



Universidade de Évora - Escola de Ciências Sociais

Mestrado em

Relatório de Estágio

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada em Educação Física, realizada por Luís Carlos Mendes de Teves, na Escola Básica Conde Vilalva

Luís Carlos Mendes de Teves

Orientador(es) | António José Marques Monteiro

Évora 2020



Universidade de Évora - Escola de Ciências Sociais

Mestrado em

Relatório de Estágio

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada em Educação Física, realizada por Luís Carlos Mendes de Teves, na Escola Básica Conde Vilalva

Luís Carlos Mendes de Teves

Orientador(es) | António José Marques Monteiro

Évora 2020



O relatório de estágio foi objeto de apreciação e discussão pública pelo seguinte júri nomeado pelo Diretor da Escola de Ciências Sociais:

- Presidente | Marília Evangelina Sota Favinha (Universidade de Évora)
- Vogal | Clarinda de Jesus Banha Pomar (Universidade de Évora)
- Vogal-orientador | António José Marques Monteiro (Universidade de Évora)

AGRADECIMENTOS

No decorrer da Prática de Ensino Supervisionada e para a elaboração do respetivo relatório, foram vários os intervenientes que de alguma forma contribuíram, aos quais quero agradecer todo o apoio e colaboração.

À orientadora cooperante, Professora Paula Pastor por toda a ajuda, partilha de conhecimento e orientação ao longo de todo o estágio, tornando todo este processo mais motivador e enriquecedor.

Ao orientador da Universidade, Professor António Monteiro e também à Professora Clarinda Pomar por toda ajuda e disponibilidade ao longo de todo o mestrado.

Aos colegas do núcleo de estágio, Filipe Sustelo e Philippe Rodrigues, que estiveram sempre presentes na superação deste desafio.

Agradeço também à minha família e amigos pela motivação.

RESUMO

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizada por Luís Carlos Mendes de Teves, na Escola Básica Conde de Vilalva, Évora

Este relatório tem como principal objetivo a realização de uma reflexão sobre a minha Prática de Ensino Supervisionada (PES) desenvolvida ao longo do ano letivo 2011/2012. A componente investigativa está presente no decorrer do relatório associada a uma reflexão crítica com o intuito de justificar as opções e decisões tomadas sobre o trabalho desenvolvido. O relatório incide sobre as várias temáticas que estão inerentes às dimensões profissionais do perfil geral de desempenho dos professores dos ensinos básico e secundário, as quais são essenciais à sua formação. Entre as temáticas desenvolvidas destaca-se, o conhecimento curricular, as competências de planeamento, avaliação e condução do ensino, a participação na comunidade escolar e o desenvolvimento profissional. A abordagem apresentada visa esclarecer a forma como se desenrolou todo o processo de ensino-aprendizagem.

Palavras-chave: Educação Física; Prática de Ensino Supervisionada; Processo Ensino-Aprendizagem; Formação de professores; Ensino Básico; Ensino Secundário;

ABSTRACT

Report of Supervised Teaching Practice held by Luís Carlos Mendes de Teves, at
Conde de Vilalva Basic School, Évora

This report aims to carry out a reflection on my Supervised Teaching Practice developed throughout the school year 2011/2012. The investigative component is present throughout the report associated with the reflection in order to justify the choices and decisions about the work in concern. The report focuses on several themes, which are inherent to the dimensions of the overall profile of professional performance of teachers in elementary and secondary education and are essential to their training. Among the developed thematics are highlight the curricular knowledge, planning skills, assessment and teaching, participation in the school community and professional development. This approach aims to make known how the whole process of teaching and learning unfolded.

Keywords: Physical Education; Supervised Teaching Practice, Teaching and Learning Process; Teachers Training; Basic Education; Secondary Education;

ÍNDICE

| | |
|--|-------------|
| Agradecimentos | III |
| Resumo | IV |
| Abstract | V |
| Índice Geral | VI |
| Índice de Quadros | VIII |
| Índice de Figuras | IX |
| Índice de Anexos | X |
| Lista de Abreviaturas | XI |
| INTRODUÇÃO..... | 1 |
| I. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA | 3 |
| 1.1. PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA - CONTEXTO | 3 |
| 1.2. CONHECIMENTO DO CURRÍCULO DE EDUCAÇÃO FÍSICA | 4 |
| 1.3. CURRÍCULO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – ESCOLA BÁSICA CONDE DE VILALVA | 6 |
| 1.3.1. Segundo ciclo | 7 |
| 1.3.2. Terceiro ciclo | 8 |
| 1.4. CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA | 10 |
| 1.5. CARACTERIZAÇÃO DE TURMA..... | 12 |
| 1.5.1. Segundo ciclo..... | 12 |
| 1.5.2. Terceiro ciclo | 13 |
| II. DESENVOLVIMENTO DO ENSINO E DA APRENDIZAGEM..... | 14 |
| 1. PLANEAMENTO E AVALIAÇÃO | 14 |
| 1.1. Primeira Etapa - Avaliação Inicial..... | 16 |
| 1.1.1. Operacionalização da Avaliação Inicial | 17 |
| 1.1.2. Decisões Pedagógicas | 22 |
| 1.2. Segunda Etapa - Aprendizagem e Desenvolvimento | 25 |
| 1.3. Terceira Etapa - Desenvolvimento e Aplicação | 29 |
| 1.4. Quarta Etapa - Consolidação e Revisão | 31 |
| 1.5. Avaliação Formativa e Sumativa | 32 |
| 1.5.1. Avaliação Formativa | 32 |
| 1.5.2. Avaliação Sumativa..... | 33 |
| 1.5.3. Operacionalização da Avaliação Formativa e Sumativa | 34 |
| 1.6. Planeamento das Aulas | 42 |
| 1.6.1. Plano de Aula..... | 43 |
| 1.6.2. Reflexões sobre as aulas | 48 |
| 2. CONDUÇÃO DO ENSINO | 49 |
| 2.1. Instrução | 49 |

| | |
|--|-----------|
| 2.2. Feedback..... | 51 |
| 2.3. Gestão do Tempo e Organização da Aula..... | 52 |
| 2.4. Disciplina e Clima de Aula..... | 55 |
| 3. OBSERVAÇÃO E ANÁLISE DO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM NO ENSINO SECUNDÁRIO | |
| 57 | |
| III. PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE..... | 61 |
| 1. TORNEIO INTER-TURMAS DE BASQUETEBOL “COMPAL AIR”..... | 62 |
| 2. ATIVIDADE – “DIA DO PAI”..... | 66 |
| 3. COLABORAÇÃO NAS ATIVIDADES DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA..... | 71 |
| IV. DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL AO LONGO DA VIDA..... | 72 |
| 1. TRABALHO DE INVESTIGAÇÃO-AÇÃO: “PREVENÇÃO DA INDISCIPLINA EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA”..... | 72 |
| 1.1. Introdução..... | 72 |
| 1.2. Enquadramento teórico..... | 72 |
| 1.3. Objetivos do estudo..... | 73 |
| 1.3.1. Objetivos Gerais..... | 73 |
| 1.3.2. Objetivos Específicos..... | 73 |
| 1.4. Metodologia..... | 74 |
| 1.4.1. Caracterização da Amostra..... | 74 |
| 1.4.2. Material e instrumentos..... | 74 |
| 1.4.3. Procedimentos..... | 75 |
| 1.5. Resultados..... | 75 |
| 1.5.1. Contexto das Aulas..... | 76 |
| 1.5.2. Análise e Interpretação dos Resultados..... | 76 |
| 1.5.2.1. Comportamentos dirigidos aos colegas..... | 76 |
| 1.5.2.2. Comportamentos dirigidos ao professor..... | 77 |
| 1.5.2.3. Comportamentos dirigidos à atividade..... | 77 |
| 1.5.2.4. Barulhos..... | 80 |
| 1.6. Conclusões..... | 81 |
| CONCLUSÃO..... | 83 |
| BIBLIOGRAFIA..... | 85 |
| ANEXOS..... | 88 |

ÍNDICE DE QUADROS

| | |
|--|----|
| Quadro 1 - Normas de seleção das matérias | 59 |
| Quadro 2 - Cronograma de tarefas - Torneio de basquetebol | 64 |
| Quadro 3 – Relação de participantes – Torneio de Basquetebol | 64 |
| Quadro 4 - Cronograma das tarefas - Atividade "dia do pai" | 67 |

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Tarefas centrais de cada professor (adaptado de Bento, pág. 42, 1998) 14

ÍNDICE DE ANEXOS

| | |
|---|-----|
| anexo 1 - Ficha de Identificação do aluno..... | 89 |
| anexo 2 - Protocolo de avaliação inicial (7º ano)..... | 91 |
| anexo 3 – Exemplo - Grelha de Registo da Avaliação Inicial (7ºano)..... | 93 |
| anexo 4 - Quadro de Diagnóstico - Atividades Físicas (7ºano) | 94 |
| anexo 5 - Quadro de Diagnóstico - Aptidão Física | 95 |
| anexo 6– Quadro de Prognóstico - Atividades Físicas (7ºano) | 96 |
| anexo 7 – Exemplo - Planeamento de Etapa (7ºano)..... | 97 |
| anexo 8– Exemplo - Objetivos Intermédios (7º ano) | 98 |
| anexo 9 – Exemplo - Calendarização da Avaliação formativa e sumativa (7ºano) | 100 |
| anexo 10– Exemplo - Grelha de Registo da Avaliação Formativa (7ºano) | 101 |
| anexo 11 - Grelha de Registo – atitudes e valores..... | 102 |
| anexo 12 – Ficha de Auto-Avaliação..... | 103 |
| anexo 13 – Exemplo - Plano de Aula | 104 |
| anexo 14 - Frequência dos Comportamentos de Indisciplina | 109 |
| anexo 15 - Grelha de Estratégias consideradas Preventivas | 110 |
| anexo 16 - Plano de Estratégias Preventivas..... | 111 |

LISTA DE ABREVIATURAS

- EF - Educação Física
- EEFM - Expressão e Educação Física-Motora
- CNEB - Currículo Nacional do Ensino Básico – Competências Essenciais
- GEF - Grupo de Educação Física
- MEEF - Mestrado em Ensino da Educação Física
- NEE - Necessidades Educativas Especiais
- PAA – Plano Anual de Atividades
- PAT - Plano Anual de Turma
- PES - Prática de Ensino Supervisionada
- PNEF - Programa Nacional de Educação Física
- ZSAF - Zona Saudável da Atividade Física

INTRODUÇÃO

O presente relatório surge no âmbito da unidade curricular, Prática de Ensino Supervisionada (PES), inserida no curso de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, ministrado na Universidade de Évora.

A PES é uma unidade curricular, que se insere na componente de formação de iniciação à prática profissional, correspondendo a um estágio de natureza profissional, o qual é objeto de relatório final, conforme previsto na alínea b) do nº1 do artigo 20º do Decreto-Lei 74/2006, de 24 de Março.

O conteúdo da PES, foi constituído segundo a articulação de vários documentos normativos, nomeadamente o Decreto-Lei 240/2001, de 30 de Agosto, no qual é definido o perfil geral de desempenho profissional dos professores dos ensinos básico e secundário, o Decreto-Lei 43/2007 de 22 de Fevereiro que estabelece o novo regime jurídico da habilitação para a docência, a Ordem de Serviço 9/2011 da Universidade de Évora que estatui a PES nos mestrados em ensino e ainda segundo as orientações do conselho coordenador da PES dos mestrados em ensino para o ano letivo 2011/12.

Assim, os alunos candidatos a futuros professores, ao obterem aprovação nesta unidade curricular, mediante a aprovação do respetivo relatório de estágio, após a defesa pública e já tendo obtido aprovação nas unidades curriculares das restantes componentes de formação, que constituem a estrutura dos mestrados em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, obtém o domínio de habilitação “Professor Profissionalizado em Educação Física e Desporto” nos níveis de ensino “básico e secundário”, segundo o regime jurídico da habilitação para a docência, estabelecido pelo Decreto-Lei 43/2007, de 22 de Fevereiro.

Para a elaboração deste relatório, o qual se encontra previsto no (Art. 17º do Decreto-Lei nº43/2007 de 22 de Fevereiro) e como referido no ponto 3 do Art. 10º da Ordem de Serviço nº 9/2011, foram seguidas as linhas orientadoras expressas no “Guião para elaboração do relatório” da PES 2011-2012, aprovado pelo conselho coordenador da PES. Nesse sentido ao longo de todo o relatório está presente um carácter descritivo e acima de tudo reflexivo sobre todo o trabalho desenvolvido, não esquecendo a devida fundamentação teórica, com o intuito de justificar as várias

opções e decisões tomadas. É também de referir que o relatório foi elaborado sob a orientação e apoio do orientador da PES, da Universidade.

O relatório debruça-se sobre as quatro dimensões profissionais inerentes ao perfil geral de desempenho dos professores dos ensinos básico e secundário, conforme o previsto no, Decreto-Lei 240/2001, de 30 de Agosto.

Atendendo ao anteriormente exposto e às quatro dimensões profissionais inerentes ao perfil geral de desempenho dos professores dos ensinos básico e secundário, a estrutura do presente relatório inicia-se com um capítulo sobre o enquadramento da PES, dando a conhecer o contexto onde a mesma se desenvolveu e o trabalho de preparação científica e pedagógica adotado, tendo em conta os níveis de ensino onde se desenvolveu.

No capítulo seguinte, surge a dimensão que se assume como o cerne do trabalho do professor, nomeadamente a *Dimensão de Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem*, onde serão abordadas as três grandes áreas de competências desenvolvidas, designadamente o planeamento, a avaliação e a condução do ensino.

Em seguida, é dado a conhecer o trabalho desenvolvido no âmbito da *Dimensão da Participação na Escola e relação com a Comunidade*, quer na colaboração nas atividades realizadas pelo grupo de Educação Física da escola, quer nas atividades desenvolvidas pelo próprio núcleo de estágio.

Por último, temos a dimensão do *Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida*, no seio da qual foi concebido, desenvolvido e aplicado, um projeto de investigação-ação sobre uma temática considerada pertinente, face às necessidades com que me deparei nas turmas onde se desenvolveu a minha PES.

Quanto à dimensão *Profissional, Social e Ética*, esta não terá um capítulo dedicado no relatório, uma vez que as competências a desenvolver no seu âmbito são transversais e estão implícitas na generalidade das competências abordadas nas restantes dimensões. Nesta dimensão entende-se como competências fundamentais, a capacidade de trabalho individual e em grupo, participação responsável e colaborativa, e ainda uma atitude investigativa e de reflexão construtiva, que como tal devem estar presentes ao longo de todo o percurso de formação do professor e que por isso mesmo se encontram presentes na conceção deste relatório (c.f. ponto 3 do Artigo 10º da Ordem de Serviço 9/2011).

I. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA

1.1. PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA - CONTEXTO

A PES teve início a 13 de Setembro de 2011, o que permitiu ter contacto com a escola e acompanhar as duas turmas, onde se desenvolveu a PES, desde o início da sua atividade letiva.

O núcleo da PES em que estive integrado era constituído, além de mim, pelo Orientador da Universidade, Prof. António Monteiro, pela Orientadora Cooperante da escola cooperante, Prof. Paula Pastor e pelos colegas de estágio, Filipe Sustelo e Philipe Rodrigues.

Indo ao encontro do que se encontra preconizado no ponto 2, do programa de Mestrado em Ensino da Educação Física (MEEF) 2011/12, a PES foi desenvolvida em apenas uma escola que contempla dois ciclos de ensino distintos, concretamente, a Escola Básica Conde de Vilalva em Évora, que integra o 2º e 3º ciclos do Ensino Básico. Assim, a PES desenvolveu-se numa turma de cada um dos ciclos de ensino referidos.

No 2º ciclo, o desenvolvimento da prática de ensino, ocorreu numa turma do 5º ano, partilhada com os colegas de núcleo de estágio, enquanto, que no 3º ciclo tive a possibilidade de ter uma turma do 7ºano de forma autónoma, para desenvolver a prática de ensino de forma individualizada.

Atendendo ao previsto no programa da PES do MEEF 2011/12, a PES não teve intervenção ao nível do 1ºciclo de ensino básico. Quanto ao nível de ensino secundário, o contacto com o mesmo processou-se, através de um conjunto de observações que recaíram sobre uma turma dos colegas de mestrado, que realizaram a sua prática de ensino em escolas que abrangiam o ciclo de ensino secundário.

1.2. CONHECIMENTO DO CURRÍCULO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O processo de preparação científica e pedagógica passa pelo conhecimento do currículo da disciplina de Educação Física (EF), o qual deve ser elaborado tendo em conta as competências específicas da EF constantes no Currículo Nacional do Ensino Básico – Competências Essenciais (CNEB).

Devido à necessidade de existir um modelo de organização curricular, com uma perspetiva de desenvolvimento, que permita aos alunos usufruir dos benefícios da EF, atendendo àquelas que são as suas finalidades e competências, existem propostas na perspetiva de satisfazerem essa exigência.

As propostas de estrutura curricular surgem desde o 1º ciclo do ensino básico, através do documento “Organização Curricular e Programas”, onde se inclui o programa de Expressão e Educação Física-Motora (EEFM). Este programa constituído por uma série de blocos que apresentam objetivos específicos, têm como objetivos transversais a promoção de um desenvolvimento harmonioso e eclético dos domínios motor, cognitivo e sócio-afetivo dos alunos.

A partir do 2º ciclo surgem os Programas Nacionais de Educação Física (PNEF) os quais para o 2º e 3º ciclo apresentam na proposta de plano curricular, os objetivos gerais (ciclo/áreas da EF), os objetivos específicos para cada ano de escolaridade e as respetivas matérias e também as referências para auxílio na seleção e organização dos processos formativos que permitem concretizarem os objetivos. Contudo, estes programas não limitam a capacidade de deliberação pedagógica do professor, ficando a seu cargo escolher e determinar quais as orientações metodológicas e pedagógicas mais adequadas, à realidade dos alunos e ao projeto educativo da escola.

O mesmo documento estabelece como referência fundamental para o sucesso na disciplina de EF, que as aprendizagens desenvolvidas pelos alunos devem recair sobre o domínio de três grandes áreas que representam as várias extensões da EF, onde se compreendem, as **Atividades Físicas**, **Aptidão Física** e **Conhecimentos**.

Como tal, pretendem-se que o currículo da EF contemple as competências representativas de cada uma das grandes áreas, promovendo assim um desenvolvimento harmonioso e multilateral dos alunos.

Neste contexto, as áreas e respetivas matérias encontram-se especificadas, para cada um dos ciclos e anos de curso, da seguinte forma:

No domínio das **atividades físicas**, cada uma das matérias apresenta o seu conteúdo especificado em três níveis de interpretação, de seguida discriminados (Jacinto et al., 2001, p. 34):

-Introdução, onde se incluem as habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a aptidão específica ou preparação de base (fundamentos);

-Elementar, nível onde se discriminam os conteúdos constituintes do domínio (mestria) da matéria nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente à modalidade da Cultura Física a que se referem;

-Avançado, que estabelece os conteúdos e formas de participação nas atividades típicas da matéria, correspondentes ao nível superior, que poderá ser atingido no quadro da disciplina de Educação Física.

Para o domínio da **aptidão física**, que tem como princípio fundamental o desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas, os programas propõem processos que pretende o desenvolvimento e elevação das capacidades, no sentido de permitir que os alunos alcancem, a zona saudável da atividade física (ZSAF) em cada uma das capacidades da aptidão física.

Quanto ao domínio dos **conhecimentos**, os alunos devem integrar no seu currículo aprendizagens, ao nível do 2ºciclo, apenas referentes aos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física, enquanto no 3ºciclo os alunos deverão também adquirir conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais e extra-escolares no seio dos quais se realizam atividades físicas.

Os PNEF para o 2º e 3º ciclo de ensino apresentam como opções de organização curricular, uma parte do programa que é comum para um mesmo ciclo de ensino, nas várias escolas, que tem com propósito a garantia de que a parte nuclear das matérias previstas nos PNEF é aplicada de forma idêntica em cada uma das escolas, não havendo assim um desfasamento em termos de currículo e próprio desenvolvimento dos alunos de escolas diferentes.

A outra parte do programa tem um carácter optativo, o qual pode ser adotado localmente e determinado pelo Grupo de Educação Física (GEF) da escola ou pelo professor, atendendo às possibilidades, recursos disponíveis e às características da própria escola e meio envolvente.

Segundo, o “Documento de Apoio à Organização Curricular e Programas de Educação Física” (Rocha, Henriques, Mira & Guimarães, 2010), este modelo de organização curricular tem como critérios, a exequibilidade dos programas, ou seja, a possibilidade de os programas serem concretizados nas escolas pelos professores e respetivas turmas e o desenvolvimento da EF, na medida em que os programas promovem a elevação da qualidade da EF e dos seus efeitos.

Assim, a exequibilidade dos programas fica assegurada pela parte comum dos programas, que corresponde às matérias nucleares tradicionais, que na sua generalidade fazem parte da composição curricular definida pelo GEF das várias escolas, incluindo-se nestas matérias, os jogos desportivos coletivos (andebol, basquetebol, futebol e voleibol), a ginástica e as disciplinas do atletismo.

Quanto à concretização do critério de desenvolvimento, o mesmo documento normativo, indica-nos que o primeiro aspeto inerente ao seu desenvolvimento consiste na sistematização homogénea das matérias nucleares, através da sua especificação por níveis (introdução, elementar e avançado).

Como segundo aspeto da aplicação do critério de desenvolvimento da extensão EF, os programas referem a inclusão de outras matérias com um carácter nuclear, as quais são, a patinagem, a luta, os jogos populares, os jogos de raquetes, a orientação e a dança, que nem sempre estão presentes no currículo dos alunos devido às limitações de recursos para a sua prática. A inclusão destas matérias permite ampliar a extensão da EF, bem como os seus benefícios, promovendo assim um desenvolvimento harmonioso e multilateral do aluno mais abrangente.

1.3. CURRÍCULO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – ESCOLA BÁSICA CONDE DE VILALVA

A elaboração dos currículos para o ano letivo respeitante às turmas onde se desenvolveu a PES foi da responsabilidade do GEF da Escola Básica Conde de Vilalva, o qual tomou como linhas orientadoras para o estabelecimento da composição

curricular, vários documentos normativos, nomeadamente o Currículo Nacional do Ensino Básico (CNEB) – Competências Essenciais, o Programa Nacional de Educação Física (PNEF) - 2ºciclo (1998), Programa Nacional de Educação Física (PNEF) - 3ºciclo (2001) e as Metas de Aprendizagem (2º e 3ºciclo) para os respetivos ciclos de ensino e ainda o Documento de Apoio à Organização Curricular e Programas de Educação Física.

1.3.1. SEGUNDO CICLO

A composição do currículo para a turma de 5ºano integrou matérias referentes às várias áreas da EF, atendendo às propostas de organização curricular presentes no PNEF (2º ciclo) para este ano de escolaridade.

Na área das atividade físicas, foram abordados os jogos pré-desportivos os quais têm uma grande importância neste ano de escolaridade, pois contribuem para o desenvolvimento das aptidões de base necessárias à prática dos jogos desportivos coletivos, foi a notória a evolução das capacidades dos alunos nestes jogos, no desenvolvimento dos gestos técnicos, como passe, receção e drible ou de ações táticas como a marcação e desmarcação. Também constava do currículo os jogos desportivos coletivos, nomeadamente o futebol e o voleibol.

Quanto à matéria de ginástica os alunos tiveram a oportunidade de praticar a vertente de solo e aparelhos. A ginástica rítmica não foi abordada, pois o GEF não estabeleceu essa matéria para o plano curricular, atendendo a que o número de aulas para lecionar todas as matérias acaba por ser limitado e que a ginástica de solo e aparelhos são matérias que apresentam vários conteúdos, para os quais a escola possui recursos adequados ao seu desenvolvimento.

No atletismo foram lecionados todos os conteúdos previstos para o respetivo ciclo de ensino, esta matéria era sempre de grande interesse e motivação para os alunos, além de que as aulas serviam para preparar a sua participação nas várias atividades de atletismo que o GEF com a colaboração do núcleo de estágio desenvolveu na escola, sendo também o atletismo uma modalidade com tradição na escola.

Em relação aos desportos de combate, foi desenvolvida a luta, esta é uma matéria que promove bastante a interação e sociabilização entre os alunos, de

salientar que um dos alunos referenciado com Necessidades Educativas Especiais (NEE) devido ao autismo, ao praticar este tipo de jogos com oposição e contacto com os pares, essa prática contribuiu para a sua evolução na interação com os outros. O que denota algumas das finalidades da EF que se assistem particularmente nesta matéria, que são o desenvolvimento motor, social e emocional das crianças (Jacinto, Comédias, Mira & Carvalho, 2001)

Nas atividades rítmicas e expressivas abordou-se a dança criativa e as danças tradicionais (regadinho e malhão). Esta matéria não foi apenas uma nova aprendizagem para os alunos, mas também em parte para mim, pois esta é uma matéria sobre a qual não tinha o devido domínio técnico e como tal, para suprimir essas dificuldades, necessitei de realizar uma maior pesquisa sobre os conteúdos e vivenciá-los. Também, procurei assistir a aulas de outros professores pertencentes ao GEF com experiência nesta matéria, com o intuito de interiorizar as minhas aprendizagens e adquirir mais e novos conhecimentos.

Foi também parte constituinte do currículo desta turma, a matéria dos desportos de raquetes, através da utilização de raquetes de madeira e ainda a orientação, como matéria de exploração da natureza, para a qual, a escola dispõem de boas condições para a prática, não só no interior do espaço escolar, como em parte do meio envolvente.

No que diz respeito à área da aptidão física, no currículo dos alunos foram incluídas e desenvolvidas as capacidades físicas, onde se compreende, a resistência, força, flexibilidade, velocidade e destreza geral.

A área dos conhecimentos também foi incluída no currículo dos alunos, onde se pretendeu que os alunos adquirissem conhecimentos referentes aos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física, indo ao encontro daqueles que são os objetivos propostos para esta área no 2º ciclo do ensino básico, segundo o PNEF (2º ciclo).

1.3.2. TERCEIRO CICLO

Partindo do proposto para a composição curricular do 7º ano de escolaridade, através do PNEF (3º ciclo) e analisando o currículo da turma de 7º ano, em que lecionei, foi constatado que a composição curricular estabelecida integrou matérias

representativas das várias áreas da EF, indo ao encontro do proposto no referido documento.

Na área das atividades físicas, foi incluída a matéria dos jogos desportivos coletivos, onde foi abordado o basquetebol, futebol e voleibol. Por decisão do GEF a matéria de andebol, não constou no currículo deste ano de escolaridade, pois devido à condicionante dos recursos temporais disponíveis para a lecionação da disciplina de EF, tornava-se pouco exequível lecionar todas as matérias representativas dos jogos desportivos coletivos, uma vez que há a necessidade de o currículo conter matérias representativas das outras categorias da área das atividades físicas, como adiante se pode verificar.

Na categoria da ginástica, os alunos desenvolveram competências na ginástica de solo e na ginástica de aparelhos. Desta categoria ficou de fora abordagem à ginástica acrobática, pois devido ao número de aulas o GEF teve que optar por colocar no currículo, as outras duas disciplinas da ginástica referidas atrás, em detrimento desta, pois a ginástica de solo e aparelhos devido às suas características apresentam vários conteúdos a serem trabalhados e desenvolvidos no maior número de aulas possível, assim ao colocar mais uma matéria no currículo, esse número de aulas seria ainda mais limitado.

O atletismo também fez parte do currículo e foram desenvolvidas todas as suas disciplinas, propostas para este ano de escolaridade, representativas dos saltos, corridas e lançamentos.

Nos desportos de raquetes, foi escolhida a matéria de badmínton, devido aos recursos materiais disponíveis para a sua prática.

A dança foi uma matéria que também integrou o currículo desta turma, foi abordada num número reduzido de vezes, tendo sido trabalhados movimentos básicos e de exploração do espaço e movimento. Em algumas das aulas foi ainda possível utilizar a dança criativa como forma de aquecimento e promover o contacto dos alunos com as atividades rítmicas expressivas, que por norma são mais descuradas nos currículos dos alunos.

No currículo para o 7ºano, não foi introduzida a patinagem devido à falta de recursos materiais e também não foram abordados os jogos populares e tradicionais. De referir que a matéria de orientação também não foi incluída no currículo, o que considero ser uma grande lacuna no currículo desta turma, uma vez que os objetivos

para esta matéria como atividade formal estão situados neste ano de escolaridade, além de que a escola possui condições materiais e espaciais para a sua prática.

