tornou-se ainda mais evidente.

Uma vez que os torneios interturmas devem ser promovidos pelas escolas, com vista a desenvolver a formação desportiva na vertente competição (DGE, 2021), nos dias 17 e 18 de abril realizou-se o torneio escolar de badminton, no qual colaborei na organização do mesmo juntamente com a professora titular do desporto escolar desta modalidade, a professora Frederica Vicente. Neste torneio, os alunos do grupo-equipa puderam colocar em prática as suas aprendizagens ao longo deste ano letivo, não só a

participar como jogadores, mas também a realizar as funções de árbitro, visto que já tinham conhecimento das regras do jogo.

Com um total de 35 treinos ao final do ano letivo, foi possível obter as evoluções apresentadas na tabela a seguir. Apesar de alguns alunos não terem alcançado o nível a seguir, não significa, porém, que não tenham evoluído dentro do nível.

Quadro 12- Avaliação final Desporto Escolar

Avaliação final de ano																						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
AI	I	I	I	I	I	I	E	A	E	I	I	I	I	I	I	I	I	E	E	I	E	
4ª etapa	I	I	I	-	I	I	A	A	E	E	I	E	I	I	I	I	E	A	A	E	E	I

A nível pessoal, o badminton não é uma modalidade pela qual tenha maior conhecimento por isso a escolha pela integração neste grupo equipa acabou por se mostrar bastante benéfica pois a necessidade de estudo para o acompanhamento destes treinos de desporto escolar acabou por resultar num conhecimento mais profundo sobre a matéria, o qual foi também transferido, em algumas situações, para a lecionação das aulas de Educação Física. Comparando com a lecionação das aulas de Educação Física, considero que toda a gestão de comportamento foi, para mim, muito mais fácil, não só por a turma 9ºE ter efetivamente mais comportamentos desviantes, mas também porque no desporto escolar, os alunos inscrevem-se por gosto e vontade própria e não por ser uma disciplina obrigatória do currículo.

Projeto específico- O que fazer com um aluno que não consegue acertar no volante?

Enquanto estagiária do Núcleo de Estágio da Escola Básica António Gedeão e, consequentemente, responsável pelos treinos de badminton do desporto escolar, juntamente com a professora Frederica Vicente, detetei uma situação-problema dentro do grupo equipa que necessitava ser solucionada. Surgindo assim a pertinência do estudo e análise do tema.

Os treinos de desporto escolar de badminton iniciaram-se durante o mês de outubro e, desde essa altura, até janeiro foi realizado um trabalho que possibilitou a construção de uma equipa cada vez mais apta e homogénea e para além disso, com laços de amizade entre os alunos.

Ao mês de janeiro o grupo equipa contava com 2 alunos de nível avançado, 4 alunos de nível elementar e os restantes alunos de nível introdução, mas que tinham vindo a desenvolver as suas capacidades desde outubro. Esta distribuição por níveis, possibilitava a variação de exercícios entre pares heterogéneos ou homogéneos e entre exercícios em trabalho cooperativo ou competitivo, consoante a necessidade e objetivo dos mesmos, sem deixar nenhum aluno desmotivado ou de parte.

Contudo, no mês de janeiro, inscreveu-se ainda um aluno do 5º ano com 10 anos de idade. Este aluno é de nível introdução e apresentava muitas dificuldades, não conseguia realizar um serviço, não conseguia acertar com a raquete no volante. Após conversa com a professora de Educação Física do aluno, tomei conhecimento das suas dificuldades bastante acentuadas na generalidade das capacidades física, estando a sua aprendizagem na disciplina abrangida pelas medidas adicionais. Esta situação, para além de deixar o próprio aluno desmotivado e com sentimento de incapacidade, também fazia com que os restantes alunos se mostrassem descontentes por realizar os exercícios em cooperação com ele. Situação que o professor deve solucionar, pois sendo o desporto um direito de todos, a escola deve assegurar esse direito, garantindo que todos conseguem aceder e que ninguém é discriminando (DGE, 2021).

Desta forma, surgiu a situação problema para a realização deste projeto: o que fazer com um aluno com um nível tão distinto dos restantes?

Numa fase inicial, o aluno passou por tentar realizar batimentos consecutivos individualmente, batimentos contra a parede, treinar o serviço, também de forma individual ou realizar batimentos em cooperação com a professora estagiária, experimentou também utilizar uma raqueta mais pequena. Percebendo depois que nenhum destes contextos era solução a nível do desenvolvimento da técnica do aluno, nem a nível social, a estratégia teve de ser alterada pois a escola deve criar situações de aprendizagens diferenciadas, de modo que todos os alunos possam participar e aprender num ambiente de inclusão.

O desporto deve ser uma ferramenta para a assimilação e vivência de valores éticos necessários à construção de uma sociedade mais justa e equilibrada. O desporto ensina valores como a verdade, a cooperação, o respeito, a solidariedade, a tolerância, a interajuda (DGE, 2021) e nunca deve ser um meio de comportamentos ou sentimentos opostos a estes e são estes os sentimentos que se pretende que seja despertado nestes treinos de desporto escolar.

Pelas suas características, o desporto possibilita reproduzir as relações de cooperação-oposição sociais, no respeito por valores e regras gerais, de forma adequada e permanentemente orientado por um educador, promovendo o desenvolvimento da autonomia (os valores e as regras a adotar por cada aluno, de forma integrada nas normas grupais) e o reconhecimento e o respeito pelo outro e pelo seu esforço (DGE, 2021).

Assim, a fim de saber mais sobre este tema e de conseguir solucionar situações idênticas no futuro, defino para este projeto, os seguintes objetivos:

Quadro 13- Objetivos Projeto específico Desporto Escolar

Objetivos
Integrar e incluir todos os alunos de forma igual.
Promover e desenvolver atitudes de cooperação e entajuda.
Criação de ambientes potenciadores de boas práticas e de momentos de aprendizagem entre todos.
Criação de contextos apropriados à prática desportiva de todos.
Recolher informações sobre estratégias eficazes para promover a aprendizagem de um aluno menos apto com colaboração dos colegas mais aptos.
Desenvolvimento das competências técnicas do aluno.
Criação do sentimento de inclusão do aluno com os restantes alunos do grupo-equipa.

No sentido de encontrar situações solucionadoras, realizei uma entrevista (apêndice XIII- Entrevista Desporto Escolar Badminton) com os Professores Luís Bom e Paulo Figueiredo, professores na Universidade Lusófona, sendo que o professor Paulo Figueiredo é o professor que leciona a unidade curricular de raquetas na nossa faculdade.

Este tema tem relevante importância para a evolução dos nossos atletas, pois o desporto escolar, para além de ter como objetivo o desenvolvimento de competências da modalidade, este também deve ser uma ferramenta para a assimilação e vivência de valores éticos necessários à construção de uma sociedade mais justa e equilibrada (DGE, 2021).

Após entrevista com os professores e resumo das mesmas aprovados pelos próprios (Apêndice XIV- Resumo entrevista a professor Luís Bom e Apêndice XV- Resumo entrevista a professor Paulo Figueiredo), é possível retirar informações muito pertinentes para a resolução de casos como o deste aluno. Apresento abaixo uma tabela simplificada de algumas respostas relevantes retiradas da entrevista e posterior conclusão sobre a mesma.

Quadro 14- Tabela resumo entrevista

Tópico/Questão	Resposta prof. Luís Bom	Resposta prof. Paulo Figueiredo
Habilidades técnicas a resolver em 1º lugar.	“3 pontarias”: pontaria do deslocamento para o ponto de queda do volante, pontaria da receção e pontaria de projeção.	Depende da causa da dificuldade do aluno.
Propostas de exercícios solucionadores.	O professor envia volantes com uma trajetória em balão para o aluno.	Trocar o volante com as mãos. Lançar o volante para o aluno e este deve tocar apenas com a raquete no volante.
	Jogos de sustentação em trios.	Realizar toques com algum objeto leve por exemplo uma bola de esponja pois a trajetória do volante é irregular por isso é mais difícil numa fase inicial. Dar toques a andar, estimulação de coordenação.
Estratégias para manter os colegas motivados em colaborar.	Concursos entre trios.	Escolher um aluno para colaborar com o colega durante uma pequena parte da sessão, dizendo que ele é o adjunto do professor e que “só os muito bons é que podem ser ajudantes do professor, fazendo-o ver esta situação como um desafio.
Formas de monitorização do desenvolvimento.	Autoavaliação.	Autoavaliação.
	Contabilização de acertos.	

Existem alunos que conseguem aprender jogando logo dentro do padrão básico do jogo. No entanto, para os que ainda não conseguem e têm muitas dificuldades, o professor Luís identifica 3 habilidades técnicas a desenvolver em primeiro lugar e de seguida apresenta alguns exercícios que podem ir de encontro à resolução das dificuldades dos alunos. Refere por exemplo, assim como o professor Paulo, uma situação em que o professor e o aluno se encontram frente a frente e o professor vai enviando volantes na direção do aluno de forma a facilitar a sua receção. Esta situação pode ser sempre adaptada pelo professor, ora para facilitar quando necessário, ora para dificultar quando possível pois é o professor que, consoante a análise do desenvolvimento do aluno, decide se envia o volante com uma trajetória mais lenta, ou mais rápida, se envia diretamente para o aluno ou se provoca algum deslocamento ou a que distância lança. Este exercício promove a coordenação do movimento do aluno com a trajetória do volante, após aquisição desta competência, o aluno pode começar a trocar volantes com colegas. Nesta situação, a maioria dos professores colocaria o aluno a trocar volantes com um colega apenas, analisando toda a envolvimento podemos verificar que realizar a troca de volantes e sustentação do mesmo entre trios ou quadras pode constituir uma situação de maior sucesso, uma vez que o aluno ainda se encontra numa fase em que precisa de ter tempo para realizar a ação do batimento, de realizar a leitura da trajetória do volante e de ver

como os outros colegas fazem e existindo mais colegas, o aluno ganha muito mais tempo para realizar todas essas ações.

Balanço

Este aluno de 5º ano infelizmente inscreveu-se no desporto escolar de badminton apenas em janeiro, existindo assim poucas oportunidades para ter conseguido resolver esta situação e existir uma evolução significativa. Ainda assim, como ainda não tinha realizado a entrevista com os professores Luís Bom e Paulo Figueiredo, fui ajudando o melhor que consegui, através de conversas com os alunos em que explicava a importância de colaborarem com o colega, explicava que todos iam passar por esse papel à vez e que outrora alguém também já o fez com eles noutras situações. Desta forma, passado algum tempo os alunos acabaram por se habituar a irem trocando quem realizava os exercícios com o aluno menos apto. Não tendo sido esta a opção mais motivante para eles, acabou por indo resultar aos poucos e poucos. Olhando para trás, poderia ter utilizado os concursos como forma de motivação a colaborar com o aluno e, principalmente, utilizar as rodas de bola com 3 ou 4 alunos, esta é uma situação que não é comum ser utilizada pelos professores, mas que, em termos teóricos, faz todo o sentido que resultaria numa crescente evolução deste aluno. Utilizar a estratégia de ter sempre alguém a cooperar com o aluno, também poderia ter motivado mais os alunos cooperantes com a estratégia sugerida pelo professor Paulo, identificar os alunos como adjuntos do professor e dizer que só os “melhores” poderiam ocupar esse cargo.

Analisando as duas entrevistas, é possível verificar que existem muitas ideias comuns, mas também algumas ideias contraditórias por exemplo: o professor Luís Bom refere que realizar auto batimentos não constitui uma boa opção nesta situação uma vez eu os alunos com dificuldades precisam que o volante venha diretamente para as suas mãos e que demore a chegar até eles para terem tempo de preparar e ler a trajetória do mesmo e conseguir acertar. Ao realizar batimentos para si próprio a trajetória do volante até voltar a cair é muito rápida e é muito provável que não venha de forma facilitadora. Já o professor Paulo refere que dar toques com uma bola de esponja pode ser um exercício facilitador, argumentando que é mais fácil com a bola de esponja pois o volante apresenta trajetórias irregulares e mais difíceis de prever, o professor refere ainda que este exercício também pode ser realizado a andar, de forma a estimular a coordenação.

