



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS

DEPARTAMENTO DE PEDAGOGIA E EDUCAÇÃO

**Relatório da Prática de Ensino Supervisionada
realizada na Escola Secundária Diogo de
Gouveia, em Beja**

Ivo Manuel da Costa Santos

Orientação: Professora Doutora Clarinda de Jesus
Banha Pomar

**Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e
Secundário**

Relatório de Estágio

Évora, 2014

UNIVERSIDADE DE ÉVORA

ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS

DEPARTAMENTO DE PEDAGOGIA E

EDUCAÇÃO

**Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizada na
Escola Secundária Diogo de Gouveia, em Beja**

Ivo Manuel da Costa Santos

Orientação: Professora Doutora Clarinda de Jesus Banha Pomar

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Relatório de Estágio

Évora, 2014

AGRADECIMENTOS

A concretização deste trabalho foi conseguida com a colaboração, apoio e incentivo de um grande número de pessoas às quais quero expressar o meu agradecimento:

À Professora Doutora Clarinda Pomar, pela transmissão de conhecimentos e pela orientação prestada ao longo destes anos de mestrado.

À Professora Graça Castilho, por todo o acompanhamento prestado, o conhecimento e o apoio fornecido ao longo do ano letivo, que me marcará para toda a minha atividade profissional.

A todos os alunos da turma do 9ºA e do 11ºF, que me proporcionaram momentos de aprendizagem extremamente ricos e que me ajudaram a crescer como pessoa e professor.

À minha família, gostaria de agradecer o apoio incondicional, bem como a compreensão e amor transmitido ao longo destes anos, são o meu exemplo e tudo para mim.

Aos meus colegas de curso, juntos percorremos um longo percurso que está prestes a terminar, no entanto, as boas recordações vão perdurar para sempre. A todos aqueles que durante a minha vida contribuíram de alguma forma para a minha formação académica e pessoal.

A todos o meu OBRIGADO.

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizada na Escola Secundária Diogo de Gouveia, em Beja

Resumo

Este relatório final de estágio insere-se na unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Universidade de Évora. Esta foi realizada na Escola Secundária Diogo Gouveia que se situa em Beja durante o ano letivo 2012/2013, tendo como objetivo vivenciar e executar uma aprendizagem aprofundada da vida de docente da disciplina de Educação física, realizando a função como professor estagiário. O presente relatório procura sintetizar todos os momentos vivenciados ao longo do estágio, um caminho reflexivo e de aprendizagem guiada. O documento encontra-se organizado em quatro grandes áreas de intervenção: i) enquadramento da prática de ensino supervisionada; ii) desenvolvimento do ensino- aprendizagem; iii) participação na escola e relação com a comunidade; iv) desenvolvimento profissional ao longo da vida. Para finalizar, apresento as considerações finais sobre todo este caminho percorrido ao longo desta prática de ensino supervisionada.

Palavras-chave: Educação Física, Prática de ensino supervisionada, estágio, Formação de professores, Motivação, Ensino Básico, Ensino Secundário.

Report of Supervised Teaching Practice at Diogo de Gouveia Secondary School, in Beja

Abstract

This internship final report is part of the Supervised Teaching Practice course of the Master Degree in Physical Education Teaching at Basic and Secondary Education's, Évora University. This practice was held at Diogo Gouveia's High School, Beja, along the school year of 2012/2013, aiming to experience and execute a deep learning of a teaching life of the Physical Education discipline, performing the function of trainee teacher in order to put into practice the acquired knowledge during the academic path. This report seeks to synthesize all the experienced moments along the internship, a reflexive path of guided learning. This document is organized according to four major intervention areas: i) Supervised teaching practice's environment; ii) Teaching-learning development; iii) Participating in school and relationship with the community; iv) Professional development throughout life. Finally, I present the final remarks about the whole path along this Supervised Teaching Practice.

Key-words: Physical education, Supervised Teaching Practice, Teacher Training, Basic Education, Secondary Education, Motivation.,

Índice

AGRADECIMENTOS.....	i
Resumo	ii
Abstract	iii
1. Introdução.....	1
2. 2- Enquadramento da Prática de Ensino Supervisionada	2
2.1 Enquadramento Funcional e modelo de formação da PES	2
2.2 – Contextualização da Prática de Ensino Supervisionada	3
2.2.1- A Escola Secundária Diogo Gouveia	3
2.2.2 – As Turmas.....	5
3. Desenvolvimento do Ensino Aprendizagem	6
3.1 - Avaliação Inicial e processo de construção do planeamento anual de turma.....	6
3.2 – Planeamento Anual	8
3.2.1 – Planeamento Anual de Turma e de Etapa	8
3.3 – Avaliação.....	14
3.3.1 – Avaliação formativa e Sumativa.....	14
3.3.2 – Relatórios de Etapa	17
3.3.3. - Análise da Condução do Ensino e Intervenção Pedagógica	20
4 – Participação na escola e relação com a comunidade	22
4.1 – Atividade Atleta Completo	22
4.1.1 – Justificação e Objetivos	22
4.1.2 – Conceção da Atividade	23
4.1.3 – Análise da atividade	24
5 - Desenvolvimento profissional ao longo da vida	26
5.1 – Justificação do estudo: “Fatores de Motivação dos alunos para as aulas de Educação Física”	26
5.2 – Objetivos do estudo	26
5.3- Revisão da literatura	27
5.4 – Metodologia e Procedimentos.....	30
Conclusão.....	37

Bibliografia.....	39
Anexo 1 – Planeamento anual de turma 11º	41
Anexo 2 – Planeamento anual de turma 9º	44
Anexo 3 – Plano de Aula.....	46
Anexo 4 – Ficha de registo de AI	49
Anexo 5 – Ficha de Avaliação formativa.....	51
Anexo 6 – Ficha de Avaliação Sumativa	53
Anexo 7 – Tabela de avaliação de final de período.....	55
Anexo 8 – Ficha registo dos testes de condição física.....	57
Anexo 9 – Questionário	59
Anexo 10 – Resultados da AI do 11º	62
Anexo 11 – Resultados da AI do 9º	64
Anexo 12- Objetivos finais do 9º	66
Anexo 13 – Objetivos Finais 11º.....	68
Anexo 14 – Protocolo de Avaliação inicial da ESGD	70
☐ Introdução.....	71
☐ Procedimentos Gerais.....	73
☐ Procedimentos Específicos	73
☐ Jogos Desportivos Colectivos	73
☐ Futsal (opcional)	73
☐ Voleibol	75
☐ Basquetebol	77
☐ Andebol	79
☐ Ginástica no Solo e Aparelhos	82
☐ Ténis	83

Lista de Abreviaturas

AI – Avaliação Inicial

EF – Educação Física

PES – Prática de Ensino supervisionada

PNEF – Programas Nacionais de Educação Física

ESDG - Escola Secundária Diogo de Gouveia

1. Introdução

O presente Relatório de Estágio está inserido no âmbito da unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada (PES) do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários da Universidade do Évora. Tal como refere Caires e Almeida (2000) “O estágio pode ser definido como uma experiência de formação estruturada e como um marco fundamental na formação e preparação dos alunos para a entrada do mundo profissional” (pag.219). A prática de ensino supervisionada foi realizada na Escola Secundária Diogo de Gouveia (ESDG) em Beja. A Professora Graça Castilho foi a Professora cooperante que me acompanhou ao longo deste ano letivo sendo a titular das turmas em que lecionei, estando a orientação da PES a cargo da docente da Universidade de Évora, o Professora Doutora Clarinda Pomar.

Ao longo deste período foi possível vivenciar experiências diversificadas mas igualmente formativas, que me permita melhorar em muito a minha intervenção junto dos alunos. Enquanto professor estagiário fiquei incumbido de desenvolver todas as tarefas inerentes à docência. Todas estas tarefas eram supervisionadas pela professora cooperante para que as minhas práticas fossem as mais adequadas ao que os alunos necessitavam e sempre com o intuito de melhorar as minhas capacidades como professor. A elaboração deste relatório final apresenta como principal objetivo referenciar como decorreu todo este processo de docência, e ao mesmo tempo de aprendizagem, durante o período em que estive em funções de professor estagiário.

2. 2- Enquadramento da Prática de Ensino Supervisionada

2.1 Enquadramento Funcional e modelo de formação da PES

A PES é uma unidade curricular do curso de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário que visa dar a experiência e a formação necessária aos futuros professores de Educação Física (EF) tendo estes de efetuar durante um ano letivo um desempenho como professor estagiário. Durante o ano letivo de 2012/2013 efetuei o estágio na ESDG, em Beja onde estive a lecionar aulas a duas turmas, sendo uma do 3ºCiclo e outra do ensino secundário. Ao longo deste caminho fui acompanhado de perto pela professora cooperante, professora titular das turmas onde efetuei o estágio, e acompanhado pela orientadora da Universidade de Évora.

Ao longo deste processo fiquei encarregue de conduzir o processo de ensino dessas duas turmas, tendo como objetivo o desenvolvimento de competências em quatro áreas fundamentais do professor.

A primeira é o desenvolvimento do ensino-aprendizagem, sendo nesta área onde se engloba todo o processo de lecionação. Dentro deste processo encontra-se o desenvolvimento das competências de planeamento onde o professor elabora cuidadosamente os planeamentos anuais de turma e de etapa adequados e justificados. As decisões ao longo dos vários níveis de planeamento são da responsabilidade do professor estagiário, como planeamento de turma, etapa, unidade de ensino e a aula em si. Ainda dentro desta área existe um outro parâmetro ligado às competências de avaliação onde é necessário elaborar um processo integrado e coerente de toda a avaliação formativa e sumativa que será operacionalizado ao longo do ano letivo. Por último, ainda existe as competências da

condução do ensino onde o professor estagiário tem de gerir todos os momentos da aula, o tempo de aula, o ajustamento das estratégias de forma a promover uma melhor aprendizagem, criação de um clima positivo durante a aula e a reflexão constante sobre a sua tomada de decisões para que consiga perceber como decorre a sua intervenção e corrigir alguns problemas que surjam com o avançar do processo ensino-aprendizagem.

A dimensão profissional, social e ética pressupõe que o estagiário se envolva com os restantes membros da comunidade escolar na conceção de projetos de atividades, desenvolva com rigor a sua atividade e dignificando a profissão de professor durante este período.

Por último temos a dimensão do desenvolvimento profissional ao longo da vida, onde se elabora um projeto de investigação-ação, se desenvolve o estudo, apresentando um trabalho com clareza e rigor científico.

2.2 – Contextualização da Prática de Ensino Supervisionada

2.2.1- A Escola Secundária Diogo Gouveia

A ESDG é uma escola secundária situada no centro de Beja. A escola foi recentemente remodelada sendo uma das escolas incluídas no projeto da Parque Escolar. A escola foi reestruturada em dois polos: o primeiro é onde se situam as salas, cantina, bar, polivalente, reprografia, biblioteca, anfiteatro, pavilhão da escola e ginásio pequeno. O segundo e o único edifício que não se encontra agregado ao polo anterior é o ginásio grande. Além destes polos a escola contém espaços exteriores amplos com principal destaque para o facto de apresentarem 2 campos de ténis, polidesportivo, pista de tartan com 60m e caixa de saltos.