Deste modo a composição curricular desta turma acabou por não conter matérias representativas de algumas sub-áreas da área das atividades físicas, nomeadamente, os jogos tradicionais populares e as atividades de exploração da natureza.

Além das matérias referentes às atividades físicas também foi considerada no currículo desta turma, a área da aptidão física, na perspetiva de desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas, onde se inclui a resistência, força, velocidade, flexibilidade e destreza geral.

Também foram desenvolvidas aprendizagens referentes aos objetivos propostos para a área dos conhecimentos, segundo o PNEF (3ºCiclo) para esta área, concretamente na aquisição de conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais e extra-escolares no seio dos quais se realizam atividades físicas.

1.4. CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA

Nesta breve caracterização da escola, apenas vou focar os aspetos inerentes à prática da EF, pois é o que se torna mais relevante para enquadrar e caracterizar o local onde a PES foi desenvolvida ao longo do ano letivo.

A Escola dispunha de boas condições e recursos para a prática de EF, existindo dois espaços cobertos (G1 e G2) e dois espaços descobertos (P1 e P2).

Em relação aos espaços cobertos, o G1 é a nave principal do pavilhão, onde é possível realizar todas as matérias, no entanto para a ginástica, é necessário transportar o material, que se encontra em outro espaço (G2). Como tal, esta é uma instalação que permite a prática principalmente de modalidades desportivas coletivas. Neste pavilhão estão marcados vários campos com as medidas oficiais (Basquetebol; Andebol; Badminton; Voleibol). Não existe condicionamentos do piso, oferecendo esta instalação todas as condições de segurança necessárias para a prática desportiva.

Quanto ao espaço G2, é um espaço de pouca polivalência, sendo este espaço direcionado preferencialmente para prática de modalidades gímnicas, pois é onde se encontra todo o equipamento gímnico, pode ainda realizar-se desportos de combate, desportos de raquetes (badminton), dependendo do número de alunos, atletismo (salto em altura) e atividades rítmicas e expressivas.

Descrevendo então os espaços exteriores existe, o P1 e P2 que são espaços de piso sintético onde existe um campo de jogos, o qual está preparado para a realização de modalidades coletivas, como o andebol, futebol e basquetebol. Em redor do campo existe uma pista de atletismo de 200m, composta por três corredores e com as marcações para a realização de várias disciplinas da corrida, existe também uma pista de velocidade com quatro corredores e ainda um sector de lançamento do peso, bem como uma caixa de areia para o salto em comprimento e triplo salto.

Além destas instalações desportivas, alunos e professores podem usufruir do espaço contíguo ao bar da escola, para a realização de ténis de mesa, bem como de jogos de mesa, sempre que não existam salas de aula disponíveis e sempre que as condições climáticas ou de segurança, não permitam a realização de aulas práticas de EF.

Refiro que a caracterização de cada uma das instalações desportivas foi necessária e útil para o planeamento a realizar, pois permitiu avaliar as possibilidades e limitações dos equipamentos e espaços de aula, contribuindo para a identificação de quais as matérias e estratégias de ensino e aprendizagem mais adequadas a cada um dos espaços.

Visto que cada uma das instalações desportivas oferece condições mais adequadas ao tratamento de determinadas matérias, foi estabelecido antes do início do ano letivo pelo GEF, um sistema de rotação pelas instalações (“roulement”), com a finalidade de as várias turmas terem as mesmas oportunidades no acesso às possibilidades de cada espaço de aula, indo ao encontro das orientações propostas pelos PNEF (Jacinto, et al, 2001).

1.5. CARACTERIZAÇÃO DE TURMA

Aliado a todo o processo de preparação, além do conhecimento do currículo e do contexto da escola, um aspeto importante é o conhecimento dos alunos, para que o professor obtenha informações sobre as suas características e com base nessa informação possa regular a sua intervenção e o processo de ensino-aprendizagem dos alunos.

Nesta perspetiva, no início do ano letivo foi realizada a caracterização de cada uma das turmas, através da aplicação de um questionário (**Anexo 1**) a cada um dos alunos. Com este processo pretendeu-se obter informações pertinentes acerca das características e hábitos dos alunos, referentes a vários aspetos, entre os quais, os seus dados biográficos, hábitos alimentares e de descanso, preferências no âmbito da prática desportiva e a sua prática fora do contexto escolar. Também foram colocadas questões sobre eventuais problemas de saúde e restrições na prática de atividade física.

Seguidamente será apresentada uma breve caracterização de cada uma das turmas, baseado na caracterização mais alargada que foi realizada na sequência da aplicação dos questionários.

1.5.1. SEGUNDO CICLO

A turma do 5ºF era uma turma composta por 20 alunos, sendo 8 do género feminino e 12 do género masculino, com idades compreendidas entre os 10 e 12 anos.

No que diz respeito à atividade desportiva, a modalidade de futebol, foi eleita como a preferida pela maioria dos alunos, houve ainda alguns alunos que referiram as modalidades de ginástica e basquetebol, como sendo da sua preferência. Quanto à prática de atividade física e desportiva fora da escola, mais de metade da turma indicou não realizar, tendo apenas contacto com a prática desportiva nas aulas de educação física. Por sua vez os alunos praticantes na sua maioria, indicaram que praticavam futebol ou natação.

Em relação aos problemas de saúde apresentados por alguns alunos, apenas uma aluna estava condicionada, na realização de tarefas que envolviam maior esforço aeróbio, devido a dificuldades respiratórias.

Na turma encontravam-se dois alunos referenciados com NEE, dos quais, apenas um apresentava dificuldades cognitivas e de coordenação significativas no que se refere à execução prática das tarefas propostas, o que levava à necessidade de se realizar um trabalho diferenciado e adaptado, a evolução deste aluno foi notória ao longo do ano letivo, principalmente na interação e cooperação com os colegas. O outro aluno embora referenciado com NEE, nas aulas de EF não apresentava limitações na execução das várias tarefas propostas.

1.5.2. TERCEIRO CICLO

No 3ºciclo a intervenção foi numa turma de 7ºano, concretamente o 7ºE, a turma era composta por um total 20 alunos, sendo que 8 eram raparigas e 12 rapazes, as idades dos alunos estavam compreendidas entre os 12 e 15 anos. A maioria dos alunos residia na cidade de Évora e apenas alguns em freguesias nos arredores da cidade.

Quanto à preferência nas modalidades desportivas os rapazes indicaram na sua maioria o futebol, como seria de esperar, pois na cultura desportiva em Portugal, os jovens tem predominantemente mais contacto com esta modalidade. As raparigas por sua vez elegeram a ginástica como modalidade preferida.

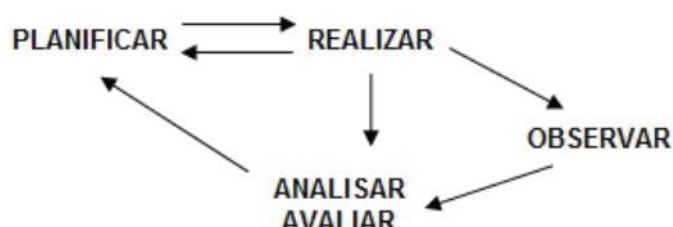
Em relação à atividade física fora da escola, apenas metade da turma indicou praticar atividade física, maioritariamente os rapazes. Dos alunos praticantes, a modalidade que foi referida como a mais praticada fora do contexto escolar, foi o futebol.

Dos alunos que indicaram ter dificuldades associadas à sua saúde, apenas um aluno apresentava uma dificuldade respiratória (asma) que o condicionava na prática de atividades que envolvessem um maior esforço aeróbio, o que levava à necessidade de adaptar a prática do aluno às atividades de tal cariz.

II. DESENVOLVIMENTO DO ENSINO E DA APRENDIZAGEM

A abordagem neste capítulo incidirá sobre aquela que é a dimensão fulcral na formação de professores, a Dimensão do Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem, onde se inclui o desenvolvimento de competências primordiais e imprescindíveis, nomeadamente as competências de Planeamento, Avaliação e Condução do Ensino, à formação de professores e conseqüentemente à sua eficácia pedagógica. Tal, como nos demonstra a ilustração abaixo (Bento, 1998).

FIGURA 1 - TAREFAS CENTRAIS DE CADA PROFESSOR (ADAPTADO DE BENTO, PÁG. 42, 1998)



1. PLANEAMENTO E AVALIAÇÃO

PLANO ANUAL DE TURMA

O processo de ensino-aprendizagem realizado ao longo do ano letivo foi desenvolvido a partir dos princípios do modelo de planeamento por etapas.

Este modelo caracteriza-se por ser constituído por quatro etapas, cada uma das quais com funções diferentes. As etapas aplicadas foram designadas respetivamente por:

- ▶ 1ª Etapa – Avaliação Inicial
- ▶ 2ª Etapa – Desenvolvimento e Aprendizagem
- ▶ 3ª Etapa – Desenvolvimento e Aplicação
- ▶ 4ª Etapa – Revisão e Consolidação

As orientações e princípios metodológicos para este planeamento, presentes nos PNEF (2º e 3º ciclo) e Documento de Apoio à Organização Curricular e Programas, indicam que o Plano Anual de Turma (PAT) deverá ser estruturado com base na informação proveniente da avaliação inicial e reajustado considerando os dados decorrentes da avaliação contínua.

Considerando o referido, a abordagem às competências de planeamento e avaliação será apresentada de forma articulada ao longo deste capítulo e não de uma forma individualizada, na perspectiva de facilitar a compreensão sobre o trabalho que foi desenvolvido ao longo do ano letivo, no âmbito das competências destas duas dimensões que integram o processo de ensino e aprendizagem.

Assim sendo, e seguindo uma linha cronológica, será apresentada inicialmente a forma como foi planeada e operacionalizada a avaliação inicial, através da qual, foi possível ter um conhecimento mais profundo sobre as limitações e possibilidades de cada uma das turmas e que por isso mesmo, se demonstrou uma etapa crucial e fundamental para o planeamento a desenvolver.

Posteriormente será abordada a organização do planeamento em articulação com a informação proveniente da avaliação inicial e das outras formas de avaliação aplicadas ao longo do restante ano letivo, onde se incluem a avaliação formativa e sumativa e as respetivas metodologias de aplicação.

Na organização e planificação das várias etapas, foram vários os fatores a considerar desde o início do ano letivo.

Em primeira instância foi necessário considerar os recursos temporais, nomeadamente o calendário escolar, onde se inclui o horário e número de aulas de EF, o que correspondia a duas aulas por semana, sendo uma das aulas composta por dois blocos de 45' e a outra aula, apenas por um bloco de 45', esta distribuição era igual para as duas turmas. Inclui-se ainda as interrupções letivas e as atividades previstas ao longo do ano letivo não só pelo GEF, mas também pela restante comunidade escolar.

Seguidamente foram considerados os recursos materiais, nomeadamente as instalações desportivas e respetivas características, as quais já foram anteriormente referidas, bem como os equipamentos associados a cada espaço e todo o material portátil passível de utilizar, ou seja, foram verificadas as possibilidades e limitações de cada espaço de aula, atendendo à sua caracterização. Não se esquecendo claro a

consideração pelo sistema de rotação pelos vários espaços que influencia diretamente todo o planeamento.

Os princípios de elaboração do planeamento e organização do ano letivo seguidos foram idênticos para as duas turmas considerando o proposto nos respetivos PNEF. As diferenças no planeamento surgiram fundamentalmente devido às características específicas de cada ano de escolaridade, e que se traduz em vários parâmetros, como a composição curricular, caracterização da turma e resultados provenientes da avaliação, os quais influenciam diretamente as estratégias de ensino a utilizar e conseqüentemente o planeamento.

1.1. PRIMEIRA ETAPA - AVALIAÇÃO INICIAL

Atendendo aos princípios de elaboração propostos, foi desenvolvida a 1ª etapa do modelo de planeamento por etapas. Nesta etapa todos os alunos foram alvo de observação e respetiva avaliação nas diferentes matérias a desenvolver ao longo do ano letivo, segundo a composição curricular prevista para cada uma das duas turmas.

Segundo Carvalho (1994), o processo de avaliação inicial apresenta como objetivos fundamentais, a realização de um diagnóstico para identificar as limitações e dificuldades que os alunos apresentam e com base nessas informações realizar um prognóstico para o seu desenvolvimento adequado.

Nesse sentido e com base na avaliação inicial realizou-se um diagnóstico, aferindo as necessidades de cada aluno e conseqüentemente procedeu-se ao respetivo prognóstico, na tentativa de encontrar as soluções mais adequadas para suprimir as dificuldades de cada um dos alunos.

Seguindo os procedimentos do protocolo de avaliação inicial de cada uma das turmas, as áreas alvo de avaliação foram, a das atividades físicas e da aptidão física. Quanto à área dos conhecimentos, não foi alvo de avaliação diagnóstica por decisão do GEF da escola, o que considero ter limitado a informação obtida, pois a disciplina de EF compreende estas três áreas e desta forma a informação que foi adquirida no início do ano letivo sobre os alunos em relação à disciplina de EF não foi a mais completa.

1.1.1. OPERACIONALIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO INICIAL

Esta etapa, em ambas as turmas, teve a duração de cerca de cinco semanas, sendo necessário utilizar cinco aulas de 90 minutos e quatro aulas de 45 minutos. Durante esse período, foi possível ter a percepção das capacidades e necessidades dos alunos em relação às várias matérias previstas na composição curricular, que foi estabelecida pelo GEF da escola, tendo como referência as orientações expressas em vários documentos normativos, onde se inclui, os PNEF (2º e 3º ciclo), CNEB, Documento de Apoio à Organização Curricular e Programas de Educação Física e as Metas de Aprendizagem (2º e 3º ciclo).

As aulas em que foram realizadas as avaliações da 1ª etapa, foram dirigidas na sua maioria pela professora titular da turma, no entanto de forma gradual fui realizando intervenções nas aulas e houve ainda a oportunidade de dirigir as duas últimas aulas desta etapa na turma individual, o que se revelou bastante enriquecedor para uma melhor percepção da minha intervenção e condução das aulas, nesta etapa crucial de todo o planeamento.

Importa referir que segundo (Jacinto et al. 2001) esta etapa assume uma importância particular nos anos iniciais de cada ciclo de escolaridade, uma vez que muitos dos alunos são provenientes de escolas e turmas diferentes e como tal, poderão apresentar vivências distintas. Sendo este o cenário experienciado com as turmas onde se desenvolveu a PES, pois uma turma era do 5º ano e outra do 7º ano, houve uma maior necessidade de estabelecer um clima favorável entre os vários elementos da turma, com o intuito de superar as diferenças que os alunos pudessem manifestar a nível de desempenho, devido às diferentes vivências curriculares e extra-curriculares em anos anteriores.

1.1.1.1. METODOLOGIA DE RECOLHA DA INFORMAÇÃO

Segundo (Jacinto, et al, 2001), afim de se proceder à realização da avaliação inicial é necessário que o GEF elabore um protocolo de avaliação inicial, no qual deve constar para cada uma das matérias a considerar no currículo das turmas, as situações de avaliação e respetivos procedimentos, bem como a definição de quais os critérios a considerar para cada um dos conteúdos selecionados. Este trabalho conjunto permite que o protocolo seja exequível de ser aplicado de forma idêntica e

coerente, sobre as várias turmas que integrem o mesmo ano de escolaridade, perspetivando-se, desta forma, a inexistência de grandes discrepâncias nas metodologias utilizadas para a obtenção de dados, entre diferentes turmas com a mesma composição curricular.

Ainda segundo as orientações do documento de Apoio à Organização Curricular e Programas de Educação Física, os critérios estabelecidos para a avaliação dos conteúdos nas várias matérias, devem atender ao grau de exigência preconizado pelos programas nacionais para determinado nível de especificação em relação a cada matéria, a fim de enquadrar os alunos com o maior rigor possível em determinado nível, tendo em conta a sua prestação.

Os níveis de especificação que estão presentes nos PNEF e nos quais os alunos foram enquadrados em relação às várias matérias que compõe a área das atividades físicas, são o nível **introdutório**, **elementar** e **avançado**, sendo que os alunos que não conseguiram alcançar o nível introdutório foram enquadrados no “nível” **não introdutório**.

Os protocolos utilizados durante a avaliação inicial das turmas onde realizei a PES foram elaborados pelo GEF da escola, contendo as matérias correspondentes à composição curricular de cada uma das turmas. No entanto, nem todas as premissas expostas anteriormente foram consideradas na conceção dos referidos protocolos, como adiante e oportunamente será explicado para cada uma das turmas.

A)SEGUNDO CICLO

Na turma de 5ºano, foi utilizado um protocolo elaborado pelo GEF, o qual continha exercícios orientados para a avaliação de habilidades e operações motoras de base, inerentes à prática das diferentes matérias das atividades físicas e aptidão física, que componham o currículo deste ano de escolaridade.

No protocolo estavam previstas situações de avaliação para as várias capacidades motoras coordenativas e condicionais. A nível de coordenação óculo-manual e óculo-pedal, foram aplicados exercícios que compreendiam essencialmente situações de passe/recepção e jogo reduzido para verificar a movimentação ofensiva e defensiva, o que permitiu verificar competências básicas, necessárias à prática dos jogos pré-desportivos e coletivos.

Quanto à área das matérias individuais, foram aplicados exercícios para verificar a coordenação locomotora e o equilíbrio, bem como o controlo da atitude e postura, essenciais à prática das atividades gímnicas.

Foram ainda aplicados testes para a verificação do estado das capacidades físicas condicionais, nomeadamente a velocidade, resistência, flexibilidade e força. Foram também ainda recolhidos dados para a definição do índice de massa corporal. Os dados provenientes da aplicação destes testes permitiram planear qual o trabalho a realizar para desenvolver as capacidades dos alunos, principalmente naquelas em que apresentaram maiores lacunas.

Embora a EF faça parte do currículo do 1ºciclo, através do programa de EEFM, o qual está estruturado em consonância com as finalidades da EF para o ensino básico, o tratamento desta área disciplinar pode variar bastante entre os vários estabelecimentos de ensino do 1ºciclo devido aos recursos disponíveis para a sua prática, entre outros, o que conseqüentemente leva a que alguns alunos acabem por não ter o contacto que seria desejável com a atividade física e desportiva. O que se demonstra preocupante, pois este ciclo do ensino básico compreende uma faixa etária, na qual se situa uma fase crítica do desenvolvimento dos alunos, mais especificamente do desenvolvimento das suas capacidades coordenativas e condicionais, para o qual contribui a prática da atividade física e desportiva no 1ºciclo do ensino básico, tal como nos indica Maria e Nunes (2007).

Seria desejável que segundo o programa previsto para o 1ºciclo, os alunos ao atingirem o 5ºano de escolaridade, já apresentassem as devidas capacidades motoras desenvolvidas, estando aptos à aprendizagem das matérias previstas no plano curricular para este ano de escolaridade.

No entanto, no contexto desta turma em particular, alguns dos alunos apresentaram várias limitações a nível coordenativo e condicional, o que levou à necessidade de uma maior aposta em desenvolver situações nas aulas que permitissem aos alunos trabalhar e elevar as suas capacidades motoras, visando o alcance de patamares adequados.

Torna-se então importante que os testes do protocolo da avaliação inicial, particularmente para este ano de escolaridade, não estejam apenas orientados para averiguar as competências específicas de determinada matéria, mas que também permitam aferir qual o nível de desenvolvimento global das habilidades e operações

motoras fundamentais, necessárias à prática das diferentes atividades físicas e desportivas e naturalmente ao desenvolvimento do aluno.

B) TERCEIRO CICLO

No protocolo (**Anexo 2**) de avaliação inicial utilizado, constavam matérias da área das atividades físicas, as quais segundo a composição curricular definida pelo GEF para o 7ºano de escolaridade foram as seguintes, Jogos Desportivos Coletivos (Futebol, Voleibol e Basquetebol), Atletismo (Corridas, Saltos e Lançamentos), Ginástica (Solo e Aparelhos), Desportos de Raquetes (Badminton) e Dança.

No que concerne à avaliação das modalidades coletivas, foram apresentadas duas situações de avaliação. A primeira situação correspondia à avaliação dos gestos técnicos de base específicos para cada modalidade, enquanto na segunda situação avaliativa foram desenvolvidos exercícios de jogo reduzido. Para ambas as situações estavam indicados quais os critérios a considerar, quer na execução dos vários gestos técnicos, quer para as movimentações ofensiva e defensiva nos exercícios de jogo reduzido. A organização presente no protocolo para a avaliação das modalidades coletivas facilitou a operacionalização da recolha e registo de informação e elaboração das respetivas grelhas de registo.

Em relação às modalidades individuais, no protocolo constava para cada uma das modalidades um exercício com o intuito de verificar a execução dos alunos, para o qual eram indicados os conteúdos a avaliar, mas não estavam definidos quais os critérios a considerar na avaliação de cada um desses conteúdos. Deste modo acabava por ficar ao cuidado do professor quais os critérios a considerar, não sendo respeitado assim, o princípio da equidade na definição dos critérios a considerar na avaliação entre turmas com a mesma composição curricular.

Deste modo surgiu a necessidade de, em conjunto com a professora titular da turma, proceder à definição dos critérios a considerar para cada um dos conteúdos a avaliar, tendo por base a informação sobre os critérios aplicados em anos anteriores para avaliar os mesmos conteúdos nesta etapa do planeamento.

Quanto à avaliação da área da aptidão física, os procedimentos de avaliação não se encontravam presentes no protocolo de avaliação inicial, mas sim em um outro documento, designadamente “Critérios de Avaliação - 3ºciclo”, concebido igualmente

pelo GEF. Penso que esta organização se demonstrou como uma opção pouco operacional para aplicação do processo avaliativo, pois julgo que seria mais simples e vantajoso, se todos os testes estivessem centralizados no protocolo de avaliação inicial.

Seguindo as diretrizes presentes no documento anteriormente referido, a avaliação da aptidão física realizou-se através da aplicação da bateria de testes *fitnessgram*. Os testes aplicados foram selecionados pelo GEF, através dos quais foi possível realizar a avaliação da aptidão aeróbia, força e flexibilidade, com a finalidade de apurar em relação às diferentes capacidades motoras condicionais, se o aluno se encontrava enquadrado na zona saudável de aptidão física (ZSAF) delimitada para cada teste, consoante a sua idade e género. Foram ainda registados os valores do peso e altura, para obtenção do índice de massa corporal de cada um dos alunos. Estes dados foram fornecidos à equipa responsável pelo projeto de educação para a saúde, com a finalidade de contribuir para a avaliação dos alunos, através dos serviços de saúde competentes e posterior encaminhamento dos alunos para consultas de nutrição, caso os resultados o justificassem.

Não esquecendo a área dos conhecimentos, importa referir que em ambos os protocolos utilizados para cada uma das turmas, não foi prevista a avaliação desta área, segundo decisão do GEF. Considerando que o sucesso na disciplina de EF passa também por esta área, segundo o que nos indica o PNEF (3ºciclo), deverá então o professor dispor aquando do planeamento para o ano letivo, informação sobre as três áreas que compõe a disciplina. O que lhe permitirá orientar de forma mais abrangente qual o percurso que o aluno deverá percorrer para que possa superar as suas dificuldades e obter o referido sucesso na disciplina de EF. Deste modo, considero que a decisão tomada pelo GEF não terá sido a mais correta, visto que a informação disponível sobre as capacidades dos alunos, crucial para a elaboração PAT, não foi a mais completa possível.

1.1.1.2. METODOLOGIA DE REGISTO DA INFORMAÇÃO

Para o registo da informação proveniente das avaliações foi necessária a utilização de instrumentos de registo, que estivessem de acordo com o que se pretendia recolher acerca da prestação do aluno. Assim, foram criadas grelhas de registo baseadas em outras grelhas de registo que o GEF disponha, provenientes do

processo de avaliação inicial aplicado em anos anteriores. No entanto, as mesmas continham alguns critérios de avaliação desfasados daquilo que se pretendia avaliar atendendo ao exposto no protocolo de avaliação inicial e por isso mesmo as novas grelhas de registo foram adaptadas.

As grelhas de registo (**Anexo 3**) concebidas continham critérios específicos referentes aos conteúdos abordados nos exercícios presentes no protocolo, os quais consoante o seu grau de exigência, permitiam enquadrar a prestação dos alunos em determinado nível de especificação. Assim, durante a aplicação dos exercícios do protocolo e respetiva observação, registava-se nas grelhas os dados provenientes das observações, com a finalidade de obter os dados necessários sobre o nível dos alunos em relação às matérias abordadas.

Na elaboração das grelhas de registo houve o cuidado de colocar apenas a informação considerada necessária e pertinente, bem como a sua estrutura, permitir uma fácil operacionalização no “terreno”. O método de registo consistia em colocar Faz (F) / Não Faz (NF) em cada um dos parâmetros da grelha, conforme o aluno cumprisse ou não o critério de êxito em que estava a ser avaliado.

Quando necessário poder-se-ia registar as observações de algo considerado pertinente acerca da prestação de cada um dos alunos, obtendo-se assim um maior número de informações úteis, a considerar para o trabalho a desenvolver ao longo do processo ensino-aprendizagem, seguindo a proposta de Jacinto et al. (2001).

Após serem apurados todos os resultados das diferentes avaliações realizadas na área das atividades físicas, foi estabelecida uma grelha geral (**Anexo 4**) com os níveis diagnosticados para cada aluno em relação a cada uma das matérias que compoñham a área das atividades físicas consoante o currículo de cada turma. Também para a área da aptidão física foi estabelecida uma grelha geral com os resultados obtidos em todos os testes, o que permitiu ter uma rápida perceção sobre quais os testes em que determinado aluno atingiu ou não a ZSAF (**Anexo 5**) determinada para cada teste.

1.1.2. DECISÕES PEDAGÓGICAS

Findo todo o processo de análise e escrutínio sobre os resultados provenientes das prestações dos alunos durante a 1ªetapa, tornou-se exequível tomar as devidas

decisões pedagógicas essenciais para o planeamento do trabalho a desenvolver ao longo do restante ano letivo.

Inicialmente as decisões passaram pela diferenciação e hierarquização de cada uma das três grandes áreas que compõe a disciplina de EF, tendo em conta a respetiva composição curricular.

Como tal, foi realizada a atribuição do número de aulas para cada uma das áreas, naturalmente a área com mais sessões planeadas foi a das atividades físicas, uma vez que apresenta um maior número de conteúdos abordar e partindo-se do princípio que a abordagem às outras duas áreas, aptidão física e conhecimentos, é intrínseca na própria abordagem aos conteúdos que compõe a área das atividades físicas. No entanto apesar desta premissa, também foram planeadas aulas dedicadas exclusivamente ao desenvolvimento dos conhecimentos e aptidão física.

Seguidamente foi realizada a diferenciação e hierarquização das matérias e respetivos conteúdos, atendendo àqueles que foram os resultados das prestações dos alunos e ao que seria desejável apresentarem, segundo o PNEF. O número de aulas atribuído às matérias consideradas prioritárias foi superior em comparação às restantes matérias onde os alunos manifestaram níveis de prestação mais adequados para o respetivo ano de escolaridade, proporcionando-se assim mais oportunidades para trabalhar e desenvolver os conteúdos das matérias prioritárias.

Em relação à turma de 5ºano as matérias em que os alunos apresentaram resultados mais desfasados daqueles que seriam exetáveis para o respetivo ano de escolaridade, foi ao nível dos Jogos Pré-Desportivos e Ginástica de Aparelhos, pois embora alguns alunos tenham manifestado dificuldades em outras matérias, estas foram as que denotaram mais lacunas e como tal, mereceram um tratamento prioritário.

Quanto á turma de 7ºano, os resultados da avaliação inicial permitiram constatar que as matérias em que os alunos apresentaram maioritariamente mais dificuldades tendo em conta o respetivo ano de escolaridade e que por isso receberam um tratamento prioritário, foi ao nível do Badminton, Ginástica de Solo e Voleibol.

No que diz respeito à área da aptidão física, em ambas as turmas os alunos manifestaram na sua maioria mais dificuldades na aptidão aeróbia, o que levou a uma maior preocupação no desenvolvimento desta capacidade com a criação de mais

oportunidades para que os alunos desenvolvessem a mesma, mas sempre sem descuidar o desenvolvimento das restantes capacidades físicas.