Estas ideias dispares fazem perceber que uns exercícios podem resultar com um aluno e com outro não consoantes as suas dificuldades específicas e é o professor que está presente que deve ser capaz de conhecer os alunos e encontra a melhor solução para cada um deles.

4.Seminário

Coadjuvação do professor de Educação Física: o que ainda há a melhorar?

Pertinência

Surge o presente projeto na sequência da caracterização da turma que me foi atribuída para a lecionação da disciplina de EF para este ano letivo 2022/2023. A turma 9ºE conta com 28 alunos, sendo que duas alunas apresentam défice cognitivo, estando por essa razão, ambas incluídas na UAM da Escola Básica António Gedeão, estrutura pedagógica preparada para dar resposta a um conjunto de alunos com multideficiência. As duas alunas requerem acompanhamento diário por um docente especializado em Educação Especial, dinamizador e articulador das suas atividades e aprendizagens, estando este presente nas aulas que as alunas frequentam consoante o seu Plano Individual de Transição (PIT), sendo que do plano curricular regular, elas apenas frequentam a Educação Física.

A formação de professores deve desenvolver competências que habilitem os profissionais a investigar consoante a realidade em que se inserem, a sua intervenção e os problemas que formam o seu mister (Bom & Brás, 2003), neste sentido torna-se relevante para o meu percurso enquanto professora estagiária todo o processo de pesquisa e reflexão à volta deste tema tão importante que apresento em seguida.

Estas alunas apresentam dificuldades muito acentuadas e persistentes ao nível da comunicação, interação, cognição e aprendizagem que exigem recursos especializados de apoio à sua aprendizagem. “Considera-se que um aluno possui necessidades educativas especiais quando apresenta dificuldades significativas para aprender os conteúdos previstos no currículo da série em que ele se encontra, que deve corresponder à sua faixa etária” (Oliveira & Poker, 2002, p.236). Tendo os termos “necessidades educativas especiais” sofrido algumas atualizações quanto à sua definição, o acompanhamento e ensino destas duas alunas encontra-se ao abrigo do Decreto-Lei n.º 54/2018 (2018), nas medidas adicionais que já incluem as medidas universais e seletivas. Estas visam, entre outros pontos, colmatar as barreiras à inclusão, pois o decreto de lei acima referido pretende garantir que todos os alunos tenham direito à adequação do ensino às suas necessidades e potencialidades.

No que diz respeito ao ensino da Educação Física específica para estas duas alunas: até ao fim do mês de janeiro, as alunas apenas frequentavam 45 minutos da aula de

Educação Física por semana. Devido à escassez de recursos humanos na área da Educação Especial na UAM da escola, as alunas só tiveram oportunidade de começar a estar presentes e realizar as aulas no dia 8 de novembro. A partir desta data, com o decorrer das aulas e com o contacto com as várias situações-problema desta realidade, deparei-me com a enorme dificuldade em conseguir distribuir, de forma justa, a atenção necessária a toda a turma com estas duas alunas presentes na aula, visto que mesmo com exercícios completamente diferenciados e adaptados, era preciso um professor permanentemente a acompanhar a atividade das alunas para que elas realizassem o exercício pretendido. Mesmo que estas estejam acompanhadas por uma professora da Educação Especial, esta não tem conhecimento para orientar os exercícios de que as alunas necessitam, nem para oferecer *feedback* específico e necessário. Esta situação representa uma responsabilidade adicional para o professor, pois as duas alunas apresentam dificuldades extremas e ritmos de aprendizagem completamente distintos da turma, não sendo por isso possível incluí-las na maioria das tarefas que os restantes alunos precisam de realizar, acabando por realizarem grande parte das vezes exercícios diferenciados e, por vezes, num espaço à parte.

No excerto acima apresento a minha dificuldade em específico, na minha turma com os meus alunos, no entanto, no GEF existem mais professores que têm alunos abrangidos pelas medidas adicionais por razões diversas e sentem também dificuldades durante a leção das suas aulas. Assim, verifica-se que com a aplicação do Decreto-Lei n.º 54/2018 (2018) nas escolas e com a presença de todos os alunos nas aulas práticas de EF, sem as devidas adaptações para que este se concretize com sucesso, surgem dificuldades a nível da prática pedagógica. As mudanças introduzidas, colocam um conjunto de desafios a todos os professores.

No sentido de todos os alunos beneficiarem dos *feedbacks* e apoios necessários para o seu processo de aprendizagem e desenvolvimento e para atingirem os objetivos pré-definidos pelo professor, despoletou a necessidade da presença de um professor de EF coadjuvante no espaço de aula, cujas funções

não se limitam às do tradicional professor de educação especial (apoio direto ao aluno com necessidades educativas especiais), enfatizando-se agora o seu papel como recurso da escola, na otimização do processo de aprendizagem e socialização de todos os alunos (privilegiando-se, sobretudo, a colaboração com os professores das turmas e a participação na organização escolar) (Madureira & Leite, 2003, p. 40).

situação que passou a ser implementada no início do segundo semestre. No dia 7 de fevereiro deu-se início às aulas com um professor coadjuvante, a professora Isabel Baptista. A professora ficou encarregue pelo acompanhamento mais próximo e individual das duas alunas, seguindo o plano de aulas realizado por mim (Apêndice VII- Plano de aulas para alunas nº 4 e 5), sendo que este inclui a realização do aquecimento conjunto com a turma, tarefas como a dança também em conjunto com a turma, todas as restantes situações de aprendizagem destinam-se apenas às alunas nº4 e 5, não sendo por isso realizados com o resto da turma.

O conceito da escola inclusiva pressupõe uma educação apropriada e de qualidade dada conjuntamente para todos os alunos considerados dentro dos padrões da normalidade com os alunos com necessidades educacionais especiais nas turmas do ensino comum, da escola regular, onde deve ser desenvolvido um trabalho pedagógico que sirva a todos os alunos (Oliveira & Poker, 2002).

No entanto, as alunas continuavam a ter grande parte da aula à parte dos restantes colegas, sem a existência de exercícios inclusivos ao longo da aula para além da parte inicial, o que pode significar que, mesmo com a presença do professor coadjuvante, apesar deste constituir um elemento muito facilitar no concretizar das aulas de EF, alguns problemas continuavam a persistir.

A escola e o seu sistema são o primeiro passo para uma sociedade inclusiva, visto que normalmente é o lugar onde os alunos começam a sua socialização mais regular fora do ambiente familiar. Desta forma, a solução para estas alunas não pode, de forma alguma, passar por excluírem esta aula do seu horário adaptado, mas sim por continuarem a encontrarem-se no mesmo espaço de aula da turma com o acompanhamento de mais um professor de EF, para além do já existente por norma.

Nesta escola nota-se uma enorme colaboração, por parte de toda a comunidade educativa, para que todos os alunos se sintam integrados em qualquer parte e atividade da escola pois estas duas alunas e todos os outros que se encontram inseridos na UAM, são sempre convidados e bem-vindos a participar nos torneios e atividades extracurriculares, com os ajustes necessários. Ainda assim, ainda se verifica em falta algumas condições de apoio para os mesmos no que diz respeito às aulas regulares, uma vez que o professor de EF tem conhecimento sobre como desenvolver as capacidades motoras dos alunos, quem sabe como podemos agir perante algumas atitudes das alunas que derivam das suas doenças, melhor que ninguém, é o professor de Educação Especial.

Identifico, desta forma, a situação-problema a analisar e solucionar: falta de uma verdadeira articulação entre os docentes intervenientes na aprendizagem e inclusão dos alunos abrangidos pelas medidas adicionais: o professor de Educação Física da turma, o professor coadjuvante de Educação Física e o professor da Educação Especial.

Após ser identificado o problema, identifico como objetivo geral deste estudo promover a colaboração e articulação entre os docentes do conselho de turma, o diretor de turma e o docente de educação especial e como objetivos específicos: incluir o docente de EF e o professor coadjuvantes na equipa variável, definir reuniões entre os docentes intervenientes diretamente na aprendizagem dos alunos em questão (professor de EF, professor coadjuvante e professor de educação especial), implementando as estratégias e metodologias mais adequadas.

Revisão Bibliográfica

A educação inclusiva é, acima de tudo, um novo posicionamento face à diferença. É perspetivar que aquele que, por motivos intelectuais, físicos, étnicos, culturais ou religiosos, é diferente dos demais, no entanto, é um cidadão com os mesmos direitos que os demais (Madureira & Leite, 2003).

Correia (2001) entende que a educação inclusiva pretende, em traços gerais, que todos os alunos possam aprender juntos, dando sempre especial atenção ao seu desenvolvimento global, devendo os apoios educativos necessários ser prestados, sempre que possível, na sala da aula regular.

Surge, com o presente assunto, a necessidade de analisar o Decreto-Lei n.º 54/2018 (2018):

Em 2018 foi introduzida uma nova política educativa na qual o compromisso com a escola inclusiva assume novos contornos, tendo sido esta colocada em prática pela primeira vez no ano letivo 2018/2019.

O presente decreto de lei apresenta como objetivo a existência de uma escola que integre e considere cada criança como uma individualidade que tem as próprias potencialidades, dificuldades e necessidades e que crie condições, princípios e normas para encontrar respostas para que cada um usufrua o máximo possível do ensino.

No Decreto-Lei n.º 54/2018 (2018, p. 2918) é definido como eixo central desta nova política, a “necessidade de cada escola reconhecer a mais-valia da diversidade dos seus alunos, encontrando formas de lidar com essa diferença, adequando os processos de

ensino às características e condições individuais de cada aluno, mobilizando os meios de que dispõe para que todos aprendam e participem na vida da comunidade educativa.”

As medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão encontram-se organizadas em três níveis: universais, seletivas e adicionais.

As medidas universais aplicam-se em casos em que existe o objetivo de promover e melhorar as aprendizagens do aluno, utilizando recursos como a diferenciação pedagógica, acomodações curriculares, enriquecimento curricular, promoção do comportamento pró-social e a intervenção em pequenos grupos. Estas medidas são aplicadas a todos os alunos. No caso de as medidas universais não surtirem o efeito desejado ou demonstrarem ser insuficientes para o desenvolvimento pessoal do aluno, aplica-se, para além das anteriores, as medidas seletivas. As medidas seletivas podem incluir percursos curriculares diferenciados, adaptações curriculares não significativas, apoio psicopedagógico, antecipação e reforço das aprendizagens e/ou o apoio tutorial. A necessidade de utilização destas medidas exige a elaboração de um Relatório Técnico-Pedagógico (RTP), pela equipa multidisciplinar. Depois de aplicadas as duas medidas infra e não se verificarem os resultados evolutivos necessários ou quando os alunos apresentam severas dificuldades a nível da comunicação, interação, cognição e de aprendizagem, são aplicadas medidas adicionais. Estas medidas podem incluir a frequência do ano de escolaridade por disciplina, adaptações curriculares significativas, um Plano Individual de Transição (PIT), desenvolvimento de metodologias e estratégias de ensino estruturado e desenvolvimento de competências de autonomia pessoal e social. Na existência de casos deste nível, deve ser elaborado um Programa Educativo Individual (PEI). Todas estas medidas requerem que o professor de Educação Especial se encontre em constante colaboração com os restantes docentes do aluno, a fim de organizar estratégias de diferenciação pedagógica. Com este decreto de lei é possível verificar que o governo pretende que a escola seja inclusiva para todos os alunos, independentemente da sua condição social e pessoal.

A Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva (EMAEI) tem como função: realizar o processo de identificação das medidas de apoio à aprendizagem e à inclusão necessárias, de acordo com as características do aluno, acompanhar e controlar a eficácia das medidas aplicadas e trabalhar com os restantes docentes, técnicos e encarregados de educação. Para haver uma intervenção adequada, junto de um determinado aluno, é necessário a contribuição do processo de avaliação de apoio à

aprendizagem onde se analisa aspetos académicos, comportamentais, sociais, emocionais e ambientais. No Decreto-Lei n.º 54/2018 (2018) são identificados como membros da EMAEI: um dos docentes que coadjuva o diretor da escola, um docente de educação especial, três membros do conselho pedagógico de diferentes níveis de educação e ensino, um psicólogo e ainda, elementos variáveis.