A melhoria das infraestruturas escolares e os recursos atualizados permitem à escola oferecer aos alunos várias oportunidades para que estes prossigam os seus estudos,

principalmente no ensino secundário onde são promovidos alguns cursos tecnológicos ligados as novas tecnologias, artes e desporto.

A escola encontra-se numa localização privilegiada, com ótimos acessos, perto da estação rodoviária de Beja o que permite que os alunos de fora da cidade consigam ter ótimas condições para as suas deslocações. Junto da escola é de salientar que se encontra a biblioteca municipal sendo este um bom espaço para que a comunidade escolar realize trabalhos e desenvolva aí os seus momentos de estudo.

Os espaços disponíveis na escola para a lecionação das aulas de educação física são os apresentados em seguida, pela ordem de rotação:

Pavilhão (grande) – P1

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; Futsal; Voleibol).

Pavilhão (pequeno) – P2

Esta é uma instalação que está vocacionada principalmente para a prática do Voleibol e do Badminton, contendo este as marcações do campo para ambas as modalidades.

Ginásio Pequeno – P3

Ginásio direcionado à prática de ginástica e de dança. É o local onde se encontra o material de ginástica e contém dois espelhos.

Campo exterior e Pistas de atletismo – P4

Estas são instalações situadas no espaço exterior. Em relação ao campo, este está preparado, para a prática de matérias desportivas coletivas como o andebol,

basquetebol e futsal juntando ainda quatro pistas de tartã com a distância de 60m.

Campos de ténis e Caixa de Saltos – P5

Complexo com 2 campos de ténis, onde é claramente privilegiado este espaço para a prática da modalidade de ténis e atletismo (saltos).

2.2.2 – As Turmas

A turma de 9º

A turma de 9º ano era uma turma formada por 26 alunos, dos quais 5 alunos eram do sexo masculino e 21 do sexo feminino. A turma era considerada uma turma que em momentos de sala de aula apresentava um comportamento razoável devido ao facto de serem alunos muito conversadores.

Em termos gerais, os alunos estavam inseridos em contextos económicos favoráveis, isto tendo em conta as profissões dos pais, manifestando um conjunto de hábitos diários favoráveis a um estilo de vida saudável como, horas de sono, alimentação e atividade física regular.

Em termos de aulas de EF, apresentava uma falta de motivação para a prática de atividade física, o que se repercutia na predisposição para a prática das aulas de EF.

A turma de 11º

A turma de 11º ano era uma turma formada por 21 alunos, dos quais 4 alunos eram do sexo masculino e 17 do sexo feminino, sendo esta uma turma de Artes. Era considerada uma turma que, em momentos de sala de aula, apresentava um comportamento aceitável apesar do facto de serem alunos um pouco conversadores.

Em termos gerais, os alunos estavam inseridos em contextos económicos não muito favoráveis, isto tendo em conta as profissões dos pais, sendo que aparece uma quantidade razoável de alunos com pais que se encontravam desempregados. Ao nível dos hábitos de vida saudável a maioria dos alunos não apresenta uma prática de atividade física regular.

Em termos de aulas de EF, apresentavam motivação para a prática das aulas de EF. Em contexto de aula eram alunos bem comportados e respeitadores com objetivo de conseguirem o melhor resultado possível na disciplina de forma a conseguirem alcançar os seus objetivos a nível académico.

3. Desenvolvimento do Ensino Aprendizagem

3.1 - Avaliação Inicial e processo de construção do planeamento anual de turma

O processo de avaliação inicial tem, assim, por objetivos fundamentais, diagnosticar as dificuldades e limitações dos alunos face às aprendizagens previstas e prognosticar o seu desenvolvimento, i. e, perceber quais as

aprendizagens que poderão vir a realizar com a ajuda do professor e dos colegas, na aula de Educação Física. (Carvalho, 1994, p.138)

A Avaliação Inicial (AI) é a primeira etapa ao longo do ano letivo. Esta etapa permite ao professor perceber em que nível os alunos se encontram em cada um das matérias, para que este prepare o plano anual de turma de acordo com a necessidade de evolução dos alunos em cada uma das matérias.

Avaliação Inicial é um processo que permite ao professor orientar e organizar o seu trabalho ao longo do ano. Este é um procedimento que possibilita ao professor assumir compromissos coletivos, conferindo decisões já tomadas quanto às orientações curriculares, de forma a adequar o nível de objetivos propostos à turma através de reajustes na composição curricular à escala anual ou plurianual. (Jacinto, J; Carvalho, L.; Comédias, J.; Mira, J. (2001). 2001, p. 25).

A metodologia utilizada durante este processo foi a utilização do protocolo de AI vigente na ESDG definidos pelo grupo de EF, para que todos os alunos da escola passem pelo mesmo processo de AI, sendo assim este homogéneo para todo ensino.

O protocolo existente na escola (anexo 14) visa que os alunos passem por um conjunto de exercícios onde devem conseguir executar algumas ações chave para que se possa concluir que determinado aluno se encontre nesse nível. No que diz respeito às modalidades coletivas se os alunos conseguem realizar com sucesso as ações do exercício A, sendo este um exercício critério, é-lhe diagnosticado o nível Introdutório, de seguida executam o exercício B, tendo este uma forma jogada, caso consiga cumprir todas as ações necessárias é-lhe diagnosticado o nível Elementar.

Durante todo este processo, que teve uma duração de três semanas, o meu papel foi apenas de colaboração com a professora cooperante sendo ela a responsável por todo o processo de lecionação das aulas. Durante a execução dos exercícios eu e a professora orientadora executávamos os registos em grelhas próprias de acordo com as ações chaves indicadas pelo protocolo de AI. O método de registo utilizado

consistia numa escala de três níveis de execução sendo: 0- não realiza; 1- realiza com erros; 2- realiza corretamente. No final discutíamos os resultados obtidos para cada um dos registos e classificávamos os alunos pelos níveis consoante o seu desempenho.

3.2 – Planeamento Anual

3.2.1 – Planeamento Anual de Turma e de Etapa

Planear em EF significa o determinar objetivos e metas de ensino a atingir, ao longo do ano, permitindo utilizar estratégias e métodos de ensino apropriados ao nível de cada aluno, conseguindo proporcionar aos alunos uma aprendizagem mais fácil e apropriada.

Através das orientações metodológicas dos PNEF e dos documentos orientadores da escola foi planeado as etapas de cada uma das turmas.

Em convergência com o que é referido por alguns dos autores, classificam-se estas etapas da seguinte forma:

Avaliação Inicial – Que se apresenta no início do ano, com vista ao professor poder recolher dados de forma a perceber quais são as matérias onde os alunos apresentam maiores dificuldades enquadrados com as referências para esse ano de escolaridade definido pelos PNEF. Após a avaliação inicial o professor deve definir quais são os objetivos e as prioridades que vai estabelecer ao longo do ano;

Etapas de Desenvolvimento – consideram-se por etapas de desenvolvimento a segunda e terceira etapa do planeamento. Estas etapas, visam o desenvolvimento e

aprendizagem dos alunos, sendo que no final da segunda etapa o professor deve rever as aprendizagens efetuadas ou não, para se necessário a reformulação das etapas seguintes;

Etapa de consolidação - Nesta última etapa o professor deve consolidar as aprendizagens que os alunos desenvolveram ao longo do ano nas outras etapas e se necessário recuperar alunos que estejam atrasados na aprendizagem de alguns conteúdos.

No que diz respeito ao 11º ano o planeamento anual foi dividido em 4 etapas, etapa de AI, etapa de aprendizagem e desenvolvimento, etapa de aprendizagem, desenvolvimento e aplicação e por último etapa de consolidação.

Na segunda etapa, como podemos verificar no quadro abaixo, a matéria que teve um maior número de aulas foi a Ginástica Acrobática devido à rotação dos espaços, a matéria prioritária que era o Voleibol apresentou apenas 8 aulas devido a constrangimentos de utilização do espaço destinado à prática desta modalidade.

Quadro 1 – Numero de aulas previstas e lecionadas na 2ª etapa no 11º ano

Número de aulas (50 minutos)			
Matérias	Aulas Previstas 2ª Etapa	Aulas Lecionadas	
Voleibol	12	8	
Andebol	6	5	
Ténis	5	5	
Atletismo	6	7	
Ginástica Acrobática	14	13	
Aptidão Física	Testes de Condição Física	1	2
Conhecimentos	Teste de Avaliação	2	2
	Total	44	42

Em relação à terceira etapa a matéria que apresenta um maior número de aulas é a matéria de andebol, novamente esta está em superioridade à matéria prioritária, que era o voleibol e este fato prende-se mais uma vez com a rotação de espaços que as turmas estão sujeitas. A matéria de ginástica acrobática aparece sem aulas previstas nem lecionadas visto que, esta matéria nesta etapa já tinha terminado a sua lecionação porque esta era lecionada no ginásio pequeno onde a rotação de espaços fez com que estas fossem lecionadas na 2ª etapa.

Quadro 2 – Numero de aulas previstas e lecionadas na 3ª etapa no 11ºano

Número de aulas (50 minutos)			
Matérias		Aulas Previstas 3ª Etapa	Aulas Lecionadas
Voleibol		4	4
Andebol		8	8
Ténis		5	5
Atletismo		6	6
Ginástica Acrobática		0	0
Aptidão Física	Testes de Condição Física	0	0
Conhecimentos	Teste de Avaliação	0	0
Total		28	28

Durante a quarta etapa o voleibol foi a matéria que mais aulas apresentou. O número de aulas dadas e previstas foi assim cumprido com normalidade sem existir qualquer tipo de constrangimento que impedisse a sua realização.

Quadro 3 - Numero de aulas previstas e lecionadas na 4ª etapa no 11º ano

Número de aulas (50 minutos)			
Matérias		Aulas Previstas 4ª Etapa	Aulas Lecionadas
Voleibol		3	3
Andebol		2	2
Ténis		2	2
Atletismo		2	2
Ginástica Acrobática		0	0
Aptidão Física	Testes de Condição Física	3	3
Conhecimentos	Teste de Avaliação	0	0
Total		12	12

Uma das estratégias que adotei para que as aulas da matéria de voleibol fossem mais vantajosas para os alunos, foi fazer com que as aulas com esta matéria seriam monotemáticas o que privilegiava um maior tempo de prática desta matéria.

Em relação ao 9ºano o planeamento anual foi dividido em três etapas, sendo A1 a primeira, a segunda desenvolvimento e aprendizagem e por último a etapa de aquisição e consolidação.

Quadro 4 – Numero de aulas previstas e lecionadas para 2ª etapa do 9º ano

Número de aulas (50minutos)			
Matérias		Aulas Previstas 2ª Etapa	Aulas Lecionadas
Voleibol		10	12
Futsal		4	4
Andebol		3	3
Ténis		4	2
Atletismo		5	4
Ginástica Solo		6	8
Ginástica de Aparelhos		0	0
Aptidão Física	Testes de Condição Física	2	2
Conhecimentos	Teste de Avaliação	0	0
	Total	34	34

Como é possível verificar na tabela, estão descritas as aulas que foram lecionadas. Existe um total de trinta e quatro aulas planeadas e lecionadas apesar de existir algumas modificações na alteração das matérias.

O fator que levou a que as matérias fossem alteradas foi o fato de a realização dos testes de condição física durar mais tempo do que o foi previsto inicialmente.