Outra das decisões tomadas foi a diferenciação dos alunos, através da formação de grupos por nível e grupos de trabalho para cada uma das matérias. A formação de grupos é um dos aspetos mais importantes para o sucesso do ensino diferenciado, pois é uma “ferramenta” de grande utilidade nos momentos de preparação e organização das aulas, permitindo ao professor estruturar e adaptar os exercícios atendo às necessidades manifestadas pelos alunos e assim assegurar que cada aluno progrida ao seu ritmo. Indo assim ao encontro do proposto no PNEF (3º ciclo) em que “(...) a atividade formativa proporcionada aos alunos deve ser tão coletiva (de conjunto, interativa) quanto possível e tão individualizada (ou diferenciada por grupos de nível) quanto o necessário.” (Jacinto et al, 2001, p. 24)

No entanto, sempre que necessário devido à estrutura da aula, dos próprios exercícios ou devido à evolução na prestação dos alunos durante o ano letivo, os grupos de trabalho sofreram alterações, sempre com o intuito de assegurar uma boa eficácia na progressão nas aprendizagens. Além de que não é recomendável a fixação da constituição dos grupos durante um período muito alargado, pois é importante a variabilidade de interações entre os alunos no contributo para o seu desenvolvimento social (Rocha, Henriques, Mira & Guimarães, 2001).

Além de todas as referidas decisões, outro importante processo essencial ao planeamento foi a elaboração de um prognóstico (**Anexo 6**). Para tal, após o estabelecimento do diagnóstico para cada uma das matérias alvo de avaliação, foram aferidos os níveis apresentados pelos alunos e confrontados esses mesmos níveis com o que seria desejável, segundo os PNEF (2º e 3º ciclo), que os alunos apresentassem no respetivo ano de escolaridade. Assim, deste processo resultou o referido prognóstico onde foram determinados níveis e objetivos a alcançar para cada um dos alunos, atendendo às suas limitações e potencialidades.

Após o término desta etapa e com base na experiência vivenciada, posso indicar que a mesma se demonstrou de grande importância para a construção e desenvolvimento de todo o processo ensino-aprendizagem ao longo do ano letivo. Pois permitiu, tal como nos indica (Rosado, 1998), obter informações sobre as dificuldades e possibilidades de cada aluno em relação a cada matéria e assim definir quais as matérias prioritárias, identificar quais os alunos críticos, bem como fazer a sua diferenciação, através da formação de grupos e ainda estabelecer metas de

aprendizagem. Face ao exposto podemos verificar que a informação decorrente desta etapa foi essencial para a elaboração do plano anual de turma, a partir do qual se tomaram as decisões sobre os métodos mais eficazes de organizar a intervenção do docente e as atividades dos alunos, ao longo do ano letivo.

Concluída a primeira etapa de trabalho do planeamento, foi possível avançar para a restante estruturação do PAT, pois já disponhamos da informação crucial proveniente da avaliação inicial, que foi decisiva para a definição dos objetivos e planeamento das estratégias de ensino-aprendizagem.

Na estruturação do planeamento para as restantes etapas também foram considerados os pressupostos para a organização do ano letivo. As decisões pedagógicas tomadas após a análise da avaliação inicial contribuíram para o ajustamento das funções das etapas e determinação do seu período de aplicação, adequado às necessidades da turma e percurso de aprendizagem.

Após o estabelecimento das grandes metas de aprendizagem propostas para o final do ano letivo, seguiu-se a preparação da etapa seguinte à avaliação inicial, a segunda etapa (**Anexo 7**). Para o final desta etapa e também para as restantes procedentes à avaliação inicial foram definidos objetivos intermédios (**Anexo 8**) existindo no final de cada uma das etapas um balanço sobre os resultados. Essa análise permitiu definir os objetivos para a etapa seguinte adequados às necessidades manifestadas pelos alunos.

Esta metodologia teve como perspetiva, aferir se o percurso traçado para os alunos era o mais adequado e orientado para a concretização dos objetivos propostos e consequentemente ao sucesso na disciplina de EF.

1.2. SEGUNDA ETAPA - APRENDIZAGEM E DESENVOLVIMENTO

Esta etapa caracterizou-se por um período onde se pretendeu que os alunos adquirissem e desenvolvessem novas competências sobre as matérias, através da transmissão de conhecimento, que permitisse a evolução dos alunos em relação aos vários conteúdos e na melhoria da sua condição física.

Devido aos resultados decorrentes da avaliação inicial, em ambas as turmas, existiu a necessidade que esta etapa tivesse uma duração superior às restantes, pois

as dificuldades detetadas em algumas matérias, principalmente nas consideradas prioritárias, conduziu à necessidade de atribuir um maior número de aulas a esta etapa em comparação com as restantes, possibilitando assim a abordagem a determinados conteúdos um maior número de vezes, sempre na perspetiva que essas oportunidades permitissem aos alunos atingir os objetivos propostos, ou seja, a sua evolução.

Na área das **atividades físicas**, as tarefas desenvolvidas tiveram sobretudo um carácter analítico, quer a nível das modalidades coletivas, quer nas individuais. Os alunos que demonstraram mais dificuldades ou falta de capacidade para realizar os gestos técnicos fundamentais, as suas tarefas passaram essencialmente por este tipo de atividades, como a prática de jogos desportivos coletivos em que foram aplicados predominantemente exercícios que permitiram aos alunos desenvolverem os gestos técnicos de base inerentes aos jogos desportivos coletivos, como o passe e receção ou ações como a desmarcação e marcação, que desenvolvem a tomada de consciência da movimentação ofensiva e defensiva, respetivamente.

A metodologia referida surgiu da análise aos dados da avaliação inicial em que se verificou, que a maioria dos alunos do 5ºano, estavam a ter o primeiro contacto com estas matérias e como tal, foi essencial começar por um trabalho de base, que assegura-se os gestos fundamentais para posteriormente serem desenvolvidos, esta que é uma das funções do 5ºano de escolaridade como nos indica (Jacinto et al, 2001) tendo grande relevância para esta aprendizagem, os jogos pré-desportivos, onde essencialmente são trabalhados os gestos técnicos e ações fundamentais.

Quanto às matérias individuais também a maioria dos alunos manifestou dificuldades, principalmente na ginástica de aparelhos, pois terá sido o seu primeiro contato com esta disciplina como seria exetável. Como tal, houve a necessidade de planear vários exercícios com progressões, com o intuito de possibilitar que os alunos, estabelecem-se uma melhor relação com os aparelhos, diminuindo os seus receios e conseqüentemente desenvolvessem e evoluíssem na sua prestação.

Na turma de 7ºano, muitos alunos apresentaram na avaliação inicial bastantes limitações nas suas prestações em situações de jogo, o que levou a uma aposta também em tarefas de carácter analítico. No entanto, durante esta etapa também foi possível em algumas matérias aplicar alguns exercícios de jogo reduzido, devido à evolução dos alunos que permitiu este tipo de atividade. Nesta turma verificou-se ainda uma evolução no domínio dos gestos técnicos de base em relação a alguns alunos que inicialmente manifestaram mais dificuldades, sendo que a evolução com

maior expressão verificou-se em matérias prioritárias, nomeadamente o voleibol e badminton.

Nas matérias individuais, como o atletismo e ginástica, os alunos demonstraram possuir conhecimento acerca das bases técnicas para a sua execução, no entanto com algumas lacunas, as quais foram sendo superadas ou corrigidas parcialmente, através da prática nos exercícios e também nas aulas de cariz teórico onde foram abordados os conteúdos destas matérias. Devido ao grande número de conteúdos que foi necessário abordar num único ano letivo em relação a estas duas matérias, os mesmos acabaram por não ser abordados com a frequência que seria desejável, pois o número de aulas disponíveis não o possibilitou, no entanto foi notória uma evolução nas competências adquiridas.

Face ao exposto acima, nesta etapa teve particular importância várias estratégias de aprendizagem e a aplicação do princípio segundo o qual “...a atividade formativa é tão global quanto possível e tão analítica quanto necessário.” (Rocha, Henriques, Mira & Guimarães, 2001, p. 37). Contribuindo também para tal, a utilização de grupos de trabalho previamente estabelecidos e assegurando-se assim uma progressão ao ritmo de cada aluno, através de um ensino diferenciado.

Em relação à área da **aptidão física**, foram planeados momentos para o treino e elevação das capacidades físicas ao longo das aulas, mas nem sempre foi possível, devido à estrutura das aulas, dedicar um momento específico para o seu desenvolvimento. No entanto, mesmo quando não foi possível criar as condições específicas de treino, o desenvolvimento desta área acabou por ocorrer na abordagem às atividades físicas, por exemplo, através da exercitação de elementos gímnicos que integram em si próprios características de flexibilidade ou através da disciplina de velocidade da modalidade de atletismo, entre outros.

No decorrer desta etapa não existiu a aplicação da bateria de testes *fitnessgram*, pois na calendarização desta área foi definida a aplicação da bateria de testes, apenas uma vez em cada período letivo, sendo que nenhum desses momentos foi calendarizado dentro do tempo em que decorreu a segunda etapa.

No planeamento para a área dos **conhecimentos**, apenas foram calendarizadas algumas aulas exclusivamente dedicadas ao desenvolvimento desta área, mas porque os conteúdos a abordar das outras áreas a abordar eram bastantes, o que impossibilitou essa exclusividade. No entanto, esta área não deixou de ser

trabalhada e desenvolvida ao longo da etapa, pois como já referi anteriormente os seus conteúdos acabam por ser inerentes à própria abordagem à área das atividades físicas e aptidão física, quer seja através do conhecimento de qual a correta colocação dos apoios no lançamento na passada, consoante o lado pelo qual se aborde a tabela de basquetebol ou que a flexibilidade pode ser desenvolvida simultaneamente com a execução de elementos gímnicos, são alguns dos exemplos.

Foram ainda planeados alguns momentos exclusivamente dedicados a esta área no início de algumas aulas, em que se fazia uma revisão ou introdução sobre os conteúdos a abordar seguidamente na aula, além da habitual instrução inicial que ocorria em todas as aulas. Na turma de 5ºano, foi onde existiu a maior necessidade de fazer esta exposição sobre as matérias, pois para a maioria dos alunos era o seu primeiro contato com as modalidades abordadas.

Aliado a toda este processo de desenvolvimento existiu sempre um balanço final da aula, com o intuito de verificar se os conteúdos abordados na aula tinham sido compreendidos e esclarecimento de dúvidas, caso necessário.

Com o intuito de verificar se os objetivos propostos para o final da etapa foram alcançados é necessário fazer um balanço sobre os resultados obtidos, no entanto para que esses mesmos resultados surjam, torna-se necessário existir um processo que permita a obtenção de dados com essa finalidade, ou seja, que permitam a regulação do processo ensino-aprendizagem. Neste contexto, surgem os momentos de avaliação formativa, através deste tipo de avaliação é possível adquirir informações sobre as prestações dos alunos e assim verificar o seu desenvolvimento. Após a conclusão da 1ªetapa, a avaliação formativa foi a forma de avaliação que passou a ser aplicada, a sua forma de operacionalização e respetivas metodologias de recolha e registo de informação em cada uma das áreas, será adiante exposta para um devido esclarecimento e perceção do seu desenvolvimento.

Devido ao período planeado para a 2ªetapa, compreender uma interrupção letiva, nomeadamente a transição entre o 1º e 2º período letivos, foi necessário a meio desta etapa realizar uma avaliação sumativa, com a finalidade de atribuir uma classificação em relação à disciplina de EF. Esta avaliação teve por base alguns registos da avaliação formativa e da avaliação inicial, pois no momento em que se finalizou o 1ºperíodo, ainda não tinha sido possível realizar avaliações formativas em todas as matérias, dado o tempo que era necessário decorrer entre cada momento de avaliação, que permitisse verificar o desenvolvimento das aprendizagens. Também

neste momento surgiu outro tipo de avaliação, que também deverá entrar em linha de conta no momento do professor proceder à classificação da disciplina, falamos então da auto-avaliação que os alunos realizam sobre a sua prestação durante o período letivo em foco. A forma de operacionalização e metodologias inerentes a estes tipos de avaliação, também serão adiante expostas e esclarecidas.

Face ao exposto no final da 2ª etapa, procedeu-se a um balanço, que consistiu numa análise dos objetivos alcançados tendo como referencia os objetivos intermédios previamente estabelecidos para esta etapa. Foi possível verificar a evolução das competências dos alunos e identificar novamente as suas necessidades e assim determinar prioridades de desenvolvimento, procedendo-se assim à (re) orientação do percurso de aprendizagem, através da definição dos objetivos intermédios para a etapa seguinte, nunca descurando as metas a alcançar no final do ano letivo.

1.3. TERCEIRA ETAPA - DESENVOLVIMENTO E APLICAÇÃO

No planeamento desta etapa pretendeu-se que os alunos continuassem a desenvolver as competências anteriores e a sua aplicação em situações de jogo/sequências progressivamente mais complexas e organizadas, ou seja, no decorrer desta etapa procurou-se em algumas matérias atingir situações de prática formal, mas apenas com a turma do 3º ciclo. Houve ainda a possibilidade de serem abordados conteúdos técnicos de maior complexidade, atendendo às prestações dos alunos.

Na área das **atividades físicas**, foram utilizadas estratégias e exercícios com o objetivo de os alunos desenvolverem e adquirirem novas competências, a nível técnico-tático e de conhecimento de regras e condições em que se realiza a prática das modalidades, o que leva conseqüentemente ao desenvolvimento na área dos conhecimentos.

Em ambas as turmas, nos jogos desportivos coletivos, pretendeu-se que os alunos com mais dificuldades continuassem a desenvolver as principais ações e gestos técnicos de base, na perspetiva de alcançarem o seu domínio e assim aplicarem essas competências em situações de jogo. Os alunos que manifestaram mais aptidões encontrando-se em níveis superiores de desempenho, desenvolveram

maioritariamente as ações técnico-táticas em situações de jogo reduzido, com a aplicação das regras fundamentais.

Em relação à turma de 5ºano, houve uma contínua aposta nos jogos pré-desportivos, o que permitiu um *transfere* dos seus conteúdos para o desenvolvimento das competências nos jogos desportivos coletivos. Com esta turma apenas foi possível realizar situações de jogo reduzido onde os alunos progressivamente adquiriram uma melhor e mais adequada noção espaço-temporal do espaço de jogo, reforçando-se a aplicação das regras, bem como da cooperação com os colegas, indo ao encontro daquela que é um das finalidades da disciplina de EF, o desenvolvimento sócio-afetivo.

Na turma de 7ºano, foi possível estabelecer com a maioria dos alunos, além das situações de jogo reduzido, situações de jogo formal quando as condições existentes na aula o permitiram. Exceto na matéria prioritária de voleibol em que muitos alunos ainda não se conseguiam inserir em situação de jogo formal e que por isso se mantinham em situações de jogo reduzido ou pares. No badminton, os alunos com mais dificuldades continuaram a realizar exercícios em situação de cooperação, enquanto os alunos com nível mais avançado, realizavam situações de jogo com oposição.

Em relação às matérias individuais, na turma de 5ºano houve uma contínua aposta em exercícios de progressão para os vários conteúdos, assegurando que os alunos tivessem uma aprendizagem adequada e progressiva, atendo às suas necessidades, quer nas disciplinas da ginástica, como na de atletismo, pois ambas as matérias apresentam conteúdos onde é requerida muita componente técnica. Importa mencionar que na ginástica de aparelhos apesar de ser uma matéria prioritária muitos alunos ainda manifestavam bastantes dificuldades em realizar determinados exercícios, mesmo os seus receios em relação à prática nos aparelhos já ter diminuído. De referir que na segurança que é necessária neste tipo de atividades, sempre que possível, foi solicitado aos alunos, após demonstração e explicação do professor, que auxiliassem os colegas no garante dessa segurança, apenas em exercícios mais simples, inculcando assim os princípios de responsabilidade e cooperação. Apesar da aposta em progressões na abordagem a esta matéria, devido à elevada quantidade de conteúdos que são propostos apenas para este ano de escolaridade e atendo às limitações que o calendário escolar apresenta para a disciplina de EF e às manifestadas pelos alunos provenientes do 1ºciclo, que na sua

maioria nunca tiveram contato com os aparelhos, tornou-se difícil assegurar uma correta progressão dos alunos nesta matéria como seria desejável, pois as horas de contato com os todos os conteúdos foram insuficientes, face às necessidades.

Relativamente à turma de 7ºano, quanto à ginástica de solo, os alunos além de continuarem a desenvolver os elementos gímnicos de forma isolada, realizaram a sua aplicação numa sequência gímnica, utilizando os elementos de ligação, visando a harmonia e fluidez que se pretende presente numa sequência gímnica. No atletismo alguns alunos melhoraram a sua prestação técnica nas disciplinas mais complexas, como a corrida de barreiras ou o lançamento do peso, em que o cuidado de diferenciar o tipo de exercício para alunos que apresentavam níveis diferentes foi benéfico para a sua evolução.

Na área da **aptidão física**, os alunos desenvolveram as capacidades físicas ao longo das várias aulas, tal como referido na 2ªetapa, seguindo os mesmos princípios metodológicos. Nesta etapa ocorreu a aplicação da bateria de testes do *fitnessgram*, atendendo ao planeamento previsto e assim, foi possível realizar um balanço da evolução dos alunos nesta área de uma forma mais completa, sendo notória a evolução da maioria dos alunos que apresentavam dificuldades.

Nesta etapa a área dos **conhecimentos** foi abordada e operacionalizada da mesma forma que na etapa anterior, existindo sempre um cuidado de transmitir os conteúdos desta área, através das mesmas metodologias.

À semelhança da etapa anterior, esta etapa também compreendeu uma interrupção letiva, transição entre o 2ºe 3º períodos letivos, em que ocorreu uma avaliação sumativa e auto-avaliação. Como tal, além dos momentos de avaliação formativa, as outras formas de avaliação foram consideradas no momento de proceder ao balanço final da etapa e assim aferir se os objetivos anteriormente previsto foram alcançados. Os resultados dessa análise permitiram projetar e orientar a 4ª e ultima etapa do planeamento.

1.4. QUARTA ETAPA - CONSOLIDAÇÃO E REVISÃO

Sobre esta etapa as ilações retiradas não foram tão abrangentes e completas como nas etapas anteriores, pois devido às orientações para a realização da PES, não

foi necessário realizar o respetivo relatório de etapa e assim, esta etapa não integrou da mesma forma que as anteriores a conceção do dossiê de estágio.

Contudo a organização desta etapa não foi descurada, tendo sido todo o seu planeamento realizado e as respetivas aulas asseguradas com o mesmo cuidado e preocupação que o restante planeamento e os resultados que advieram da mesma, foram fundamentais nas avaliações do final de ano letivo.

Nesta etapa pretendeu-se que os alunos consolidassem os conteúdos aprendidos ao longo do ano letivo, dando-se oportunidade aos alunos com mais dificuldades de recuperarem e suprirem as suas necessidades e ainda aos alunos que já se encontravam com níveis de prestação mais avançados a possibilidade de adquirirem competências de nível superior em algumas matérias.

O planeamento para esta etapa nem sempre foi possível cumprir perto do final do ano letivo, pois este período caracterizou-se por ter muitas atividades, das quais algumas já estariam previstas no planeamento e outras surgiram inesperadamente o que levou a que algumas aulas não fossem lecionadas.

1.5. AVALIAÇÃO FORMATIVA E SUMATIVA

Como foi referido anteriormente, a partir da 2ªetapa as metodologias de avaliação aplicadas foram diferentes da avaliação inicial, como tal interessa explicitar as suas características e forma de operacionalização ao longo da regulação do restante planeamento.

1.5.1. AVALIAÇÃO FORMATIVA

A avaliação formativa, segundo o (Decreto-Lei n.º 139/2012 de 5 de julho), apresenta um caráter sistemático e contínuo, em que recorre a diversos instrumentos de recolha de informação, os quais deverão ser concebidos atendendo ao tipo de aprendizagem e ao contexto onde se aplicam, permitindo assim ao professor, ao aluno e a outros intervenientes na educação, adquirir informações acerca das aprendizagens do aluno, com o intuito de regular os processos e estratégias de ensino-aprendizagem. Deste modo, assume-se como a principal modalidade de avaliação do ensino básico,

atendendo ao exposto pelo (Decreto-Lei nº 1/2005 de 5 de Janeiro retificado pelo Decreto-Lei nº 6/2010 de 19 de Fevereiro).

A avaliação formativa, ao apreciar o modo como decorre o processo de ensino-aprendizagem, permite, que o professor adapte as suas tarefas de aprendizagem, introduzindo alterações que possibilitem uma maior adequação das mesmas. Não se trata no entanto, de uma avaliação simplesmente informal e permanente. A sua planificação deve permitir a existência de momentos organizados de avaliação formativa, devendo planear-se momentos para averiguar os resultados obtidos, recolhendo informações com regularidade acerca do processo de aprendizagem.

Em suma, a avaliação formativa visa, desta forma regular o processo de ensino-aprendizagem, detetando e identificando metodologias de ensino mal adaptadas ou dificuldades de aprendizagem nos alunos.

1.5.2. AVALIAÇÃO SUMATIVA

Avaliação sumativa consiste numa síntese sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, segundo o definido pelo Decreto-Lei n.º 139/2012 de 5 de julho. Trata-se de um balanço final das informações recolhidas nos momentos de avaliação do desenvolvimento das aprendizagens, com o intuito de averiguar o nível de desempenho motor atingido pelos alunos e assim, verificar se os objetivos estabelecidos previamente foram atingidos, o que permite (re) orientar o percurso do aluno.

Articulação entre a Avaliação Formativa e Sumativa

As avaliações formativas e sumativas tornam-se fundamentais no processo de ensino-aprendizagem, na perspetiva em que são duas modalidades de avaliação que seguem no mesmo sentido, ou seja, obter dados sobre o desenvolvimento dos alunos e daí aferir qual o seu estado em relação às diferentes aprendizagens.

Como tal, é necessário que estes dois tipos de avaliação se articulem entre si, na medida em que através da avaliação formativa se obtém as informações sobre as aprendizagens dos alunos e em que a avaliação sumativa corresponde a balanços

sobre as informações obtidas no decorrer das avaliações aplicadas, de forma a verificar se os objetivos foram alcançados.

Contudo a avaliação sumativa não se esgote apenas numa súmula dos resultados, mas apresenta também ela uma função formativa, pois os resultados que dela advém, também permitem regular o processo de ensino-aprendizagem.

Face ao referido, houve uma grande preocupação em que as informações obtidas com a aplicação da avaliação formativa ao longo das etapas fossem selecionadas de forma pertinente e cuidada e assim, permitissem o necessário esclarecimento sobre as competências desenvolvidas pelos alunos ao longo das aulas, no momento de se proceder a um balanço sobre as aprendizagens.

Caso as informações recolhidas durante os momentos de avaliação formativa fossem as necessárias e esclarecedoras para averiguar o nível dos alunos em relação a determinada matéria e permitindo regular o seu percurso, não havia necessidade de se proceder a momentos formais de avaliação sumativa para obter mais dados, apenas se necessário para colmatar lacunas e esclarecer dúvidas.

Neste sentido, o processo de avaliação sumativa, deve revelar uma interpretação, tão rigorosa quanto possível, de todos os dados recolhidos durante o processo de avaliação formativa, no qual se observaram e registaram dados acerca das várias dimensões da educação física, as atividades físicas, a aptidão física, os conhecimentos dos alunos e ainda as atitudes e valores, que não sendo considerados uma dimensão da disciplina de EF, são intrínsecos às próprias aulas, ou seja, no desenvolvimento das três grandes dimensões e como tal, deverão ser elementos a considerar nos momentos de avaliação.

1.5.3. OPERACIONALIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO FORMATIVA E SUMATIVA

Na medida em que a avaliação e o planeamento são dois processos interdependentes, visando a regulação do processo de aprendizagem, torna-se necessário articular os vários momentos de avaliação com a estrutura do PAT.

A calendarização dos momentos de avaliação (**Anexo 9**) não foi processada ao acaso, mas sim tendo em conta todos os parâmetros já referidos sobre o planeamento

e que por isso influenciam a escolha dos momentos mais adequados ao processo avaliativo.

Assim foi considerado qual seria o número de aulas suficientes, dependendo das características de cada conteúdo, para os alunos adquirirem e desenvolverem determinadas competências, antes de se aplicar um novo momento avaliativo, perspetivando a obtenção de dados pertinentes e relevantes sobre o desenvolvimento dos alunos, pois é necessário permitir aos alunos que tenham oportunidade de trabalhar e desenvolver determinada competência e que para tal, necessitem de um determinado número de aulas, entre cada averiguação.

No entanto sempre que necessário e pertinente foram recolhidos dados sobre a aprendizagem de determinada competência de algum aluno, sem que esse momento de avaliação estivesse previsto. Pois a avaliação formativa, assume-se como um processo sistemático e contínuo, o qual se deve aplicar sempre que se pretenda detetar eventuais necessidades dos alunos e assim reajustar as estratégias, se necessário.

Considerando que as avaliações formativa e sumativa se articulam entre si, como referido no ponto anterior, não foram calendarizados momentos de avaliação sumativa, embora existe-se a possibilidade de aplicar a mesma, sempre que houvesse a necessidade de esclarecer alguma eventual dúvida que pudesse surgir sobre a prestação de determinado aluno.

No final de cada período letivo foi necessário proceder-se a momentos de avaliação sumativa, devido à necessidade de atribuir uma classificação compreendida em uma escala de níveis de 1 a 5, em relação á disciplina de EF, atendendo ao que está preconizado no Despacho normativo nº1/2005, de 5 de Janeiro.

Os níveis atribuídos, quando pertinente, foram complementados com uma apreciação descritiva sobre a evolução do aluno, de forma a clarificar o mais possível os resultados, pois a mesma classificação pode não ter o mesmo significado entre alunos diferentes. Esta clarificação possibilita justificar as “notas” atribuídas e elucidar devidamente os alunos, os encarregados de educação e outros intervenientes, demonstrando que a avaliação sumativa expressa um carácter quantitativo e qualitativo.

1.5.3.1. METODOLOGIA DE RECOLHA E REGISTO DA INFORMAÇÃO

A avaliação é um processo que é aplicado ao longo do ano letivo de forma contínua, em que o professor poderá recorrer a diferentes metodologias para a recolha de informações, conforme o contexto e as competências que pretender averiguar.

Segundo essa linha orientadora, a recolha de informação processou-se através da recolha de informações **visuais**, pela observação nas aulas, **verbais**, através de questionamento aos alunos e **escritas**, através da aplicação de testes, relatórios e trabalhos de grupo.

No entanto a observação assume-se como a capacidade essencial na recolha de informação, devido às características próprias do contexto de EF, sendo fulcral na análise e avaliação das prestações dos alunos (Aranha, 2007 cit. por Mendes, Clemente, Rocha & Damásio, 2012). É essencialmente através da observação que o professor identifica as necessidades dos alunos, o que lhe permite fornecer feedback acerca das suas prestações, a fim de contribuir para o aperfeiçoamento das mesmas e assim, beneficiar o processo de aprendizagem.

Na perspetiva do desenvolvimento da capacidade de observação e consequentemente da análise e avaliação, o professor deve considerar vários aspetos. Segundo Aranha (2007, cit. por Mendes, Clemente, Rocha & Damásio, 2012) devem ser considerados três momentos de observação diferentes:

- 1) Pré-observação;
- 2) Observação;
- 3) Pós-observação;

A pré-observação caracteriza-se essencialmente na conceção de um plano avaliativo, ou seja, o professor deve preparar o que pretende observar e as formas e momentos de avaliação a aplicar, em articulação com o plano anual. Bem como a elaboração dos respetivos instrumentos de registo.

Seguidamente ocorre a fase de observação no contexto de aula, onde se pretende analisar aquilo que foi previamente estabelecido, com vista à identificação das necessidades dos alunos. Esta fase corresponde ao momento onde efetivamente se procede à recolha de informação e respetivo registo, através dos instrumentos anteriormente elaborados.

Por último é considerado um momento de pós-observação, o qual corresponde à fase em que o professor analisa os dados recolhidos durante o processo de observação e respetiva avaliação. Esta averiguação é indispensável e dela resultam informações revelantes que permitem ao professor regular o processo de ensino-aprendizagem.

Todos estes aspetos e fases inerentes à observação em aulas de EF foram considerados, com a finalidade de tornar o processo de avaliação o mais eficiente possível e contribuir de forma constante para o desenvolvimento da minha capacidade de observação e análise. Pois a observação e avaliação são dois processos interligados e como tal, é de grande importância que a ligação entre os dois seja a melhor e adequada possível, permitindo uma maior compreensão daquilo que se observa e levando conseqüentemente a um melhor ajustamento do processo de aprendizagem.