A resposta e a adaptação das próprias escolas dependem, em grande parte, dos alunos, do professor e da articulação entre os docentes que trabalham com esses mesmos alunos: professor de EF, professor coadjuvante e professor de educação especial. Implica o envolvimento da escola como um todo na resposta às necessidades de aprendizagem.

Como pode a EMAEI exercer as funções acima referidas com sucesso sem incluírem nesta equipa os intervenientes diretos no ensino destes alunos?

Reflexão: “independentemente” ou “adequadamente”?

Após a análise de vários artigos e documentos para a escrita deste projeto deparei-me muitas vezes com a palavra “independentemente”, mais do que “adequadamente”, situação que suscitou a necessidade de uma reflexão perante estes dois conceitos quando relacionado ao ensino de qualquer aluno.

Oliveira & Poker (2002) referem que o ensino inclusivo é a prática da inclusão de todos, independente de seu talento, deficiência (sensorial, física ou cognitiva), origem socioeconómica, étnica ou cultural.

Na Declaração de Salamanca (UNESCO, 1994, p.7) reafirma-se “o direito à educação de todos os indivíduos, tal como está inscrito na Declaração Universal dos Direitos do Homem de 1948” e renova-se “a garantia dada pela comunidade mundial na Conferência Mundial sobre Educação para Todos de 1990 de assegurar esse direito, independentemente das diferenças individuais.” E ainda “o princípio fundamental das escolas inclusivas consiste em todos os alunos aprenderem juntos, sempre que possível, independentemente das dificuldades e das diferenças que apresentem.”

Como pode ser “independentemente” se todo o ensino tem de ser adequado?

Em contrapartida, o documento acima referido também afirma que as escolas devem reconhecer e satisfazer as necessidades diversas dos seus alunos, adaptando-se aos vários estilos e ritmos de aprendizagem, de modo a garantir um bom nível de educação para todos, através de currículos adequados, de uma boa organização escolar, de estratégias pedagógicas.

Afirmar que os alunos têm direito ao ensino ou à inclusão independentemente das suas diferenças é perfeitamente aceitável, no entanto se formos analisar o conceito de inclusão, verificamos que se for “independentemente”, muitos podem passar pela situação indesejável de não usufruírem de um ensino adequado às suas dificuldades.

A escola de educação especial apresentou um modelo que resultava cada vez mais no isolamento das crianças perante as experiências coletivas e as relações diferentes. O sistema fechado de educação para diferentes necessidades especiais em grupos isolados serviu, em tempos, como um sistema atraente e amplamente divulgado. As escolas construíram um mundo isolado para os deficientes com trabalhos e estudos próprios, mas que serviram apenas para isolar e cada vez mais confirmar a ideia de que não se deve conviver junto (Falkenbach, Chaves, Nunes & Nascimento, 2007).

Metodologia

A fim de identificar a problemática persistente com a presença do professor coadjuvante nas aulas de Educação Física e encontrar uma solução para a mesma, apresento um plano organizado por etapas.

Quadro 15- Plano Projeto TOP- Seminário

Plano Projeto TOP- Seminário				
Etapa	1ª Etapa: Prognóstico	2ª Etapa: Prioridades	3ª Etapa: Progresso	4ª Etapa: Produto
Mês(es)	Set- Out- Nov	Dez-Jan	Fev-Mar-Abr	Mai-Jun
Processo	Avaliação inicial das alunas; Identificação do problema e da necessidade de resolução do mesmo.	Proposta de solução; Apresentação da proposta do projeto aos orientadores.	Projeto em prática: Presença do professor Coadjuvante nas aulas de todas as turmas com alunos com dificuldades acentuadas de aprendizagem. Realização de um questionário aos professores que beneficiam da coadjuvação e à professora coadjuvante. Realização do balanço individual. Realização do balanço das respostas ao questionário. Apresentação do seminário ao Grupos de Educação Física.	Avaliação dos resultados do projeto. Conclusão.
Objetivos	Recolha de dados necessários para a realização de um projeto solucionador.	Apresentar uma proposta realista e realizável, que seja validada pelos orientadores (de escola e de faculdade).	Colocar em prática a proposta apresentada, cumprindo o plano, de forma a poder ser analisado e apresentado posteriormente.	Melhoria do documento escrito. Conclusão.

De forma a ter dados que comprovassem que de facto não existe uma verdadeira articulação entre os docentes intervenientes no ensino destes alunos, realizei um questionário direccionado aos professores do GEF da Escola Básica António Gedeão (Apêndice XVI- Questionário Seminário).

Resultados

Quando nos sujeitamos a responder a um questionário, a uma entrevista ou algo que constitua um registo formal e que temos conhecimento que será analisado posteriormente, independentemente do tema que seja abordado, de forma inconsciente acabamos por responder a algumas questões para que as respostas vão de encontro àquilo que consideramos ser o correto ou que pensamos que seja pretendido por quem realizou o questionário. Esta situação pode acabar por enviesar as respostas relativamente àquela que representa a realidade. Neste sentido, por vezes, é possível recolher as informações mais reais e úteis a partir de meras conversas informais, em que a pessoa responde o que pensa no imediato, sem pensar muito sobre o assunto.

Uma das perguntas que constituía o meu questionário era “Quem define o plano de aula e as adaptações necessárias para os alunos com NE?”, esta era de escolha múltipla e os inquiridos podia responder “o professor de EF da turma”, “o professor coadjuvante”, o “professor de educação especial” ou “todos” onde foi possível verificar que existiu uma resposta que era “todos”. Sabendo eu, através de uma série de conversas informais sobre o tema com todos os professores do GEF que a única resposta verdadeira no contexto da EBAG seria “o professor de EF da turma”, posso concluir que esta terá sido uma das perguntas que poderá ter sido alvo da situação acima descrita. Ou, por outro lado, poderá ter existido uma interpretação errada da questão. Assim com esta existiram outras.

Contudo, à pergunta “Considera que a presença do professor coadjuvante resolveu todas as situações problema existentes na aula, relacionadas com os alunos no NE?” apenas um professor respondeu “sim”, o que pode confirmar que efetivamente ainda são necessários alguns ajustes no que concerne à coadjuvação do professor de EF.

Reflexão/proposta/conclusão

Com a proposta de uma escola inclusiva acredita-se que o melhor lugar para qualquer criança aprender é a escola comum. Assim torna-se indispensável criar todas as condições necessárias à incorporação dos alunos com deficiências nas salas de aula comuns. Esta situação pressupõe alterações na dinâmica, tanto na escola como na aula planeada pelos professores, uma vez que a escola deve oferecer as melhores condições possíveis para desenvolver ao máximo o potencial de todos os alunos (Oliveira & Poker, 2002).

Madureira & Leite (2003, p.37) enumeram fatores de mudança da escola, entre eles: “estratégias de coordenação- todo o trabalho a desenvolver deverá basear-se numa efetiva coordenação e cooperação entre docentes, que lhes permita encontrar respostas adequadas para os alunos, quer em grupo, quer em situação individual na sala de aula.”, as mesmas autoras referem ainda que, neste âmbito, nota-se urgente necessidade de colaboração entre os professores do ensino regular e os docentes de apoio educativo, o que inclui a partilha de informação, análise conjunta de resultados, a partilha de decisões e a partilha de responsabilidade, só assim é possível uma reflexão individual e coletiva sobre a intervenção.

“A colaboração pode ser entendida como um princípio aglutinador e integrador da planificação e da ação num estabelecimento escolar, favorecendo o desenvolvimento de

uma cultura própria e permitindo (...) partilhar problemas e apoiar a tomada de decisões; melhorar a qualidade do ensino e da aprendizagem dos alunos; partilhar o trabalho e as pressões decorrentes da complexificação do papel do professor; reduzir as incertezas a nível pedagógico, numa fase de mudanças; partilhar perspetivas e aumentar a confiança em situações de inovação; desenvolver processos de "feedback" e comparação de práticas entre pares. Estas vantagens da colaboração entre os docentes não são desconhecidas para os professores, no entanto, "muitas vezes a colaboração surge como um princípio de base que se defende, mas que, na prática, não se procura desenvolver" como referem Madureira & Leite (2003, p. 129).

São definidas como funções do professor de apoio em relação aos docentes: "apoiar os docentes na conceção e implementação de estratégias que facilitem a gestão de grupos heterogéneos e, especificamente, na planificação do trabalho a realizar com a turma, tendo em conta os alunos com necessidades educativas especiais; colaborar com os docentes da turma na construção e avaliação de programas individualizados" Madureira & Leite (2007, p. 133).

O professor de educação especial deve orientar o professor do ensino regular e orientar o pessoal da escola para lidar com as problemáticas inerentes a cada aluno, incidindo num trabalho de cooperação. O professor de EF tem conhecimento sobre como deve adaptar os exercícios às capacidades e dificuldades dos alunos, no entanto é o professor de Educação Especial que sabe como lidar com as questões relativas às dificuldades geradas pela deficiência. Sendo por esta razão, muito importante que existe momento de planificação colaborativa.

Esta cultura colaborativa que é desejável numa instituição escolar requer a participação igualitária dos vários profissionais, a decisão consensual na resolução de problemas comuns, a partilha de responsabilidades e alguma flexibilidade de papéis (Sanches & António, 2007)

A equipa de professores deve ter, não só um trabalho conjunto de intervenção sobre a situação educativa, mas também um trabalho de intervenção sobre si própria, enquanto grupo (Sanches & António, 2007), tornando todo o processo de ensino dos alunos mais eficaz, pois "a cooperação e a partilha de experiências e de saberes é uma forma de encorajar o não ao isolamento e à criação de espaços de formação, de investigação, de ação e de reflexão" (Sanches & António, 2007, p. 109) por isso "os professores que pretendem promover a aprendizagem de todos os alunos deverão necessariamente estar

disponíveis para realizar processos críticos de reflexão sobre as práticas pedagógicas que desenvolvem, de forma a poderem identificar eventuais aspetos que urge mudar ou aperfeiçoar.” (Madureira & Leite, 2003, p. 35)

“Cada escola tem que encontrar, então, caminhos para o seu próprio desenvolvimento institucional, por referência às condições concretas da comunidade que serve, sem perder de vista os objetivos da educação a nível nacional” (Madureira & Leite, 2003, p. 128).

O trabalho em equipa dentro da escola é uma necessidade atual.

Conclusão final

O ano de estágio distingue-se de todos os outros anos de formação, é neste que o estagiário consegue colocar em prática os seus conhecimentos em contexto real, mas com acompanhamento, apoiando as suas decisões em ciência sempre com o objetivo do sucesso dos alunos, tanto a nível físico como pessoal. Este origina todo um conjunto de ideias, descobertas, reflexões e conclusões que de outra forma não existiriam. Assim, neste capítulo será importante refletir sobre todos os processos desencadeados e resultados obtidos tanto a nível dos alunos e do estágio como a nível pessoal.

Relativamente à lecionação das aulas de Educação Física, procurei neste relatório não omitir todas as dificuldades que senti, tentando sempre trabalhar sobre as mesmas, refletir e encontrar soluções adequadas. O perfil da turma que me foi atribuída dificultou o processo devido aos seus constantes comportamentos de desvio e à sua falta de motivação para a disciplinas de EF e para a escola no geral. Só já na terceira e quarta etapa consegui adotar algumas estratégias que resultassem na diminuição dos comportamentos fora da tarefa e no aumento, por pouco que tenha sido, da motivação dos alunos para a prática. Considero que o número total de aulas (34 aulas práticas) que me foi possível lecionar constituiu claramente um número bastante reduzido, o que representa consequentemente um número reduzido de oportunidade de desenvolvimento dos alunos e também de melhorias pessoais.

Nesta área, realço a importância da realização, não uma semana de PTI, mas de duas devido ao contacto com outras turmas e de outros professores para além da nossa orientadora, trocando ideias e reflexões novas com os restantes professores do GEF, abrindo assim os horizontes. No meu caso específico foi muito importante também como

forma de colmatar o número reduzido de aulas que me foi possível lecionar ao 9ºE, esta representou mais oportunidade de trabalhar sobre as minhas dificuldades e deixou-se com uma consciência maior sobre toda a diversidade de dificuldades, atitudes e competências que podemos encontrar nos alunos de uma escola.