Nesta etapa não existem aulas planeadas para a modalidade de ginástica de aparelhos devido aos aparelhos não se encontrarem disponíveis para a prática sendo dada a preferência da execução desta matéria no 3º período.

Como é possível verificar na tabela e observando o número de aulas previstas para cada matéria verifica-se que o atletismo apresenta menos uma aula que foi necessária para finalizar os testes de condição física.

O planeamento anual de ambas as turmas foi elaborado tendo em conta os PNEF, documentos orientadores da escola, a rotatividade dos espaços, infraestruturas, realidade escolar, os alunos e o nível em que eles se encontram.

No que diz respeito à rotatividade dos espaços o grupo de EF apresentou uma rotatividade quinzenal ou seja cada turma durante esses quinze dias trabalhava sempre nos mesmos espaços, com isto quer dizer que se a turma contivesse duas aulas semanais no seu horário durante quinze dias apenas irá trabalhar no máximo em dois espaços.

No que diz respeito ao 11ºano, estava previamente definido pelo grupo de EF que apenas seriam lecionado aos alunos as matérias de Andebol, Voleibol, Ginástica Acrobática, Atletismo e Ténis. Assim, após os resultados da AI foi perceptível que a modalidade prioritária era o Voleibol tendo em conta a discrepância entre o nível apresentado pela turma em relação aos PNEF. O planeamento anual foi executado para que os alunos tivessem mais aulas da matéria de Voleibol tendo em conta os constrangimentos apresentados anteriormente, mais especificamente a rotação dos espaços.

Na turma de 9ºano, tal como aconteceu com o 11º ano, o grupo de EF tinha previsto que apenas seriam lecionadas as matérias de Andebol, Futsal, Voleibol, Atletismo, Ténis e Ginástica de Solo e Aparelhos. As matérias prioritárias para esta turma foram as matérias de Voleibol e Ginástica de Solo. Em relação a esta turma foi adotado por um planeamento em três etapas visto que esta turma só apresenta um bloco

semanal de cem minutos de aula, de forma a aumentar o período de desenvolvimento das capacidades para que os alunos conseguissem atingir os objetivos propostos para o final do ano.

3.3 – Avaliação

3.3.1 – Avaliação formativa e Sumativa

A avaliação formativa deve ser contínua e sistemática, tendo como objetivo perceber e identificar quais as dificuldades dos alunos, visando assim uma melhoria do processo de aprendizagem dos mesmos nas várias matérias lecionadas ao longo do ano. Este processo de avaliação pode ser efetuado de uma forma qualitativa ou quantitativa através de instrumentos de recolha de dados usados pelo professor.

“A avaliação formativa assume carácter contínuo e sistemático, recorre a uma variedade de instrumentos de recolha de informação adequados à diversidade da aprendizagem e às circunstâncias em que ocorrem, permitindo ao professor, ao aluno, ao encarregado de educação e a outras pessoas ou entidades legalmente autorizadas obter informação sobre o desenvolvimento da aprendizagem, com vista ao ajustamento de processos e estratégias.” (Decreto -Lei n.º 139/2012, de 5 de Julho artigo nº 24,3 º ponto)

A avaliação sumativa é uma avaliação que tem por objetivo retirar o resultado do trabalho desenvolvido por os alunos ao longo de cada período/etapa e este ser expresso numa classificação final. No caso de alunos do ensino secundário esta classificação é apresentada numa escala de um a vinte e no ensino básico de um a cinco. Esta classificação surge da classificação quantitativa que os alunos obtêm em cada uma das matérias lecionadas, juntamente com a classificação que estes obtêm na parte dos conhecimentos, aptidão física, atitudes e valores. Cada um destes

parâmetros tem a sua percentagem definida pelo departamento de Educação Física da escola.

A avaliação sumativa está ligada à avaliação formativa, porque utiliza a informação recolhida ao longo das várias aulas de educação física que são lecionadas durante o ano. Assim sendo todos os dados de avaliação formativa serão tratados de forma a contribuírem para o resultado final da avaliação sumativa.

A avaliação sumativa traduz-se na formulação de um juízo globalizante sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, tendo como funções principais o apoio ao processo educativo e a sua certificação, e inclui:

A avaliação sumativa interna, da responsabilidade dos professores e dos órgãos de gestão e administração dos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas; (Decreto -Lei n.º 139/2012, de 5 de Julho artigo nº 24,3 º ponto)

Para a avaliação formativa, sempre dependendo da matéria ou da situação, será feito o registo em fichas de observação qualitativa tendo em conta os critérios e indicadores sobre aquisição de competências, a um grupo de alunos que o professor define de forma a perceber como se têm desenvolvido as aprendizagens nesses alunos numa matéria ou conteúdos durante exercícios de aprendizagem da aula.

Esta avaliação deve ser elaborado através das orientações pedagógicas definidas pelos PNEFS e pelos documentos orientadores da escola, relacionando-os sempre com a realidade em que a escola se insere tal como é referido por este autor.

Esta planificação visa, operacionalizar os PNEF de acordo com a realidade escolar e da turma em si, conseguindo assim uma concretização dos planos, direcionando-os de uma forma correta e adequada às pessoas envolvidas neste processo.

Após a AI verificou-se que para a matéria de Andebol, podemos verificar que catorze alunos da turma se encontravam no nível Introdutório e sete alunos da turma já se encontravam no nível Elementar.

No final do ano apenas quatro alunos ainda se mantêm no nível introdutório, nove alunos atingiram parte do nível elementar e os restantes cinco alunos encontram-se no nível elementar. Os alunos que ainda se encontram no nível introdutório são alunos que não se movimentavam muito nas situações de jogo o que não favoreceu a aprendizagem de alguns conteúdos. Assim podemos verificar que ao longo do ano para a modalidade de andebol existiu uma grande evolução nestes alunos.

Em relação à matéria de Voleibol os alunos na AI, onde se verificou que sete alunos não atingiam o nível Introdutório no nível Introdutório apresentavam nove alunos é o nível onde mais alunos se encontravam, sendo o nível Elementar onde se encontravam os restantes cinco alunos.

No final do ano para esta matéria o número de alunos no nível introdutório era de seis alunos, cinco alunos atingiram o nível elementar, sete dos alunos atingiram parte do nível avançado sendo que os restantes quatro alunos chegaram a atingir o nível avançado.

Como foi referido anteriormente matéria de voleibol era a matéria prioritária para esta turma, assim podemos dizer que o trabalho desenvolvido com os alunos foi bastante positivo visto que a evolução dos mesmos foi notória.

Na matéria de Ténis, podemos verificar que onze dos alunos desta turma estavam no nível Introdutório que era o nível a que era o nível desta turma. No nível Elementar apresentava sete alunos. Os restantes 3 alunos da turma de 11^ºF não atingiam o nível Introdutório.

No final do ano na matéria de ténis verificou-se que onze alunos atingiram o nível introdutório sendo que os restantes dez alunos conseguiram atingir o nível elementar.

Na matéria de atletismo na AI existiam dezasseis alunos no nível introdutório, dois no nível elementar e três no nível avançado. No final do ano onze alunos ainda mantinham o nível introdutório, quatro encontravam-se no nível elementar e cinco atingiram o nível avançado.

Na Ginástica acrobática no início do ano dezasseis alunos encontravam-se no nível introdutório e 5 no nível elementar. No final do ano existiu uma grande evolução visto que, todos alunos conseguiram passar para o nível seguinte sendo assim ficaram dezasseis alunos no nível elementar e cinco em parte do nível avançado.

Durante esta avaliação o professor observou alguns pontos-chave para a execução de uma tarefa, permitindo assim uma observação mais fiável das componentes que o aluno está a executar.

A avaliação sumativa é uma avaliação que tem em vista a atribuição de uma classificação quantitativa aos alunos, por isso esta foi realizada no final de cada período onde os alunos já apresentam mais capacidade para obter melhores resultados nesta avaliação. Esta avaliação é feita a todos alunos para que todos tenham uma avaliação sumativa no final de cada período. No entanto, para a atribuição da nota no final de cada período foram tidas em conta as avaliações formativas que foram retiradas aula a aula. Estes dados serão introduzidos numa tabela produzida em Excel que contém as ponderações para as diferentes áreas que compõe avaliação.

3.3.2 – Relatórios de Etapa

Os relatórios das etapas são realizados no final de cada uma e têm como objetivo perceber como tem decorrido a evolução dos alunos. Com os dados retirados ao longo das aulas e das avaliações feitas durante essa etapa é definido a evolução de cada aluno nas várias modalidades abordadas durante o ano.

Ao classificar o nível e a evolução dos alunos, nas modalidades e nos conteúdos abordados é feita uma reorganização dos objetivos previstos e dos conteúdos a lecionar para que as aulas sejam preparadas de forma que os alunos consigam progredir na sua aprendizagem.

Em relação à turma de 11^º ano vou referir como decorreu a evolução da turma nas várias matérias demonstrando quais os níveis iniciais e finais para cada uma das matérias.

Em suma, posso dizer que na turma de 11^ª as matérias onde os alunos apresentaram maior evolução foram o Voleibol e a Ginástica Acrobática, aquém das expectativas ficou a matéria de ténis onde a evolução foi um pouco reduzida.

Em relação à turma de 9^º tal como referi em relação à turma de 11^º vou aqui apresentar os níveis iniciais e finais da turma para cada uma das modalidades.

Referente à AI na matéria de Voleibol verificava-se que, 9 alunos não atingiam o nível Introdutório, o nível Introdutório continha nove alunos sendo nível onde se encontravam mais alunos, sendo o nível Elementar onde se encontravam menos com oito alunos.

No final do ano na matéria de Voleibol os resultados apresentaram quatro alunos que não conseguiram atingir o nível Introdutório, doze o nível introdutório e dez o nível elementar.

Na matéria de Ténis no inicio do ano letivo verificava-se que sete dos alunos desta turma não atingiam o nível Introdutório, dez alunos encontram-se no nível Elementar. No nível Elementar encontravam-se nove alunos.

No final do ano letivo na matéria de ténis registou-se que já não se encontram alunos que não atingem o nível introdutório, em que dezasseis dos alunos estavam no nível introdutório e dez no nível elementar.

Após a AI da matéria de Ginástica de solo verificou-se que 4 dos alunos desta turma não atingiram o nível Introdutório, 17 alunos encontravam-se no nível Introdutório e no nível Elementar 5 alunos.

No final do ano para a matéria de ginástica solo dez alunos encontram-se no nível introdutório, dez no nível elementar e seis no nível avançado.

No período da AI na matéria de Andebol verificou-se que sete alunos desta turma não atingiram o nível introdutório, catorze dos alunos desta turma encontravam-se no nível Introdutório e 5 alunos já se encontravam no nível Elementar.

Na matéria de Andebol, temos quatro alunos que não atingiram o nível introdutório, 8 atingiram o nível introdutório e 14 o nível elementar.

Da análise dos dados aqui apresentados para a modalidade de Futsal verificou-se que vinte dos alunos desta turma encontravam-se no nível introdutório, 6 dos alunos desta turma se encontram no nível Elementar.

No final do ano letivo na matéria de Futsal cinco alunos mantinham-se no nível introdutório não apresentando evolução na aprendizagem de conteúdos, oito alunos atingiram o nível elementar e treze alunos atingiram parte do nível avançado.