1.5.3.2. INSTRUMENTOS DE REGISTO

No seguimento das várias metodologias de recolha de informação, referentes aos momentos de avaliação formativa e sumativa, existiu a necessidade de conceber os respetivos instrumentos de registo, atendendo ao previamente exposto em que o professor deve planear os vários momentos avaliativos.

A observação direta assumiu-se como a principal forma de recolha de informação, devido às suas funções serem as que mais se adequam às características do contexto das aulas de EF. Como tal, os instrumentos de registo foram concebidos atendendo a essa necessidade, ou seja, foram produzidas várias fichas de registo de fácil operacionalização, as quais tiveram como finalidade o registo dos dados no momento das observações para posterior análise (**Anexo 10**).

A) ATIVIDADES FÍSICAS

Em relação às atividades físicas, a forma de recolha de informação processou-se essencialmente, através da observação direta da prestação dos alunos nas tarefas propostas. O questionamento também foi utilizado como forma de avaliação, aplicado preferencialmente no final das aulas, mas também no decorrer dos exercícios, o que

permitia para além de averiguar qual o nível de conhecimento do aluno sobre as matérias, assegurar que tinha compreendido o respetivo exercício.

Para o registo dos dados recolhidos durante as observações, foram concebidas fichas de registo que contemplavam as competências a avaliar de cada uma das matérias.

A seleção dessas competências foi elaborada de forma criteriosa, pois é de grande importância que as competências em que os alunos são alvo de avaliação, permitam após a interpretação dos registos, determinar qual o nível de especificação em que o aluno se enquadra tendo em conta sua prestação, sem que para tal, existam dúvidas nesse processo. Todo este rigor foi imprescindível, para que se pudesse verificar de forma real, como se situavam os alunos em relação aos objetivos propostos, ou seja, a informação obtida deveria ser útil e pertinente aquando dos momentos de verificação se os objetivos previamente estabelecidos tinham sido alcançados.

No final de cada período apenas foram aplicados exercícios característicos da avaliação sumativa em algumas matérias, no sentido de obter algumas informações que estavam em falta e esclarecer algumas dúvidas. Na sua grande maioria, todas as informações decorrentes do processo de avaliação formativa foram suficientes para considerar o nível de prestação de cada um dos alunos. Penso que esta condição refletiu a estrutura e os critérios que foram considerados nas fichas de registo, permitindo que a informação recolhida fosse ao encontro daquilo que se pretendia averiguar no final de cada período letivo, no momento de proceder ao balanço das aprendizagens adquiridas pelos alunos e atribuir as respetivas classificações.

O preenchimento das fichas de registo foi realizado através de uma simbologia previamente definida, a qual era acompanhada da respetiva legenda na própria ficha. Este procedimento permitiu o registo de uma forma prática e rápida e sempre que pertinente também foram registadas informações complementares num campo destinado a observações. Esta metodologia contribuiu desta forma, para a obtenção de informação relevante sobre as prestações dos alunos, o que ajudou na interpretação sobre qual o melhor percurso a seguir atendendo aos resultados.

B) APTIDÃO FÍSICA

Quanto à avaliação desta extensão da EF a mesma foi efetuada, através da aplicação da bateria de testes *fitnessgram*. Os testes aplicados foram selecionados pelo GEF, os quais englobavam a averiguação da aptidão aeróbia, muscular e flexibilidade.

Esta foi uma área trabalhada e desenvolvida ao longo das aulas, existindo um cuidado de incluir nas aulas exercícios que potenciassem o desenvolvimento das capacidades físicas. No entanto a aplicação da bateria de testes apenas foi aplicada uma vez por período, pois devido ao tempo requerido para a aplicação de cada um dos testes sobre cada um dos alunos e tendo em conta a quantidade de conteúdos que foi necessário abordar, segundo a composição curricular de cada uma das turmas. Não foi possível planear mais momentos de aplicação dos referidos testes. Para esta decisão também contribuiu a necessidade de os alunos requererem de um tempo alargado o suficiente, para que através da prática dos exercícios desenvolvessem e elevassem as suas capacidades físicas e assim no momento de se proceder à aplicação dos testes, fosse possível verificar variações significativas nos resultados desta área.

As tabelas de registo foram concebidas com o intuito de se registar, o número de percursos na avaliação da aptidão aeróbia, o número de execuções/repetições nos testes de aptidão muscular e as medições nos testes de flexibilidade.

Após a recolha dos dados e efetuada a respetiva análise, tendo como referência as tabelas com os valores dos limites superiores e inferiores para cada teste, valores esses que variam consoante o género e idade do aluno, foi possível determinar se os alunos se encontravam ou não, dentro da zona saudável da atividade física (ZSAF) em cada um dos testes e a partir daí estabelecer as estratégias necessárias com vista aos objetivos propostos.

C) CONHECIMENTOS

A avaliação formativa dos conhecimentos assumiu-se essencialmente através do questionamento oral aos alunos. Este procedimento foi utilizado durante as aulas com predominância na parte final, momento em que era realizado um balanço sobre

os conteúdos desenvolvidos, com o intuito de perceber o que os alunos tinham assimilado e quais as suas dúvidas.

Também existiram algumas aulas que foram estruturadas de modo a que a sua parte inicial tivesse exclusivamente um cariz teórico, esta opção de planeamento surgiu da necessidade de proporcionar aos alunos mais oportunidades de adquirirem conhecimentos teóricos sobre a disciplina de EF, além do contexto da prática das atividades físicas e aptidão física. Visando suprimir algumas lacunas que eram identificadas em relação a algumas das matérias abordadas.

Algumas aulas previstas para os espaços exteriores, mas que devido às condições climatéricas não existiu a possibilidade de se realizarem, foram “convertidas” em aulas teóricas, decorrendo em salas de aula e aproveitando-se assim a sessão para o desenvolvimento da área dos conhecimentos. A metodologia utilizada passou por expor a matéria no quadro da sala de aula, em que os alunos tiveram os alunos a oportunidade de tomar notas e responder às questões colocadas.

Neste tipo de sessões também foram tomadas notas acerca das respostas dos alunos para que nos momentos de se proceder à avaliação, existissem mais elementos acerca do seu conhecimento sobre a disciplina de EF.

A avaliação sumativa da área dos conhecimentos processou-se através da aplicação de testes escritos e de um trabalho de grupo. Para se proceder à classificação destes elementos de avaliação, concebeu-se a respetiva matriz, na qual constavam as ponderações para cada um dos critérios de avaliação.

D) ATITUDES E VALORES

A dimensão das atitudes e valores, não se apresenta como uma grande área da disciplina de EF, mas sim como uma sub-área que está fundamentalmente inerente a própria prática das atividades ao longo das aulas. Considerando-se esta dimensão como mais um elemento na avaliação dos alunos, foram estabelecidos os seguintes parâmetros: Assiduidade, Pontualidade, Material, Empenho e Comportamento.

É de grande importância que não se descure o registo de dados sobre esta dimensão, pois toda a informação proveniente destes registos é uma mais-valia, não só para regular a vida da classe em aula, através da definição e ajustamento de regras

e estratégias, como é também um importante contributo nos momentos de proceder a um balanço sobre a avaliação dos alunos.

Na parte inicial da aula era recolhida informação sobre os parâmetros da assiduidade e pontualidade, estes registos eram fundamentais para se perceberem quais os hábitos do aluno em relação às aulas, nomeadamente com que frequência se apresentava para as aulas e o respeito pelos horários estabelecidos. Seguidamente outro parâmetro considerado estava relacionado, se os alunos se apresentavam devidamente equipados para a participação na aula de forma ativa, o que permitia desde logo obter informação sobre qual o número de alunos que iriam participar nos exercícios da aula e se necessário, adaptar os exercícios previamente planeados para a aula.

O registo realizado sobre o empenho dos alunos nas aulas teve como propósito obter dados sobre a participação ativa e motivação dos alunos para as tarefas propostas. Estas informações foram de grande utilidade, pois serviram de suporte para verificar qual a diferença de empenho entre os alunos e a motivação perante determinadas matérias e assim adotar estratégias para promover e aumentar a sua participação, consoante as características da matéria a abordar.

É ainda de referir que em relação a este parâmetro, alguns dos alunos apesar de revelarem limitações na sua prestação em relação a alguns dos exercícios realizados durante as aulas, demonstraram ser empenhados e esforçados, com o intuito de tentarem superar as suas limitações e alcançarem os objetivos propostos. Este tipo de atitude para com a disciplina de EF foi valorizado no momento de se proceder à avaliação do aluno.

Em relação ao comportamento dos alunos, os dados recolhidos forneceram informações acerca das suas ações, permitindo ter uma noção com que frequência estas estariam em consonância com as regras estabelecidas. O conhecimento do comportamento dos alunos durante as aulas permitiu também ter indicadores para conceber estratégias aquando da planificação das aulas, mais propriamente nos momentos de organização, espera e transição, os quais demonstravam mais possibilidades de ocorrerem episódios de indisciplina, apesar de esta poder ocorrer em qualquer momento da aula.

Pela minha experiência enquanto professor estagiário pude verificar que estes registos foram determinantes na atribuição de algumas classificações a determinados

alunos, ingressando aqui o facto de que uma mesma “nota” nem sempre ter o mesmo significado. Pois a disciplina de EF não tem apenas a finalidade de promover o contacto com as atividades físicas e desportivas, elevar as capacidades físicas ou obter conhecimentos sobre os processos intrínsecos a estas duas áreas, mas possui também a finalidade de auxiliar na formação de atitudes e valores nos alunos, através da sua socialização, interação e cooperação com os outros, que a disciplina de EF devido às suas próprias características transmite de uma forma mais intensa aos alunos, quando comparada com outras disciplinas.

Para todos estes parâmetros houve um cuidado de realizar o seu registo ao longo das aulas e para tal, foi concebida uma grelha de registo (**Anexo 11**) que contemplava todos os parâmetros referidos. No preenchimento da grelha foi utilizada uma simbologia simples devidamente legendada, o que permitiu que o preenchimento se tornasse de fácil e rápida operacionalização.

No seguimento de toda esta metodologia avaliativa, importa referir que no final de cada período letivo, preferencialmente na penúltima aula, pois a última por norma estava reservada para a participação dos alunos nas atividades promovidas pela comunidade escolar, era solicitado aos alunos que realizassem a **auto-avaliação**, no sentido do professor perceber qual a noção que os alunos tinham acerca das suas prestações e do seu percurso formativo. Esta avaliação era registada através de uma ficha concebida para o efeito (**Anexo 12**).

1.6. PLANEAMENTO DAS AULAS

Segundo Bento (1998) a aula constitui-se como o elemento fundamental do pensamento e ação do professor. Como tal, para que a sua intervenção seja a mais eficiente e adequada, torna-se necessário que as aulas sejam planeadas previamente, considerando todo o planeamento previsto para os conteúdos a abordar e os objetivos propostos a atingir. Nessa perspetiva o plano de aula, integra-se no processo de planeamento como uma ferramenta de bastante utilidade para o professor, auxiliando-o na sua intervenção.

1.6.1. PLANO DE AULA

Através do plano de aula o professor deve, planificar de forma cuidada toda a aula, tendo em conta vários aspetos inerentes à mesma, na perspetiva de trabalhar e desenvolver os objetivos previamente estabelecidos.

Neste sentido, para o planeamento das aulas foi elaborado um modelo de plano de aula (**Anexo 13**), no qual foram integrados vários parâmetros considerados pertinentes, tendo em atenção os vários elementos que constituem uma aula de EF e as destrezas que o professor deverá dominar na condução do ensino.

Para um devido esclarecimento sobre o modelo de plano de aula utilizado ao longo das aulas, seguidamente será abordado cada um dos parâmetros que foram considerados na sua conceção.

Assim, no plano de aula constava um cabeçalho, onde foram incluídos os seguintes parâmetros:

- **Identificação:** apresentação do nome dos professores intervenientes, onde se inclui o nome do professor estagiário, da professora orientadora e a identificação da turma.

- **Tema da aula:** referência às matérias e respetivos conteúdos a abordar, o número de aula e a etapa em que se insere e ainda os níveis de especificação a desenvolver em cada uma das matérias.

- **Condições de realização:** indicação do espaço destinado à aula e sua duração, o número de alunos previstos e os recursos materiais necessários para a realização dos exercícios.

De referir que em relação aos recursos materiais, era indicado qual o tipo de material e quantidade necessária, surgindo depois ao longo da descrição dos exercícios, as condições de utilização do respetivo material necessário à sua prática. A preocupação com estas condições referentes aos recursos materiais permitiu que a sua operacionalização fosse mais rápida e eficaz. Pois no momento de reunir o material antes da aula, já existia informação sobre o que seria necessário e quais seriam as suas circunstâncias de utilização no decorrer da aula e assim poderia não perder tempo desnecessário em organização, o que contribuía para uma gestão mais eficaz do tempo de aula. O cuidado com este tipo de fatores, entre outros, permitia ter

um maior controlo efetivo sobre as condições existentes na aula, contribuindo para um melhor planeamento.

- **Objetivos:** exposição dos objetivos a serem desenvolvidos e alcançados na aula, os quais eram definidos segundo o planeamento dos conteúdos previsto no PAT. Sempre que as matérias a abordar exigiam o desenvolvimento de conteúdos diferenciados por nível de especificação, naturalmente eram apresentados objetivos distintos para cada um dos níveis de especificação. Importa também referir que ao planear a aula, os objetivos sejam claramente definidos, para que a sua compreensão e assimilação pelos alunos se realize da forma mais correta e adequada, levando-os a compreender o seu percurso de aprendizagem.

Seguidamente à estrutura específica do cabeçalho que continha todos os elementos anteriormente referidos, o plano de aula foi estruturado em três partes, nomeadamente a parte **Inicial, Principal e Final**, as quais constituem as diferentes fases de uma aula de EF.

Parte Inicial

Na parte inicial, estão implícitas tarefas muito importantes, não apenas o aquecimento, mas também situações pedagógicas e psicológicas, favoráveis à realização da função principal da aula, tal como nos indica Bento (1998). Ainda segundo o mesmo autor, pretende-se despertar nos alunos uma predisposição para novas aprendizagens, preparando-os psicologicamente para assumirem tarefas e levando-os a adaptarem de uma forma funcional o seu organismo às cargas seguintes. Nesta parte inicial não se deve fazer apenas a preparação para a parte principal, mas desenvolver também tarefas autónomas, como a formação da atitude corporal e aprendizagem de exercícios.

Uma das tarefas mais importantes para o professor, no início da aula, é a comunicação com os alunos sobre os objetivos e atividades que vão decorrer ao longo da aula, fazendo também uma ligação, quando pertinente, com os conteúdos trabalhados em aulas anteriores e ainda se necessário, questionar os alunos sobre esses conteúdos. Deve ainda procurar promover um clima pedagógico favorável ao ensino de EF através da sua linguagem, orientando os alunos no início da aula para os objetivos das tarefas que terão que realizar.

Assim, era realizada a chamada e a instrução inicial de forma a esclarecer os alunos sobre quais os objetivos da aula e a forma como esta iria decorrer, seguidamente os alunos eram mobilizados para o aquecimento.

O aquecimento deverá assumir, se necessário, um carácter específico, como tal, a escolha de exercícios para a parte inicial visava corresponder às exigências dos exercícios contemplados na parte principal, visto que também nesta fase existe a transmissão de conhecimento e em que podem ser desenvolvidos os objetivos definidos para a aula. É também importante que os exercícios sejam dinâmicos, englobando os grupos musculares principais, sendo executados numa atitude correta e numa respiração ritmada e profunda, trabalhando principalmente a mobilização articular, flexibilidade e ativação cárdio-respiratória.

Parte Principal

É nesta parte, que o professor tem como principal tarefa proporcionar aos alunos o desenvolvimento dos objetivos e assegurar a transmissão dos conteúdos da disciplina, pelo que é aqui que as suas capacidades metodológicas são particularmente colocadas à prova. Devem ser criadas situações de aprendizagem que permitem trabalhar e desenvolver as competências inerentes aos objetivos propostos, atendendo às necessidades dos alunos. Nesta parte da aula, também devem predominar exercícios de formas alternadas, a fim de evitar a monotonia e desinteresse por parte dos alunos, recorrendo-se a diversas estratégias de organização da aula, como mais adiante serão explicadas na parte referente à condução do ensino.

Parte Final

A parte final tem como organização, um ponto de vista fisiológico, em que se pretende o retorno à calma do organismo e também a criação de condições que sejam favoráveis às aulas seguintes de outras disciplinas, para tal eram realizados exercícios de relaxamento e diminuição da tensão muscular, através da realização de alongamentos dos músculos solicitados nos exercícios concretizados durante a aula.

Além do retorno à calma, também era realizado um balanço sobre aula em conversa com os alunos, avaliando a forma como a mesma tinha decorrido, os resultados alcançados e necessidades gerais detetadas, eram fornecidos feedbacks sobre as prestações, destacados aspetos relevantes e fazendo, se pertinente, a ligação com as próximas aulas.

Cada uma das partes constituintes da aula, anteriormente referidas, incorpora em si parâmetros transversais, os quais procurei sempre considerar no planeamento e desenvolver ao longo das aulas. A designação por mim adotada para cada um desses parâmetros e a forma como foram operacionalizados foi a seguinte:

- **Descrição das Tarefas:** considerando os objetivos estabelecidos para a aula foram definidos exercícios que visavam o seu desenvolvimento, como tal, no momento de proceder ao planeamento da aula, estava estabelecido no plano de aula um espaço para descrever a forma de execução dos diferentes exercícios, sendo essa descrição complementada por outros elementos presentes no plano de aula adiante mencionados. Em alguns exercícios eram apresentadas variantes que permitiam variar o grau de dificuldade na sua execução e assim ajustar, se necessário, os exercícios às necessidades dos alunos, além que sempre que as matérias abordadas o justificavam, eram apresentados exercícios específicos para cada grupo de nível de especificação.

- **Visualização Gráfica:** neste campo do plano de aula eram apresentados os esquemas dos exercícios, com a finalidade de me auxiliar no momento de explicar e demonstrar a forma de execução aos alunos, bem como na forma de organização dos alunos e materiais no espaço e a forma de se enquadrarem em relação a determinada tarefa. A exposição gráfica da tarefa a realizar é de grande utilidade, na medida em que auxilia na perceção sobre a forma de realização do exercício.

- **Critérios de Êxito:** para cada um dos exercícios foram apresentados os respetivos critérios de êxito, devendo ser cumpridos e assimilados pelos alunos na perspetiva de terem êxito nas tarefas propostas. É de extrema importância que os critérios de êxito para cada situação estejam claramente definidos no plano de aula, pois permitem ao professor fornecer orientações sobre aquilo que o aluno deverá atentar na sua prestação, sempre procurando o desenvolvimento desses critérios, a fim de adquirir determinada competência da forma mais correta. Existiu uma preocupação, em que os critérios definidos para a execução dos exercícios fossem os mesmos a considerar nos momentos avaliativos.

- **Estratégias de Ensino e Aprendizagem:** o planeamento de estratégias para cada uma das situações integrantes da aula foi um dos pontos fulcrais para a minha intervenção e regulação de toda a atividade no decorrer da aula.

As estratégias aplicadas compreenderam a forma de organização das atividades, ou seja, a colocação dos alunos para receberem a instrução nos

exercícios, durante as transições entre exercícios, os momentos de espera, os momentos de distribuição e recolha de material, a forma de colocação e deslocamento do professor, quer seja nos momentos, de instrução, demonstração ou fornecimento de feedbacks, procurando sempre o maior controlo visual sobre toda a turma.

Todos estes cuidados com os princípios pedagógicos inerentes às aulas de EF, promovem um melhor processo de ensina-aprendizagem, na medida em que permitem um maior controlo sobre as variáveis que podem perturbar o funcionamento da aula e deste modo o professor consegue gerir de forma mais eficaz o tempo e espaço de aula, promovendo um maior tempo de empenhamento motor.

Aliado a todo este planeamento e contribuindo para a gestão do tempo de aula, no plano de aula também foi contemplado o tempo previsto para a realização de cada exercício, bem como para outras situações, como as transições/organização entre exercícios, tempo de instrução, recolha de material e ainda a tolerância para o balneário no início e final da aula.

Outro aspeto que foi considerado pertinente incluir na estrutura do plano de aula, foi um espaço destinado à definição prévia dos grupos de trabalho, tendo em conta o seu nível perante as matérias a abordar. Este foi mais um fator que se revelou bastante útil no momento de organizar os alunos e distribuí-los pelas várias tarefas, poupando tempo e contribuindo para um controlo mais eficaz sobre a turma.

Finalmente a estrutura do plano de aula englobava um campo destinado a observações sobre o que fosse considerado relevante registar durante o decorrer da aula ou após o seu final. As observações poderiam recair sobre determinado aluno, a turma ou sobre a aula em si. Estas informações contribuíram no momento de proceder a uma reflexão crítica sobre o modo como tinha decorrido a aula.

Ao longo do ano letivo com o decorrer das aulas e com a crescente prática, os planos de aula foram sofrendo algumas alterações na sua elaboração e organização, devido ao desenvolvimento da minha perceção sobre os conceitos inerentes às aulas de EF, sempre na perspetiva de intervir nas aulas da melhor e mais adequada forma.

Importa referir que o plano de aula nem sempre foi seguido de forma rígida, pois o plano de aula não se assume como instrumento ditador da intervenção do professor, mas sim como uma ferramenta que fornece as linhas orientadoras para a condução da aula, atendendo a várias condicionantes. Existindo por vezes a necessidade de se adaptar o plano de aula, face às necessidades que possam surgir e

que nem sempre é possível a sua previsão, por exemplo, o número de alunos disponíveis para a prática e as suas necessidades manifestadas no momento, que podem levar a que determinada tarefa seja alterada em sua função.

1.6.2. REFLEXÕES SOBRE AS AULAS

Após a realização de cada aula, segundo as diretrizes do programa da PES, uma das tarefas do professor estagiário, consistia na elaboração de uma reflexão crítica face às situações vividas durante a aula.

A elaboração das reflexões tinham como principal propósito, a realização de uma análise sobre a forma como tinham sido interpretadas as dimensões inerentes ao planeamento da aula e condução do ensino, procurando refletir com uma atitude auto-crítica acerca dos resultados verificados.

Na estrutura das análises críticas que realizei sobre a minha prestação e intervenção na aula, inicialmente fazia um balanço onde focava os aspetos mais pertinentes atendendo às características da aula. Além deste balanço geral, procurei sempre abordar os aspetos a melhorar, para os quais as estratégias de ensino adotadas não tinham surtido o efeito desejado e que por isso mesmo deveriam ser alteradas e também abordei os aspetos que se tinham revelado positivos e que demonstravam a minha evolução em relação à interpretação das competências específicas de condução do ensino.

Estas reflexões revelaram-se bastante enriquecedoras na medida em que me permitiram refletir e questionar sobre a minha intervenção em todos os aspetos da aula, desde a realização do plano de aula até ao final da sessão. Tive a oportunidade de retirar ilações sobre aquilo que deveria ser consolidado e o que deveria ser alterado, sempre na perspetiva de evoluir em todas as competências inerentes ao ensino.

2. CONDUÇÃO DO ENSINO

Após a elaboração do planejamento, o professor procede à sua intervenção no campo de ação, ou seja, no contexto onde decorre a aula. E neste momento que são desenvolvidas e aplicadas as competências específicas da condução do ensino, as quais possuem uma forte relação com o sucesso na aprendizagem por parte dos alunos, pois o nível de conhecimento que o professor detém sobre as várias dimensões de intervenção pedagógica e a sua prestação durante a aula em relação aos vários fatores, determina a evolução dos alunos (Neto, 1995).

É também neste momento que todo o planejamento é testado, onde é possível verificar se as estratégias previstas se demonstram eficazes e promotoras de um processo de ensino-aprendizagem de qualidade e adequado às características da turma.

Face ao exposto, procurei desenvolver competências específicas para a condução do ensino, em cooperação e sob o supervisionamento da orientadora cooperante e também do orientador da Universidade, tentando sempre adotar as estratégias mais eficazes, as quais me permitissem ter um maior controlo efetivo sobre as várias dimensões. Algumas das estratégias utilizadas ao longo do ano letivo foram sendo consolidadas e outras alteradas, com base na experiência que fui adquirindo e do feedback proveniente do resultado da aplicação dessas estratégias.

Nas situações de Ensino Dirigido, Neto (1995) menciona um conjunto de referências que organizam a condução da atividade, onde se inclui a explicação verbal/demonstração, orientação na tarefa, feedback/afetividade e a organização e gestão da aula. Considerando o referido e a experiência entretanto adquirida na abordagem às dimensões de intervenção pedagógica, a mesma foi organizada da seguinte forma. Serão abordadas individualmente a Instrução e o Feedback e de forma conjunta a Gestão do Tempo e Organização da Aula e também o Clima de Aula e Disciplina.

2.1. INSTRUÇÃO

Nos momentos de instrução o professor deve assegurar clareza, objetividade e pertinência da mensagem a transmitir e a compreensão por parte dos alunos, utilizando uma linguagem técnico-científica adequada a cada matéria e à idade dos

alunos. Se necessário deverá demonstrar a execução do exercício pretendido contribuindo para a compreensão do que se pretende, indo assim ao encontro do que nos indica Carreiro da Costa (1995) em que a eficácia dos professores está em parte relacionada com a relevância que dão à transmissão da informação sobre as atividades a realizar, em que evidenciam as componentes críticas dos exercícios ou destrezas a realizar e que com o intuito de esclarecer o que é explicado e solicitado aos alunos, fazem também demonstrações.

O professor deve também procurar não perder tempo com informação supérflua, sendo o mais assertivo possível e assim contribuir para uma gestão mais eficaz do tempo de aula.

Para que conseguisse ser o mais eficaz possível neste momentos da aula, tive a necessidade de incluir a planificação deste momentos nos planos de aula, prevendo quanto tempo iria necessitar para cada instrução/demonstração tendo em conta vários aspetos, tais como o espaço onde decorria a aula, o tipo de exercícios e os alunos.

Consoante o tipo de fatores as estratégias a utilizar variavam. Por norma a formação utilizada para dispor os alunos no momento de instrução era em semicírculo, através da qual Neto (1995) indica ser possível o professor ser visualizado e ouvido em boas condições. Nesta organização eu colocava-me em frente aos alunos e tinha também a possibilidade de os visualizar a todos, o que me permitia ter um maior controlo sobre a turma e projetar a voz em direção a toda a classe, o que facilitava a sua compreensão. Nem sempre esta transmissão se processou da melhor forma e no tempo pretendido, pois por vezes os alunos tinham comportamentos inapropriados que acabavam por perturbar a turma e conseqüentemente a eficácia da transmissão da informação sobre os objetivos da aula para os diferentes exercícios e ainda, também devido inicialmente à minha incorreta colocação no espaço de aula.

Quando possível realizava parte da instrução com os alunos ainda sentados nos bancos suecos, quando disponíveis, pois permitia que os mesmos não estivessem dispersos e conseguissem ouvir melhor a informação. Sempre que as aulas eram nos espaços exteriores tive a necessidade de elevar o volume da minha voz, para que fosse possível os alunos ouvirem com mais clareza as informações, pois no exterior a existência de ruídos perturbadores provenientes do meio envolvente é maior.

Este momento foi sendo melhorado ao longo do ano letivo, na medida em que fui ganhando mais experiência de ensino e que também adquiri maior competência

para controlar os comportamentos de indisciplina, que por norma acontecem nestes momentos da aula, uma vez que os alunos devido à proximidade entre eles, tem a oportunidade de interagirem e conseqüentemente poderão perturbar a aula.

2.2. FEEDBACK

O professor deve acompanhar de forma ativa os momentos de prática dos alunos, procurando adotar estratégias que lhe permitam diagnosticar as necessidades dos mesmos e assim puder intervir, de forma a ajustar as tarefas de ensino e/ou aprendizagem, bem como utilizar diferentes formas de feedback, quer sejam verbais ou não-verbais, com o intuito de descrever, avaliar, prescrever e/ou corrigir a prestação dos alunos, devendo favorecer a sua motivação e empenho nas aprendizagens.

Assim, para que a minha intervenção se tornasse adequada e me permitisse ajustar as tarefas sempre que necessário, fornecendo os devidos feedbacks pedagógicos, adotei um conjunto de estratégias, fruto da experiência adquirida e do trabalho de investigação-ação, que posteriormente será apresentado.