O projeto específico da área da leção abordou o mesmo tema do seminário, no entanto com objetivos e direções diferentes. As duas alunas com deficiências cognitivas que integraram a turma do 9ºE representaram um grande desafio para mim enquanto professora estagiária, para o qual contei sempre com a ajuda a orientadora de escola para a realização dos exercícios mais adequados e para a integração das mesmas. As estratégias de inclusão adotadas, a meu ver, tiveram grande sucesso, uma vez que era notório a crescente motivação das duas alunas ao virem para a aula de EF, assim como o sentimento de inclusão por parte dos alunos da turma. O seminário, apesar de ter sido a mesma situação que deu origem ao desenvolvimento do projeto, este foi mais direcionado para a proposta de um planeamento e avaliação conjunta pelos professores intervenientes no ensino das alunas. Esta situação, apesar de não ter sido colocada em prática, após apresentação da proposta ao GEF, este mostrou-se bastante interessado em colocar em prática no próximo ano letivo.

No que diz respeito à área da direção de turma, reconheço a importância do desenvolvimento das tarefas burocráticas características desta área pois é a única altura da nossa formação que nos enfrentamos com estas situações. Neste sentido realço todo o acompanhamento da orientadora de escola e trabalho colaborativo com os meus colegas de estágio Vasco Simões e Pedro Neves, pois como todos desempenhávamos as funções do diretor de turma na mesma turma, a cooperação entre o núcleo de estágio tornou-se muito mais evidente, apesar deste também se ter verificado nas outras áreas em diversas situações.

Ainda relativamente à direção de turma, considero que, com o meu projeto específico, levantei um tema realmente importante e oportuno para a turma em questão, uma vez que o papel do professor também passa por transmitir valores. O tema do bullying e discriminação infelizmente é um tema muito atual e é necessário agir de forma a eliminar estes comportamentos. Considero que, mesmo fora do contexto das sessões planeadas neste sentido, consegui transmitir esses valores e contribuir, por pouco que fosse, para que todos eles se tornassem pessoas melhores.

A saída de campo constitui mais uma situação onde se verificou realmente a cooperação dentro do nosso núcleo de estágio, tendo esta sido alvo de preparação conjunta, realização conjunta e balanço conjunto. Considerando eu que esta se encontra relacionada tanto com a área da lecionação como com a direção de turma, conseguimos levar as turmas de cada um de nós e ainda a direção de turma, 4 turmas, constituindo uma grande responsabilidade. A concretização deste dia, para os alunos teve lugar a aplicação de conhecimentos, a experiências novas, contacto com a natureza, socialização e divertimento, tendo sido o *feedback* dos alunos bastante positivo. Neste projeto é de realçar o sucesso no objetivo relativamente à multidisciplinariedade, onde foi muito importante a colaboração de todos os professores dos CT's das nossas turmas.

Na área do desporto escolar, a continuidade das aprendizagens acabou por ser uma dificuldade em algumas situações pois não sendo a assiduidade de carácter obrigatório, esta demonstrava-se muito irregular. Em termos de motivação nota-se uma grande diferença quando comparado com as aulas de EF, visto que neste espaço de aprendizagem os alunos inscreviam-se por gosto e interesse.

A nível pessoal, o badminton não é uma modalidade pela qual tenha maior conhecimento por isso a integração neste grupo-equipa acabou por se mostrar bastante benéfica pois a necessidade de revisão bibliográfica para o acompanhamento destes treinos de desporto escolar acabou por resultar num conhecimento mais profundo sobre a matéria, o qual foi também transferido, em algumas situações, para a lecionação das aulas de Educação Física.

Se já no início do ano compreendia a importância de o estagiário assumir na sua plenitude a responsabilidade da lecionação de uma turma, chegando ao fim desta etapa de formação, compreende-se ainda melhor que só passando pela experiência de todo o processo complexo do que é ser professor, desde o início até ao fim do ano letivo, se consegue aprender efetivamente a organizar todo o planeamento, a adequar e a avaliar.

Referências

Agrupamento de Escolas Secundárias a Sudoeste de Odivelas [AESO]. (2019). Projeto Educativo 2019-2022. Odivelas: Ministério da Educação.

Albuquerque, A. (2003). Caracterização das concepções dos orientadores de estágio pedagógico e a sua influência na formação inicial em Educação Física. (Tese de Doutoramento). Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Porto.

Alves, I. , Sanches, I. & Tavares, C. (2016). Aprendizagem cooperativa como prática pedagógica inclusiva: aplicação do modelo jigsaw numa turma do 2º ciclo. *EccoS, Revista Científica*, (40), 187-204. <https://doi.org/10.5585/eccos.n40.5657>.

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

Bom, L., Carvalho, L., Mira, J., Pedreira, M., da Costa, F., Cruz, S., ... & Rocha, L. (1989). Programas Nacionais de Educação Física, 1º–12º ano. *Projecto de Programas de EF para os Ensinos Básico e Secundário. Decreto-Lei*, (286/89).

Carvalho, L. (1994). Avaliação das Aprendizagens em Educação Física. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, 10(11), 135-151.

Carvalho, R. E. (1998). Temas em Educação Especial. Editora WVA (2003), Rio de Janeiro.

Coimbra, A. (2007). *O papel dos jogos tradicionais como atividade lúdica e educacional*. Monografia. Faculdade de Desporto, Porto.

Correia, L. (2001). Educação inclusiva ou educação apropriada. In: Rodrigues, D. (ed). Educação e diferença: Valores e práticas para uma educação inclusiva, 123-142. Porto Editora.

Direção-Geral da Educação [DGE]. (2016). Conjunto de recursos ENABLE para alunos, professores, pais e outros. Consultado a 23 de dezembro de 2023, em <https://www.dge.mec.pt/noticias/atividades-de-prevencao-de-bullying-e-de-ciberbullying-manual-enable>.

Direção-Geral da Educação [DGE]. (2018). *Aprendizagens Essenciais – 3º Ciclo do Ensino Básico – Educação Física*. Lisboa: DGE.

Direção-Geral da Educação (DGE). (2018). *Para uma educação inclusiva: Manual de apoio à prática*. Lisboa: DGE.

Direção-Geral da Educação [DGE]. (2018). *Para uma educação inclusiva: Manual de apoio à prática*. Lisboa: DGE.

Direção-Geral da Educação [DGE]. (2021). *Programa Estratégico do Desporto Escolar 2021-2025*. Lisboa: DGE.

Falkenbach, A., Chaves, F., Nunes, D. & Nascimento, V. (2007). A inclusão de crianças com necessidades especiais nas aulas de Educação Física na educação infantil. *Movimento*, 13(2), 37-53.

Jacob, J. (2015). O desporto escolar ao alcance dos alunos portugueses. *Profforma*, 16, 1-15.

Leite, L. & Martins, S. (2012). *Fundamentos e estratégias pedagógicas inclusivas: respostas às diferenças na escola*. Marília: Cultura Académica Editora.

Luís, J. (2015). O desporto escolar ao alcance dos alunos portugueses. *Profforma*. 16, 1-15.

Madureira, I. & Leite, T. (2003). *Necessidades educativas especiais*. Universidade Aberta, Lisboa.

Martins, J., Gomes, L. & da Costa, F. C. (2017). Técnicas de ensino para uma educação física de qualidade. In R. Catunda & A. Marques (Eds.), *Educação Física escolar: Referências para um Ensino de Qualidade*, 53-85. Belo Horizonte: Casa da Educação Física.

National Association for Sport and Physical Education [NASPE]. (2009). *Appropriate instructional practice guidelines for high school physical education (3rd ed.)*. Reston, VA: National Association of Sport and Physical Education.

Oliveira, A. & Poker, R. (2002). Educação inclusiva e municipalização: a experiência em educação especial de Paraguaçu Paulista. *Revista Brasileira de Educação Especial*, 8(2), 233-244.

Phomsoupha, M. & Laffaye, G. (2014). The Science of Badminton: Game Characteristics, Anthropometry, Physiology, Visual Fitness and Biomechanics. *Sports Medicine*, 45, 473-495.

Piéron, M. (1999). Para una Enseñanza Eficaz de las Actividades Físico-Deportivas. *INDE Publicaciones*, Barcelona.

Rigby, K. (2003). Consequences of bullying in schools. *The Canadian journal of psychiatry*, 48(9), 583–590.

Sanches, I. & Teodoro, A. (2007). Procurando indicadores de educação inclusiva: as práticas dos professores de apoio educativo. *Revista Portuguesa de Educação*, 20, 105-149.

Santos, J. (2009). Atributos da Qualidade da Competição Desportiva Escolar: Estudo Comparativo entre as Percepções dos Praticantes e Respectivos Encarregados de Educação. (Dissertação de Mestrado). Universidade da Madeira, Funchal.

Silva, H. & Lopes, J. (2016). Três Estratégias Básicas para a Melhoria da Aprendizagem: Objetivos de Aprendizagem, Avaliação Formativa e Feedback. *Revista Eletrónica de Educação e Psicologia*, 7, 12-31.

UNESCO. (1994). Declaração de Salamanca e o enquadramento da ação- Na área das necessidades educativas especiais. UNESCO, Salamanca.

Referências Legislativas

Ministério da Educação. (1989). Decreto-Lei n.º 286/89 de 29 de agosto. *Diário da República 1ª Série*, N.º 198 (29-08-1989), 3638-3644.

Assembleia da República. (2005). Decreto-Lei n.º 49/2005 de 30 de agosto. *Diário da República 1ª Série*, N.º 166 (30-08-2005), 5122-5138.

Daniela Alexandra Roseiro de Sousa. Relatório de Estágio Pedagógico em Educação Física realizado na Escola Básica 2, 3 António Gedeão

Presidência do Conselho de Ministros. (2018). Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de julho. *Diário da República 1ªSérie*, N.º 129 (06-07-2018)., 2918-2982.

Presidência do Conselho de Ministros e Educação. (2022). Despacho n.º 9227/2022 de 28 de julho. *Diário da República 2ªSérie*, N.º 145 (28-07-2022), 32-35.

Apêndices

Apêndice I- Resultados da avaliação inicial área das atividades físicas- 9ºE

	Introdução	Total	Elementar	Total	Avançado	Total
Basquetebol	8,9,10,12,14,16,17,21,23,25, 26	11	1,2,3,7,13,18,19,20,24, 28	11	22	1
Andebol	1, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 14, 17, 22, 23, 26	12	2, 3, 13, 21, 28	5	-	-
Futebol	1, 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28	22	16, 19, 24	3	-	-
Voleibol	2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27	21	1, 22	2	-	-
Badminton	1,7,8,10,12,13,14,16,17,18,2 1,22,23,25,26	15	2,3,9,19,24,28	6	—	—
Salto em comprimento	1,6,7,9,10,11,12,14,15,16,17 ,18,19,21,23,26	16	2,3,13,20,22,24,25,28	8	—	—
Salto em altura	1,3,6,7,8,9,10,14,17,18,20,2 1,22,23,26,28	16	2,13,16,19,25	5	—	—
Corrida de barreiras	2,5,6,7,8,10,12,13,14,15,16, 17,18,19,20,21,23,24,25,26, 27,28	22	1,2	2	—	—
Ginástica de solo	1,3,6,9,11,12,14,15,16,18,20 ,21,22,23,24,25,27,28	18	2,7,8,13,17,19,26	7	—	—
Dança (Rumba quadrada)	1,2,7,8,9,10,12,13,16,17,18, 19,20,22,23,24,25,26,28	19	3,14,21	4	—	—