Em suma, na turma de 9º A existiu uma evolução generalizada da turma em todas as matérias, sendo quase todos os alunos conseguiram atingir os objetivos propostos do planeamento anual de turma. É de referir também que esta evolução acentuada se deve ao fato de os alunos na AI terem apresentado níveis de execução baixos o

que faz com que ao longo do ano seja bem evidente a sua evolução nas várias matérias.

3.3.3. - Análise da Condução do Ensino e Intervenção Pedagógica

O processo de ensino foi iniciado com a AI onde foram conhecidas as competências dos alunos nas várias matérias. Em seguida, foi definido o planeamento anual das turmas de forma a prever o número de aulas de cada matéria nas várias etapas, os conteúdos que seriam abordados em cada aula para que os alunos conseguissem atingir o objetivo que tinha sido definido na AI. Durante todo este processo foi também elaborado a metodologia de avaliação, tanto formativa como sumativa, tendo como objetivo regular todo o processo de avaliação a ser executado ao longo do ano.

A partir daqui foram elaborados os planos de aula de acordo com o plano anual de turma onde estavam definidas as matérias e conteúdos a abordar durante cada aula. Na preparação de cada aula foi necessário utilizar estratégias de ensino apropriadas as conteúdos e ao nível dos vários alunos.

Uma das principais estratégias adotadas foram a realização de grupos homogêneos e heterogêneos. Os grupos homogêneos eram divididos por níveis onde os alunos realizavam exercícios para aquisição de determinados conteúdos sendo que todo grupo trabalhava para os mesmos objetivos. Quando eram utilizados grupos heterogêneos um dos principais objetivos era que os alunos com desempenho superior ajudassem os alunos com desempenho inferior, isto acontecia principalmente nas matérias coletivas e em situação de jogo. No planeamento das aulas os exercícios quando eram iguais para ambos os níveis eram preconizados hierarquizações superiores e inferiores, para que estes estivessem adaptados ao nível e às competências adequadas para esses alunos. Ainda ao nível das estratégias do planeamento das aulas os exercícios eram programados tendo uma sequência evolutiva das competências e também com uma organização espacial de modo a que os tempos de transição fossem os mais curtos possíveis. Nas matérias individuais

uma das principais estratégias executadas foram a utilização de estações, sendo que os alunos durante um determinado período de tempo repetiam sequencialmente o mesmo exercício até ordem para rotação.

Nas aulas de avaliação optei por exercícios que os alunos já tinham executado em aulas anteriores para que estes já estivessem familiarizados com eles assim podendo avaliar de uma forma melhor a evolução dos mesmos.

Em relação há minha intervenção nos momentos de aula destaco duas atitudes recorrentes sendo, o feedback descritivo e o reforço positivo. O feedback descritivo utilizado recorrentemente para fazer correções aos alunos e explicar o que tem de melhorar para conseguirem melhores resultados. Quando recorria a este feedback muitas vezes exemplificava como fazer para que os alunos tivessem uma percepção visual do que tinham de melhorar. O reforço positivo utilizava com frequência para enaltecer e reconhecer o esforço e a boa execução dos alunos para que estes continuassem a trabalhar, motivando-os para conseguirem alcançar melhores resultados. Para conseguir estes momentos de intervenção tinha de ir circulando pelos vários grupos de trabalho durante as aulas conseguindo assim chegar a todos os alunos, contudo dedicava mais tempo aos alunos com desempenho inferior visto que estes necessitavam mais da minha colaboração que os restantes.

4 – Participação na escola e relação com a comunidade

4.1 – Atividade Atleta Completo

4.1.1 – Justificação e Objetivos

Com a operacionalização do “Atleta Completo” ambicionámos atingir um determinado conjunto de objetivos que se situam no contexto geral, até à especificidade de carácter mais direcionado para componentes de índole pedagógica, que de uma forma conjunta visam fundamentalmente, promover enriquecedoras experiências no âmbito da prática desportiva de natureza mais informal e lúdica, por um lado, e por outro, aspetos de prática mais formal e competitiva.

Objetivos:

- a) Criar um ambiente competitivo “mais formal”;
- b) Consolidar aprendizagens anteriores;
- c) Promover a prática desportiva e hábitos saudáveis;
- d) Estimular e reforçar a capacidade de superação, determinação e persistência;
- e) Promover a confiança e respeito mútuos entre participantes;
- f) Fomentar o fair-play;
- G) Desenvolver as capacidades físicas.

Outro dos objetivos da atividade, em situação mais concreta, era o apuramento dos melhores atletas com o objetivo de representação da escola nos “Megas” que se realizavam a nível regional.

4.1.2 – Conceção da Atividade

O projeto “Atleta Completo” foi um projeto adotado do ano letivo anterior. Este projeto foi divulgado na escola através de cartazes distribuídos por vários sítios da escola e os professores do grupo de Educação Física tiveram um papel importante visto que estes divulgaram o projeto nas suas turmas e realizaram o preenchimento das fichas de inscrição em cada uma das suas turmas.

As provas realizadas foram divididas pelos vários escalões etários e por sexo para que a competição fosse justa e correspondente aos padrões nacionais da competição dos “Megs”.

A prova foi realizada no dia 14 de fevereiro da parte da manhã, sendo a data que o grupo de Educação Física entendeu ser ideal para a sua realização com vista ao apuramento dos alunos para as competições regionais dos “Megs” que se realizaram no mês de março de 2013.

Antes do início da prova existiu a preparação de todo o material da prova onde eu me responsabilizei por preparar o material para a prova de “Mega Salto”, e marcação da zona de salto e das zonas de chamada para que estas fossem iguais ao protocolo que estava implementado a nível nacional para a prova dos “Megs”, de acordo com os vários escalões.

A prova foi realizada através da corrida e chamada na pista de tartã para a caixa de saltos.

Durante a realização da prova os professores de EF foram divididos pelas várias atividades em realização, para que as provas decorressem da melhor forma. No que diz respeito à atividade do “Mega Salto” a prova foi executada com a colaboração da Professora cooperante Graça Castilho e com o Professor Manuel Castilho que ficaram responsáveis pela medição dos saltos, eu realizei toda a parte de instrução aos alunos sobre os regulamentos da prova e efetuei os registos dos saltos em fichas de registo.

4.1.3 – Análise da atividade

Em relação à atividade do “Mega Salto” correu bem, visto que foi explicado aos alunos como decorreria a prova, sendo uma maneira de relembrar aos alunos algumas regras da prova e dar algum feedback aos alunos sobre como o devem executar. Os alunos após receberem as instruções compreenderam e perceberam de uma forma rápida todo o processamento da prova.

A prova decorreu dentro do tempo previsto para a mesma sendo que cada aluno realizou dois saltos de aquecimento e a prova também conteve duas tentativas.

Aqui nesta parte apresento umas tabelas indicadoras do número de participantes que se inscreveram na prova por escalão e por sexo.

Quadro 5- Número de participantes na prova do “Mega Salto”

ESCALÃO	GÉNERO		TOTAIS
	MASCULINO	FEMININO	
INFANTIS B	9	5	14
INICIADOS	8	7	15
JUVENIS	12	11	23
JUNIORES	7	6	13
TOTAIS	36	29	65

Com este quadro podemos analisar que na atividade se inscreveram um total de 65 alunos dos quais 26 não compareceram para realização da atividade. Deste modo, para a atividade de “Mega Salto” na competição estiveram um total de 39 alunos dos diversos escalões.

Através destes dados podemos verificar que os alunos do sexo masculino foram os alunos que mais participaram na atividade sendo que em todos os escalões existiram sempre mais alunos inscritos e participantes do sexo masculino do que do sexo feminino.

Após esta análise, a prova poderia ter sido de uma dimensão superior em relação ao número de inscritos e de participantes, não fossem o facto de existirem desistências por motivos que não conseguimos apurar.

Abaixo das expectativas é o fato de apenas 39 dos participantes inscritos apareceram na prova, o que é de realçar que para a dimensão da escola o número é um pouco baixo. A nível futuro era bom arranjar algumas estratégias que incentivassem mais os alunos para a participação nestas atividades.

4.2- Participações em outras atividades da escola

Ao longo do ano letivo existiram algumas atividades de maior dimensão ao nível da comunidade escolar. Com o facto de existirem na escola Cursos Tecnológicos as atividades realizadas na escola foram maioritariamente realizadas por esses cursos sempre com o apoio e supervisão dos professores.

A prova de corta-mato foi uma das provas na qual colaborei juntamente com outros professores de EF na chegada para que os alunos cumprissem a ordem de chegada à meta e eventual apoio a algum aluno que necessitasse. Esta atividade teve uma boa adesão ao nível dos alunos sendo que existiram sempre muitos atletas a participarem nos vários escalões e de ambos os sexos.

A outra atividade com a qual colaborei foi o “Compal Air 3x3” onde a minha função foi arbitrar os jogos que se realizavam num determinado campo. Esta prova durou toda a manhã, sendo que existiu uma boa adesão por parte dos alunos.

5 - Desenvolvimento profissional ao longo da vida

5.1 – Justificação do estudo: “Fatores de Motivação dos alunos para as aulas de Educação Física”

O estudo realizado vem no seguimento do desenvolvimento pessoal como professor, procurando perceber como posso motivar os alunos durante a prática da disciplina de EF, tendo como agente de motivação o Professor.

O estudo foi realizado na turma de 9º ano. Este estudo teve por base a reflexão que era feita aula após aula na qual fui percebendo que existia um conjunto de alunos que habitualmente não se encontravam motivados e empenhados nos exercícios propostos, o que por consequência levava a que os alunos apresentassem uma aprendizagem menos eficaz e consolidada.

5.2 – Objetivos do estudo

Este estudo teve como objetivo melhorar a minha intervenção no processo ensino-aprendizagem. Foi elaborado um projeto de investigação-ação de forma a perceber quais os fatores que devia melhorar nos vários momentos existentes numa aula de EF, para que os alunos se sentissem motivados e empenhados na prática das aulas de EF.

O professor apresenta-se como um interveniente bastante importante no processo ensino-aprendizagem e esta investigação foi direcionada para a intervenção do mesmo de forma a perceber quais os aspetos a melhorar para que os alunos conseguissem ter melhores níveis de motivação e assim as suas aprendizagens fossem mais proveitosas.

A motivação durante as aulas de EF é um fator que vai muito mais para além da intervenção do professor no processo ensino-aprendizagem, existem outros fatores que o professor não pode controlar, mas ao conseguir controlar os fatores de motivação que lhe dizem diretamente respeito, este está a diminuir esse conjunto de

fatores e a aumentar de certa forma os níveis de motivação dos estudantes durante as aulas.

5.3- Revisão da literatura

A motivação nas aulas de educação física tem vindo a ser estudada por vários autores, estes procuram perceber de que forma podem potenciar os fatores inerentes à prática de atividade física e principalmente de atividades físicas organizadas, tais como as aulas de educação física. Esta motivação dos alunos é desenvolvida através de vários fatores inerentes à prática das aulas de EF. Esta motivação é um aspeto psicológico e está muito relacionada com os motivos que levam os alunos a realizarem a prática da EF.