No início do ano letivo apresentei várias lacunas no que à minha deslocação e colocação pelo espaço de aula diz respeito, o que influenciava diretamente a capacidade de controlo sobre a turma e, conseqüentemente a intervenção adequada. Como tal, esses foram também parâmetros para os quais tive a necessidade de encontrar as estratégias que me permitissem superar essas dificuldades.

No planeamento das aulas devem ser considerados vários aspetos, que influenciam o controlo sobre a turma, em primeira instância considerou-se a organização dos exercícios, ou seja, se trabalhava com um sistema de estações, tinha a preocupação de colocar mais próximas entre si, as estações onde os alunos praticavam exercícios com conteúdos mais complexos e que por isso necessitavam do auxílio mais frequentemente do que em relação a outras estações com exercícios mais simples. Esta estratégia permitiu intervir de forma mais rápida e eficaz, uma vez que era possível ter uma maior proximidade das estações que apresentavam exercícios mais complicados.

Uma das preocupações, apontada por Neto (1995), que o professor deverá atentar é a sua circulação e colocação no espaço de aula, permitindo-lhe visualizar

todos os alunos e atuar quando necessário. Considerando o referido, nos momentos em que tive a necessidade de ajustar alguma tarefa ou ajudar algum aluno, tentei ter a preocupação de não me colocar de costas para a restante classe, pois apesar de estar a intervir junto de algum aluno é necessário conseguir ter algum controlo sobre os restantes que poderão também manifestar dificuldades ou até para controlar eventuais comportamentos fora das tarefas propostas. Também na minha deslocação pelo espaço de aula ao dirigir-me a determinado exercício, tentei não me deslocar ficando de costas para outros alunos, pelos mesmos motivos apresentados anteriormente. No entanto esta necessidade de não ficar de costas para nenhum aluno, nem sempre é possível dadas as características de algumas atividades, mas nesses casos tentei ficar o menor tempo possível sem o controlo da maioria da turma.

Estas estratégias permitiram-me evoluir em relação à minha capacidade de intervir ativa e adequadamente junto dos alunos quando necessário e assim contribuir para as suas aprendizagens.

2.3. GESTÃO DO TEMPO E ORGANIZAÇÃO DA AULA

Segundo Piéron (1996), a falta de organização produz perdas de tempo desnecessárias, o que leve a que o tempo disponível para a aula não seja devidamente rentabilizado para o empenhamento motor dos alunos e conseqüentemente, para a aprendizagem da matéria de ensino. Nesta perspetiva importa refletir em conjunto sobre estas duas competências, pois os resultados da eficácia nos procedimentos de organização utilizados nos vários momentos da aula influenciam de forma direta ou indireta a qualidade da gestão do tempo de aula.

Assim, torna-se de extrema importância adotar e desenvolver processos eficazes de organização das tarefas da aula, adequados aos objetivos, aos recursos disponíveis e às necessidades da turma. Neste sentido procurei adotar um conjunto de estratégias que me permitissem intervir e regular de forma adequada os vários momentos de aula, sempre na perspetiva de potenciar um aumento do tempo de empenhamento motor dos alunos.

Para que os processos de organização produzissem efeitos positivos e eficazes, foi necessário todo um prévio planeamento desde o PAT até ao plano de aula, onde deveriam constar as linhas orientadoras para a concretização das aulas,

sempre com a preocupação de prever o maior número possível de variáveis que fossem previstas ocorrer, dada a natureza do contexto no qual a aula decorria.

Quanto às estratégias utilizadas começamos pela organização dos recursos materiais, em que antes de os alunos entrarem para a aula, procurei ter sempre o cuidado de preparar e dispor o material que fosse necessário, pelo espaço de aula, o que levava a uma redução do tempo despendido com a organização do mesmo durante o tempo útil para a aula.

No entanto, toda a organização dos recursos materiais dependeu fortemente das características dos exercícios a abordar ao longo da aula, que influenciam não apenas a organização dos recursos materiais, mas também as restantes estratégias que regulam a organização dos alunos e exercícios, o que conseqüentemente influencia o tempo de empenhamento motor disponível, reconhecendo-se aqui as conclusões resultantes de um estudo efetuado por Ferreira, Moreira e Sarmiento (2005) sobre a influência das características da tarefa em relação ao tempo de empenhamento motor dos alunos.

Os referidos autores verificaram que na prática de modalidades individuais como ginástica e atletismo, o tempo de empenho motor é mais reduzido, o que se deverá às características peculiares dos conteúdos destas matérias, em que para o seu desenvolvimento a maioria dos exercícios, apenas permitem que o aluno realize a tarefa de forma individual e como tal, o tempo de atividade motora disponível seja mais reduzido. Nas modalidades coletivas, o tempo de atividade motora é considerado mais elevado do que nas referidas anteriormente, desde que os alunos estejam em prática simultaneamente. Os referidos autores verificaram ainda que os desportos de raquetes e desportos de combate apresentam o mais elevado tempo de atividade motora, devido ao tipo de exercícios propostos para o desenvolvimento destas matérias permitir que os alunos trabalhem em pares.

As particularidades de cada tarefa conduziram à necessidade da criação de estratégias de organização dos exercícios de aprendizagem, tendo em conta não só as próprias características, mas também as características do espaço físico. Com essas estratégias pretendeu-se promover um elevado tempo de empenhamento motor.

Assim, as matérias de ginástica de solo e aparelhos foram sempre abordadas no mesmo espaço coberto (G2), onde se encontravam todos os materiais necessários

à sua prática. As aulas eram organizadas por estações, em que os alunos eram divididos em grupos e distribuídos pelas estações, sendo que em algumas estações os alunos trabalhavam exercícios para desenvolver as capacidades físicas, os quais não exigiam a minha presença constante, permitindo assim focar-me com mais atenção em outras estações em que os alunos, devido às características dos exercícios propostos, necessitavam de um maior auxílio da na sua execução e também por questões de segurança. Este sistema de organização neste tipo de matérias permitia que o tempo de espera dos alunos em cada exercício fosse menor, o que levava a um maior tempo de empenhamento motor dos alunos durante a aula.

Quanto aos desportos coletivos, foram criadas também estações, em que em cada estação a matéria abordada era diferente, assim a turma era dividida pelas estações, geralmente uma estação em cada 1/2 campo. Nos desportos coletivos não houve necessidade de várias estações como no caso da ginástica, pois dadas as características dos exercícios propostos tendo em conta os conteúdos dos desportos coletivos, era possível numa mesma estação ter um maior número de alunos em atividade, com tempos reduzidos de espera. O badminton foi conduzido conjuntamente com o voleibol, de forma a rentabilizar o espaço, a sua organização e o material que já estava montado, nomeadamente a rede, pois era possível alterar a altura da mesma e assim o tempo com as transições e organização do material no espaço tornou-se menor.

Também o sistema de estafetas se assumiu como um sistema eficaz para rentabilizar o tempo e a organização dos alunos, por norma eram criados três a quatro exercícios em forma de estafeta, sendo que em cada exercício os alunos trabalhavam diferentes conteúdos. Neste sistema eram formados grupos, conforme o número de alunos e de exercícios, em que cada grupo teria que trabalhar cada um dos exercícios apresentados, deslocando-se pelos mesmos ao sinal do professor. Apostou-se neste sistema na sua maioria sobre a turma do 5ºano, pois era possível, em cada uma das estafetas proporcionar aos alunos vários exercícios que visavam desenvolver e elevar as várias capacidades físicas, que por norma na faixa etária que engloba este ano de escolaridade, se encontram mais diminutas do que o que seria desejável.

Outra das estratégias de organização foi a criação de rotinas, tais como a disposição dos alunos em semicírculo nos momentos de instrução, nos quais havia a necessidade transmitir as informações sobre os objetivos da aula e sobre a forma de execução dos vários exercícios. Esta forma de organização permitia não só a mim

visualizar toda a turma e como tal, ter um maior controlo sobre a mesma, como também permitia que todos os alunos me vissem e ouvissem mais eficientemente neste momento crucial para o desenrolar da aula. Consequentemente se a informação era transmitida com clareza e havia um maior controlo sobre eventuais comportamentos desviantes, não havia necessidade de realizar nova instrução. Por sua vez, a formação dos alunos em xadrez foi também uma estratégia utilizada, predominante nos momentos de aquecimento e também nos momentos de relaxamento e retorno à calma no final da aula. Estas rotinas de formação foram sendo consolidadas ao longo do ano letivo, demonstrando-se eficazes, pois permitiam menos perdas de tempo em organização nestes momentos da aula.

2.4. DISCIPLINA E CLIMA DE AULA

Relativamente a estas duas dimensões de intervenção pedagógica, considero pertinente abordar as duas conjuntamente, na medida em que as mesmas se influenciam, ou seja, para que exista a manutenção de um clima de aula positivo é necessário o controlo de comportamentos inapropriados, através de estratégias que promovam a sua inexistência.

Segundo Siedentop (1991), a dimensão da disciplina não deve ser encarada apenas como algo a controlar, mas como uma via importante que auxilia o professor no alcance dos objetivos de ensino, o que a torna uma dimensão importante no processo de ensino-aprendizagem.

Torna-se então crucial que o professor adote um conjunto de procedimentos e estratégias de prevenção e remediação dos comportamentos inapropriados dos alunos, visando a promoção de um clima de aula positivo e favorável às aprendizagens.

Tendo sido a indisciplina uma problemática que esteve presente nas aulas, mais frequentemente nas aulas da turma em que lecionei de forma individualizada, procurei obter um conjunto de estratégias que me permitissem prever e remediar os comportamentos inapropriados, na tentativa de assegurar a disciplina e um clima positivo. Como tal e uma vez que segundo as normas do programa da PES tive que realizar um trabalho de investigação-ação, considerei pertinente com o acordo dos orientadores, desenvolver o referido trabalho sobre a temática da indisciplina nas

aulas de EF, na perspectiva de obter um conjunto de estratégias que me permitissem prever ou remediar os comportamentos de indisciplina.

Após o desenvolvimento do trabalho de investigação-ação ao longo do ano letivo, considero que foi uma boa aposta o tema abordado, pois permitiu-me enquanto professor estagiário com uma experiência letiva diminuta, adquirir e desenvolver novas competências. Fruto do trabalho desenvolvido neste projeto, considero que existiu uma evolução em relação ao controlo da indisciplina nas aulas e conseqüentemente também permitiu a minha evolução em relação às outras dimensões de intervenção pedagógica, pois através do desenvolvimento das estratégias promotoras de comportamentos apropriados, desenvolvi também as competências de organização, instrução, deslocação e colocação no espaço de aula, o que contribui para melhorar o controlo sobre a turma nos vários momentos da aula.

Considerando que na abordagem à Dimensão de Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida, está exposta e explicada a forma como o trabalho sobre a temática da indisciplina foi desenvolvido, bem como a discussão sobre o resultado das estratégias e medidas aplicadas, julgo não ser necessário estar a mencionar neste ponto as informações sobre o resultado de tais estratégias, pois estaria a cair no erro de ser repetitivo. Assim, para uma melhor perceção de como desenvolvi a minha condução do ensino em relação aos parâmetros da disciplina e clima de aula, a mesma poderá ser consultado na referida dimensão.

3. OBSERVAÇÃO E ANÁLISE DO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM NO ENSINO SECUNDÁRIO

No decorrer do estágio pedagógico foi solicitada a realização de um conjunto de observações e respetiva análise do processo de ensino e aprendizagem, que deveria incidir sobre uma turma pertencente a um ciclo de ensino que não estivesse representado pelas turmas onde se estava a desenvolver prática de ensino. As turmas disponibilizadas para a realização das observações estavam integradas nas PES de outros núcleos de estágio.

Face ao exposto e atendendo a que minha prática de ensino abrangeu duas turmas representativas do segundo e terceiro ciclos do ensino básico e que não existiam turmas do primeiro ciclo do ensino básico disponíveis, a minha observação incidiu sobre uma turma do ensino secundário.

A turma selecionada, pertencente à Escola Secundária André de Gouveia, em Évora, foi o 11ºTD2, do curso Tecnológico de Desporto, composta por um total de 22 alunos, o que correspondia a 6 raparigas e 16 rapazes.

Durante o período em que decorreram as observações, observei um total de 4 aulas com 90 minutos cada, o que correspondeu a 8 sessões de 45 minutos, indo ao encontro do pretendido para esta tarefa.

Ao longo das observações procurei obter informação útil e retirar ilações sobre as particularidades do ensino secundário, no que diz respeito às dimensões de planeamento e avaliação. A recolha de informação não resultou apenas das observações das aulas, mas também de diálogo com o professor titular sobre as particularidades do ensino secundário e dos contributos dos colegas estagiários.

A análise da informação recolhida ao longo das observações, aliada à interpretação dos vários documentos normativos e reguladores de cada um dos ciclos de ensino, contribuiu para a realização de uma breve reflexão comparativa entre o ensino Básico e Secundário, quanto às suas características e sobre a forma de operacionalizar a disciplina de EF.

3.1. PLANEAMENTO

O desenvolvimento da EF na turma observada desenvolveu-se segundo o modelo de planeamento por etapas, o qual se afigura como o modelo de planeamento mais adequado ao ensino secundário, segundo as indicações de Jacinto, Carvalho, Comédias e Mira (2001) presentes no programa de EF para o ensino secundário.

Os princípios considerados aquando da organização do ano letivo e elaboração do plano anual de turma no ensino secundário são na sua maioria idênticos aqueles que estruturam o planeamento do 2º e 3º ciclo do ensino básico. Como tal, também no ensino secundário a dimensão operacional do plano anual de turma, integra como primeira etapa de trabalho o processo de avaliação inicial, com a finalidade fundamental de identificar as aptidões e limitações da turma e a partir daí elaborar o restante planeamento e estabelecer os objetivos a atingir.

3.2. AVALIAÇÃO

Decorrente da análise realizada às orientações programáticas para ambos os ciclos de ensino, a diferença mais notória entre o ensino básico e secundário assenta no modelo de organização curricular. Pois se ao nível do 2º e 3º ciclo de ensino a escolha das matérias é definida pelo professor titular com base nos resultados da avaliação inicial e atendendo ao definido pelo GEF para a composição curricular, ao nível do ensino secundário é proporcionado aos alunos a possibilidade de selecionarem e se aperfeiçoarem nas matérias de sua preferência. Contudo neste processo de seleção o professor tem um papel fundamental, devendo aconselhar o aluno sobre as opções a tomar considerando as suas prestações no momento de avaliação inicial e não apenas as preferências do aluno (Jacinto, Carvalho, Comédias & Mira 2001)

O quadro seguinte ilustra as diferenças nas regras de seleção das matérias da área das atividades físicas, nos três ciclos de ensino considerados nesta análise.

QUADRO 1 - NORMAS DE SELEÇÃO DAS MATÉRIAS

| Ciclo de ensino | Normas de seleção das matérias | Categorias |
|-------------------|---|--|
| 2º Ciclo | <ul style="list-style-type: none"> São selecionadas as 6 “melhores matérias” de cada aluno (onde o aluno revelou melhores níveis de interpretação). Só pode considerar-se para seleção 1 matéria de cada uma das categorias (A a G). | <p>Categoria A – Jogos</p> <p>Categoria B – Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol</p> <p>Categoria C – Ginástica de solo, Ginástica de aparelhos</p> <p>Categoria D – Atletismo</p> <p>Categoria E – Patinagem</p> <p>Categoria F – Dança</p> <p>Categoria G – Outras (Orientação, Natação, etc.)</p> |
| 3º Ciclo | <ul style="list-style-type: none"> São selecionadas as 7 “melhores matérias” de cada aluno (onde o aluno revelou melhores níveis de interpretação). São selecionadas matérias de 6 ou 5 categorias. Obrigatoriamente são consideradas 2 matérias da Categoria A. No caso de se considerarem apenas 5. Para além das 2 matérias da categoria A, devem escolher-se 2 matérias da categoria B. | <p>Categoria A – Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol</p> <p>Categoria B – Ginástica de solo, Ginástica de aparelhos, Acrobática</p> <p>Categoria C – Atletismo</p> <p>Categoria D – Patinagem</p> <p>Categoria E – Dança</p> <p>Categoria F - Raquetas</p> |
| Ensino Secundário | <p>No 10º ano interessa consolidar, e eventualmente, completar a formação diversificada do ensino básico.</p> <p>Nos 11º e 12º ano admite-se um regime de opções no seio da escola, ou seja, a escolha das matérias a avaliar deverá ser feita pelo aluno, o que permite que os alunos se aperfeiçoem nas matérias na sua preferência.</p> | <p>As matérias selecionadas devem estar de acordo com a composição curricular prevista no PNEF, assim a escolha das matérias deverá ser:</p> <p>2 Jogos Desportivos Coletivos, 1 Ginástica ou Atletismo, 1 Dança e 2 Outras (Raquetas, Combate, Natação, Patinagem, Atividades Exploração Natureza, etc.)</p> |

Quanto à área da Aptidão Física a metodologia utilizada é idêntica, em que se realiza também a aplicação da bateria de testes *Fitnessgram*, surgindo apenas diferenças nos limites da ZSAF.

No que diz respeito á área dos conhecimentos os procedimentos são os mesmos, surgindo diferenças apenas na especificidade dos objetivos previstos para esta área em cada um dos ciclos de ensino.

III. PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE

Segundo as orientações do programa para a PES, no âmbito desta dimensão pretende-se que o professor estagiário desenvolva competências de planeamento e orientação de projetos, os quais deverão ser devidamente dinamizados junto da população-alvo a que se destinam e os seus propósitos estarem relacionados com as finalidades da educação física e integrados no contexto escolar.

Desta forma foi proposto ao núcleo de estágio que integrei, a preparação de forma autónoma de duas atividades que deveriam ser integradas no Plano Anual de Atividades (PAA) do GEF, uma das quais deveria ser direcionada preferencialmente aos alunos e a outra ser promotora da interação entre a escola e a comunidade envolvente.

Em conjunto com os colegas do núcleo de estágio e colaboração da orientadora cooperante, para a realização de cada atividade foi necessário elaborar o respetivo projeto, identificando no mesmo os aspetos referentes à organização de uma atividade. Tais como o enquadramento, objetivos, recursos humanos e materiais, população-alvo, programa e formas de promoção, entre outros.

Após a concretização de cada uma das atividades foi necessário realizar um balanço sobre todos os aspetos, através de um relatório, onde se identificou quais os aspetos positivos e os aspetos a melhorar.

Apesar de para esta dimensão ter sido proposta a inclusão no PAA de duas novas atividades da autoria dos estudantes do núcleo de estágio, tal não foi exequível devido à calendarização que já estava prevista.

Como tal e para que os professores estagiários também tivessem as oportunidades necessárias, a orientador cooperante em comunhão com os restantes professores do GEF concordaram em atribuir a organização de uma atividade já prevista no calendário e a inclusão de um novo projeto organizado pelo núcleo de estágio.

1. TORNEIO INTER-TURMAS DE BASQUETEBOL “COMPAL AIR”

O torneio Inter-Turmas de Basquetebol realizou-se no dia 15 de Dezembro de 2011, na última semana de aulas do 1º período letivo.

Este é um torneio que se realiza anualmente na escola, integrado no PAA com os propósitos fundamentais de promover a atividade física e desportiva junto dos alunos e simultaneamente permitir o apuramento das equipas vencedoras para a fase distrital da competição “Compal Air”, que engloba várias fases competitivas, sendo a primeira ao nível de escola.

1.1. ORGANIZAÇÃO DA ATIVIDADE

A atividade consistiu na organização de um torneio de Basquetebol, com a realização de jogos 3x3, disputados em meio – campo de basquetebol, no pavilhão desportivo principal (G1) da escola.

O sistema de competição do torneio 3x3 foi realizado da seguinte forma:

1º- Fase grupos;

2º - Eliminatórias;

O público-alvo foi apenas os estudantes do 3º ciclo de ensino, pois foi opção do grupo organizador juntamente com o GEF não incluir o 2º ciclo nesta atividade, uma vez que a modalidade de basquetebol apenas é iniciada a partir do 6º ano de escolaridade.

Apesar da parte organizacional ter sido assumida pelo núcleo de estágio, para o desenvolvimento da atividade foi efetuado um trabalho de cooperação entre os professores de educação física e colegas do outro núcleo de estágio, o qual foi essencial para a realização da atividade com sucesso.

No dia anterior à competição, foram afixados pela escola cartazes com a ordem de jogos numa perspetiva de rentabilizar o tempo de organização, no próprio dia foram sinalizados os campos de basquetebol e distribuído o respetivo material necessário.

1.2. RECURSOS HUMANOS E MATERIAIS

Anteriormente à realização da atividade, foi necessário estabelecer previamente quais os recursos humanos e materiais necessários. Houve também um trabalho de divulgação anterior à data da realização, através da afixação de cartazes promocionais ao evento e informações sobre a forma de inscrição, tendo sido disponibilizado a cada um dos professores do GEF as fichas de inscrição para fornecerem às respectivas turmas.

- ✓ A organização e controlo da atividade foram assegurados pelos três professores estagiários do núcleo de estágio;
- ✓ Os restantes elementos do GEF e colegas do outro núcleo de estágio colaboraram nas mesas de jogo, assegurando um correto preenchimento das fichas de jogo;
- ✓ Na arbitragem de cada jogo ficaram encarregues os respetivos capitães de cada equipa, previamente indicados no boletim de inscrição de cada equipa;

1.3. CRONOGRAMA

Além da definição dos recursos humanos e materiais necessários, foi imprescindível elaborar um cronograma de tarefas com base no programa previamente definido para a realização da atividade, estimando qual o tempo necessário para cada tarefa. Esta metodologia facilitou a cooperação e comunicação entre os intervenientes na organização da atividade, uma vez que o cronograma apresenta a lista de tarefas que são necessárias realizar antes, durante e após a realização da ação principal da atividade. Sendo possível delegar com mais facilidade as tarefas e reduzindo o tempo gasto em organização dos recursos e da ação da atividade.

QUADRO 2 - CRONOGRAMA DE TAREFAS - TORNEIO DE BASQUETEBOL

| Horas | Tarefa |
|-----------------------|---|
| 08 horas e 15 minutos | Recrutamento, distribuição, organização e montagem do material junto dos respetivos campos. |
| 08 horas e 30 minutos | Receção dos participantes |
| 08 horas e 45 minutos | Aquecimento das equipas |
| 09 horas | Início dos jogos – Inter-turmas (Basquetebol) |
| 13 horas | Pausa para almoço |
| 14 horas | Realização das finais |
| 15 horas | Término da atividade e arrumação do material |

1.4. PARTICIPANTES

A atividade contou com um total de 34 equipas, constituídas por 4 elementos cada, distribuídas pelos três anos do 3º ciclo:

QUADRO 3 – RELAÇÃO DE PARTICIPANTES – TORNEIO DE BASQUETEBOL

| Ano | Equipas | |
|--------|------------|-----------|
| | Masculino | Feminino |
| 7º Ano | 12 equipas | 5 equipas |
| 8º Ano | 4 equipas | 3 equipas |
| 9º Ano | 6 equipas | 4 equipas |

O torneio foi disputado por equipas femininas e masculinas, de cada ano do 3ºciclo de escolaridade, formadas apenas por elementos da mesma turma, sendo um dos alunos indicado como capitão de equipa.

1.5. BALANÇO FINAL

Realizando um balanço geral após a realização da atividade, o núcleo de estágio considera que a mesma decorreu de forma bastante positiva. Pelo número de equipas que participaram, a adesão à atividade demonstrou-se bastante satisfatória, destacando-se os alunos do 7ºano, que representaram metade das equipas participantes. Tal, pode dever-se à divulgação realizada previamente junto de todas as turmas de 3ºciclo e também por esta atividade já ter integrado o PAA em anos anteriores e ter como um dos propósitos a apuramento para a fase distrital do torneio.

A gestão dos recursos humanos e materiais demonstrou-se eficiente e adequada às necessidades, pois não houve falta de recursos durante as provas e cada elemento sabia quais as respetivas funções a desempenhar.

Um dos aspetos mais difíceis de controlar e como tal, a melhorar, foi o momento de início dos jogos, pois inicialmente estava previsto dar-se a partida de quatro jogos em simultâneo em cada ronda, mas acabamos por verificar que não foi a melhor estratégia, visto que algumas turmas não conseguiram respeitar os horários estabelecidos para os jogos, devido a se encontrarem em aulas, tornando assim impossível executar a estratégia planeada e tendo que se fazer algumas adaptações. No entanto esta situação apenas gerou perturbação no início da atividade, tendo sido depois ultrapassada.

Em suma, os objetivos propostos foram alcançados, apesar de um pequeno atraso de cerca de 30 minutos na hora prevista para o início dos jogos, todos foram realizados e decorreram sem se verificar problemas de indisciplina, realçando-se o espírito de equipa e fair-play que esteve presente ao longo do dia.

2. ATIVIDADE – “DIA DO PAI”

A atividade realizou-se no dia 19 de Março de 2012, coincidindo com a celebração do “Dia do Pai”, no sentido de que era a última semana letiva e possivelmente seria mais fácil a participação dos alunos.

Através desta temática procuramos dinamizar uma atividade com os principais objetivos de proporcionar aos alunos contacto com alguns jogos tradicionais portugueses e simultaneamente a interação com os seus encarregados de educação na participação nas atividades propostas, num ambiente descontraído de recreação e lazer, fora do habitual contexto de reuniões.

2.1. ORGANIZAÇÃO DA ATIVIDADE

Também nesta atividade foi efetuado um trabalho de cooperação entre com alguns professores de educação física, na organização dos jogos e recursos necessários. A ação de animação realizada consistiu em realizar um conjunto de atividades de cariz desportivo e lúdico.

Após a elaboração do respetivo projeto da atividade, o mesmo foi dado a conhecer ao grupo de educação física e aos diretores de turma, com o intuito de ir a reunião de conselho pedagógico para aprovação. Partindo deste pressuposto, demos início à elaboração do respetivo cartaz, procedemos à elaboração da informação da atividade e convite aos encarregados de educação, bem como à elaboração de fichas de registo e por último, dos diplomas de participação.

2.2. RECURSOS HUMANOS E MATERIAIS

Posteriormente a este processo houve a necessidade de nos certificarmos se os recursos materiais que necessitávamos estavam disponíveis em quantidade necessária para a consecução da nossa atividade e também estabelecer os recursos humanos.

- ✓ A organização e controlo da atividade foram assegurados pelos três professores no núcleo de estágio.

- ✓ Na parte inicial da atividade, a demonstração de dança ficou ao cargo da Professora Ana Batalha e do grupo que orienta de Atividades Rítmicas e Expressivas, no âmbito do Desporto Escolar.
- ✓ Posteriormente, no *Peddy-Paper* que integrou jogos tradicionais e lúdicos, cada estação com atividades foi monitorizada por alunos que previamente se disponibilizaram para colaborar, tendo sido depois orientados sobre as suas responsabilidades. Em cada estação, os alunos responsáveis pela mesma, tinham à sua disposição o regulamento do respetivo jogo e uma ficha de registo da pontuação.
- ✓ A sessão de relaxamento foi dirigida pelos três professores do núcleo de estágio.

2.3. CRONOGRAMA

Com a finalidade de definir quais os momentos para a realização de cada ação no âmbito da atividade e assegurar que toda a atividade estaria devidamente preparada para receber os participantes, foi realizado o seguinte cronograma com a indicação de cada tarefa.

QUADRO 4 - CRONOGRAMA DAS TAREFAS - ATIVIDADE "DIA DO PAI"

| Hora | Tarefa |
|------------------------------|--|
| 14 Horas | Recrutamento do material para as estações |
| 14 horas e 30 minutos | Montagem do material em cada estação |
| 16 Horas e 30 minutos | Receção dos participantes |
| 17 Horas | Início da Atividade – <i>Peddy-Paper</i> |
| 18 Horas | Continuação da atividade – Demonstração de dança |
| 19 Horas | Fim da atividade – Aula de relaxamento |
| 19 Horas e 30 minutos | Lanche tradicional alentejano |
| 19 Horas e 45 minutos | Entrega dos diplomas |

A atividade iniciou-se cerca das 17h, tendo em conta as sugestões provenientes dos alunos, em que seria mais fácil a deslocação dos pais e encarregados de educação à escola, a partir desse horário.

Foi realizado o momento de abertura por nós, onde fizemos a síntese do que se iria passar, dando as boas vindas aos encarregados de educação e agradecer a respetiva presença e colaboração.