Aptidão Física- Testes FITescola						Agrupamento de escolas a Sudoeste de Odivelas- Escola EB 2,3 António Gedeão																												
Nº	Ano nascimento	Peso (Kg)	Altura (m)	Vaivem			Ext. Braços			Senta e alcança						Abdominais			Impulsão horizontal			Velocidade			Flexibilidade de ombros						ZSCF			CF
				Al	1ºS	2ºS	Al	1ºS	2ºS	Al		1º S		2ºS	Al	1ºS	2ºS	Al		1ºS	2ºS	Al	1ºS	2ºS	Al		1ºS		2ºS	Al	1ºS	2ºS		
										Dir	Esq	Dir	Esq					Dir	Esq						Dir	Esq	Dir	Esq					Dir	
1	2008	49	1,62		40	54		13	25	24	24	19	15		18	23		1,43	1,60						A	A	A	A						
2	2007	55	1,72	70	64	52		19	19	19	19	17	16		34	36		2,10	1,96						A	A	A	A						
3	2008	58	1,64	40	41	42			13	28	25	25	25		26			1,70	1,81															
4	2006																																	
5	2005																								A	A								
6	2008	49	1,54	35	33	38		20	23	32	28	25	20		20			1,25	1,63						A	A								
7	2008	58	1,81	65	63	67		18	23	18	13				25	3		1,70	1,82						A	A	A	A						
8	2008	68	1,65	13	13	19		20	6	24	22					24		1,42	1,45						A	A	A	A						
9	2008	47	1,72	50	42	46		14	17	19	16	13	13		18	7		1,40	1,66						A	A	A	A						
10	2007	50	1,59	24	27	30		3	0						25	12		1,39							A	A	A	A						
11	2007	56	1,55		18			10	8	27	27	22	21					1,10	1,28						A	A	A	A						
12	2008	66	1,71	33	36	30		14	15	25	23	28	24		25			1,53							A	A	A	A						
13	2008	66	1,76	55	54	52		24		24	22	26	18		33	32		1,81							A	A	A	A						
14	2008	69	1,69	28	30	31		11	13	31	32	36	36		30	30		1,50	1,53						A	A	A	A						
15	2006	56	1,75			50		15		32	31				44			1,80							A	A								
16	2008	44	1,58	36	36	38		12	14	8	8	11	10		25	10									A	A	A	A						
17	2008	44	1,68	24	23	25		8	9	30	23	22	22		24	25		1,10	1,31						A	A	A	A						
18	2007	54	1,62		24	34		2	6	16	18	9	12		32	23		1,30	1,62						A	A	A	A						
19	2008	52	1,68	54	46	45		16	14	13	11	17	15		30			2,13	2,01						A	NA	A	NA						
20	2008	41	1,55							27	30	11													A	A	A	A						
21	2007	45	1,6	40	34	34		18	17	34	31	34	33		31	31		1,80							A	A	A	A						
22	2006	75	1,77	61	46	52		25	19	33	24	24	24		34	29		2,00							A	A	A	A						
23	2008	46	1,69	35	31	33		11	10	10	9	9	9		20	16		1,43							A	A	A	A						
24	2007	56	1,73	76	66	50		33	28	28	32	31	24		58	40		1,95							A	A	A	A						
25	2008	52	1,67	46	40	56		22	21	19	21	22	21		38	41		2,23							A	A	A	A						
26	2008	45	1,62	12	15	10		2	0	49	42	32	28			18		1,70							A	A	A	A						
27	2008	62	1,82	60	70	70		17	15	24	24	25	25			32		2,53	1,92						A	A	A	A						
28	2006	61	1,76	72	69	51		20	20	38	41	36	36		27	30		1,80	2,62						A	A		A						
29					90				19																									

Apêndice III-Avaliação final de ano

Área das Atividades Físicas															Área da Aptidão Física (Apto / Não Apto)		Área dos Conhecimentos (Apto / Não Apto)		Classificação Final (1 - 5)		AutoAvaliação		Av.Intercalar			
Nº	Com P	F	FM	FA	Disp	Bas	Vol	And	Fut	Bad	Atl et	Gin Sol o	Dan gal E 2	Classificação (1-5)		1ºS	2ºS	1ºS	2ºS	1º S	2º S	1º S	2º S	1ºS	2ºS	
														1ºS	2ºS											
1	4	3	1			E	E		E	E	I	I	I	4	4	Apto	Apto	Apto	S	Apto	4	4	3	4	S	B
2	3	1	1	2		I	I	E-	E	E	E	E-	I	3	5	Apto	Apto	Não apto		Não apto	3	3	4	4	S	S
3	5	2		2		E	E	I+	I	E	E		E	4	4+	Apto	Apto	Apto	B	Apto	4	5	4	4	S	B
4														3							3	4			S	B
5														3							3	4			S	B
6	5	7		1		I	I+		I	I	I	E	I	4	3	Apto	Apto	Apto	S	Apto	4	4	4	4	B	B-
7	5					I	I		I	E	I	E	I	4	4	Apto	Apto	Apto	B	Apto	4	4	3	4	B	B
8	3	7		3		I	I		NI	I	I	I	I	2	3	Não apto	Não apto	Apto	B	Apto	2	3		3	NS	NS
9	4			1		E	I		E		I	E-	I	3	3	Apto	Apto	Não apto		Apto	3	4	3	3	S	B-
10	3	2	1	3		I	I		NI	I	I	E-	E	3	3	Não apto	Não apto	Apto	NS	Apto	3	3-	3	3	S	S-
11	4	8		3		I	I		I	I	I	E	I	3	3-	Não apto	Não apto	Apto	S	Apto	3	3-		3	S	S-
12	4					I	I		I	I	I	I	I	3	3	Não apto	Não apto	Apto	S	Apto	3	3	3	3	NS	NS
13	3			3		E	E-		E	E	E	I	I	3	3	Apto	Apto	Não apto		Não apto	3	3		4	S	S+
14	5			2		E	I		I	E	E	E-	I	4	4	Apto	Apto	Apto	B	Apto	4	4	4	4	S	B
15	3	14	1	3		I	I	I+			I	E-	I	2	3		Apto	Não apto		Apto	2	3		3	S	S-
16	3					E	E		E	E	E	I	I	4	4	Não apto	Apto	Apto	S	Apto	4	4	3	3	S	S+
17	4			2		I	I		I	I	I	E	E	3	3	Não apto	Não apto	Apto	B	Apto	3	3-	3	3	S	S-
18	3	1				I	I		I	I	I	I	I	3	3	Não apto	Não apto	Apto		Apto	3	3-	3	3	S	S-
19	4		1	2		E	E		E	E	E	E-	E	5	5	Não apto	Apto	Apto	B	Apto	5	5	4	4	S	B
20																									S	B
21	5			2		E	I+		I	E	E	E	E	4	5	Apto	Apto	Apto	B	Apto	4	5	4	4	B	B
22	4	4		2		E	E		E	E	E	I	I	4	4+	Apto	Apto	Apto	B	Apto	4	4	3	4	B	B
23	3			3		I	I		I	I	I	E-	I	3	3+	Não apto	Apto	Apto		Apto	3	3	3	3	S	S-
24	5	6	1	2		E	E		E	E	E	E-	I	4	4-	Apto	Apto	Apto	NS	Não apto	4	3	4		S	B-
25	4					E	E-	E	E	E	E	E	I	4	5	Apto	Apto	Apto	B	Não apto	4	4	4	3	S	B
26	4		1	3		I	I		NI		I	E-	E	2	3	Não apto	Não apto	Apto	B	Apto	2	3	3	3	NS	NS
27	4			2		I	E	E	E	E	I	I+	I	4	5	Apto	Apto	Apto	B	Apto	4	5	3	4	S	B+
28	2	4		2		E	E		E	E	E	E-	I	3	3	Apto	Apto	Não apto		Não apto	3	3	3	3	NS	NS
29	com P	F	FM	FA	Disp	E	E				E	I	I							Não apto				4	S	S-
30																										

Apêndice IV- Tabela Balanço número de aulas

1ª etapa- 1ª Unidade didática- 12 aulas														
	90 min	45 min	90 min	45 min	90 min	45 min	90 min	45 min	90 min	45 min	90 min	45 min		
Dia	20/set	22/set	27/set	29/set	04/out	06/out	11/out	13/out	18/out	20/out	25/out	27/out	01/nov	03/nov
Espaço	Pavilhão	Pavilhão	Campo 1	Sala de aula	Campo 2	Pavilhão	Pavilhão	Pavilhão	Campo 1	Sala de aula	Sala de aula			
Futebol	Apresentação			Aula Teórica						Aula teórica	Aula teórica		Feriado	Não lecionada- chuva
Basquetebol														
Voleibol														
Andebol														
Ginástica no solo														
Ginástica de aparelhos														
Corrida de barreiras														
Salto em altura														
Salto em comprimento														
Lançamento do peso														
Badminton														
Orientação														
Dança														
Testes FitEscola														
Condição Física														
Observações:	12 aulas: 6 aulas de 90 minutos (2 teóricas) e 6 aulas de 45 minutos (2 teóricas).													

2ª etapa- 2ª Unidade Didática- 7 aulas															
	45 min	45 min	90 min			45 min	90 min		90 min				90 min		
Dia	08/nov	10/nov	15/nov	17/nov	22/nov	24/nov	29/nov	01/dez	06/dez	08/dez	13/dez	15/dez	20/dez	22/dez	
Espaço		Pavilhão				Pavilhão	Campo 1		Campo 2				Campo 1		
Futebol	Aula teórica		Aula teórica	Torneio Ténis de Mesa	Avaliações Intercalares			Feriado		Feriado	Greve	Visita de Estudo		Atividade de Natal	
Basquetebol															
Voleibol															
Andebol															
Ginástica no solo															
G. de Aparelhos															
Corrida de barreiras															
Salto em altura															
S. em comprimento															
Lançamento do peso															
Badminton															
Orientação															
Dança															
Testes FitEscola															
Condição Física															
Observações:	7 aulas: 4 de 90 minutos (1 teórica), 3 de 45 minutos (1 teórica).														

2ª etapa- 3ª Unidade Didática- 6 aulas								
		45 min	90 min		90 min	45 min	90 min	45 min
Dia	03/jan	05/jan	10/jan	12/jan	17/jan	19/jan	24/jan	26/jan
Espaço		Campo 2	Pavilhão		Campo 1	Sala de aula	Campo 2	Pavilhão
Futebol	Falta justificada da orientadora e estagiária			Greve		Aula Teórica		
Basquetebol								
Voleibol								
Andebol								
Ginástica no solo								
Ginástica de aparelhos								
Corrida de barreiras								
Salto em altura								
Salto em comprimento								
Lançamento do peso								
Badminton								
Orientação								
Dança								
Testes FitEscola								
Condição Física								
Observações:	5 aulas: 3 de 90 minutos, 3 de 45 minutos (1 teórica).							

3ª etapa- 4ª Unidade didática- 8 aulas															
	90 min				45 min	90 min	45 min			90 min		90 min		90 min	45 min
Dia	07/fev	09/fev	14/fev	16/fev	23/fev	28/fev	02/mar	07/mar	09/fev	14/mar	16/mar	21/mar	23/mar	28/mar	30/mar
Espaço					Pavilhão	Pavilhão	Pavilhão			Campo 2	Pavilhão	Pavilhão		Campo 1	Pavilhão
Futebol	SBV	Greve	Mega Salto	Mega Sprint				Visita de Estudo	Visita de Estudo		Torneio Bola ao Capitão		Visita de Estudo		
Basquetebol															
Voleibol															
Andebol															
Ginástica no solo															
Ginástica de aparelhos															
Ginástica acrobática															
Corrida de barreiras															
Salto em altura															
Salto em comprimento															
Lançamento do peso															
Badminton															
Orientação															
Dança															
Testes FitEscola															
Condição Física															
Observações:	8 aulas: 3 de 45 minutos, 4 de 90 minutos.														

4ª etapa- 6ª Unidade didática- 9 aulas																
	45 min				45 min	90 min		90 min	45 min	90 min	45 min	90 min	45 min		45 min	
Dia	13/abr	18/abr	20/abr	25/abr	27/abr	02/mai	04/mai	09/mai	11/mai	16/mai	18/mai	23/mai	25/mai	30/mai	01/jun	06/jun
Espaço	Campo				Campo	Campo 2		Pavilhão	Campo	Campo	Pavilhão	Campo 2	Pavilhão			
Futebol		Torneio Badminton	Visita de Estudo 9ªA Ericeira	Feriado Nacional			Saída de campo			Provas de aferição 5º ano				Torneio Tribol		Provas de Aferição
Basquetebol																
Voleibol																
Andebol																
Ginástica no solo																
Ginástica de aparelhos																
Ginástica acrobática																
Corrida de barreiras																
Salto em altura																
Salto em comprimento																
Lançamento do peso																
Badminton																
Orientação																
Dança																
Testes FitEscola																
Condição Física																
Observações:	9 aulas: 6 de 45 minutos, 3 de 90 minutos. Total de aulas do ano: 41 aulas: 20 de 90 minutos (17 práticas, 3 teóricas), 20 de 45 minutos (17 práticas, 4 teóricas).															