Existem controvérsias relacionadas com as teorias sobre o desenvolvimento da motivação do indivíduo para uma atividade física ou desporto. No entanto, se pode concluir que a motivação é um aspeto psicológico tão importante quanto o aspeto físico. Assim, o profissional de Educação Física, deveria preocupar-se não somente com a parte física das pessoas, mas também com o aspeto psíquico, pois muitas vezes estes aspetos são determinantes para o desenvolvimento das práticas desportivas, principalmente em crianças e adolescentes visando também à manutenção deste comportamento quando adultos. (Rocha, 2009, p.9)

Como é referido por este autor, neste caso mais específico, o professor deve preocupar-se não somente com os aspetos ligados ao foro físico, mas também com o aspeto psicológico visto que este se relaciona com toda a parte de empenho, atenção e concentração durante as atividades físicas. Um aluno que se apresente concentrado e empenhado na prática das atividades físicas realizará estas atividades com uma maior intensidade e persistência o que vai elevar a aquisição de

competências num menor período de tempo, ou seja, a uma aprendizagem eficaz e muito consolidada.

“Um dos principais fatores que interferem no comportamento de uma pessoa é, indubitavelmente, a motivação, que influi, com muita propriedade, em todos os tipos de comportamentos, permitindo um maior envolvimento ou uma simples participação em atividades que se relacionem com: aprendizagem, desempenho e atenção.” (Franchin e Barreto, 2006, p.7)

O aumento desta motivação muitas vezes encontra-se ligado com determinadas ações, atividades ou modalidades desportivas que os alunos apresentam um maior gosto faz com que estes se apresentem com maior predisposição para a elaboração e aprendizagem das mesmas.

Para Junior (2000, p.108) o conceito de motivação apoiado em, Serpa (1990) afirma que “essa seria o construtor teórico que permite compreender o comportamento desportivo do indivíduo e que, somente após conhecer as razões pelas quais escolhem determinadas atividades e nelas persistem com grande intensidade, o professor poderá escolher eficazmente as técnicas capazes de influenciar a persistência dos indivíduos nas atividades e na intensidade que se dedicam a elas.”

O aumento da motivação, leva a um aumento da persistência dos alunos nas atividades e a intensidade que estes colocam nas mesmas se for de uma forma apropriada permite aos alunos realizar as aprendizagens de uma forma mais rápida e eficaz.

“Falcão (1989) coloca que aprendizagem é uma modificação relativamente duradoura do comportamento, através de treino, experiência e observação. No entanto, para que ocorra esta aprendizagem é necessário que o indivíduo esteja motivado, pois a experiência, a observação entre outros fatores somente estarão

presentes no cotidiano do aluno se este possuir motivos que o levem a executar as tarefas.” (Chicati, 2000,p.100)

De acordo com os autores anteriores os alunos têm de encontrar um motivo para a realização das atividades de uma forma empenhada, esse motivo pode estar ligado a vários fatores que podem ser do foro intrínseco do aluno ou de algum fator externo que o aluno pretenda atingir.

“Magill (1984) coloca que esse desejo pode não estar presente no aluno logo de início, pois a presença de influências externas, como por exemplo a frequência obrigatória, pode vir a ser uma motivação interna artificial. No entanto, nada impede que ele, ao estar realizando as atividades, possa desenvolver um “desejo interno” ou motivação para continuar.” (Chicati, 2000,p.100)

Apesar de muitos dos alunos apresentarem uma desmotivação à partida para realização de atividade física, estes com uma prática regular têm tendência a desenvolver um gosto pela prática de atividade física como é referido pelos autores anteriores. Assim é necessário as escolas e os professores de EF incutirem nos alunos a prática de atividade física tanto na escola como fora da mesma, de forma a criar hábitos de atividade física que por consequência podem aumentar o seu gosto pela prática desde que esta se revele significativa, adaptada e atrativa.

O professor de EF dever conter algumas características que ajudam no processo ensino-aprendizagem fazendo com que aumente o nível de motivação dos alunos em referente à prática de atividade física sendo esta em contexto organizado ou no seu dia-a-dia e com o objetivo de esta se prolongar ao longo da sua vida.

5.4 – Metodologia e Procedimentos

O estudo aqui apresentado teve como objetivo melhorar o meu desempenho a nível profissional de forma a conseguir que os alunos se sentissem mais motivados na realização das aulas de EF. Os objetivos mais concretos eram perceber onde melhorar, nomeadamente em relação aos momentos de informação e aos feedbacks e também ao nível das propostas de exercícios, procurando perceber o que os alunos pensavam dos mesmos.

Numa primeira fase, foi utilizado um questionário elaborado por mim (anexo 9) com base em aspetos importantes para o estudo onde eram evidenciadas as questões referentes aos objetivos anteriormente referidos. O questionário realizado encontrava-se dividido em três grupos, o primeiro onde os alunos expressavam o seu gosto pela atividade física, pelas aulas de EF e a sua motivação para realização das mesmas. O segundo grupo estava relacionada com o professor e a sua intervenção, o terceiro era direcionada com as matérias apresentadas, exercícios e com funcionalidade da aula. O questionário foi aplicado aos alunos no dia 29 de abril de 2013.

Em seguida foram elaboradas estratégias para que os alunos se sentissem motivados durante as aulas seguintes. Durante um período de três sessões de cem minutos foram aplicadas estratégias de forma a perceber se a minha intervenção pedagógica conseguia que os alunos apresentassem melhorias ao nível da sua motivação nas aulas.

As estratégias elaboradas foram a realização de mais momentos de jogo formal ou reduzido, utilizando sempre grupos de trabalhos heterogéneos de forma a combater a tal exclusão que alguns alunos sentiam quando trabalham em grupos homogéneos e ainda dar um maior acompanhamento aos alunos que apresentam sinais de desmotivação recorrendo a um maior número de feedbacks e principalmente ao

reforço positivo para que estes alunos aumentem os seus níveis de motivação durante a aula.

Após cada sessão era feita uma análise da informação de retorno dos alunos durante e no final da aula, sobre como os alunos se sentiram na realização da mesma assim percebendo se as estratégias que estavam a ser executadas estavam a ser bem-sucedidas ou não. Este processo era realizado através de comentários e demonstração de motivação durante a prática e por questionamento aos alunos no final de cada aula.

5.5 – Resultados e conclusões

Após o questionário verificou-se os seguintes resultados de acordo com as 3 primeiras perguntas onde se pretendia perceber qual o gosto e a motivação pelas aulas de EF.

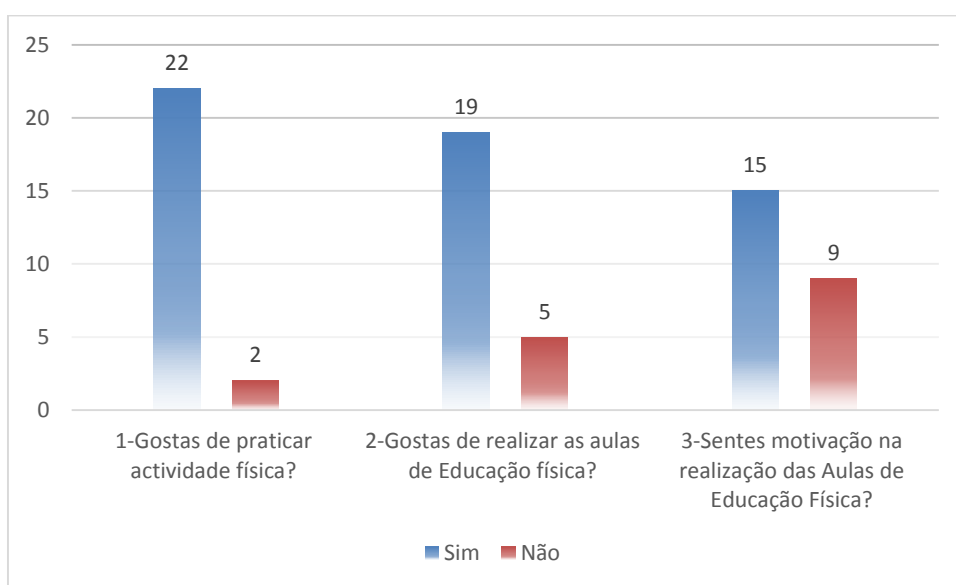


Figura 1- Resultado do grupo 1 do questionário

Deste questionário foi verificado que nove dos alunos desta turma não se sentiam motivados para a realização das aulas de EF, dos mesmos nove alunos dois referem que não gostam de realizar actividade física e cinco não gostam de realizar aulas de EF.

Após esta análise o objetivo do estudo é centrado nos alunos que apresentam desmotivação e perceber quais os fatores indicados pelos alunos que apresentam maior índice de respostas que influenciam negativamente a motivação dos alunos.

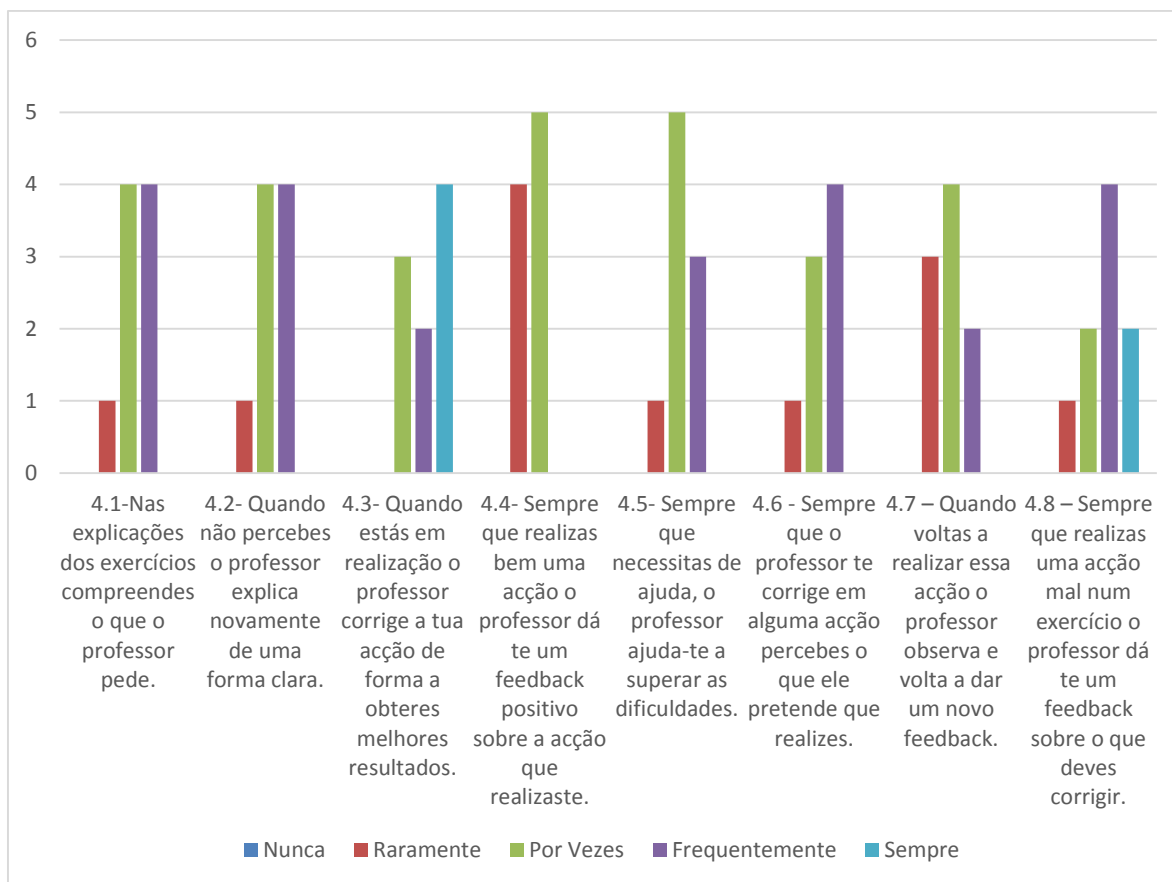


Figura 2- Resultado do grupo 2 do questionário.