1º. Demonstração de Dança - No início da atividade, a Prof.^a Ana Batalha, juntamente com as alunas que integram o grupo de atividades rítmicas e expressivas da escola, realizaram uma demonstração de dança, para os participantes, dando assim também conhecimento à comunidade escolar, do trabalho desenvolvido pelo grupo. As coreografias apresentadas integraram os estilos hip-hop e aeróbica. A ação decorreu no espaço G1 (nave central), podendo assim aproveitar-se a galeria que existe no espaço para observação da demonstração.

2º. Peddy-Paper - A etapa seguinte foi a realização de um *Peddy-Paper* que decorreu nos espaços do recinto da escola tendo sido criados 2 percursos diferentes, com ponta de partida e chegada no mesmo local, como forma de prevenir que ao realizarem a atividade, os participantes não se aglomerassem nas mesmas estações, evitando-se momentos de espera prolongados.

Para este desafio pretendeu-se que as provas tivessem um carácter lúdico e desportivo com principal relevância para os jogos tradicionais portugueses. As atividades levadas a cabo em cada um dos postos, designaram-se por:

- Campo minado; Corrida de Sacos; Jogo das Latas; Jogo da Malha; Jogo da Mímica; Rolo ao Arco; De garrafa em garrafa; Assopra no balão;

Com estes jogos pretendemos oferecer aos participantes variabilidade nas experiências propostas, sendo que os mesmos tiveram possibilidade de desenvolver competências de equilíbrio, coordenação espaço temporal, coordenação óculo manual e coordenação óculo pedal, num clima de recreação e também com a aliciante de competitividade.

Durante a realização do percurso por cada prova superada com sucesso, os participantes recebiam uma pontuação que era específica em cada exercício e com critérios próprios.

3º Sessão de relaxamento - Após a atividade de *Peddy-Paper* foi proporcionada aos participantes uma sessão de relaxamento, a qual decorreu no espaço coberto (G2). Nesta atividade foi solicitado aos participantes que formassem pares e se distribuíssem pelos colchões dispostos no chão. Para que atividade tivesse o efeito pretendido foram criadas condições particulares no espaço da atividade, através da diminuição da iluminação no espaço e colocação de uma música calma e relaxante, resultando num ambiente tranquilizante.

4º Lanche - Para finalizar a atividade, no espaço do refeitório da escola, foi servido um lanche para os participantes, promovendo o convívio entre todos. Houve ainda a realização de uma pequena cerimónia de entrega de diplomas de participação.

Após a realização da atividade os alunos disponibilizaram-se para arrumar os materiais utilizados e ajudaram na limpeza do refeitório., ficando os espaços tal como se encontravam anteriormente.

2.4. PARTICIPANTES

A maioria dos participantes foram os alunos e respetivos familiares, pertencentes às turmas nas quais lecionámos e alguns alunos e pais de outras turmas. Também outros membros da comunidade escolar, como professores e funcionários participaram nas atividades com os respetivos educandos.

2.5. BALANÇO FINAL

Sabendo que existem algumas limitações à participação massiva neste tipo de atividade, entre as quais, o horário de realização da mesma e ocorrer durante um dia útil da semana, provocou-nos antes do início da atividade alguma apreensão quanto ao nível de adesão, se seria o suficiente para contribuir para o sucesso da atividade.

Decorrida a atividade consideramos que teve sucesso e que o número de participantes alcançados foi adequado e indo ao encontro do que se proponha, como podemos verificar aquando do momento da relaxação no espaço coberto (G2), em que o mesmo estava completamente ocupado.

De acordo com a opinião imediata de alguns participantes, os mesmos divertiram-se, gostando do convívio e de fazer algo diferente, pois a maioria nunca tinha tido oportunidade de experimentar uma aula de relaxação ou muitos dos alunos não tinham experienciado alguns dos jogos que foram proporcionados, principalmente os jogos tradicionais portugueses.

3. COLABORAÇÃO NAS ATIVIDADES DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Além da organização das duas atividades mencionadas, as competências que caracterizam esta dimensão também foram desenvolvidas em outras inúmeras ocasiões, através da colaboração em todas as atividades previstas no PAA elaborado pelo GEF.

Ao longo de todo o ano letivo foi possível colaborar na organização e realização das atividades propostas pelo GEF, onde se incluíram atividades de caráter desportivo e formativo, a maioria das atividades realizadas foram relacionadas com a modalidade de Atletismo já com tradição na escola e que integrava as equipas de Desporto Escolar. Colaborei então na organização da maratona escolar “Dia do Não Fumador”, o Corta-Mato (Fase Escola), os “Megas” (Atletismo), Jogos coletivos “+Desporto”, Prova de Estafetas, Pentatlo e torneio de Futsal.

Outro evento em que tive a possibilidade de colaborar na sua realização, foi no Corta-Mato (Fase Distrital), esta experiência organizativa foi diferente das demais, uma vez que se realizou fora das instalações da escola e a sua dimensão foi bastante superior por se tratar de uma prova de caráter regional. Além destas provas relacionadas com o GEF, também colaborei juntamente com os meus colegas em outras atividades da comunidade escolar, relacionadas com outras áreas.

Em todas as atividades que colaborei, para as que foi solicitado e também para as que tomei a iniciativa de colaborar, procurei sempre ter uma atitude responsável, assegurando as funções que me eram atribuídas, o respeito pela dinâmica de trabalho dos outros professores, com os quais devido à sua experiência foi possível aprender bastante, através de uma constante cooperação, que também facilitou a nossa participação e foi um grande contributo para o balanço positivo das iniciativas organizadas pelos professores estagiários.

IV. DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL AO LONGO DA VIDA

1. TRABALHO DE INVESTIGAÇÃO-AÇÃO: “PREVENÇÃO DA INDISCIPLINA EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA”

1.1. INTRODUÇÃO

Na Dimensão de Desenvolvimento Profissional ao longo da vida, pretende-se que o professor reflita sobre as suas práticas pedagógicas, apoiando-se na sua experiência e na investigação, procurando assim desenvolver a sua prática profissional e enriquecer a sua formação, partilhando saberes e experiências e contribuindo para o desenvolvimento do ensino. Como tal, foi proposta a realização de um estudo de investigação-ação, o qual poderia recair sobre a própria PES ou sobre uma determinada temática inerente à disciplina de Educação Física.

Sendo a indisciplina uma problemática com a qual enquanto professor estagiário me deparei nas aulas lecionadas à turma onde desenvolvi, de forma individualizada, a minha PES, o projeto de investigação-ação foi desenvolvido na procura de estratégias que me permitisse, não só a mim, mas também a outros que se deparem com as mesmas situações, ter um melhor controlo sobre o funcionamento da aula e conseqüentemente estabelecer um clima pedagógico favorável no decorrer da mesma.

1.2. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

A indisciplina é um dos assuntos que mais frequentemente é abordado pelos docentes, sendo uma preocupação não só para os professores em início de carreira, que temem não saber gerir possíveis casos de indisciplina que possam surgir nas aulas, mas também para os professores que tem mais experiência, que podem já ter vivido algumas situações e as quais não tenham conseguido gerir da melhor forma e como tal, tem receio de as viver novamente.

Os comportamentos desviantes ou de indisciplina apresentam uma relação negativa com as aprendizagens e com o clima da aula, pelo que os comportamentos perturbadores dos alunos são percebidos pelos professores como ameaças ao

estabelecimento e desenvolvimento de um clima pedagógico favorável ao processo de ensino e de aprendizagem.

O cuidado e a preocupação com a prevenção de casos de indisciplina é de extrema importância, pois sem se criar um clima favorável às aprendizagens, torna-se bastante difícil ao professor fazer cumprir a sua função.

É necessário, que a disciplina esteja presente durante toda a aula, sendo que em alguns momentos, dadas as características da própria aula, a disciplina deva ainda estar mais presente. Para que tal aconteça, o professor deve procurar definir estratégias, para prevenir ou remediar possíveis casos de indisciplina que ocorram durante a aula.

Segundo o que nos indica Brito (1986), uma importante estratégia por parte do professor é procurar proporcionar exercícios que sejam agradáveis e variados, visando a promoção de um empenho ativo e interessado por parte dos alunos e assim contribuir para a redução dos comportamentos inapropriados.

A disciplina que se pretende nas aulas, não é apenas fruto da aplicação de técnicas de modificação comportamental, mas também de um bom ensino, resultante da reunião das relações afetivas existentes, do bom uso da autoridade, da boa organização e planeamento das tarefas da aula adequadas ao nível de desempenho dos alunos.

1.3. OBJETIVOS DO ESTUDO

1.3.1. OBJETIVOS GERAIS

Com este estudo pretende-se identificar essencialmente os comportamentos de indisciplina que ocorrem nas aulas de EF da turma do 7ºano e aplicar um conjunto de estratégias pedagógicas, que permitam a prevenção desses comportamentos, contribuindo assim, para o estabelecimento de um clima pedagógico favorável para o desenvolvimento do processo de ensino e de aprendizagem.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

No presente estudo os objetivos específicos foram:

- Identificar os comportamentos de indisciplina e qual a sua frequência, nos vários momentos da aula de EF;
- A elaboração de um plano de estratégias que permitissem prevenir ou remediar os comportamentos de indisciplina, previamente identificados;
- Efetuar a análise e interpretação sobre a eficácia das estratégias aplicadas;

1.4.METODOLOGIA

1.4.1. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

A investigação foi efetuada sobre uma turma de 3ºciclo, mais propriamente, no 7ºano de escolaridade, sendo a turma onde desenvolvi a PES. A turma era constituída por 19 alunos, dos quais, 7 eram do género feminino e 12 eram do género masculino. A idade dos alunos variava entre os 12 e os 15 anos.

1.4.2. MATERIAL E INSTRUMENTOS

Para a obtenção dos dados necessários ao estudo, as aulas foram filmadas, com a utilização de uma câmara para a obtenção de registo áudio e de vídeo, posteriormente estes registos foram depois devidamente analisados, recolhendo consequentemente os dados necessários à execução do projeto.

Para a identificação dos comportamentos de indisciplina, foi elaborada uma grelha de registo (**Anexo 14**), de forma a poder caracterizar e verificar a frequência, dos comportamentos de indisciplina.

Com base na bibliografia consultada estabeleceu-se uma grelha, integrando um conjunto de várias estratégias consideradas preventivas (**Anexo 15**), para os comportamentos de indisciplina que foram identificados.

Das estratégias selecionadas para cada indicador de comportamento indisciplinado e para o momento da aula em que se verificou, foi estabelecida uma tabela com as estratégias selecionadas (**Anexo 16**).

Para a realização do respetivo estudo, foram tidos em consideração os procedimentos éticos. Desta forma, foi elaborada uma carta, dirigida à Diretora do Agrupamento de Escolas nº4, Escola Básica Conde de Vilalva Évora, e aos Encarregados de Educação, com a finalidade de solicitar a autorização, para que se pudesse proceder à filmagem das aulas necessárias ao estudo.

1.4.3. PROCEDIMENTOS

O presente estudo desenvolveu-se em 3 fases:

1. Para levar a cabo este estudo, inicialmente foi efetuada a filmagem de uma aula, na qual se identificaram quais os elementos perturbadores da aula, a sua frequência e os momentos da aula em que ocorriam.
2. Após a obtenção dos dados recolhidos na filmagem, os mesmos foram devidamente tratados e procedeu-se à seleção das estratégias a adotar para prevenir os comportamentos perturbadores, as quais foram aplicadas ao longo de uma série de aulas. Para verificar o efeito da aplicação das estratégias adotadas, foi então realizada uma nova filmagem sobre uma aula.
3. Com base na segunda filmagem, pode-se então determinar que estratégias resultaram e demonstraram efeitos preventivos de indisciplina e as que não tiveram o efeito desejado. As duas filmagens foram realizadas em aulas com a duração de 90 minutos e no mesmo espaço físico.

1.5. RESULTADOS

Após a obtenção dos resultados, sobre as duas aulas filmadas, podemos constatar que existiram alterações na frequência com que os indicadores de indisciplina, estiveram presentes nas aulas. Para uma melhor interpretação dos resultados obtidos, procedeu-se à análise de quais as estratégias preventivas que se demonstraram como eficazes e as que não apresentaram resultados positivos.

1.5.1. CONTEXTO DAS AULAS

A 1ª aula foi lecionada no dia 14 de Fevereiro de 2012, a aula pertence à 3ª etapa do plano anula de turma e decorreu no espaço de ginástica (G2) do pavilhão gimnodesportivo. Teve como matérias abordadas a Ginástica de Solo e Atletismo. Foi uma aula composta por estações, com os alunos a realizarem a rotação pelas estações de ginástica de solo e de Atletismo (salto em altura), os materiais utilizados foram, 1 colchão de queda; colchões; 1 trampolim reuther; 1 fasquia (elástico) + 2 postes; sinalizadores; cordas; bolas medicinais; halteres; fitball;

A 2ª aula foi lecionada no dia 24 de Abril de 2012, a aula pertence à 4ª etapa do plano anula de turma e decorreu no espaço de ginástica (G2) do pavilhão gimnodesportivo. Teve como matérias abordadas a ginástica de solo, aparelhos e aptidão física. Foi uma aula composta por estações, com os alunos a realizarem a rotação pelas estações de ginástica de solo e aparelhos, as matérias utilizados foram 2 colchões de queda; colchões; 3 trampolim reuther; 1 bock; 1 plinto; 1 banco sueco; cordas; bolas medicinais; halteres; fitball; aparelhagem +cd (*fitnessgram*);

1.5.2. ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS RESULTADOS

1.5.2.1. COMPORTAMENTOS DIRIGIDOS AOS COLEGAS

Na dimensão dos comportamentos dirigidos aos colegas, o indicador "gestos inadequados", não ocorreu na 2ª aula, as estratégias revelaram-se na sua maioria eficazes, um melhor estabelecimento das regras, levou a que os alunos interiorizassem mais as regras e as consequências dos seus comportamentos inadequados. A boa deslocação e colocação do professor pelo espaço, foi uma das estratégias fundamentais para controlar este tipo de comportamento, uma vez que lhe permite ter uma maior perceção do que ocorre na turma. Nas aulas houve sempre a preocupação de reduzir os tempos de espera o mais possível, pois nestes momentos criam-se mais oportunidades para os alunos interagirem entre si. No indicador "palavras inadequadas", também houve uma diminuição do comportamento, o estabelecimento das regras também é determinante para evitar este tipo de comportamento, as situações de repreensão aos alunos foram eficazes no momento, mas passado algum tempo, o comportamento repetia-se.

Em relação ao indicador “Não coopera com os colegas”, para se prevenir e superar este tipo de situação, procurou-se devolver o trabalho em grupo, tendo em atenção as afinidades que eram perceptíveis entre os alunos, pois a relação que existe entre determinados alunos pode influenciar o seu nível de cooperação e consequentemente o seu empenho.

1.5.2.2. COMPORTAMENTOS DIRIGIDOS AO PROFESSOR

Para o indicador “Recusa de obediência”, as estratégias para prevenir este comportamento, passaram por promover a motivação nos alunos, através de exercícios apelativos face às capacidades de cada aluno, o que leva a que as probabilidades de recusa diminuam. Para que haja um maior respeito pelo cumprimento das regras e pelas indicações do professor, procurou-se desenvolver uma boa relação entre os alunos e o professor, ao longo das aulas, com a intenção de estabelecer um clima positivo, no entanto por vezes observaram-se alguns comportamentos de recusa, mesmo quando o clima era positivo. Nos momentos de organização para não se verificarem mais episódios de recusa, houve um frisar da forma de organização e colocação dos alunos pelo espaço da aula.

1.5.2.3. COMPORTAMENTOS DIRIGIDOS À ATIVIDADE

Em relação ao indicador “Modifica a atividade /comportamento fora da tarefa”, este é um dos comportamentos mais preocupantes e que afeta as aprendizagens do alunos, pois são situações de indisciplina que estão diretamente ligadas ao momentos planeados, para os alunos adquirirem e desenvolverem competências na área das atividades físicas e na aptidão física. Assim, para prevenir este tipo de comportamentos que em tanto prejudicam o desenvolvimento dos alunos, foram aplicadas várias estratégias. A correta colocação e deslocação do professor assume-se, como fundamental para controlar a turma, este aspeto foi desenvolvido ao longo das aulas e demonstrou-se eficaz, ao longo das aulas estes parâmetros foram sendo desenvolvidos, o professor durante a sua deslocação pelo espaço de aula, procurou deslocar-se de forma a conseguir controlar a maioria da turma, pois nem sempre é possível controlar toda a turma, devido á estrutura dos exercícios, na sua deslocação o professor procurou não ficar de costas para os alunos, podendo controlar a sua

atividade. Esta estratégia, aliada a uma colocação correta do professor, ou seja, enquanto fornecia feedbacks a determinado aluno ou grupo de alunos num dos espaços da aula, não se deveria colocar de costas ou sem visibilidade para a restante classe, como tal estas estratégias são bastante eficazes, pois os alunos diminuem os comportamentos desviantes, perante o controlo exercido pelo professor.

Para que as estratégias anteriores funcionem da melhor forma possível, foi perceptível que aquando da planificação das aulas, a organização dos exercícios deve apresentar uma estrutura, que facilite e permita ao professor um melhor controlo sobre a turma, principalmente numa aula em que o trabalho desenvolvido seja por estações, deve-se procurar que as estações que apresentam exercícios mais críticos, estejam dispostas mais perto do professor facilitando e promovendo a rapidez e eficácia da sua intervenção, não só para fornecer feedbacks, mas também repreender os alunos.

Sempre que a estrutura da aula o permita os alunos mais indisciplinados devem estar junto ao professor, esta estratégia foi positiva, pois os alunos perante a presença do professor por perto sentiam-se mais retraídos em ter comportamentos de indisciplina, estando mais empenhados nos objetivos estabelecidos para o exercício.

A formação de grupos, não foi planeada apenas tendo em conta o nível dos alunos, mas também tendo em atenção os alunos mais indisciplinados, como tal, procurou-se na formação dos grupos de trabalho para as várias tarefas, separar os alunos, que por norma, quando se encontram em grupo, apresentam níveis de indisciplina mais elevados, o que levou a uma menor frequência de comportamentos fora da tarefa.

É de referir que os tempos de espera que existem em alguns exercícios, com predominância nas modalidades individuais, revelam-se como momentos da aula propícios à ocorrência de comportamentos desviantes, reduzir estes momentos ao máximo, quer através da redução do número de alunos por exercício ou por colocar uma tarefa para os alunos realizarem enquanto aguardavam, o que na sua maioria passava pelo desenvolvimento das capacidades físicas, demonstrou-se uma boa estratégia.

Em relação ao indicador “ Não realiza as atividades” as estratégias utilizadas passaram pelas mesmas aplicadas para o indicador anterior, tal como já referido uma boa planificação, foi fundamental para prever as situações de indisciplina e assim diminuir as oportunidades para os alunos manifestarem comportamentos de

indisciplina, estando mais tempo em empenhamento motor. A motivação dos alunos para as tarefas a realizar, foi um aspeto a ter em conta, pois os alunos nem sempre estão motivados a realizar todos os exercícios, na sua maioria, devido a não acreditarem nas suas capacidades para a execução do que é solicitado ou apenas indicarem que não gostam, o reforçar da motivação dos alunos e por vezes a adaptação dos exercícios, mas não escapando aos objetivos propostos previamente, revelou uma maior predisposição dos alunos para realizar a tarefa. Para as outras estratégias os resultados são idênticos aos apresentados na análise do indicador anterior.

No indicador “Má utilização / conservação dos materiais”, o estabelecer das regras demonstrou algum efeito sobre os alunos que acabaram por perceber que o material não deveria ser tratado de forma incorreta, no entanto esta preocupação dos alunos era mais evidente, quando os alunos estavam a ser observados pelo professor devido á sua colocação correta no espaço de aula. Ao longo das aulas pretendeu-se estabelecer formas de organização no que diz respeito à montagem e desmontagem do material, mas foi uma estratégia que acabou por não ser eficaz, pois os alunos nestes momentos aproveitavam para criar, mais um momento de brincadeira, mas acreditamos que se pode tornar eficaz se os sinais de organização do material forem estabelecidos desde o início do ano letivo. A demonstração da forma de utilização nem sempre produzia o efeito desejado nos alunos, que acabaram por vezes a brincar com os materiais. Na planificação das aulas houve ainda uma maior preocupação com os momentos para fornecer o material aos alunos, diminuindo os comportamentos de indisciplina. As transições são os momentos em que os alunos manifestaram menos comportamentos de má utilização dos materiais, sendo que a maior predominância foi durante as tarefas. Devido às estratégias aplicadas o mau tratamento dos materiais diminuiu, mas o efeito pretendido seria mais eficaz, caso a aplicação tivesse sido mais precoce.

No indicador “Não se mantêm no espaço de aula destinado”, os momentos de espera prolongados devem ser evitados, pois pelo resultado da estratégia aplicada, verificou-se uma diminuição nos comportamento deste tipo, devido aos alunos estarem em atividade mais tempo, o que leva a uma menor existência de possibilidades e tendência para os alunos saírem do local do exercício que lhes foi destinado. Para evitar este comportamento a colocação correta do professor é uma mais-valia, verificando-se que os alunos na presença do professor não se deslocavam para além da área destinada ao exercício a executar. Ter os alunos mais indisciplinados por

perto, também se revela eficaz, pois os alunos durante a presença do professor por perto, não saíam do espaço destinado. O estabelecimento de sinais de organização não se revelou eficaz, pois apesar de o professor indicar como seria a rotação pelas estações e que só transitavam de exercício ao sinal do professor, alguns alunos acabaram por sair do seu exercício sem indicação do professor. A repreensão dos alunos que tinham estes comportamentos demonstrou-se eficaz, pois ao serem repreendidos não tiveram novamente esse comportamento.

Ainda relativo á dimensão de comportamentos dirigidos às atividades surge o indicador “Não cumpre as regras”, para este indicador existiu uma diminuição de frequência, tal pode se dever ao facto do desenvolvimento no estabelecimento das regras que os alunos devem cumprir em todas as aulas e terem o conhecimento de quais as consequências do incumprimento das regras. O desenvolvimento de rotinas tornou-se eficaz, mas nem para todos os alunos, pois apesar dos alunos terem sido penalizados, no que respeita a não chegar atrasado à aula e cumprimento dos horários estabelecidos, alguns continuaram a chegar atrasados sistematicamente, como tal, para estes alunos a repreensão de pouco valeu, pois repetiam o mesmo comportamento na aula seguinte. O clima positivo que se foi desenvolvendo, pode-se verificar na segunda filmagem em que o incumprimento das regras foi menor.

1.5.2.4. BARULHOS

Nesta dimensão, para os indicadores “Rir dos colegas” e “Brincadeiras com os colegas”, uma vez que os comportamentos têm origem semelhante, decidiu-se aplicar as mesmas estratégias. Quanto às regras de conduta, foram frisadas ao longo das aulas, para que os alunos percebessem que as aulas de educação física, apesar de serem em espaços mais apelativos à brincadeira, os alunos têm que consciencializar-se que estão numa aula como em outras disciplinas e não no recreio. A redução nos tempos de espera também é eficaz, pois sempre que os alunos estavam mais tempo em atividade, as probabilidades de interação eram muito menores ao invés do que sucede quando se encontram em espera. A repreensão neste tipo de comportamento é imprescindível, funcionando em conjunto com o frisar das regras, reforçando na consciência do aluno que não esta no recreio. Na 1ª filmagem estes comportamentos tinham-se verificado com mais frequência, nos momentos de tarefa, seguido da

instrução e organização, após a aplicação das estratégias a frequência destes comportamentos diminuiu, principalmente nos momentos de tarefa.

O indicador “Conversa de forma perturbadora / fora do contexto da aula” é dos principais comportamentos de indisciplina que mais perturbam o bom funcionamento e clima da aula. Na 1ª filmagem estes comportamentos observaram-se em todos os momentos da aula, com maior incidência nos momentos de tarefa e instrução, o que dificulta bastante o trabalho do professor e os próprios alunos. Quanto aos momentos de instrução e demonstração, privilegiou-se a colocação dos alunos em forma de U, para receberem a informação, esta disposição dos alunos facilita o controlo por parte do professor e a visibilidade da turma para o espaço de aula e para o professor, o qual procurou fornecer sempre as instruções de uma forma clara e breve, com uma linguagem acessível para os alunos. Os tempos de espera quando reduzidos demonstraram que as conversas diminuíram, pois os alunos encontravam-se mais tempo em atividade. A colocação e deslocação do professor pelo espaço, também foram preventivas na medida em que os alunos quando sentiam que estavam a ser observados pelo professor alteravam o seu comportamento. Para controlar de melhor forma estes comportamentos, também é preventivo e facilita o controlo, o professor, sempre que possível, não se distanciar muito dos alunos mais indisciplinados, pois estes na presença do professor conversavam menos e aderiam mais à tarefa. Após a aplicação das estratégias selecionadas, houve uma diminuição da frequência destes comportamentos em todos os momentos da aula.

1.6. CONCLUSÕES

A partir da análise efetuada aos efeitos que as estratégias provocaram sobre os comportamentos de indisciplina, é possível retirar conclusões quanto ao efeito preventivo das estratégias.

Comparando os resultados obtidos nas duas filmagens, as estratégias aplicadas na sua maioria demonstraram-se preventivas, pois nos vários indicadores que foram identificados na 1ª filmagem, registou-se uma menor frequência desses comportamentos na 2ª filmagem.

Os indicadores que apresentaram mais ocorrências nas duas aulas filmadas, foram “Modifica a atividade /comportamento fora da tarefa”, “Não realiza atividade” e

“Conversa de forma perturbadora / fora do contexto da aula”. Dos vários momentos da aula que foram analisados, o que manifestou mais comportamentos de indisciplina, foi o momento de tarefa, pois foi onde se verificou a maior frequência dos indicadores observados.

Após a análise realizada às estratégias aplicadas, conclui-se o seguinte:

Na planificação das aulas o professor deve refletir sobre todas as situações possíveis de indisciplina durante a aula, esta preocupação leva a uma melhor preparação do professor para a lecionação da aula, prevendo o possível, de situações e estando preparado para superar essas situações de indisciplina.

A colocação e deslocação correta do professor, bem como a proximidade dos alunos mais perturbadores, estas estratégias tornam-se elementos facilitadores da intervenção do professor, que assim consegue controlar de melhor forma a classe.

Nos momentos de instrução e demonstração, a preocupação com a organização da turma, neste caso foi aplicada a formação em “U”, demonstrou que o professor consegue ter uma maior controlo sobre a turma e a facilita a visibilidade de todos os alunos, para a instrução/demonstração do professor.

Com a redução dos tempos de espera, verificou-se que as situações de indisciplina que este momento proporciona, foram reduzidas, pelo motivo de os alunos terem menos oportunidades de interagirem entre si fora da tarefa.

CONCLUSÃO

A reflexão apresentada neste relatório procura destacar as vivências e a forma como foram adquiridas competências ao longo de um ano letivo de PES. Para mim este ano de estágio foi bastante enriquecedor, em que tive oportunidade de manter contato constante com as várias facetas que o meio escolar integra em si, foi um contato com um meio profissional nunca antes vivido em que tive a necessidade de me adaptar e integrar da melhor forma possível, auxiliando-me para tal de todas as aprendizagens adquiridas até ao momento, resultantes da formação académica vocacionada para a área do ensino.

Esta experiência permitiu-me ter uma perspetiva sobre o sistema de ensino e vários dos seus aspetos a partir do campo de ação, o que considero ser imprescindível na formação de jovens professores, pois de outra forma ficaria apenas dotado de competências teóricas, as quais apesar de importantes não se demonstram suficientes para a prática de ensino.

A necessidade que tive de gerir vários parâmetros e integrar várias ações na minha prática diária, proporcionou-me não só uma evolução formativa e profissional, bem como pessoal. Foi preciso ter capacidade de gerir recursos humanos e materiais, aspetos psicológicos e sociais, todos eles surgindo da vida diária que o professor vivencia no contato com os vários elementos que integram a comunidade escolar, ou seja, em contacto com alunos, colegas, funcionários, encarregados de educação, entidades locais, entre outros.

No que se refere aos aspetos ligados ao processo de ensino-aprendizagem, considero que o modelo de planeamento por etapas desenvolvido na escola onde estive integrado é vantajoso para a consolidação de competências nos alunos, uma vez que o planeamento por etapas permite distribuir as matérias ao longo do ano letivo, o que confere aos alunos mais oportunidades para alcançarem os objetivos.