Apêndice V- Horário 1º PTI

Data de observação das turmas: 6 a 10 de fevereiro de 2023

Data da semana de PTI: 6 a 10 de março de 2023

Turmas: 7 turmas

9ºA: Professora Frederica Vicente

9ºE: Professora Estagiária Daniela Sousa

9ºF: Professora Frederica Vicente

9ºF: Professora Frederica Vicente

8ºA: Professora Ana Faustino

8ºE Professora Patrícia Alves

7ºA: Professora Isabel Batista

7ºD Professora Patrícia Alves

Total de horas semanais: 15 horas

Proposta de horário:

Tempos	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
8:15 – 9:00	9ºA	9ºF	7ºA		
9:00 – 9:45				9ºA	
10:00 – 10:45	7ºD	9ºE		DT	
10:45 – 11:30					
11:45 – 12:30				9ºE	7ºD
12:30 – 13:15		DE			
13:30 – 14:15				DE	
14:15 – 15:00					8ºE
15:15 – 16:00	8ºA		8ºE	8ºA	7ºA
16:00 – 16:45					

Apêndice VI- Horário 2º PTI

Data de observação das turmas: 27 a 31 de março, fica a falta uma sexta

Data da semana de PTI: 24 a 28 de abril

Turmas:

9ºA Prof Frederica

9ºB Prof Sandra

9ºC Prof Sandra

9ºD Prof Sandra

8ºA Ana Paula Faustino

Tempos	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
8:15 – 9:00	9ºA Campo 1		9ºB Campo 1		9ºC Campo 1
9:00 – 9:45					
10:00 – 10:45			9ºD Campo 1		
10:45 – 11:30		Prova de aferição 5º ano			
11:45 – 12:30	9ºD Campo 1			9ºE Prof. Daniela	9ºB Pavilhão
12:30 – 13:15					
13:30 – 14:15					
14:15 – 15:00					
15:15 – 16:00	8ºA Campo		9ºC Pavilhão		
16:00 – 16:45					

Apêndice VII- Planos de aula para alunas nº4 e 5

Plano de aulas nº 4 e 5		
Data	Espaço	Conteúdos
7/Fev	Pavilhão	10 min- Aquecimento junto com a turma: Corrida, mobilização articular. 25 min- Percurso (atividade diferente do resto da turma) -Caminhar ao longo do banco sueco; -Rolar sobre o eixo vertical no colchão fino de ginástica; -Passar por cima (um pé de cada vez) e por baixo de um obstáculo com altura reduzida (rastejar); -Conduzir uma bola com os pés até a um alvo- baliza. 5 min- Alongamento (atividade diferente do resto da turma).
28/Fev	Pavilhão	10 min- Aquecimento junto com a turma: Corrida, mobilização articular. 25 min- Percurso (atividade diferente do resto da turma) -Caminhar ao longo do banco sueco; -Rolar sobre o eixo vertical deitada no colchão fino de ginástica; -Passar por cima (um pé de cada vez) e por baixo de um obstáculo com altura reduzida (rastejar); -Conduzir uma bola com os pés até a um alvo- baliza. 5 min- Alongamento (atividade diferente do resto da turma).
7/Mar	Campo 1	10 min- Aquecimento junto com a turma: Corrida, mobilização articular. 25 min- Percurso (atividade diferente do resto da turma): -Caminhar ao longo de uma corda colocada no chão em linha reta; - Saltar a um pé dentro de arcos; - Passar a bola uma para a outra 10 vezes e deixá-la dentro do arco; - Passar 2x dentro dos arcos (como se fosse saltar à corda); Nota: 1ª vez sem nada, 2ª com uma bola na mão, 3ª a segurar a bola com os braços em extensão em cima da cabeça; 5 min- Alongamento (atividade diferente do resto da turma).
14/Mar	Campo 2	10 min- Aquecimento junto com a turma: Corrida, mobilização articular. 25 min- Percurso (atividade diferente do resto da turma): -Caminhar ao longo de cordas colocadas no chão com trajeto reto e curvilíneo, alternadamente; - Saltar a dois pés dentro de arcos; - Passar a bola uma para a outra 10 vezes e deixá-la dentro do arco; - Passar 5x dentro dos arcos (como se fosse saltar à corda); Nota: 1ª com uma bola na mão, 2ª a segurar a bola com os braços em extensão em cima da cabeça; 5 min- Alongamento (atividade diferente do resto da turma).
21/Mar	Pavilhão	10 min- Aquecimento junto com a turma: Corrida, mobilização articular. 25 min- Percurso (atividade diferente do resto da turma) -Caminhar ao longo do banco sueco; -Rolar sobre o eixo vertical no colchão fino de ginástica; -Passar por baixo de um obstáculo com altura reduzida (rastejar); -10 passes com os pés, 10 passes com as mãos. 5 min- Alongamento (atividade diferente do resto da turma).
28/Mar	Campo 1	15 min- Aquecimento junto com a turma: Corrida, mobilização articular. 25 minutos- Percurso (atividade diferente do resto da turma): -Andar em linha reta entre duas cordas; - Saltar a um pé dentro de arcos; - Passar a bola uma para a outra 10 vezes e deixá-la dentro do arco; - Passar 2 vezes dentro dos arcos (como se fosse saltar à corda); Nota: 1ª vez com uma bola na mão 2ª vez a segurar a bola com os braços em extensão em cima da cabeça, 3ª vez realiza o percurso de costas. 5 min- Alongamento (atividade diferente do resto da turma).

Apêndice VIII- Autorização Saída de Campo

Autorização Saída de Campo- Educação Física

Caro Encarregado de Educação, vimos por este meio informar que os alunos das turmas 7ºB, 7ºC, 9ºA e 9ºE irão participar numa Saída de Campo à Lagoa do Falcão, em Torres Vedras, no âmbito da disciplina de Educação Física e de acordo com os conteúdos da mesma, onde irão realizar Orientação e Canoagem.

Esta saída tem como principais objetivos promover a prática de conteúdos aprendidos em aulas anteriores num ambiente novo para os alunos e multidisciplinariedade, sendo assim inseridas, ao longo do dia, questões associadas às várias disciplinas como Português, Matemática, Físico-química, Inglês e Ciências Naturais e ainda correspondendo a Projetos da escola como o EcoEscolas e SeguraNet.

As atividades acima descritas terão lugar no dia 4 de maio com início pelas 10 horas no local e terá um custo associado de 9€.

Deste modo, solicitamos a autorização do Encarregado de Educação para a participação do aluno neste dia que consideramos ser um complemento às aulas da disciplina de Educação Física.

Para informações adicionais ou esclarecimentos, os Pais/Encarregados de Educação podem recorrer ao email institucional de um dos professores responsáveis:

Com os melhores cumprimentos,

Núcleo de Estágio de Educação Física 22-23

Eu _____, autorizo/não autorizo, o meu educando, _____, nº_____, da turma _____ a participar na atividade “+ Educação Física.

Assinatura E.E _____

Odivelas, ____ de _____ de 2023.

Apêndice IX- Requerimento de informação sabe/ não sabe nadar

REQUERIMENTO DE INFORMAÇÃO – SAÍDA DE CAMPO

Caro Encarregado de Educação, vimos por este meio transmitir uma informação que é de relevância, especialmente no que diz respeito à segurança do seu educando na Saída de Campo a realizar no dia 4 de maio ao Parque da Lagoa do Falcão, Campelos, Torres Vedras.

De forma que seja possível garantir ao máximo a segurança de todos os alunos envolvidos na visita ao parque, é necessário que os professores tenham conhecimento acerca da aptidão dos mesmos com o meio aquático. Independentemente da aptidão para o meio aquático, os alunos estarão acompanhados do colete de segurança.

Assim, pedimos que a seguir seja indicada a informação relativa ao seu educando, se sabe, ou se não sabe nadar.

Para informações adicionais ou esclarecimentos, os Pais/Encarregados de Educação podem recorrer ao email institucional de um dos professores responsáveis: ana.vicente@aeso.pt (orientadora pedagógica); daniela.sousa@aeso.pt; vasco.simoaes@aeso.pt pedro.neves@aeso.pt.

Com os melhores cumprimentos, Núcleo de Estágio de Educação Física 22-23

☐	O ALUNO SABE NADAR E TEM APTIDÃO PARA SER AUTÓNOMO NO MEIO AQUÁTICO
--------------------------	--

☐	O ALUNO NÃO SABE NADAR E NÃO TEM APTIDÃO PARA SER AUTÓNOMO NO MEIO AQUÁTICO
--------------------------	--

Nome, ano e turma _____

Assinatura E.E. _____

Odivelas, ____ de _____ de 2023.

Apêndice X- Programa Saída de Campo

PROGRAMA – SAÍDA DE CAMPO – 4 DE MAIO

09h00 – Partida de autocarro

09h45 – Chegada ao Parque Lagoa do Falcão, em Campelos, Torres Vedras

09h50 – Receção dos alunos e familiarização com o espaço

10h00 – Briefing Inicial (Atividades, regras de segurança, etc)

10h30 – Início das atividades da MANHÃ

Hora	Turma(s)	Atividade
10h30	9A	Canoagem
	9E – 7B – 7F	Jogos Tradicionais
11h15	9E	Canoagem
	9A – 7B – 7F	Jogos Tradicionais
12h00	7B	Canoagem
	9A – 9E – 7F	Jogos Tradicionais
12h45	7F	Canoagem
	9A – 9E – 7B	Jogos Tradicionais

13h00 – Almoço

14h00 – Deslocação e Briefing da atividade de Orientação (Tarde)

14h30 – Início das atividades da TARDE

16h15 – Final das atividades

16h30 – Embarque no autocarro para regresso à escola

17h10 – Previsão de chegada

Apêndice XI- Desafios Percurso Orientação

FISICO-QUÍMICA

7º ano

A unidade SI de massa volúmica é:

- A. Grama por centímetro cúbico (g/cm³)
- B. Kg por centímetro cúbico (kg/cm³)
- C. Kg por metro cúbico (kg/m³)

9º ano

Os elementos do segundo grupo são chamados de metais...

- A. Alcalinoterrosos
- B. Halogéneos

MATEMÁTICA

7º ano

Três amigos, o João, o André e a Luísa encontram-se na rua e cumprimentam-se todos dois a dois com um abraço. Quantos abraços foram dados?

- A. 2
- B. 3
- C. 4

9º ano

O valor numérico da expressão $-2 + 3 \times 0 - 4 + 1 = ?$

- A. 5
- B. 0
- C. -5
- D. -1

EDUCAÇÃO VISUAL

7º ano

O módulo é...

A. Um padrão com muitas cores.

B. Um elemento que se repete num padrão.

9º ano

As cores secundárias são:

A. Laranja, verde e violeta.

B. Vermelho, verde e azul.

CIÊNCIAS NATURAIS

7º ano

Nas rochas sedimentares, as camadas de sedimentos depositados dão origem a:

A. Estratos

B. Arribas.

C. Dunas

D. Depósitos fluviais

9º ano

Refira o que entende por Frequência Cardíaca:

A. Nº de batimentos por hora.

B. Nº de ciclos respiratórios por minuto.

C. Nº de ciclos respiratórios por hora.

D. Nº de batimentos por minuto.

PORTUGUÊS

7º ano

Qual o tempo verbal presente na seguinte frase: Ele andou para trás para evitar cair.

- A. Presente do indicativo
- B. Pretérito imperfeito do indicativo
- C. Pretérito perfeito do indicativo

9º ano

Completa a frase com a forma verbal correta: Quando a Maria _____, ninguém estava a entender uma palavra.

- A. interveio.
- B. intervém.
- C. intervinha.

FRANCÊS

7º ano

Traduis au portugais les mots suivants: Le fleuve, l'arbre, la fleur, la nature, l'herbe.

- A. O lago, a árvore, a flor, a natureza, a erva.
- B. O rio, a árvore, a flor, a natureza, as plantas.
- C. O rio, a árvore, a flor, a natureza, a erva.