Com este gráfico é possível verificar que os alunos referem que ao nível dos momentos de informação estes mesmos alunos referem que sentem falta de feedbacks/reforço positivo quando realizam uma ação corretamente e também que após receberem um feedback que gostariam que o professor verifica-se mais as repetições de forma a lhe ser possível dar uma nova instrução.

Com isto aplicamos uma das estratégias já referidas anteriormente de aos alunos que apresentam níveis de motivação inferior ao desejado uma acompanhamento mais pormenorizado e incidindo na observação, feedbacks e reforço positivo de forma a

este perceber que o professor está atento ao seu desempenho e conseqüentemente estes tem um motivo que lhes vai influenciar a sua prática de um modo positivo.

Como foi referido por alguns autores aqui anteriormente citados, os alunos quando encontram um motivo que os influencie a aplicarem-se mais nas atividades e nos exercícios propostos estes obtêm melhores resultados e uma aprendizagem mais eficaz.

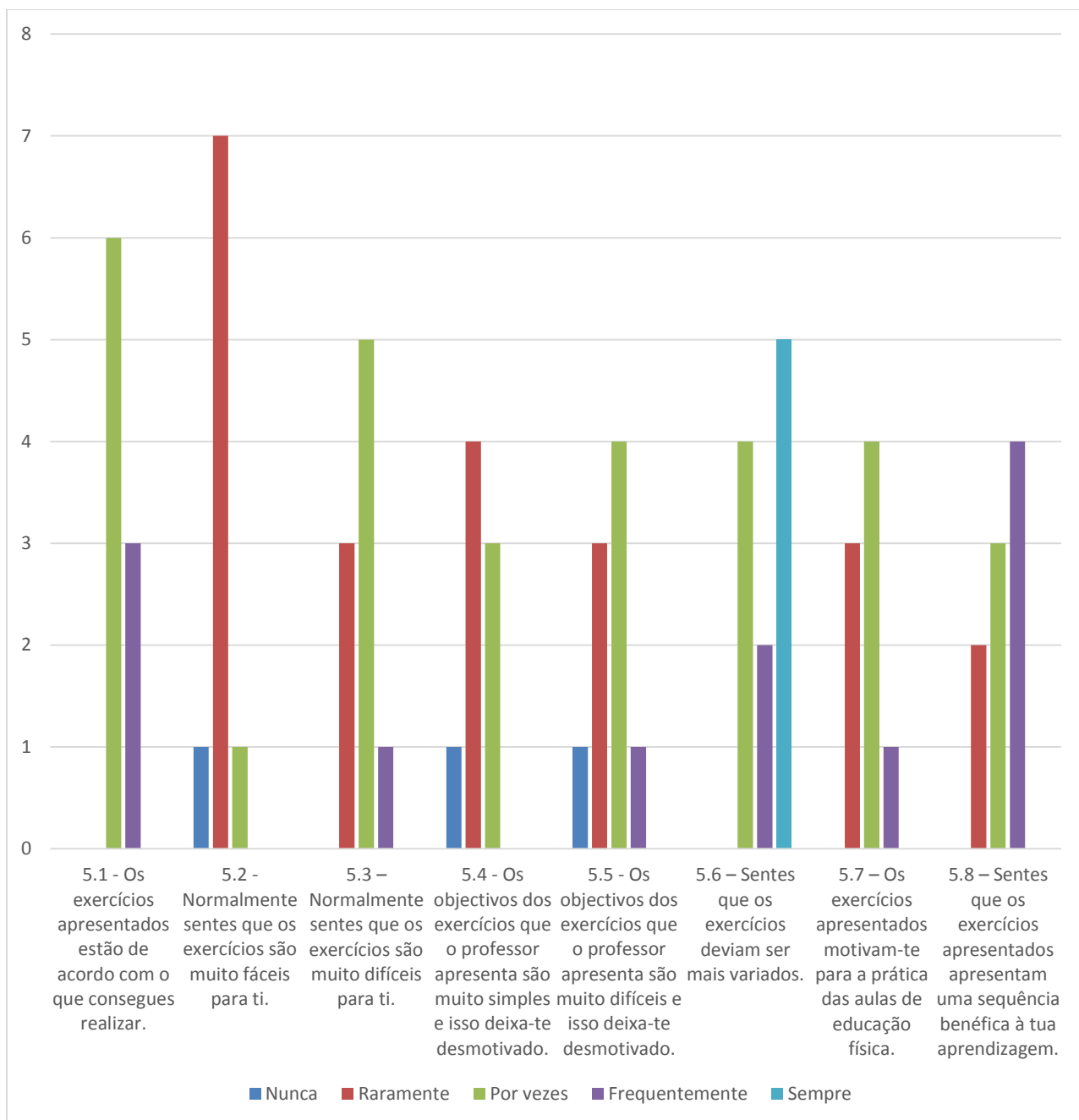


Figura 3- Resultados do grupo 3 do questionário.

Após análise deste gráfico percebe-se que os alunos gostavam que existissem novas experiências a nível de atividades e principalmente ao nível das modalidades.

Apesar de neste gráfico não ser visível, os alunos na parte de observações mencionaram o fato de preferirem trabalhar em grupos heterogêneos, por sentirem inferiores quando trabalham em grupos homogêneos e por pensarem que em grupos heterogêneos os seus desempenhos e motivação para a prática das atividades físicas ser superior.

Com isto durante as sessões seguintes as estratégias utilizadas foram a utilização de mais jogos reduzidos ou formais para que os alunos se mantenham mais tempo no modo de prática que estes mais gostam e utilização de grupos heterogêneos para que eles se sintam integrados em grupos de trabalho com desempenhos normalmente superiores a estes alunos que apresentam desmotivação.

Como já foi referido anteriormente estas estratégias foram realizadas em três sessões de cem minutos. Durante estas três sessões foram abordadas nas duas primeiras a modalidade de voleibol e na terceira as modalidades de ténis e atletismo.

Após aplicação das estratégias foi notório que as mesmas apresentaram efeitos positivos no decorrer das aulas sendo que o acompanhamento mais próximo dos alunos fez com que estes se sentissem melhor na realização dos exercícios e assim aumentassem os níveis de motivação e empenho.

Nas duas primeiras sessões os alunos demonstraram níveis de motivação superiores as normais devido ao fato de aula se ter concentrado num maior tempo de jogo reduzido e pela formação dos grupos ter se elaborada de forma heterogénea os alunos demonstraram bastante agrado nesta metodologia de trabalho. O acompanhamento dos alunos menos motivados foi conseguido com bastante facilidade visto que, poucos foram os alunos que apresentaram sinais de desmotivação o que permitiu ao professor dar um acompanhamento mais próximo a esses alunos.

Numa destas sessões foi realizado um pequeno torneio entre as várias equipas o que elevou de um modo muito significativo a motivação e o empenho dos alunos durante a aula de educação física.

A medida que os alunos eram mais acompanhados e que existia um maior número de reforço positivo os alunos começavam a desenvolver motivos que os levavam a empenhar-se mais nas tarefas propostas e conseguindo obter melhores resultados ao longo da sessão.

Na terceira sessão, os alunos já apresentaram maior desmotivação pelo fato das modalidades apresentadas não permitirem um trabalho que envolva tanta cooperação com os colegas como nas sessões anteriores visto que as características destas modalidades são individuais e com aspetos técnicos muito específicos destas modalidades. Com isto, devida apresentação de desmotivação por parte de um grupo já alargado de alunos, não foi possível o professor acompanhar da forma que queria todos os alunos com índices de motivação baixos o que levou a que o professor fosse acompanhando sempre que podia os vários alunos.

Apesar dos esforços do professor de forma a conseguir acompanhar todos os alunos que apresentavam sinais de desmotivação foi verificado que o tempo que era necessário o acompanhamento dos vários alunos não era o suficiente para ser individualizado por cada um deles sendo assim uma sessão que não decorreu como era previsto.

Em momentos antes de começar a sessão existiu logo um grupo de alunos que demonstrou desagrado com as modalidades abordadas, sendo logo um motivo para iniciarem a aula com um índice de motivação bastante baixo. Este fator contribuiu logo à partida para que a sessão não tivesse o efeito desejado porque os alunos já se encontram desmotivados e sem predisposição para a prática. Assim logo no início da sessão foi pela parte do professor acompanhar logo esses alunos desde uma fase inicial, mas o fato é que se mostrou uma tarefa muito complicada devido a essa predisposição para a prática se foi alastrando por alguns alunos.

Com isto podemos verificar que existem fatores determinantes para os índices de motivação dos alunos que se encontram diretamente ligadas às práticas que o professor desenvolve durante a sua aula. Assim o professor deve controlar todos os fatores ao seu alcance durante todo o processo ensino-aprendizagem para que os alunos se sintam motivados durante a realização das aulas de EF.

Por último, é necessário perceber que nem todos os fatores de motivação estão ligados ao professor, sendo o aluno que têm de ter um motivo para que a sua motivação se desenvolva. Outro fator a acrescentar é a periodização das aulas visto que, na turma onde foi realizado esta investigação-ação apenas tinham um bloco de 100 minutos por semana, o que não corresponde aos ideais da periodização da prática de EF.

Conclusão

O estágio tornou-se o ponto de partida para a prática profissional que ambiciono um dia conseguir exercer. Durante o estágio deu-se o início da aplicação prática do conhecimento adquirido ao longo de todos os anos de formação e de todas as vivências. Inicialmente, o facto de ter vivenciado o estágio numa cidade à qual não estava habituado foi uma das primeiras dificuldades que denotei, em seguida, o facto de o meu colega de núcleo de estágio por motivos profissionais ter abandonado o mesmo, para mim foi uma dificuldade acrescida porque era com ele que discutia os problemas e as soluções com que eramos confrontados nos momentos iniciais do estágio. Os primeiros contatos com a turma foram momentos difíceis visto que, não conhecia os alunos e por isso foi bastante importante que durante a AI a professora cooperante tivesse assegurado a lecionação das aulas o que me permitiu aos poucos ter um maior à vontade para ir intervindo junto dos alunos. A professora cooperante foi essencial ao longo deste ano sendo ela a pessoa a quem mais vezes recorri para me esclarecer de como atuar e lidar com certas situações para que a minha intervenção fosse melhorando ao longo do ano. Numa fase inicial, foi necessário adaptar-me à escola, aos docentes de todas as áreas, auxiliares educativos e sobretudo à heterogeneidade que representam os alunos. É, no entanto, por tudo isto que o estágio se tornou num momento inesquecível e de uma fonte de conhecimento incomparável. O acompanhamento das várias reuniões que existiram ao longo do ano deu para perceber melhor o que se discute e se acerta nas reuniões do conselho de turma. A iniciação à prática de investigação permitiu estudar um fenómeno bastante relevante na EF, possibilitando uma nova perspetiva sobre as aulas e os alunos. A motivação é cada vez mais o centro de preocupação dos professores, dada a importância de direccionar e potenciar o talento das pessoas. No caso da EF, torna-se decisiva, onde a disciplina deixa de ser tida em conta na ponderação da média dos alunos, sendo previsível um clima de desmotivação, tornando-se assim fundamental a intervenção do professor. Para além disso, o

conhecimento gerado na elaboração de uma investigação-ação será útil no futuro sendo que esta me deu a possibilidade de perceber melhor como abordar certos momentos do processo de ensino e também me preparou para vir a elaborar outras investigações. A participação nas atividades da escola permitiram-me relacionar com a restante comunidade educativa percebendo as suas expectativas em relação às atividades desportivas. Após este estágio sinto-me mais preparado para ajudar os alunos a se desenvolverem, a ultrapassar as barreiras que muitas vezes, para estes, parecem intransponíveis devido à complexidade que a disciplina de EF apresenta.