O desenvolvimento das competências de planeamento, avaliação e condução do ensino, foram os maiores desafios deste ano letivo de estágio, assumindo-se com um papel primordial na formação de professores, através do desenvolvimento destas competências obtive grandes transformações que me dotaram de mais capacidades para uma vida profissional no contexto educativo.

Relativamente à turma de 5ºano do 2ºciclo o trabalho desenvolvido sobre a mesma foi em cooperação com os colegas do núcleo de estágio, o que se demonstrou bastante eficaz, entrando aqui também a capacidade de trabalhar em equipa com os colegas, sendo um dos objetivos do programa da PES. Esta turma foi um desafio, pois os alunos devido a serem provenientes de diferentes meios escolares apresentaram vivências curriculares distintas, o que tornou o planeamento de exercícios e a sua aplicação mais desafiante. Os resultados apresentados por esta turma foram significativos, pois foi notória a sua evolução nas diferentes matérias específicas deste ano de escolaridade, em que a maioria apresentava várias lacunas, sobretudo ao nível das capacidades físicas.

Quanto à turma de 7ºano do 3ºciclo, onde desenvolvi a minha prática de ensino de forma individualizada, pelo facto de ter maior autonomia a experiência tornou-se diferente. Nesta turma, tive algumas dificuldades acrescidas, pois devido à minha falta de experiência e ao facto de os alunos apresentarem comportamentos indisciplinados frequentes, levou a que o início da prática letiva fosse mais complicado. No entanto, procurei adquirir capacidades para superar estas necessidades e, como tal, apostei em desenvolver um maior trabalho na aplicação de estratégias que me permitissem prever ou remediar esses comportamentos inapropriados, que acabavam por afetar bastante a minha capacidade de gerir as outras dimensões da intervenção pedagógica.

A capacidade de avaliação na disciplina de EF, considero ter sido uma das maiores dificuldades que tive, pois como professor estagiário, não tinha experiência alguma sobre a minha capacidade de observação que foi o meio utilizado mais frequentemente para a avaliação da prestação dos alunos. No entanto, ao longo do ano letivo esta capacidade foi sendo apurada, fruto da experiência adquirida e da cooperação dos orientadores, os quais me ajudaram em todos os aspetos.

Finalmente, saliento que durante toda a PES procurei ter uma atitude profissional, social e ética que se pretende num professor, tomando consciência das minhas responsabilidades para com a função que ocupava, agindo de forma colaborativa com os demais intervenientes da comunidades escolar e assumindo uma atitude refletiva e investigativa, na perspetiva de evoluir na minha formação e adquirir o perfil que se pretende nos professores.

BIBLIOGRAFIA

Bento, J.O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.

Brito, M. (1986). *Identificação de Episódios de Indisciplina em Aulas de Educação Física no Ensino Preparatório - Análise do comportamento de Professores e Alunos*. (Dissertação de Mestrado). Instituto Superior de Educação Física - Universidade Técnica de Lisboa, Cruz Quebrada.

Carvalho, L. (1994). Avaliação das aprendizagens em educação física. *Boletim SPEF*, 10 (11), pp.135-151.

Carreiro da Costa, F. (1995). *O Sucesso pedagógico em educação física: Estudo das condições e factores de ensino-aprendizagem associados ao êxito numa unidade de ensino*. (Tese de Doutoramento). Instituto Superior de Educação Física - Universidade Técnica de Lisboa, Cruz Quebrada.

Departamento de Educação Básica (2001). *Programa de educação física do 3º ciclo do ensino básico (Reajustamento)*. Lisboa: Ministério da Educação.

Departamento do Ensino Secundário (2001). *Programa de Educação Física 10º, 11º e 12º ano: Cursos Científico - Humanísticos e Tecnológicos (Revisto)*. Lisboa: Ministério da Educação.

Departamento de Educação Básica (2003). *Currículo nacional do ensino básico: Competências essenciais*. Lisboa: Ministério da Educação.

Departamento de Educação Básica (2004). *Organização curricular e programas: Ensino básico - 1º Ciclo (4ª)*. Lisboa: Ministério da Educação.

Departamento de Educação Básica (2005). *Programa de educação física do 2º ciclo do ensino básico: Plano de organização do ensino-aprendizagem*. Vol.II. Lisboa: Ministério da Educação.

Departamento de Pedagogia e Educação (2011/2012). Guião para elaboração do relatório correspondente à unidade curricular Prática de Ensino Supervisionada. Universidade de Évora. Évora. (Documento não publicado).

Departamento de Pedagogia e Educação (2011/2012). Programa da Prática de Ensino Supervisionada. Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Universidade de Évora, Évora. (Documento não publicado).

Ferreira, V., Moreira, L., & Sarmiento, P. (2006). *The influence of task in practice organization*. Poster session presented at the AIESEP 2005 World Congress, Lisboa

- "Active lifestyles : the impact of education and sport: proceedings". Cruz Quebrada : Faculdade de Motricidade Humana., pp. 537 – 540.

Maria, A. & Nunes, M. (2007). *Atividade Física e Desportiva: 1º ciclo do ensino básico - orientações programáticas*. Lisboa: Ministério da Educação.

Mendes, R., Clemente, F., Rocha, R. & Damásio, A. (2012). Observação como instrumento no processo de avaliação em educação física. *Exedra*, (6), pp. 57-59.

Neto, C. (1995). *Motricidade e Jogo na Infância*. Rio de Janeiro: Sprint.

Oliveira, M. (2001). *A Indisciplina em aulas de Educação Física: Estudo das crenças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos de indisciplina dos alunos nas aulas de educação física do 2º e 3º ciclos do ensino básico*. (Tese de Doutoramento). FCDEF-Universidade do Porto, Porto.

Pereira, T. (2006). *Percepções e crenças dos professores estagiários em relação aos comportamentos de indisciplina na aula de educação física*. (Dissertação de Mestrado). FCDEF-Universidade do Porto, Porto.

Piéron, M. (1996). *Formação de professores. Aquisição de técnicas de ensino e supervisão pedagógicas*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Rocha, L., Henriques, J., Mira, J. & Guimarães (2010). *Metas de Aprendizagem de educação física: Ensino básico*. Lisboa: Ministério da Educação.

Rosado, A. (1998). *Nas Margens da Educação Física e do Desporto*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Rosado, A. (1993). *Pedagogia do Desporto. Instrumentos de Observação Sistemática da Educação Física e Desporto*. Cruz Quebrada: Edições FMH.

Siedentop, D. (1991). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. 3rd Ed. Mountain View, California: Mayfield Publishing Company

Legislação e Documentação Normativa:

Ministério da Educação (2001). Decreto-Lei n.º 240/2001, de 30 de Agosto. *Diário da República*. Série I-A, 201/2001, 5569 – 5572.

Ministério da Educação (2005). Despacho Normativo n.º 1/2005, de 5 de Janeiro. *Diário da República*. Série I-B, 3/2005, 71 - 76.

Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior (2006). Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de Março. *Diário da República*. Série I-A, 60/2006, 2242 - 2257.

Ministério da Educação (2007). Decreto-Lei n.º 43/2007 de 22 de Fevereiro. *Diário da República*. Série I, 38/2007, 1320 - 1328.

Ministério da Educação - Gabinete do Secretário de Estado Adjunto e da Educação (2010). Despacho Normativo n.º 6/2010 de 19 de Fevereiro. *Diário da República*. Série II, 35/2010, 7462 - 7467.

Ministério da Educação (2012). Decreto-Lei n.º 139/2012 de 5 de julho. *Diário da República*. Série I, 129/2012, 3476 - 3491.

ANEXOS

ANEXO 1 - FICHA DE IDENTIFICAÇÃO DO ALUNO

**ESCOLA BÁSICA CONDE DE VILALVA
2011 / 2012**

Identificação do Aluno

Ano: _____ Turma: _____ Número: _____

Nome: _____

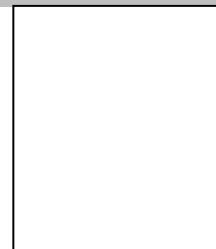
Data de Nascimento: ____ / ____ / ____

Morada: _____

Localidade: _____

Código Postal: _____

Telefone: _____



Agregado Familiar

Com quem vives? _____

Encarregado de Educação: Pai Mãe Outro Quem ? _____

Prática Desportiva

Indica por ordem de preferência as tuas modalidades preferidas:

Andebol: Atletismo: Basquetebol: Futebol: Ginástica: Voleibol: Outra:

Praticas Actividade Física fora da escola ? Sim Não Caso a resposta seja afirmativa, indica:

| Modalidade | Tempo de Prática |
|-------------------|-------------------------|
| | |
| | |

| | |
|--|--|
| | |
|--|--|

Saúde

Tens problemas de audição? Sim Não Qual? _____

Tens problemas de visão? Sim Não Qual? _____

Tens algum outro problema de saúde? Sim Não Qual? _____

Tomas algum medicamento regularmente? Sim Não
Qual? _____

Hábitos Alimentares:

O que comes ao pequeno almoço? A que horas?

Leite Pão Cereais Fruta Sumos Doces

Comes a meio da manhã? Sim Não Se sim, o quê? _____

Quantas refeições fazes por dia? _____. A que horas te deitas? _____.

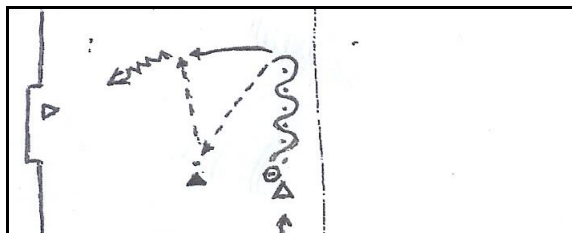
BOM ANO de trabalho!

ANEXO 2 - PROTOCOLO DE AVALIAÇÃO INICIAL (7º ANO)

Exemplo – Avaliação do Futebol

Situação A

⇒ Em meio campo (△) conduz a bola, contornando os pinos, em seguida, efetua passe a (▲), desloca-se em direção à baliza, recebe a bola de (▲), conduz a bola e remata (quem remata vai à baliza).

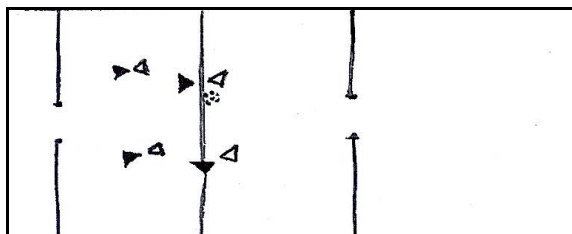


CrITÉRIOS de Avaliação:

- conduz a bola sem perder o controlo desta;
- passa e recebe em progressão, sem perder a bola.
-

Situação B

⇒ Jogo (3X3) ou (4X4) em espaço reduzido, sem guarda-redes e com balizas pequenas (com marcação individual).



CrITÉRIOS de Avaliação:

Ataque

- após passe, torna-se ofensivo: correndo na direção da baliza, afastando-se do adversário;
- realiza com oportunidade as ações de passe, receção, condução de bola e remate;

Defesa

- mantém-se entre a baliza e o atacante direto;
- quando o atacante se aproxima da baliza, pressiona.

Prognóstico:

► **Não cumpre** os critérios de avaliação da situação **A** – prognostica-se o nível **INTRODUTÓRIO**;

» **Cumpre** os critérios de avaliação da situação **A** – prognostica-se o nível **ELEMENTAR** e tem que se analisar a situação B.

» **Cumpre** os critérios de avaliação da situação **B**, conhecendo e aplicando as regras fundamentais do jogo - prognostica-se nível **AVANÇADO**.

ANEXO 3 – EXEMPLO - GRELHA DE REGISTO DA AVALIAÇÃO INICIAL (7ºANO)

| Exercício Critério | | Voleibol | | | | | | Nível |
|-------------------------|-----|---|---|---|--|--|--|-------|
| | | Situação A | | | Situação B | | | |
| Turma: 7ºE Nomes: | | Realiza 8 passes por cima, sucessivos, à parede | Realiza 5 manchetes, sucessivas, elevando a bola à altura da rede | Realiza 3 serviços por baixo, a 6m de distância da rede, transpondo a mesma | ATAQUE | | DEFESA | |
| | | | | | Serve, colocando a bola dentro dos limites do campo adversário | Em passe ou manchete, coloca a bola jogável de forma a esgotar os toques da equipa | Recebe a bola adequadamente dando continuidade à acção da sua equipa | |
| 1 | XXX | NF | NF | NF | | | | NI |
| 2 | XXX | F | F | F | AV | AV | AV | I |
| 3 | XXX | FM | | | | | | --- |
| 4 | XXX | F | F b) | F c) | R | AV | AV | I |
| 5 | XXX | F | F | F c) | AV | F | F | I + |
| 6 | XXX | F a) | NF | NF | | | | NI |
| 7 | XXX | F a) | NF | NF | | | | NI |
| 8 | XXX | FM | | | | | | --- |
| 9 | XXX | F | F b) | F | AV | F | F | I + |
| 10 | XXX | F a) | F b) | NF | | | | NI |
| 11 | XXX | F a) | NF | NF | | | | NI |
| 12 | XXX | F a) | F b) | F c) | R | R | R | I - |
| 13 | XXX | F | F | F c) | AV | F | F | I + |
| 14 | XXX | F a) | NF | NF | | | | NI |
| 15 | XXX | F | F | F | AV | F | F | I + |
| 16 | XXX | F a) | NF | NF | | | | NI |
| 17 | XXX | F a) | NF | NF | | | | NI |
| 18 | XXX | F a) | F b) | F c) | R | AV | R | I - |
| 19 | XXX | F a) | F b) | NF | R | R | R | I - |
| 20 | XXX | F a) | NF | NF | | | | NI |

Observações: a) colocação das mãos; b) braços ligeiramente fletidos; c) não controla direção da bola;

Legenda: A) **NF** (Não faz); **F** (Faz); B) **R**- Raramente; **AV**- Às vezes; **F**- Frequentemente; **FM** (Falta de material);

ANEXO 4 - QUADRO DE DIAGNÓSTICO - ATIVIDADES FÍSICAS (7º ANO)

| 7º E 2011/2012 | | Desportos colectivos | | | Ginástica | | Atletismo | | | Dança | Desportos de Raquetes |
|-------------------|--------|----------------------|-------------|---------|-----------|-----------|-----------|--------|-------------|----------|--------------------------|
| Nº | Alunos | Voleibol | Basquetebol | Futebol | Solo | Aparelhos | Corridas | Saltos | Lançamentos | Folclore | Badminton |
| 1 | XXX | NI | I | I | I+ | I | I- | I | I | I | NI |
| 2 | XXX | I | I | I | I+ | I+ | I | I | I | I | I |
| 3 | XXX | --- | I- | I- | I+ | I | NI | I- | I | I | --- |
| 4 | XXX | I | I- | E | I | I | I- | I- | I | I | I |
| 5 | XXX | I+ | I | E | I+ | E | I | I+ | I | I | I |
| 6 | XXX | NI | I | I | I+ | E | I | I+ | I | I | NI |
| 7 | XXX | NI | I- | I- | I- | I | I- | I | I | I | NI |
| 8 | XXX | --- | I+ | I+ | I- | I- | I- | I- | I | I | --- |
| 9 | XXX | I+ | I- | E | I+ | E | I- | I- | I | I | I |
| 10 | XXX | NI | I | I | I+ | E | I | I | I | I | NI |
| 11 | XXX | NI | --- | I- | I+ | I+ | I- | I- | I | I | NI |
| 12 | XXX | I- | I+ | I+ | NI | I+ | I- | --- | I | I | I- |
| 13 | XXX | I+ | I | E | I+ | E | I+ | I+ | I | I | I |
| 14 | XXX | NI | I | I | I+ | I+ | I | I- | I | I | NI |
| 15 | XXX | I+ | E | E | I+ | E | I+ | I+ | I | I | I+ |
| 16 | XXX | NI | I | I | NI | I | I- | I | I | I | NI |
| 17 | XXX | NI | --- | I | I | I | NI | --- | I | I | NI |
| 18 | XXX | I- | --- | I | I+ | I+ | I- | --- | I | I | I- |
| 19 | XXX | I- | I | I- | E | E | I+ | I | I | I | I- |
| 20 | XXX | NI | I+ | I | I | E | I | I | I | I | NI |

Níveis: - Não Introdutório (NI); - Introdutório (I); - Elementar (E);

Observações: - Introdutório + (I+) – o aluno cumpre as competências para o nível introdutório, e algumas do nível elementar; - Introdutório – (I -)
– o aluno não cumpre todas as competências do nível introdutório; - Aluno não observado (---);

ANEXO 5 - QUADRO DE DIAGNÓSTICO - APTIDÃO FÍSICA

(7ºANO)

| Nº | Nome | IMC | Aptidão aeróbia -T. Vaivém (nº de Percurso) | Abdominais (nº de execuções) | Extensão do Tronco (cm) | Flexibilidade -Senta e Alcança (Dto/Esq) (cm) | Totais ZSAF |
|----|------|-------|---|------------------------------------|-------------------------------|---|----------------|
| 1 | XX | 14,63 | 26 | 41 | 30 | 17-14 | 3 |
| 2 | XX | 17,98 | NF | 30 | 30 | 22-28 (25.5) | 4 |
| 3 | XX | 17,6 | 26 | 30 | 30 | 17-27 (20) | 4 |
| 4 | XX | 20,66 | 32 | 41 | 30 | 34-41 (20) | 5 |
| 5 | XX | 20,13 | 54 | 60 | 23 | 14-12 | 4 |
| 6 | XX | 18,09 | 39 | 30 | 26 | 27-26 (20) | 5 |
| 7 | XX | 17,44 | 25 | 48 | 19 | 22-23 | 3 |
| 8 | XX | 21,46 | 15 | NF | 30 | 30-30 (20) | 3 |
| 9 | XX | 19,96 | NF | 82 | 30 | 20-22 (20) | 4 |
| 10 | XX | 21,64 | 25 | 40 | 23 | 34-34 (25.5) | 5 |
| 11 | XX | 14,34 | 31 | 25 | 25 | 19-29 (25.5) | 4 |
| 12 | XX | 23,53 | 36 | 10 | 24 | 11-9 | 2 |
| 13 | XX | 17,75 | 44 | 45 | 21 | 25-20 (20) | 4 |
| 14 | XX | 20,13 | 30 | 40 | 30 | 30-24 (25.5) | 5 |
| 15 | XX | 20,83 | 76 | 50 | 28 | 38-21 (20) | 5 |
| 16 | XX | 19,3 | 21 | 19 | 23 | 20-17 (20) | 4 |
| 17 | XX | 28,3 | 9 | 18 | 30 | 31-38 (20) | 3 |
| 18 | XX | 20,32 | 22 | 40 | 24 | 30-31 (25.5) | 4 |
| 19 | XX | 20,81 | 15 | 32 | 30 | 30-30 (25.5) | 4 |
| 20 | XX | 15,31 | 41 | 27 | 30 | 27-28 (20) | 4 |

Tabela - Resultados da bateria de testes- *Fitnessgram* (7ºano); **Legenda:** Não Faz (NF);

ANEXO 6– QUADRO DE PROGNÓSTICO - ATIVIDADES FÍSICAS (7ºANO)

| 7º E 2011/2012 | | Desportos colectivos | | | Ginástica | | Atletismo | | | Dança | Desportos de Raquetes |
|-------------------|--------|---------------------------------|-------------|---------|-----------|-----------|-----------|--------|-------------|----------|--------------------------|
| Nº | Alunos | Voleibol | Basquetebol | Futebol | Solo | Aparelhos | Corridas | Saltos | Lançamentos | Folclore | Badminton |
| 1 | XXX | I | E | E | E | E | PE | PE | PE | PE | I |
| 2 | XXX | PE | E | E | E | E | PE | PE | PE | PE | PE |
| 3 | XXX | I / PE | E | I | E | E | I | PE | PE | PE | I / PE |
| 4 | XXX | PE | E | PA | E | E | PE | PE | PE | PE | PE |
| 5 | XXX | PE | E | PA | E | PA | PE | PE | PE | PE | PE |
| 6 | XXX | I | E | E | E | PA | PE | PE | PE | PE | I |
| 7 | XXX | I | E | I | E | E | PE | PE | PE | PE | I |
| 8 | XXX | I / PE | E | E | E | E | PE | PE | PE | PE | I / PE |
| 9 | XXX | PE | E | PA | E | PA | PE | PE | PE | PE | PE |
| 10 | XXX | I | E | E | E | PA | PE | PE | PE | PE | I |
| 11 | XXX | I | E | I | E | E | PE | PE | PE | PE | I |
| 12 | XXX | I | E | E | I | E | PE | I / PE | PE | PE | I |
| 13 | XXX | PE | E | PA | E | PA | PE | PE | PE | PE | PE |
| 14 | XXX | I | E | E | E | E | PE | PE | PE | PE | I |
| 15 | XXX | PE | PA | PA | E | PA | PE | PE | PE | PE | PE |
| 16 | XXX | I | E | E | I | E | PE | PE | PE | PE | I |
| 17 | XXX | I | E | E | E | E | I | I / PE | PE | PE | I |
| 18 | XXX | I | E | E | E | E | PE | I / PE | PE | PE | I |
| 19 | XXX | Transferência para outra Escola | | | | | | | | | |
| 20 | XXX | I | E | E | E | PA | PE | PE | PE | PE | I |

Legenda: I – Nível Introdutório; PE – Parte do Elementar; E – Nível Elementar; PA – Parte do Avançado;

ANEXO 7 – EXEMPLO - PLANEAMENTO DE ETAPA (7ºANO)

Aprendizagem e Desenvolvimento - 2ª etapa

| Data | Aula nº | Tempo | Espaço | Matéria | Conteúdos |
|-------------------|---------|-------|---------|---|---|
| 27/10/2011 | 21 | 45' | P1 | Atletismo; | Corrida de estafetas |
| 01/11/2011 | ----- | --- | ---- | Feriado | |
| 03/11/2011 | 22 | 45' | G2 | Ginástica de solo; Dança; | Sequência gímnica e esquema corporal e organização espaço-temporal |
| 08/11/2011 | 23,24 | 90' | P2 (G1) | Condição física; Basquetebol e futebol | Aplicação e aperfeiçoamento dos gestos técnicos básicos. |
| 10/11/2011 | 25 | 45' | P2 | Avaliação dos conhecimentos | (teste) |
| 15/11/2011 | 26,27 | 90' | G1 | voleibol e badminton; | Aplicação e aperfeiçoamento dos gestos técnicos básicos. |
| 17/11/2011 | 28 | 45' | G1 | Basquetebol; | Aperfeiçoamento dos gestos técnicos básicos, passe recepção, drible, e lançamento na passada |
| 22/11/2011 | 29,30 | 90' | P1 (G2) | Ginástica – Solo e aparelhos; | Sequencia de elementos; Deslocamentos na trave, subida de frente, balanços e rolamento na barra fixa |
| 24/11/2011 | 31 | 45' | P1 | Atletismo | Velocidade, 1000m e estafetas e registo de avaliação |
| 29/11/2011 | 32,33 | 90' | G2/P1 | Ginástica- solo e aparelhos | Registo de avaliação |
| 01/12/2011 | ----- | ----- | ----- | Feriado | ----- |
| 06/12/2011 | 34,35 | 90' | P2 (G1) | Basquetebol, futebol | Registo de avaliação |
| 08/12/2011 | ----- | ----- | ----- | Feriado | ----- |
| 13/12/2011 | 36,37 | 90' | G1 | Voleibol e badminton Auto-avaliação; | Registo de avaliação |
| 15/12/2011 | 38 | 45' | G1 | Inter-turmas; | |
| 2º Período | | | | | |
| 03/01/2012 | 39,40 | 90' | P2/G1 | Voleibol e badminton | Aplicação dos gestos técnicos e regras, deslocamentos no espaço |
| 05/01/2012 | 41 | 45' | P2 | Futebol e Atletismo | Gestos técnicos Lançamento do peso |
| 10/01/2012 | 42,43 | 90' | G1 | Voleibol e badminton | Situação de jogo 2x2. |
| 12/01/2012 | 44 | 45' | G1 | Basquetebol e futebol | Situação de jogo reduzido |
| 17/01/2012 | 45,46 | 90' | P1/G2 | Ginástica- solo e aparelhos; Atletismo | Sequência gímnica, saltos no plinto, trampolim e início do salto em altura |
| 19/01/2012 | 47 | 45' | P1 | Atletismo | Corrida de 1000m e velocidade |
| 24/01/2012 | 48,49 | 90' | G2 | Ginástica- solo e aparelhos; Atletismo | Registo de observação Salto em altura |
| 26/01/2012 | 50 | 45' | G2 | Dança; Condição Física; | Circuito de habilidades |
| 31/01/2012 | 51,52 | 90' | P2/G1 | Voleibol e badminton; Condição Física; | Voleibol- gestos técnicos (passe, manchete, serviço por baixo); Badminton- clear, lob e serviço; |

ANEXO 8– EXEMPLO - OBJETIVOS INTERMÉDIOS (7º ANO)

Aprendizagem e Desenvolvimento - 2ª etapa

| Desportos de Raquetes (Badminton)- Nível PNEF (Introdutório) | | | | |
|---|---|------------------------------------|------------------------------------|-------------|
| Nível Inicial | 2ª Etapa | 3ª Etapa | 4ª Etapa | Nível Final |
| NI | (I) - 1 / 2 / 3 / 4 | A definir após balanço da 2ª etapa | A definir após balanço da 3ª etapa | I |
| I | (I) - 1 / 2 / 3 / 4 (PE) - 1/2/3 | A definir após balanço da 2ª etapa | A definir após balanço da 3ª etapa | PE |
| Competências - Nível Introdutório | | | | |
| Conteúdos | <p>1 - Coopera com os companheiros, nas diferentes situações, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do companheiro, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas, e tratando com igual cordialidade e respeito os parceiros e os adversários.</p> <p>2 - Conhece o objectivo do jogo, a sua regulamentação básica e a pontuação do jogo de singulares, identifica e interpreta as condições que justificam a utilização diferenciada dos seguintes tipos de batimento: a) clear, b) lob, c) serviço curto e d) serviço comprido.</p> <p>3 - Coopera com o companheiro (distanciados cerca de 6 m), batendo e devolvendo o volante, evitando que este toque no chão:</p> <p>3.1 - Mantém uma posição base com os joelhos ligeiramente fletidos e com a perna direita avançada, regressando à posição inicial após cada batimento, em condições favoráveis à execução de novo batimento.</p> <p>3.2 - Desloca-se com oportunidade, para conseguir o posicionamento correcto dos apoios e uma atitude corporal que favoreçam o batimento equilibrado e com amplitude de movimento, antecipando-se à queda do volante.</p> <p>3.3 - Diferencia os tipos de pega da raqueta (de direita e de esquerda) e utiliza-os de acordo com a trajectória do volante.</p> <p>3.4 - Coloca o volante ao alcance do companheiro, executando correctamente, os seguintes tipos de batimentos:</p> <p>3.4.1 - Clear - na devolução do volante com trajectórias altas - batendo o volante num movimento contínuo, por cima da cabeça e à frente do corpo, com rotação do tronco.</p> <p>3.4.2 - Lob - na devolução do volante com trajectórias abaixo da cintura - batendo o volante num movimento contínuo, avançando a perna do lado da raqueta (em afundo), utilizando em conformidade os diferentes tipos de pegas de raqueta (de esquerda ou de direita).</p> <p>4 - Em situação de <i>exercício</i>, num campo de <i>Badminton</i>, executa o serviço curto e comprido, colocando correctamente os apoios e dando continuidade ao movimento do braço após o batimento.</p> | | | |
| - Clear | | | | |
| - Lob | | | | |
| - Tipos de pega (direita e esquerda) | | | | |
| - Serviço (curto e comprido) | | | | |
| - Jogo 1x1 | | | | |

Competências- parte do nível Elementar

| Conteúdos | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Clear - Lob - Serviço curto e comprido - Amorti - Drive - Jogo 2x2 | <p>1 - Coopera com os companheiros, nas diferentes situações, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do companheiro, admitindo as indicações que lhe dirigem, aceitando as opções e falhas dos seus colegas e dando sugestões que favoreçam a sua melhoria.</p> <p>2 - Conhece o objectivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico-tácticas, adequando as suas acções a esse conhecimento.</p> <p>3 - Em <i>situação de jogo singulares</i>, num campo de Badminton, desloca-se e posiciona-se correctamente, para devolver o volante (evitando que este caia no chão), utilizando diferentes tipos de batimentos:</p> <p>3.1. - Serviço, curto e comprido (na área de serviço e na diagonal), tanto para o lado esquerdo como para o direito, colocando correctamente os apoios e dando continuidade ao movimento do braço após o batimento.</p> <p>3.2 - Em clear, batendo o volante num movimento contínuo, por cima da cabeça e à frente do corpo, com rotação do tronco.</p> <p>3.3 - Em lob, batendo o volante num movimento contínuo, avançando a perna do lado da raquete (em afundo), utilizando em conformidade os diferentes tipos de pegas de raquete (de esquerda ou de direita).</p> <p>3.4. - Em amorti (à direita e à esquerda), controlando a força do batimento de forma a colocar o volante junto à rede.</p> <p>3.5. - Em drive (à direita e à esquerda), executando o batimento à frente do corpo, com a "cabeça" da raquete paralela à rede e imprimindo ao volante uma trajectória tensa.</p> |