9º ano

Quelles sont les couleurs du drapeau français?

- A. Bleu, vert, rouge.
- B. Blanc, bleu, jaune.
- C. Bleu, blanc, rouge.

GEOGRAFIA

7º ano

Assinale a opção correta. Em Geografia existem dois tipos de localização:

- A. A relativa e a absoluta.
 - B. A planetária e a absoluta.
 - C. A absoluta e a concreta.
 - C. A absoluta e a dispersa.
-

9º ano

Assinale a opção correta. Os principais processos de orientação são:

- A. Rosa dos Ventos, Sol, Mar, Bússola.
- B. Rosa dos Ventos, Sol, Planetas, Bússola.
- C. Rosa dos Ventos, Sol, Serras, Bússola.
- D. Rosa dos Ventos, Sol, Estrelas, Bússola.

HISTÓRIA

7º ano

Os aquedutos romanos encaminhavam para as cidades as águas:

- A. Do mar.
 - B. Da chuva.
 - C. Dos lençóis freáticos.
 - D. Dos rios e nascentes.
-

9º ano

Com o Ultimato Inglês (1890)...

- A. Os portugueses abdicam de Angola e Moçambique a favor da Inglaterra.
- B. Os ingleses obrigam Portugal a abandonar a região entre as colónias de Angola e Moçambique.

INGLÊS

7º ano

Complete with a correct word: I will cut ____ apple for you.

- A. a
- B. an

9º ano

Choose the correct word to complete the sentence.

You to go to the university. What _____ will you take?

- A. career
- B. degree

EDUCAÇÃO FÍSICA

7º ano

Sabendo que uma das curvas da pista de atletismo tem 100 metros, quantos metros no total tem uma pista?

- A. 400
- B. 500
- C. 200

9º ano

Num jogo oficial de voleibol, quantos toques seguidos pode uma equipa dar na bola?

- A. 2
- B. 3
- C. 5

Apêndice XII- Entrevista Desporto Escolar Badminton

- 1- Quais são as principais habilidades técnicas que o aluno deve desenvolver em primeiro lugar para melhorar seu desempenho nos desportos de raquetas?
- 2- O feedback revela-se importante no desenvolvimento destes alunos? Que tipo de feedback se poderá verificar mais útil neste processo de ensino-aprendizagem?
- 3- Exercícios individuais podem constituir uma boa opção para uma fase inicial? (Por exemplo: realizar 10 batimentos sozinho sem deixar o volante cair no chão ou realizar 10 batimentos contra a parede) E a pares? E grupos?
- 4- Como adaptar os exercícios e atividades para atender às necessidades individuais do aluno menos apto?
Que objetivos devem ser definidos?
- 5- Que estratégias podem ser utilizadas para motivar os outros alunos a cooperar com o aluno menos apto?
- 6- Deve-se priorizar exercícios analíticos ou exercícios baseados no jogo, simplificados?
- 7- Que recursos adicionais podem ser úteis para auxiliar no ensino dos desportos de raquetas para alunos menos aptos? (por exemplo: vídeos instrucionais, materiais adaptados, suportes visuais, etc.)
- 8- Que estratégias de monitorização e avaliação podem ser utilizadas para acompanhar o progresso do aluno e adaptar os exercícios e o planeamento?
- 9- Quais os princípios que devemos ter em conta no planeamento do treino de um desporto de raquetas? (deve ser feito com base no aluno menos apto?) Quais os pontos chave na preparação de um treino.

Apêndice XIII- Resumo entrevista professor Luís Bom

ENTREVISTA- DESPORTO ESCOLAR 23/06/2023

Entrevistado: Professor Luís Bom

A primeira pergunta da entrevista foi “Quais são as principais habilidades técnicas que o aluno deve desenvolver em primeiro lugar para melhorar o seu desempenho nos desportos de raquetas?”, ao que o professor Luís Bom refere haver alunos que já conseguem aprender jogando logo dentro do padrão básico do jogo, com uma rede e dois jogadores em jogo de resposta. Mas há miúdos que ainda não conseguem devolver, nem ter pontaria na receção e nesses casos, as primeiras conquistas passam por “3 pontarias”: pontaria do deslocamento para o ponto de queda do volante, pontaria da receção e pontaria de projeção.

Relativamente ao deslocamento para o ponto de queda do volante, este pode constituir uma dificuldade muito grande para os alunos pois implica que o aluno realize um batimento num objeto em movimento, ou seja, que se posicione em função de uma trajetória antecipando o ponto de queda do volante.

Começar por bater o volante por baixo, muitas vezes também representa uma dificuldade pois o aluno está a olhar para o volante a cair e não tem ao alcance da sua visão a raqueta nem a mão, levando-os numa fase inicial a realizarem com frequência batimentos por cima, onde têm ao alcance da visão tudo o que precisam para realizar o batimento: o volante, a raqueta e a mão. Esta tendência não tem de ser contrariada se o problema em conseguirem coordenar o movimento com a trajetória do volante persistir. No momento em que o aluno conseguir a coordenação do seu movimento com a trajetória do volante, a transição para o batimento por baixo já vai ser uma barreira mais fácil de ultrapassar.

Que tipo de situações de aprendizagem podemos utilizar para que os alunos ganhem estas “3 pontarias”? O professor Luís refere que funciona muito bem um exercício tão simples como o professor ter a seu lado baldes com vários volantes disponíveis que são enviados para o aluno com a mão, sendo que assim os volantes são colocados com precisão da forma que professor entender que facilita a receção do volante pelo aluno. Por norma, nesta fase é vantajoso que o volante seja enviado a pingar, obtendo uma trajetória mais lenta e consequentemente dão mais tempo para a pessoa armar e bater o volante. Este exercício levará o aluno a estimular a coordenação do movimento para

acertar no volante, devendo iniciar-se com uma distância curta entre os dois intervenientes e ir aumentando quando se for verificando possível pois quando maior a distância mais difícil se torna a leitura da trajetória do volante. É claro que estas situações implicam muito trabalho individualizado e trabalho autónomo por parte dos restantes colegas.

Outra situação de aprendizagem que pode resultar muito bem são rodas de bola, frequentemente utilizadas no ensino do voleibol ou do futebol, mas não com tanta frequência em desporto de raquetas. Rodas de bola em jogo de sustentação sem rede com 3 a 4 alunos é uma alternativa muito interessante a utilizar antes de colocar os alunos a trocar batimento apenas com um colega. Ao estarem 3 alunos numa roda, o aluno menos apto tem tempo para ver os outros colegas a bater no volante, tem um exemplo antes de chegar à sua vez e tem tempo também para se preparar, visto que o volante não volta logo para ele. Se foram apenas dois jogadores, quando o aluno menos apto envia a bola, no caso de o conseguir fazer, o colega retribui logo e essa situação é muito rápida para um aluno que ainda não tem a competência de acertar no volante. Sequências a dois passam a ser uma boa opção quando o aluno já consegue participar em sequências de 3 à vontade. Esta questão de o aluno ver como é que os colegas fazem é muito importante pois o aluno menos apto começa a compreender ao quê que é preciso fazer para fazer melhor. É preciso compreensão antes da realização.

Após introdução dos exercícios acima referidos, torna-se fácil concluir que colocar o aluno a realizar batimentos consecutivos sozinho com a raqueta e o volante, não se verifica uma boa situação de aprendizagem neste contexto visto que o aluno ainda complica demasiado para ele próprio. O aluno bate mal o volante e este é-lhe devolvido com os defeitos que ele colocou na batida anterior.

Contabilizar acertos, esta é uma premissa muito importante quando o aluno ainda erra muito mais do que acerta para evitar que o aluno fique frustrado. Contar acertos para precaver a frustração. Quando contamos acertos, mesmo que tenham falhado algumas vezes, o que conta e é valorizado para eles é as vezes que acertaram. É muito mais positivo e motivador o aluno pensar “Hoje acertei 4 vezes!” em vez de “Já falhei 8 vezes.”. Quando os alunos já são consistentes em manter o volante no ar, aí sim já podemos começar a contar quando é que o volante cai, ou seja, em situação de cooperação, aí é que começa o verdadeiro jogo, a contar as perdas de bola.

Visto que chega a uma altura que é imprescindível a colaboração dos colegas, que estratégias podem ser utilizadas para motivá-los a colaborar? O professor Luís sugere que

se realizem concursos entre dois ou mais trios. Os trios trabalham em cooperação para ver qual o grupo que consegue concretizar em primeiro lugar 10 batimentos seguidos ou quem consegue realizar os batimentos com maior afastamento. Esta situação apenas é realizável quando o aluno já for capaz de dar o seu contributo para o objetivo, ou seja, tiver conquistado a capacidade de devolver a bola. Ainda assim, os grupos dos alunos mais aptos devem alternar entre os exercícios de cooperação com situações de competição adequadas às suas capacidades, não só para se manterem motivados, mas também porque o desenvolvimento dos alunos mais apto não deve ficar comprometido em prol do seu contributo para a aprendizagem dos colegas.

Por fim, como forma de avaliação do progresso do aluno, a autoavaliação a partir da contagem de acertos é boa para, em primeiro lugar como forma de autorregulação e em segundo para o aluno se manter motivado.

Apêndice XIV- Resumo entrevista professor Paulo Figueiredo

ENTREVISTA- DESPORTO ESCOLAR 07/07/2023

Entrevistado: Professor Paulo Figueiredo

O professor Paulo refere que este é um problema muito complicado de resolver. Uma das características do badminton que o distingue comparativamente aos outros desportos de raquetes é a facilidade de controlar o objeto, por esta razão, a situação que descrevi ao professor não é comum. Por exemplo no ténis é muito difícil controlar a bola de ténis, ao contrário de no badminton. Em teoria, um aluno consegue trocar o volante 20 vezes ao fim de muito pouco tempo porque é fácil controlar o volante. O que é difícil no badminton é aquilo que é fácil nas outras modalidades, que é bater o volante com força. Estamos numa modalidade em que em princípio deveria ser fácil por isso esta dificuldade não é assim tão comum, principalmente quando enquadrado no desporto escolar.

2 Soluções apresentada pelo professor Paulo:

-O núcleo de desporto escolar quer-se inclusivo e por isso um sistema de tutoria poderia ser uma boa opção. Um aluno mais velho ou da mesma idade, mas que tenha mais aptidão, durante 10/15 minutos, o aluno realizava um papel como se fosse um adjunto do professor. Podendo o professor estar mais atentos aos outros alunos neste momento. Podia ser por exemplo o aluno que é federado, podendo constituir para ele um desafio.

-O professor referiu ainda outra possibilidade que implicaria trabalho extra, fora do horário oficial do desporto escolar pois 2 tempos de 45 minutos é muito reduzido, refere o professor, para recuperar as suas dificuldades.

Objetivo principal: criar as condições para que ele consiga integrar o grupo. Apesar de que este foco não pode ser exclusivo.

Quais seriam as primeiras habilidades técnicas que o aluno deve desenvolver? Identificar primeiro a causa das dificuldades, porquê que ele não está a conseguir. Verificar a pega, verificar se a raquete pode ser demasiado pesada ou demasiado comprida.

Problema de coordenação oculo-manual- trabalhar primeiro este aspeto sem raquete.

Exemplos de exercícios: receber e atirar o volante, receber o volante só com a mão dominante, atirar o volante, bater palmas e receber o volante.

A partir daqui é pensar no exercício como se fosse uma escada, ou seja, devemos passar por todas as etapas progressivas. Não passar para a progressão seguinte enquanto a anterior não estiver dominada.

O passo seguinte seria realizar a mesma situação mas introduzir a raquete. Situações que distingue os desportos de raquetes é que nos outros desporto o aluno deve enquadrar-se para receber a bola, aqui o aluno tem de enquadrar a raquete com a bola, ou neste caso, o volante. Desde sempre as crianças sempre se habituaram a enquadrar com o objeto a receber, enquanto que aqui existe um objeto que tem um comprimento significativo, ou seja, a distancia que tenho que dar ao volante para bater o volante de forma eficaz é grande, sendo este um problema enorme para um aluno com dificuldades motoras.