Bibliografia

Bento, J. O. (2003) – *Planeamento e avaliação em educação física*. Lisboa

Livros.

Caires, S.& Almeida, L. S. (2000). Os estágios na formação dos estudantes do ensino superior: Tópicos para um debate em aberto. *Revista Portuguesa de Educação*, 13 (2), 219-241

Carreiro da Costa, F, et al. (1996). *Formação de Professores em Educação Física*. Concepções, investigação, prática. Lisboa: Edições FMH.

Carvalho, L. (1994). Avaliação das aprendizagens em Educação Física. *Boletim SPEF*, 10/11: 135-151.

CHICATI, K. C. (2000) Motivação nas aulas de Educação Física no ensino médio. *Revista da Educação Física/UEM*, Paraná, v. 11, n. 1, p. 97-105, 2000.

FRANCHIN, Fabiana; BARRETO, Selva M. G. (2006) Motivação nas aulas de educação física: um enfoque no ensino médio. *In: I Seminário de Estudos em Educação Física Escolar*, 2006, São Carlos.

Jacinto, J. (Coordenador); Carvalho, L.; Comédias, J.; Mira, J. (2001). Programas de Educação Física do 10º, 11º e 12º anos. *Editorial do ME/DES.*

Januário, C. (1996). *Do pensamento do professor à sala de aula*. Coimbra: Livraria Almedina

Júnior, J., (2000), O Professor de educação física e a educação física escolar: Como Motivar o Aluno?, *Revista da Educação Física/UEM*, Maringá, v.11, n.1, p.107-117.

Rocha, C (2009) A MOTIVAÇÃO DE ADOLESCENTES DO ENSINO FUNDAMENTAL PARA A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR, *Dissertação apresentada com vista à obtenção de grau de mestre em Psicologia do Desporto*, Faculdade de Motricidade Humana, Lisboa.

Anexo 1 - Planejamento anual de turma 11º

Planeamento anual de Turma 11º

2ª Etapa – Aprendizagem e Desenvolvimento					
Data	Aula Nº	Tempo de Aula	Espaço	Matérias	
16/10	13,14	50+50MIN	5	Ténis e Atletismo (Velocidade)	
19/10	15	50 MIN	4	Andebol e Lançamento do peso	
23/10	16,17	50+50MIN	1	Andebol e Condição física	
26/10	18	50 MIN	1	Andebol	
30/10	19,20	50+50MIN	1	Andebol e Condição Física	
2/11	21	50 MIN	1	“Bip test” e Andebol	
6/11	22,23	50+50MIN	2	Voleibol e Condição Física	
9/11	24	50 MIN	2	Voleibol	
13/11	25,26	50+50MIN	2	Voleibol e Condição Física	
16/11	27	50 MIN	2	Voleibol	
20/11	28,29	50+50MIN	3	Ginástica Acrobática e Condição Física	
23/11	30	50 MIN	3	Ginástica Acrobática	
27/11	31,32	50+50MIN	3	Ginástica Acrobática	
30/11	33	50 MIN	3	Ginástica Acrobática	Sumativa
4/12	34,35	50+50MIN	4	Andebol e Atletismo (salto em comprimento)	
7/12	36	50 MIN	4	Atletismo (lançamento do Peso e Velocidade)	
11/12	37,38	50+50MIN	4	Andebol e Atletismo (Lançamento do Peso)	Sumativa Andebol
14/12	39	50 MIN	4	Auto-Avaliação	
Fim do 1º Período					
4/1	40	50 MIN	1	Andebol	
8/1	41,42	50+50MIN	5	Ténis e atletismo	
11/1	43	50 MIN	1	Andebol	
15/1	44,45	100 MIN	1	Andebol e Condição Física	
18/1	46	50 MIN	2	Voleibol	
22/1	47,48	50+50MIN	1	Ténis e Atletismo (Lançamento Peso)	
25/1	49	50 MIN	2	Voleibol	Formativa
29/1	50,51	50+50MIN	2	Voleibol e Condição Física	
1/2	52	50 MIN	3	Ginástica Acrobática	
5/2	53,54	50+50MIN	2	Voleibol e Condição física	Formativa
8/2	55	50 MIN	3	Ginástica Acrobática	
15/2	56	50 MIN	4	Andebol e Ténis	Formativa Andebol
19/2	57,58	50+50MIN	3	Ginástica Acrobática e condição Física	
22/2	59	50 MIN	4	Ténis	Formativa

26/2	60,61	50+50MIN	3	Ginástica Acrobática e condição Física	Sumativa
3ª Étape – Aprendizagem, desenvolvimento e aplicação					
1/3	62	50 MIN	4	Atletismo	Sumativa
5/3	63,64	50+50MIN	4	Andebol e Ténis	Sumativa Andebol
8/3	65	50 MIN	1	Testes Condição Física	Sumativa
12/3	66,67	50+50MIN	4	Andebol e Atletismo	Sumativa Andebol
15/3	68	50 MIN	1	Auto-avaliação	
Fim do 2º Período					
2/4	69,70	50+50MIN	5	Andebol e Atletismo	
5/4	71	50 MIN	2	Voleibol	
9/4	72,73	50+50MIN	5	Ténis e Atletismo	Formativa Atletismo
12/4	74	50 MIN	2	Voleibol	
16/4	75,76	50+50MIN	1	Andebol	
19/4	77	50 MIN	3/4	Ténis	
23/4	78,79	50+50MIN	1	Andebol e atletismo	Formativa Andebol
26/4	80	50 MIN	3	Ténis	Formativa
30/4	81,82	50+50MIN	2	Voleibol e condição física	
3/5	83	50 MIN	4	Ténis	Formativa ténis
7/5	84,85	50+50MIN	2	Andebol e atletismo	
4ª Étape – Consolidação					
10/5	86	50 MIN	4	Ténis	
14/5	87,88	50+50MIN	3	Andebol e condição física	
17/5	89	50 MIN	1	Andebol	Formativa
21/5	90,91	50+50MIN	3	Voleibol e condição física	
24/5	92	50 MIN	1	Andebol	Formativa
28/5	93,94	50+50MIN	4	Testes de Condição Física	Sumativa
31/5	95	50 MIN	2	Voleibol	Sumativa
4/6	96,97	50+50MIN	4	Ténis e Atletismo	Sumativa Ténis
7/6	98	50 MIN	2	Auto-Avaliação	
Fim do 3º Período					

Anexo 2 – Planejamento anual de turma 9º

Planificação por Etapas

2º Período

2ª Etapa – Desenvolvimento			
DATA	DURAÇÃO	ESPAÇO	Matérias
18/10	50+ 50 MIN	3	Ginástica e Condição Física
25/10	50+ 50 MIN	3	Ginástica e Condição Física
5/11	50+ 50 MIN	2	Voleibol e condição física
12/11	50+ 50 MIN	2	Voleibol e condição física
19/11	50+ 50 MIN	1	Testes condição Física e Andebol e Futsal
26/11	50+ 50 MIN	1	Andebol e Futsal
3/12	50+ 50 MIN	2	Ténis e Atletismo (Velocidade e Estafeta) / Voleibol
10/12	50+ 50 MIN	2	Voleibol Avaliação
7/1	50+50 MIN	4/1	Ginástica e Condição física
14/1	50+50 MIN	1	Futsal e Atletismo
21/1	50+50 MIN	1	Andebol e Atletismo
28/1	50+50 MIN	2	Voleibol
4/2	50+50 MIN	2	Voleibol
18/2	50+50 MIN	3	Ginástica e Condição Física
25/2	50+50 MIN	3	“Bip test” e Voleibol
4/3	50+ 50 MIN	4	Futsal, Ténis e Atletismo
11/3	50+ 50 MIN	4	Andebol e Atletismo
Fim da 2ª Etapa e 2º Período			
3ª Etapa – Aplicação e Consolidação			
8/4	50+ 50 MIN	2/5	Ténis e Atletismo
15/4	50+ 50 MIN	3	Ginástica de solo e Aparelhos
22/4	50+ 50 MIN	3	Ginástica de solo e Aparelhos
29/4	50+ 50 MIN	1	Futsal e Andebol
6/5	50+ 50 MIN	1	Testes de Condição Física e Futsal
13/5	50+ 50 MIN	2	Voleibol
20/5	50+ 50 MIN	2	Voleibol
27/5	50+ 50 MIN	3/5	Ténis e atletismo
3/7	50+ 50 MIN	3	Ténis e futsal

Anexo 3 - Plano de Aula

Professor: Ivo Santos	Data: 12/4/13	
Turma: 11º f	Aula Nº: 72	Hora: 10:20/ 11h10
Local: P2	Matérias: Voleibol	Nº de alunos: 21
Material: 12 bolas e cones		
Conteúdos: Remate, Passe, serviço por baixo e por cima, Bloco e cobertura ao bloco.		
<p>Objectivos: Consegue efectuar remate, executando correctamente a estrutura rítmica da chamada impulsionando-se para bater no ponto mais alto do salto.</p> <p>Executa o bloco individual, procurando impedir que a bola transponha a rede para o seu campo, coordenando o tempo de salto com o tempo de remate do adversário.</p> <p>Consegue efectuar passe, na posição de passador, colocando a bola em condições para que o seu colega consiga finalizar a jogada através de passe ou remate.</p> <p>Serve por baixo ou por cima (tipo ténis), colocando a bola numa zona de difícil recepção.</p> <p>Durante o bloco da sua equipa, desloca-se em atitude defensiva protegendo a acção do companheiro, de acordo com a sua posição e o local do remate</p>		