ANEXO 9 – EXEMPLO - CALENDARIZAÇÃO DA AVALIAÇÃO FORMATIVA E SUMATIVA (7º ANO)

Desenvolvimento e Aplicação - 3ª etapa

| Data | Aula nº | Tempo | Espaço | Matéria | Momentos de Avaliação |
|-------------------|---------|-------|--------|---|--------------------------------|
| 02/02/2012 | 53 | 45' | P2 | Atletismo; | |
| 07/02/2012 | 54,55 | 90' | G1 | Basquetebol e futebol | |
| 09/02/2012 | 56 | 45' | G1 | Condição física; | |
| 14/02/2012 | 57,58 | 90' | P1/G2 | Atletismo e Ginástica de solo e aparelhos; | AF Atletismo |
| 16/02/2012 | 59 | 45' | P1 | Atletismo e Futebol; | AF Futebol |
| 21/02/2012 | ----- | ----- | ----- | Carnaval | |
| 23/02/2012 | 60 | 45' | G2 | Ginástica de solo e aparelhos | |
| 28/02/2012 | 61,62 | 90' | P2/G1 | Voleibol e badminton | |
| 01/03/2012 | 63 | 45' | P2 | Atletismo e basquetebol | AF Basquetebol |
| 06/03/2012 | 64,65 | 90' | G1 | Voleibol e badminton | AF Voleibol /Badminton |
| 08/03/2012 | 66 | 45' | G1 | Dança e Condição física | |
| 13/03/2012 | 67,68 | 90' | P1/G2 | Ginástica de solo e aparelhos | AF Ginástica de Aparelhos |
| 15/03/2012 | 69 | 45' | P1 | Avaliação dos conhecimentos (teste) | AS Conhecimentos |
| 20/03/2012 | 70,71 | 90' | G2 | Ginástica de solo e Atletismo; | AF Ginástica de Solo/Atletismo |
| 22/03/2012 | 72 | 45' | G2 | Ginástica de solo e Condição Física; Auto-avaliação | AS Auto-Avaliação |
| 3º Período | | | | | |
| 10/04/2012 | 73,74 | 90' | P2/G1 | Voleibol e badminton | |
| 12/04/2012 | 75 | 45' | P2 | Atletismo e basquetebol | |

ANEXO 10– EXEMPLO - GRELHA DE REGISTO DA AVALIAÇÃO FORMATIVA (7ºANO)

| Turma: 7ºE Nomes: | | Atletismo – Salto em Comprimento | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|-----|--|--|---------------------------------------|--|---------------------|--|--|--|---|--|---|--|----------|--|--|--|-------|--|---|
| | | Nível Introdutório | | | | | | Nível Elementar | | | | | | Medições | | | | Nível | | |
| | | Corrida de Balanço (6-10 passadas) e chamada sem desaceleração | | Durante a fase de voo pernas elevadas | | Recepção a dois pés | | Corrida de Balanço (8-12 passadas) e chamada sem desaceleração | | Voo, extensão das pernas para a frente e juntas na fase descendente | | Recepção no solo o mais longe possível, com flexão do tronco à frente | | | | | | | | |
| 1 | XXX | F+ | | F+ | | F-c) | | | | | | | | | | | | | | I |
| 2 | XXX | F- b) | | F+ | | F+ | | | | | | | | | | | | | | I |
| 3 | XXX | F- | | F+ | | F-c) | | | | | | | | | | | | | | I |
| 4 | XXX | F+ | | F+ | | F-c) | | | | | | | | | | | | | | I |
| 5 | XXX | | | | | | | F+ | | F- | | F-d) | | | | | | | | E |
| 6 | XXX | | | | | | | | | | | | | | | | | | | I |
| 7 | XXX | F-a) | | F+ | | F+ | | | | | | | | | | | | | | I |
| 8 | XXX | F+ | | F+ | | F-c) | | | | | | | | | | | | | | I |
| 9 | XXX | | | | | | | F+ | | F- | | F- d) | | | | | | | | E |
| 10 | XXX | F-b) | | F+ | | F+ | | | | | | | | | | | | | | I |
| 11 | XXX | F- a) | | F+ | | F+ | | | | | | | | | | | | | | I |
| 12 | XXX | F-b) | | F+ | | F+ | | | | | | | | | | | | | | I |
| 13 | XXX | | | | | | | F+ | | F- | | F+ | | | | | | | | E |
| 14 | XXX | F -a) | | F+ | | F+ | | | | | | | | | | | | | | I |
| 15 | XXX | | | | | | | F+ | | F- | | F+ | | | | | | | | E |
| 16 | XXX | F-a) | | F- | | F+ | | | | | | | | | | | | | | I |
| 17 | XXX | F- b) | | F- | | F+ | | | | | | | | | | | | | | I |
| 18 | XXX | F+ | | F- | | F-c) | | | | | | | | | | | | | | I |
| 19 | XXX | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | XXX | F+ | | F+ | | F-c) | | | | | | | | | | | | | | I |

Observações: a) melhorar a cadência da passada; b) impulsão fora da zona de chamada; c) desequilíbrio para trás; d) flexão do tronco;

Legenda: **NF** (Não faz); **F -** (Faz com algumas incorrecções); **F+** (Faz correctamente); **FM** (Falta de material);

ANEXO 11 - GRELHA DE REGISTO – ATITUDES E VALORES


| 1º Período 7ºE | | SETEMBRO | | | | | | OUTUBRO | | | | | | | | NOVEMBRO | | | | | | | DEZEMBRO | | | | | |
|-------------------|-----|----------|----|----|----|-----|----|---------|----|-----|----|----|----|-----|----|----------|----|----|----|----|----|----|----------|---|----|----|--|--|
| | | 13 | 15 | 20 | 22 | 27 | 29 | 4 | 6 | 11 | 13 | 18 | 20 | 25 | 27 | 3 | 8 | 10 | 15 | 17 | 22 | 24 | 29 | 6 | 13 | 15 | | |
| 1 | XXX | P | A | Fm | P | P | P | A | P | P | P | P | P | P | P | P | Fm | P | P | A | P | P | F | P | A | | | |
| 2 | XXX | P | A | P | P | P | Fm | P | F | P | A | P | P | P | Fm | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | | |
| 3 | XXX | F | P | P | P | F | P | P | P | F | P | P | P | F | P | P | P | P | P | P | F | P | P | P | P | | | |
| 4 | XXX | P | P | P | P | P | P | A | A | P | P | P | P | P | P | P | A | A | P | Fm | A | P | A | P | Fm | | | |
| 5 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | A | P | P | A | A | P | A | P | A | | | |
| 6 | XXX | P | P | F | P | P | P | P | P | P | P | F | P | P | P | P | P | P | P | A | A | P | P | P | P | | | |
| 7 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | F | P | A | A | P | P | P | P | | | |
| 8 | XXX | P | P | P | P | F | P | P | Fm | P | P | P | P | F | P | P* | A | P | P | A | F | P* | A | P | A | | | |
| 9 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | Fm | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | A | A | A | P | P | | | | |
| 10 | XXX | P | P | Fm | P | P | F | P | P | P | P | P | P | P | Fm | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | | | |
| 11 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | F | P | P | P | P | P | P | P | F | | | |
| 12 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | Fm | P | P | P | | | |
| 13 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | F | P | P | Fm | P | P | P | | | |
| 14 | XXX | P | P | P | P | P | Fm | P | P | P | P | P | P | P | Fm | P | Fm | P | P | A | P | F | P | P | P | | | |
| 15 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | F | P | P | P | | | |
| 16 | XXX | P/0 | P | P | P | P/0 | P | Fm | A | P/0 | P | P | P | P/0 | P | P | P | P | P | P | F | P | P | P | P | | | |
| 17 | XXX | P | P | P | P | P | P | A | P | P | P | P | P | P | P | P | A | A | P | Fm | A | P | P | A | P | | | |
| 18 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | A | P | P | A | A | P | P | P | P | | | |
| 19 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | P | P | Fm | P | P | P | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | XXX | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | P | F | P | A | A | P | P | F | P | | | |

Observações: (P) - Presença / (F) - Faltou / (A) - Atrasado / (Fm) – falta de material / (*) -Comportamento fora da tarefa / (0) - Não cumpriu as regras / (Ps) – pastilha elástica/ R (nr) – respeitou/não respeitou os colegas / (Td) -cumpriu tarefas e regras;
- No dia 15 de Dezembro, os alunos participaram no inter-turmas;

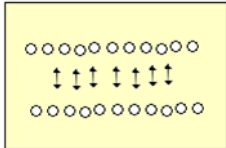
ANEXO 12 – FICHA DE AUTO-AVALIAÇÃO


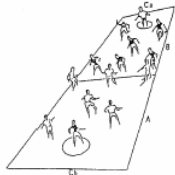
| | 1º Período | | | 2º Período | | | 3º Período | | |
|---|---|---|---|------------|-----|-------------|------------|-----|-------------|
| | Sim | Não | Às vezes | Sim | Não | Às vezes | Sim | Não | Às vezes |
| <i>Participei com entusiasmo?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Fui assíduo e pontual?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Fui responsável?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Estive atento?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Cumpri as tarefas propostas pelo professor?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Aceitei os companheiros de equipa?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Aceitei a derrota de uma forma natural?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Aceitei as decisões dos juízes?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Respeitei as críticas justificadas?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Fiz-me acompanhar sempre do material necessário?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Solicitei o professor quando tive dúvidas?</i> | | | | | | | | | |
| <i>Atendendo a todos estes parâmetros, acho que mereço: (assinale com uma cruz)</i> | Nível 1 _____ Nível 2 _____ Nível 3 _____ Nível 4 _____ Nível 5 _____ | Nível 1 _____ Nível 2 _____ Nível 3 _____ Nível 4 _____ Nível 5 _____ | Nível 1 _____ Nível 2 _____ Nível 3 _____ Nível 4 _____ Nível 5 _____ | | | | | | |
| <i>Comentários:</i> _____ | | | | | | | | | |


ANEXO 13 – EXEMPLO - PLANO DE AULA

| | | | | | |
|--|-----------------|---|---|--|---|
| Professora Orientadora: Paula Escada | | | Professor Estagiário: Luís Teves | | |
| ANO: 5º | TURMA: F | DATA: 11/04/2012 | DURAÇÃO: 90 MINUTOS | NÚMERO DE ALUNOS: 20 | AULA: 73/74 |
| MATÉRIAS - CONTEÚDOS: Atletismo (lançamento da bola) - técnica de lançamento; Desportos de raquetas – Pega, batimentos e formas jogadas; Jogo pré-desportivos - passe, recepção, desmarcação e marcação; | | | NIVEL: Atletismo-Parte do Introdutório; Jogos- Avançado; | ETAPA: 3ºDesenvolvimento e aplicação; | ESPAÇO: G1 |
| OBJECTIVOS ESPECIFICOS: Desporto de raquetas - No jogo de raquetas de madeira com uma bola tipo ténis (num espaço limitado e banco sueco ou rede a dividir os dois campos a uma altura de cerca de 50 em), o aluno coopera com o companheiro para realizar o máximo de toques: - Serve por baixo, colocando a bola no campo contrário em condições que permitam ao companheiro a sua devolução, após um ressalto da bola no chão. - Devolve a bola ao companheiro, após ressalto desta no chão, em condições favoráveis para este recebê-la, posicionando-se para «bater» a bola num plano à frente do corpo. - Desenvolvimento coordenação óculo-manual; Jogos (Bola ao Capitão) – Desenvolvimento e aplicação em jogo: passe, recepção, desmarcação e criação de linhas de passe, marcação e recuperação de bola; Lançamento da bola - Lança a bola (arremesso ou ténis) dando três passadas de balanço em aceleração progressiva, com o braço flectido e o cotovelo mais alto que o ombro (na direcção do lançamento); Consciencialização da colocação dos membros superiores durante o lançamento; Trabalhar a passada; | | | | | RECURSOS MATERIAIS: - 20 Bolas de arremesso, 20 bolas de esponja, 20 raquetas de ténis (iniciação), 4 bancos suecos, 20arcos, 2 baldes, “marcas”, sinalizadores, pinos, bastões, 1 bola de basquetebol e tapetes; |
| T.T | T.P | DESCRIÇÃO DAS TAREFAS | VISUALIZAÇÃO GRÁFICA | CRITÉRIOS DE ÊXITO | ESTRATÉGIAS DE ENSINO E APRENDIZAGEM |
| 5' | 5' | Tolerância para o balneário. PARTE INICIAL INSTRUÇÃO: |  | Ouvir com atenção e interiorizar as informações fornecidas pelo professor. | Alunos dispostos à frente do professor de forma que todos o possam ver. Em U. Explicação clara e concisa do |
| 7' | 2' | O professor faz a chamada e fornece a instrução inicial de forma a esclarecer os alunos sobre quais os objectivos da aula e a forma | | | |

| | | | | | |
|----------------------|---|--|--|--|--|
| <p>15'</p> <p>8'</p> | <p>como esta funcionará. De seguida fornece a instrução de forma a mobilizar os alunos para o aquecimento.</p> <p>Descrição do Exercício1:</p> <p style="text-align: center;">Aquecimento</p> <p>“Jogo do ladrão”- neste exercício é “desenhado um círculo no chão formado por arcos, em que cada um dos alunos sozinho, se coloca dentro de um arco. No centro da círculo existe em recipiente com bolas de ténis.</p> <ul style="list-style-type: none"> - o objectivo do exercício é os alunos partirem dos seus arcos e dirigirem-se ao recipiente para retirarem uma bola de cada vez, a qual deverão colocar dentro do seu respectivo arco. - os alunos enquanto vão recolher bolas, também devem proteger as bolas que já colocaram no seu arco, pois os colegas (“ladrões”) podem “roubar” as bolas para o próprio arco, mas apenas uma de cada vez. - O primeiro aluno que conseguir reunir três bolas no interior do seu arco, ganha o jogo. <p>Transição \ Organização</p> | | | <p>Atitude activa no decorrer do aquecimento de forma a otimizar o tempo disponível para efectuar aquecimento.</p> | <p>exercício de aquecimento.</p> <p>Mobilizar os alunos durante o aquecimento e corrigir a execução incorrecta dos vários exercícios, caso ocorra.</p> <p>Consoante o número de alunos que realizar a aula poderá ser organizado mais que um local de jogo, por questões de segurança, evitando assim que os alunos colidam entre si devido a serem muitos no mesmo local.</p> |
| <p>17'</p> <p>2'</p> | | <p style="text-align: center;">PARTE PRINCIPAL</p> <p>INSTRUÇÃO:</p> <p>Descrição do Exercício2:</p> <p>Desportos de Raquetes</p> <ul style="list-style-type: none"> - No exercício com raquetas de iniciação e com uma bola de esponja, os alunos colocam-se ao longo da linha lateral do campo de jogos, em seguida deslocam-se em frente contornando um pino e regressam ao início, realizando as seguintes acções: <p>1º - toques de sustentação na bola com a raquete, alternado a mão que segura a raquete, após contornar o pino;</p> <p><u>Variante:</u>- realizar os batimentos só com mão esquerda ou</p> | | <p>Desportos de Raquetes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Pega com os dedos polegar e indicador a formarem um V (pega Continental). -O batimento da bola deve ser feito com a raquete paralela ao chão. -O batimento da bola deve ser feito com o pé contrário à mão que segura a raquete ligeiramente avançado em relação ao outro. | <p>Explicação clara e concisa dos exercícios.</p> <p>Descrição aos alunos sobre o espaço e regras</p> <p>O professor fornece o material aos alunos, após a instrução e os alunos deslocam-se para o local da realização do exercício.</p> |

| | | | | | |
|--|------------------------------|--|---|--|---|
| | <p>30' 2'</p> <p>45' 15'</p> | <p>direita;</p> <p>- Deslocar-se em frente até ao pino e regressar de costas;</p> <p>2º- realizar os toques de forma alternada com as duas faces da raquete;</p> <p>Transição \ Organização</p> <p>Descrição do Exercício 3:</p> <p>- No exercício com raquetas de iniciação e com uma bola de esponja (num espaço limitado e banco sueco a dividir os dois campos a uma altura de cerca de 50 em), o aluno coopera com o companheiro para realizar:</p> <p>1º- Os alunos a par, frente a frente, em que um dos elementos tem uma bola e outro elemento do grupo têm a raquete. O aluno que tem a bola, lança a mesma, de baixo para cima em direcção ao colega da frente para que este consiga bater a bola, cada vez que o aluno consegue bater a bola devolvendo-a ao colega, os alunos podem avançar um passo para frente em direcção ao banco sueco. Quando os alunos se encontrarem junto ao banco sueco, trocam de materiais e voltam ao início executando novamente o exercício;</p> <p>2º- Os alunos a par, frente a frente trocam batimentos entre si e devem tentar acertar no arco do colega da frente. Cada vez que acertam no arco conta 1 ponto;</p> <p>Nível inferior de desempenho: colocar mais um arco, aumentando assim as hipóteses de acertar;</p> <p>Nível superior de desempenho: colocar um arco com um diâmetro inferior, reduzindo assim, a área do alvo;</p> |  | <p>- Joelhos ligeiramente flectidos.</p> <p>Lançamento da bola:</p> <p>- Pega da bola (polegar, indicador e médio) direccionar o lançamento da bola para a frente e para cima da cabeça.</p> <p>- Olhar dirigido para a trajectória a dar à bola;</p> <p>- Primeiras passadas: MS recuado um pouco flectido;</p> <p>- Últimas passadas: extensão do MS lançador;</p> <p>- Passada de impulsão: avanço do MI do lado do MS lançador e rotação do tronco para esse lado;</p> <p>- MS lançador executa uma trajectória por cima da cabeça e o MI do lado contrário finaliza em extensão e em contacto com o solo o mais tempo possível.</p> <p>- Nas primeiras passadas a bola deve ser transportada com o braço flectido; extensão do braço nas últimas 3 passadas, direccionar o</p> | <p>Colocação dos arcos na transição entre os exercícios.</p> <p>O campo de jogo será dividido em dois e em cada metade desenvolve-se cada uma das estações.</p> <p>O Grupo 1 começa no exercício de lançamento da bola e o grupo 2, no jogo “bola ao capitão”, depois ao sinal do professor trocam de estações;</p> |
|--|------------------------------|--|---|--|---|

| | | | | | | |
|--------------------|-----|--|--|---|---|--|
| 48' | 3' | Transição \ Organização | | | | |
| 60' | 12' | Descrição do Exercício 4: Estação 1 – Atletismo - Lançamento da bola 1º – Neste exercício os alunos colocam-se lado a lado ao longo da linha lateral do campo, apenas em metade do campo em que: -Os alunos lançarão uma bola de (arremesso/ténis), tentando acertar num alvo (quadrados brancos na parede do pavilhão) previamente definido. 2º – Os alunos em deslocamento colocam os pés sobre as marcas colocadas no solo, as quais representam os apoios. Quando chegam à última marca fixam o pé no solo e executam o lançamento, inicialmente sem bola e posteriormente com bola. |  | lançamento da bola para a frente e para cima da cabeça, Coordenação entre braços e pernas e extensão completa do braço lançador. - Colocar os pés ao sobre as marcas, executando 4 passadas, na última existe extensão do MI o qual permanecerá em contacto com o solo. | Os alunos executam o exercício todos ao mesmo tempo, lançando a bola contra a parede, apos todos as alunos lançarem, é que podem ir buscar a bola e repetir o exercício, pois pretende-se evitar que os alunos acertem com as bolas uns nos outros durante a execução do exercício. | |
| 61' | 1' | Transição \ Organização | | | | |
| 73' | 12' | Estação 2 - Jogos pré-desportivos- Jogo “bola ao capitão” Duas equipas com uma bola, num espaço limitado, com dois círculos desenhados nos extremos ou com arcos. Objectivo: passar a bola ao seu capitão, que deve recebe-la só em passe. Pode existir drible. Só pode ficar com a bola 3 segundos. |  | Jogo- “Bola ao Capitão” - Recebe a bola com as duas mãos, enquadra-se ofensivamente e passa a um companheiro desmarcado; - Desmarca-se para receber a bola, criando linhas de passe ofensivas, fintando o seu adversário directo; - Dribla para ultrapassar um adversário; - Marca um adversário, quando a sua equipa perde a bola e tenta recuperar a posse da mesma; | Recolher material da aula (todos os alunos). | |
| 76' | 3' | Transição | | | | |
| PARTE FINAL | | | | | | |
| 80' | 4' | Retorno á Calma Alongamentos | | Ouvir com atenção e | Os alunos dispõem-se a frente | |

| | | | | | |
|-----|-----|---|---|--|---|
| 90' | 10' | <p>No final da aula os alunos realizam alongamentos dos membros superiores (peito; bicípite; tricípite) e membros inferiores (quadricípite; bicípite femoral; Gémeos).</p> <p>Balanço Final No fim o professor fará um balanço da aula com todos alunos.</p> <p>Tolerância para o balneário</p> |  | <p>interiorizar as informações fornecidas pelo professor.</p> <p>Realizar os exercícios de alongamentos de forma correcta.</p> | <p>do professor em U, dando espaço entre eles.</p> <p>O professor exemplificará os alongamentos a realizar.</p> |
|-----|-----|---|---|--|---|

GRUPOS DE TRABALHO: Grupo 1- Francisco Vieira, Gonçalo dos Santos, Inês Zambujinho, João Ramos, Marco Gonçalves, Marta Pinto, Rubem Algarvio, Rafael da Rosa, Pedro Amaral e Pedro Alves;

Grupo 2- Beatriz Pacheco, Beatriz Pinheiro, Catarina Rosa, Gonçalo Candeias, Helena dos Santos, Madalena Saramago, Ruben Abreu, Vítor Seco, Diogo Carrasco e Daniela Gonçalves;

OBSERVAÇÕES

| ALUNOS | TURMA | AULA |
|--|-------|------|
| <p>O aluno Ruben Abreu (NEE), por vezes recusa-se a realizar alguns dos exercícios propostos, devido a não ter interesse sobre os mesmos. Como tal, afim de o aluno, não ficar apenas a assistir enquanto os colegas realizamos exercícios, serão disponibilizados alguns exercícios específicos para o aluno, pelos quais têm demonstrado interesse:</p> <p>1-Percurso de obstáculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1º- Rebola num colchão; 2º- Salta sob um bastão apoiado em cones; 3º- Lança uma bola de ténis tentando acertar no interior de um balde; <p>2-Com uma bola de basquetebol realiza as seguintes acções:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1º Slalom por entre cones, em drible; 2º- Faz passe de peito contra a parede, deixa a bola ressaltar no chão e agarra-a; Variante: agarra a bola sem a deixar ressaltar no chão; | | |

ANEXO 14 - FREQUÊNCIA DOS COMPORTAMENTOS DE INDISCIPLINA

Instrumento de Medida

| Dimensão | Momentos da aula Indicadores | Instrução | Transição | Organização | Tarefa | Freq. | |
|---|---------------------------------|---|-----------|-------------|--------|-------|----|
| | | | | | | 1ª | 2ª |
| Comportamentos | Dirigidos aos colegas | Gestos inadequados | | | | | |
| | | Palavras inadequadas | | | | | |
| | | Não coopera | | | | | |
| | | Conduta perigosa | | | | | |
| | Dirigidos ao professor | Gestos inadequados | | | | | |
| | | Palavras inadequadas | | | | | |
| | | Recusa de obediência | | | | | |
| | Dirigidos à atividade | Modifica a actividade /comportamento fora da tarefa | | | | | |
| | | Não realiza as actividades | | | | | |
| | | Má utilização / conservação dos materiais | | | | | |
| | | Não se mantem no espaço de aula destinado | | | | | |
| | | Não cumpre as regras | | | | | |
| | Barulhos e distrações | Rir dos colegas | | | | | |
| | | Brincadeiras com os colegas | | | | | |
| | | | | | | | |
| Conversa de forma perturbadora / fora do contexto da aula | | | | | | | |
| Fazer barulho com o material | | | | | | | |

ANEXO 15 - GRELHA DE ESTRATÉGIAS CONSIDERADAS PREVENTIVAS

| Estratégias |
|---|
| Prever situações de possível indisciplina |
| Promover motivação nos alunos |
| Estabelecer regras de conduta |
| Implementar rotinas: (cumprir horários, aquecimento, paragens, etc.) |
| Estabelecer sinais de organização: (reunir rapidamente, (des) montagem de material, etc.) |
| Correta organização do material didático |
| Colocar a turma em U para a instrução |
| Ser claro e breve nas instruções |
| Utilização de feedbacks |
| Boa colocação do professor |
| Deslocação de forma a controlar a turma |
| Formação dos grupos |
| Realizar demonstrações |
| Identificar os alunos com problemas familiares |
| Evitar tempos de espera |
| Alunos indisciplinados, perto do professor |
| Reprender o aluno |
| Desenvolver a cooperação entre alunos |
| Promover clima positivo |

ANEXO 16 - PLANO DE ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS

| Momentos da aula Indicadores | Instrução | Transição | Organização | Tarefa |
|---|-----------|-----------|-------------|---|
| Gestos inadequados dirigidos aos colegas | | | | Estabelecer regras de conduta; Boa colocação do professor; Deslocação de forma a controlar a turma; Evitar tempos de espera; Repreender os alunos em particular; |
| Palavras inadequadas dirigidas aos colegas | | | | Promover clima positivo; Estabelecer regras de conduta; Repreender os alunos em particular; |
| Não coopera com os colegas | | | | Formação dos grupos; Desenvolver a cooperação entre alunos; Promover clima positivo; |
| Recusa de obediência ao professor | | | | Repreender os alunos em particular; Promover clima positivo; Promover motivação nos alunos; Estabelecer regras de conduta; |
| Modifica a actividade /comportamento fora da tarefa | | | | Planear a aula determinando bem os objectivos; Utilização de feedbacks; Boa colocação do professor; Deslocação de forma a controlar a turma; Realizar demonstrações; Alunos indisciplinados, perto do professor; Evitar tempos de espera; |
| Não realiza as actividades | | | | Prever situações de possível indisciplina; Boa colocação do professor; Deslocação de forma a controlar a turma; Formação dos grupos; Alunos indisciplinados, perto do professor; Evitar tempos de espera; Promover motivação nos alunos; |
| Má utilização / conservação dos materiais | | | | Implementar regras de conduta; Estabelecer sinais de organização: (reunir rapidamente, (des) montagem de material, etc.); Correcta organização do material didáctico; Boa colocação do professor; Realizar demonstrações; Alunos indisciplinados, perto do professor; Repreender o aluno; |

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| Não se mantem no espaço de aula destinado | | | | Prever situações de possível indisciplina; Implementar regras de conduta; Boa colocação do professor; Evitar tempos de espera; Alunos indisciplinados, perto do professor; Reprender o aluno; |
| Não cumpre as regras | | | | Implementar regras de conduta; Implementar rotinas: (cumprir horários, aquecimento, paragens, etc.); Reprender o aluno; Promover clima positivo; |
| Rir dos colegas | Implementar regras de conduta; Alunos indisciplinados, perto do professor; Evitar tempos de espera; Reprender o aluno; | | | Implementar regras de conduta; Alunos indisciplinados, perto do professor; Evitar tempos de espera; Reprender o aluno; |
| Brincadeiras com os colegas | | | | |
| Conversa de forma perturbadora / fora do contexto da aula | Implementar regras de conduta; Colocar a turma em U para a instrução; Ser claro e breve nas instruções; Deslocação de forma a controlar a turma; Evitar tempos de transição; Evitar tempos de espera; Alunos indisciplinados, perto do professor; | | | |
| Fazer barulho com o material | | | | Implementar regras de conduta; Estabelecer sinais de organização: (reunir rapidamente, (des) montagem de material, etc.); Correcta organização do material didáctico; Boa colocação do professor; Evitar tempos de espera; Reprender o aluno; |