Segunda etapa: É preciso trabalhar a relação corpo-raquete-volante. Utilizar raquetes facilitadoras mais leves ou mais pequenas pois passar logo para uma raquete de comprimento normal, seria um salto muito grande.

Exercício: Lançar o volante para o aluno ou até pode ser ele próprio e o aluno deve tocar apenas com a raquete no volante. Método de descoberta, a ideia é que seja ele a descobrir e encontra qual o espaço necessário entre o corpo, a raquete e o volante. Se for ele a descobrir e a perceber de forma natural, a aprendizagem torna-se mais sólida.

Realizar toques com algum objeto leve por exemplo uma bola de esponja pois a trajetória do volante é irregular por isso é mais difícil numa fase inicial. Dar toques a andar, estimulação de coordenação.

Quanto mais tempo e maior for a trajetória da raquete desde a preparação até ao contacto com o volante, maior vai ser a possibilidade de errar por isso numa fase inicial devemos diminuir ao máximo esta trajetória. Primeiro sem rede, sendo o primeiro obstáculo a existir cones baixinhos para o aluno não ter um obstáculo visual.

Progressões simples: Começar o movimento quase a partir do momento em que ele realiza o batimento.

3 fases: preparação, ponto de impacto e terminação.

Trabalhar uma fase de cada vez.

Ponto de impacto primeiro. Não tem que puxar a raquete atrás para bater o volante.

Bater o volante para onde? Para as minhas mãos. A uma distância curta, enviar o volante diretamente para a raquete dele.

2 tipos de capacidades: Capacidades de receção (capacidade de ler a trajetória do volante, ponto de queda do volante e deslocamento para o mesmo ponto) e capacidades de projeção (direção do batimento, decisão do batimento a usar, com mais ou menos força).

As primeiras progressões devem ser estáticas e o mais simples possível. Sendo as dinâmicas mais eficazes numa fase mais à frente pois são as que mais se aproximam do jogo. Aumentar a dificuldade: aumentar a distância, perceber sozinho. Começar a enviar o volante para direções diferentes para o aluno começar a deslocar-se para o ponto de queda (direta, esquerda, curto e longo).

Sem feedback corretivo, mas com feedback de reforço positivo.

Próxima etapa. Eu começo a enviar o volante com a raquete, depois aumentando a distância.

Penúltima etapa: introduzir os obstáculos (até chegar à rede oficial) e por último a introdução de limites (primeiro campo reduzido até chegar ao campo oficial).

Não vale a pena o aluno começar a fazer elementos técnicos como o clear se ele ainda não consegue ler a trajetória do volante para servir ou para trocar o volante.

Estratégias: Definir objetivos conhecido pelo aluno, exemplo: devolver o volante 10 vezes para a minha mão. Não pode ser só realizar o exercício. Objetivos adequados aos alunos.

Só os muito bons é que podem ser ajudantes do professor. Motivar os alunos a cooperar.

Quando é que o aluno pode passar de etapa? Quando cumpre regularmente os objetivos.

Apêndice XV- Questionário Seminário

Coadjuvação do Professor de Educação Física

Realizo este questionário a todos os professores de Educação Física da Escola Básica António Gedeão que beneficiam no presente ano letivo da coadjuvação nas suas aulas de Educação Física, com o intuito de retirar conclusões acerca da nova medida adotada: a implementação do professor coadjuvante nas aulas de Educação Física aquando da presença de alunos com Necessidades Educativas (NE). Importante realçar que em todos as questões que menciono "professor coadjuvante", refiro-me a um professor da área de Educação Física e não a um professor da Educação Especial.

1- Tendo em conta que a presença do professor coadjuvante, permite que os alunos com NE realizem exercícios mais adequados às necessidades individuais do aluno. Considero a presença do professor um fator facilitador da inclusão. *

- ☐ Nada importante
- ☐ Pouco importante
- ☐ Importante
- ☐ Muito importante

2- Indique as formações/ações de sensibilização para a inclusão realizou desde que foi implementado o DLnº54/2018? *

Texto de resposta longa

3- Realizou reuniões este ano letivo com algum dos docentes intervenientes na aprendizagem e inclusão dos alunos com NE? *

☐ Sim

☐ Não

Se respondeu sim à questão anterior, quantas?

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4 ou mais

4- Enumere as dificuldades sentidas antes de beneficiar da presença do professor coadjuvante nas suas aulas de EF. *

Texto de resposta longa

...

Quem define o plano de aula e as adaptações necessárias para os alunos com NE? *

- ☐ O professor de EF da turma
- ☐ O professor coadjuvante
- ☐ O professor de educação especial
- ☐ Todos

5- Considera que a presença do professor coadjuvante resolveu todas as situações problema existentes na aula, relacionadas com os alunos com NE? *

- ☐ Sim
- ☐ Não

Se respondeu não à questão anterior, enumere as dificuldades sentidas mesmo depois de beneficiar da presença do professor coadjuvante.

Texto de resposta longa

6- Refira duas (ou mais) vantagens que tenha identificado, **nos seus alunos com NE**, com a adoção desta nova medida. *

Texto de resposta longa

7- Refira duas (ou mais) vantagens que tenha identificado, **na turma no geral**, com a adoção desta nova medida. *

Texto de resposta longa

Apêndice XVI- Plano de recuperação aluno nº15



Escola Básica António Gedeão

– PLANO DE RECUPERAÇÃO DAS APRENDIZAGENS –

Ano letivo 2022/2023

Nome do aluno: [Redacted] N.º 15 9º Ano Turma: E

Professor(es) Responsável(veis): Frederica Vicente

DISCIPLINA	Aprendizagens a recuperar e domínios a reforçar	Atividades a realizar pelo aluno	Prazo	Avaliação	
				R	NR
Educação Física	Badminton – Conhece os regulamentos básicos; Realiza o batimento do “serviço” curto; Em situação de 1+1, realiza o “Clear” quando o volante é colocado ao seu alcance, mantendo o volante em jogo (3 a 4 batimentos); Voleibol – Realizar serviço por baixo a uma distância mínima de 4 metros da rede; colaborar na manutenção da posse de bola (desloca-se para o ponto de queda da bola recebendo-a em toque de dos ou manchete e enquadra-se com o seu companheiro de jogo), dinâmica dos 3 toques. Atletismo – tem contacto com as disciplinas de saltos, lançamentos e corrida. Conhece as várias provas. Ténis de Mesa - Conhece os regulamentos básicos; Realiza o batimento do “serviço”; Em situação de 1+1, realiza os batimentos corretos, fazendo a bola cair dentro do campo do adversário.	O aluno tem <u>que</u> participar em 2 treinos do desporto escolar nas modalidades de voleibol, badminton, basquetebol, atletismo e ténis de mesa, de forma a compensar as 8 faltas injustificadas dadas à disciplina. Datas e horas dos treinos: Voleibol- dia 27/04/2023 (5ª<u>feira</u>)- das 12:30 às 13:15. Atletismo- dia 02/05/2023 (3ª<u>feira</u>)- das 12:30 às 13:15.	Os dias dos treinos estão marcados no item anterior. O plano de recuperação termina no dia 02/05/2023.		

Legenda: R – Recuperou

NR – Não Recuperou

Diretora de Turma / Encarregado(a) de Educação

Tomei conhecimento do plano de recuperação das aprendizagens do meu educando e comprometo-me a acompanhar a sua execução no prazo definido.

O/A Encarregado(a) de Educação: _____

Data: ____/ 04 / 2023

O(A) aluno(a): _____

A Diretora de Turma: Ana Rita Granja

Anexos

Anexo 1- Roulement

	ROTAÇÃO DOS ESPAÇOS - EDUCAÇÃO FÍSICA - 1º SEMESTRE														
	2ª FEIRA			3ª FEIRA			4.ª FEIRA			5ª FEIRA			6ª FEIRA		
	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2
	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO
	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1	CAMPO 2	PAVILHÃO	CAMPO 1
8:15 - 9:00	9A	8B	8G	9F	6A		9B	7C	7A	8C	6A	5A	9C	8B	5C
9:00 - 9:45	9A	6C	8G	9F	6A	8F	9B	7C		9A		5A	9C	8B	5C
10:00 - 10:45	7B	7D	6D	9E	6B		9D	6C	8D			5B	8F	7F	6D
10:45 - 11:30	7B	7D	6D	9E	6B	5C		6C	8D	7B		5B	8F	7F	
11:45 - 12:30	9D	7E		7F	6F	5B				9E	6B		7D	9F	9B
12:30 - 13:15	9D	7E	5A	Atl (C)	Bad (C)		Basq (C)	Pat (P)		Atl (C)	Vol (P)			T Mesa (P)	
13:30 - 14:15	T Mesa (P)	Vol (P)		Atl (C)	Pat (P)		Basq (C)	Pat (P)		Atl (C)	Bad (P)		Boccia(P)		
14:15 - 15:00		7C	8H		Pat (P)		Boccia(P)				7E		5G	8E	
15:15 - 16:00			8A	5D		8C	6E	8E	9C	5F	6F	8A	6E	7G	7A
16:00 - 16:45			8A	5D		8C		8E	8G	5F	6F		6E	7G	7A
17:00 - 17:45				5F			5G	7G	8H	5E			5D		8D
17:45 - 18:30				5E			5G		8H	5E					

Anexo 2- Critério de avaliação 9º ano

Domínios	Descritores do Perfil do Aluno ACPA (*)	Ponderação	Descritores de desempenho	Instrumentos de avaliação
Conhecimentos	Conhecedor/ sabedor/ cultor/ informado (A, B, G, I, J)	100%	O aluno está “Apto” quando, nos instrumentos de avaliação adotados, tiver classificação igual ou superior a 50%.	Observação direta
Aptidão Física	Criativo /Expressivo (A, C, D, J)		O aluno, para ser considerado “Apto” deve encontrar-se na <u>Zona Saudável de Aptidão Física</u> : - No teste de aptidão aeróbia (Vaivém ou Milha); - No teste de aptidão muscular (Abdominais). - Num teste de Flexibilidade (Flexibilidade de ombros ou Senta e Alcança).	Bateria de Testes do <u>Fitescola</u>
Atividades Físicas Nas matérias, os alunos poderão demonstrar competências num dos seguintes níveis de especificação: Não atinge o Nível Introdução (NI), Introdução (I), Elementar (E) ou <u>Avançado</u> (A). É considerado que um aluno atinge um determinado nível (I, E ou A) se conseguir desenvolver as competências definidas para cada um desses níveis tendo por base as adaptações realizadas no projecto curricular da disciplina neste ano letivo.	Critico/Analítico (A, B, C, D, G)		Nível 1 de 0 a 4I	Trabalhos temáticos individuais ou em grupo
	Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador (A, B, C, D, F, H, I, J)		Nível 2 5 a 6I	Portefólios
	Respetador da diferença (A, B, E, F, H)		Nível 3 5I + 1E - 2 Níveis em duas matérias da Subárea “Jogos Desportivos Coletivos”; - 1 Nível numa matéria da Subárea “Ginástica”; - 1 Nível numa matéria da Subárea “Atividades Rítmico Expressivas”; - 2 Níveis em duas matérias dos restantes Subáreas.	Jogos digitais
	Questionador e Comunicador (A, B, D, E, F, G, H, I, J)		Nível 4 5I+2E / 4I+3E / 1I+4E / 3I+2E / 4I+1E+1A	Fichas de trabalho
	Participativo/ colaborador/ Cooperante/ Responsável/ Autônomo (B, C, D, E, F, G, I, J)		Nível 5 2I+4E / 4I+2E / 2I+3A / 4I+2E+1A / 4I+3E 3I+3E+1A / 2I+2E+2A No final do 2º semestre, o aluno, para ter sucesso, tem de estar “Apto” no Domínio dos Conhecimentos e/ou na da Aptidão Física e atingir pelo menos o nível 3 no Domínio das Atividades Físicas.	Questionários
	Cuidador de si e do outro (B, E, F, G)			Relatórios
	Autoavaliador/ Heteroavaliador (transversal às áreas)			Testes escritos
				Participação oral (espontânea ou solicitada)
				Guiões de visitas de estudo
				Fichas de autoavaliação

Nota: Este documento deve ser lido em conjunto com o Programa de Educação Física.