T.T	T.E	Descrição das actividades de aprendizagem	Representação Esquemática/ Estratégias	Crítérios de Êxito
Parte Inicial				
10h20 10h25	5'	Tempo de tolerância para os alunos se equiparem		
10h25	7'	<p>Exercício: Os alunos efectuem deslocamentos para a rede. Quando se encontram no 1º cone junto da rede executam remate técnico de remate, no 2º cone executam impulsão de remate na mão do colega.</p> <p>Quando efectuam deslocamento para a posição de passador articulam. Após acabarem o percurso de um lado deslocam-se para o outro lado.</p>		Os alunos deslocam-se para a rede executam impulsão de remate e bloco.
10h32 10h35	3'	Tempo de Informação	Com os alunos já dispostos por grupos no seu lugar exercicio.	
Parte Principal				
10h35 10h42	7'	<p>Exercício: Em grupos de 4 alunos executam passe de passador, que efectua passe para a finalização e o colega que se encontra na zona defensiva junto à rede efectua cobertura ao bloco</p> <p>Objectivo: os alunos com desempenho superior conseguem fazer a chamada correctamente, sendo que o colega defende efectua bloco.</p> <p>Os alunos com desempenho inferior conseguem, colocar a bola em boas condições de finalização, finalizam o remate.</p>		Os alunos conseguem colocar a bola em boa posição para o remate. No remate conseguem executar a estrutura rítmica com o ponto mais alto. A defender o aluno consegue defender este toque no solo. No bloco os alunos conseguem coordenar o salto com o tempo de remate. Coloca-se por trás do colega no solo entre si e o bloco.
10h42 10h49	7'	<p>Exercício: Os alunos efectuam serviço e de seguida o colega onde se encontra o colega que recebe bola passa para o passador e efectua rede efectua bloco individual.</p> <p>Objectivo: os alunos com desempenho superior conseguem efectuar o remate fazendo a chamada correctamente executam bloco.</p> <p>Os alunos com desempenho inferior conseguem, colocar a bola em boas condições de finalização e a servir o colega onde se encontra o colega. A defender os alunos conseguem defender no solo e que fique em situação jogável, efectua o bloco.</p>		A servir os alunos conseguem colocar a bola onde se encontra o colega. Efectuam recepção de serviço depois finalizarem. Conseguem coordenar o salto com o tempo de remate do colega. Coloca-se por trás do colega no solo entre si e o bloco.
10h49 10h51	2'	Tempo de Informação e organização	Com os alunos dispostos nos campos e feita a instrução do exercicio seguinte.	
10h51 11h00	9'	<p>Exercício: Os alunos efectuam situação de jogo 4x4 ou 3x3, quando a equipa ganha ponto através do gesto técnico do remate conta 2 pontos se for através do bloco conta 3 pontos.</p> <p>Objectivos: conseguem receber da bola deixando esta jogável e efectuam finalização através de passe colocado ou remate. A defender executa bloco, coordenando o tempo de salto com a bola e a execução do adversário. Utilizam defesa baixa de forma a prepararem-se para a recepção da bola.</p>		No remate devem efectuar uma boa chamada para a impulsão. Conseguem executar o bloco coordenando o tempo de salto com a trajetória da bola e com o movimento atacante do

					colega. A defender utilizam uma posição baixa usando o passe ou manchete para receber a bola.
Parte Final					
11h00 11h05	5'	Revisão dos conteúdos da aula			

Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3	Grupo 4	Grupo 5	Equipa 6

Anexo 4 – Ficha de registro de AI

Nº	Critérios Avaliar						B
	Enquadra-se com a bola	Faz batimento á esquerda	Faz batimento á Direita	Matem a posição base	Serve por baixo	Serve por cima	Nível
1	1	1	2	1	1	0	I
2	2	2	2	1	2	2	E
3							
4	1	1	1	1	2	1	I
5	1	1	1	0	2	0	NI
6	1	1	2	1	2	1	I
7	2	1	1	1	2	0	I
8	1	0	1	0	1	1	NI
9	2	2	2	2	2	2	E
10	2	2	2	2	2	2	E
11	1	1	2	1	2	1	I
12	1	1	2	0	1	0	NI
13	2	2	2	1	2	0	I
14	1	1	2	1	1	1	E
15	1	1	2	1	2	1	E
16	1	1	1	1	1	0	I
17	1	1	1	1	1	0	I
18	1	1	1	1	2	0	I
19	1	1	1	1	2	0	I
20	2	2	2	2	2	1	E
21	2	2	2	1	2	1	E

Legenda:

A – Não realiza (0); Realiza com erros (1); Realiza sem dificuldades (2)

B – Níveis – Não intrdodutório (NI), Introdutório (I), Elementar (E) e Avançado (A)

Anexo 5 – Ficha de Avaliação formativa

Avaliação formativa de Voleibol

Turma: 11º

Dia: 25/1/2013

Alunos	Serviço por baixo	Recebe em Manchete deixando a bola jogável	Na posição de passador deixa a bola em boas condições de finalização	Observações, correcções e Erros frequentes
1	3	3	2	Ainda faz o passe para trás.
2	3	3	2	Não estica totalmente os seguimentos corporais
3	1	1	2	
4	3	1	2	Apresenta dificuldade em realizar manchete deixando esta jogável.
5	3	3	3	
6	2	3	3	
7	3	1	2	
8	3	3	3	
9	3	2	3	

0 – Não realiza 1 – Realiza com muitos erros 2 – Realiza com 1 erro 3 – Realiza corretamente

Anexo 6 – Ficha de Avaliação Sumativa

Ano: 11º
Dia: 5/03/2013

Turma: A

Avaliação de Atletismo

Aluno	Salto em Comprimento			Lançamento do Peso				Media	Nota
	Acelera a corrida nas últimas passadas	Puxa a perna de impulsão para junto da perna livre	Puxa o tronco à frente	Extensão total do braço	Extensão total dos membros inferiores	Mantém o cotovelo afastado do tronco	Rotação da bacia		
1	1	1	2	2	2	1	0	1,3	13
2	1	1	1	1	2	1	0	1,0	12
3								#DIV/0!	
4	2	2	1	2		2	1	1,7	15
5								#DIV/0!	
6	2	1	1	2	2	1	0	1,3	13
7								#DIV/0!	
8								#DIV/0!	
9	2	2	2	2	2	1	1	1,7	16
10	2	2	2	2	2	2	1	1,9	17
11								#DIV/0!	
12								#DIV/0!	
13	1	1	1	2	2	1	0	1,1	14
14	1	1	1	2	1	2	0	1,1	14
15	0	1	1	1	1	2	0	0,9	11
16	2	1	1	2	1	1	1	1,3	13
17	2	1	2	2	1	1	0	1,3	13
18	1	1	1	2	2	1	0	1,1	14
19								#DIV/0!	
20	2	2	2	2	1	1	0	1,4	14

Anexo 7 – Tabela de avaliação de final de período

Nº Processo	Avaliação		Actividades Físicas e Desportivas			Aval	Aptidão Física	Aval	Conhecimentos	Aval	Atitudes e Valores	Aval	2º per
			70% - 14 valores				10% - 2 valores		10% - 2 valores		10% - 2 valores		
	Voleibol	Andebol	Ténis	Atletimo	Gin Acro		bateria testes		teste		atitu.\part.\pont.\assi		Avaliação Final
29478	14,00	14,00	13,00	13,00	16,80	14,16	14,2	14,20	13,60	13,60	16,19	16,19	14,31
28720	13,00	13,00	16,00		16,00	14,50	14,4	14,40	17,20	17,20	16,91	16,91	15,00
29726	14,00	13,00	13,00		13,60	13,40	13	13,00	15,20	15,20	15,97	15,97	13,80
29362	14,00	15,00	13,00	15,00	16,80	14,76	17	17,00	18,80	18,80	15,48	15,48	15,46
29587	12,00	12,00	13,00		13,60	12,65	9,2	9,20	14,40	14,40	11,69	11,69	12,38
29619	15,00	14,00	14,00	13,00	13,00	13,80	15	15,00	13,20	13,20	16,91	16,91	14,17
29088	13,00	14,00	13,00		12,80	13,20	13	13,00	14,80	14,80	14,78	14,78	13,50
29576	11,00	10,00	11,00		12,80	11,20	10,2	10,20	14,00	14,00	14,07	14,07	11,67
29721	16,00	17,00	17,00	16,00	18,40	16,88	15,8	15,80	15,20	15,20	16,91	16,91	16,61
29618	17,00	17,00	17,00	17,00	16,80	16,96	17,8	17,80	16,00	16,00	16,68	16,68	16,92
29755	14,00	16,00	15,00		0,00	11,25	14,6	14,60	14,00	14,00	12,40	12,40	11,98
29763	12,00	12,00	12,00		12,80	12,20	13	13,00	16,00	16,00	12,63	12,63	12,70
29728	14,00	15,00	14,00	14,00	15,20	14,44	15	15,00	15,20	15,20	17,39	17,39	14,87
29636	14,00	14,00	16,00	14,00	15,20	14,64	12,4	12,40	12,40	12,40	17,15	17,15	14,44
29634	13,00	12,00	13,00	11,00	15,20	12,84	9,4	9,40	15,60	15,60	16,67	16,67	13,16
29653	14,00	15,00	14,00	13,00	18,40	14,88	13,8	13,80	16,40	16,40	18,10	18,10	15,25
29801	13,00	14,00	13,00	13,00	16,00	13,80	14,8	14,80	18,80	18,80	16,44	16,44	14,66
29635	15,00	14,00	13,00	14,00	16,00	14,40	12,8	12,80	10,00	10,00	16,67	16,67	14,03
28640	15,00	16,00	14,00		13,60	14,65	13,6	13,60	13,20	13,20	13,82	13,82	14,32
28629	17,00	18,00	17,00	14,00	18,40	16,88	12,2	12,20	14,00	14,00	19,29	19,29	16,37
29621	16,00	17,00	16,00		13,60	15,65	#REF!	#REF!	16,00	16,00	15,48	15,48	#REF!

Anexo 8 – Ficha registo dos testes de condição física

Condição Física

2º Período

Turma 11º Ano Letivo 2012/13

Resultado do teste

Nota

Nº											
Alunos	Bip teste	“Busca e volta”	Long Jump	Lançament o	Abdominais	Bip teste	“Busca e volta”	Long Jump	Lançament o	Abdominais	Nota Final
1	36	11.85	1.68	3.70	22	11	13	13	17	13	1
2	35	11.68	1.51	3.70	25	10	15	15	17	15	14,
3	35	12.28	1.40	3.60	25	10	11	13	16	15	1
4	46	11.00	1.85	4.50	28	13	17	18	20	17	14,
5	NR	12.57	1.37	3.45	11	X	11	13	15	7	11.
6	20	11.03	1.83	4.22	26	7	17	17	19	15	1
7	20	11.90	1.31	3.80	25	7	13	13	17	15	1
8	25	13.53	1.32	3.40	15	7	7	13	15	9	10,
9	73	10.34	1.99	4.43	31	15	17	17	13	17	15,
10	80	9.43	2.41	6.60	29	15	20	20	19	15	17,
11	43	11.09	1.51	3.80	18	13	17	15	17	11	14,
12	50	13.47	1.59	3.40	22	15	7	15	15	13	1
13	40	11.44	1.62	3.80	30	11	15	15	17	17	1
14	35	12.46	1.59	3.40	19	10	11	15	15	11	12,
15	13	13.43	1.19	3.30	14	6	7	11	15	8	9,
16	49	10.31	1.68	5.10	22	9	17	17	15	11	13,8
17	50	11.25	1.65	3.30	20	15	15	17	15	12	14,
18	36	12.31	1.54	3.90	17	11	11	15	17	10	12,
19	43	11.30	1.35	3.65	22	13	15	13	17	10	13,
20	40	11.15	1.80	5.50	24	7	13	15	17	9	12,

Anexo 9 - Questionário

Questionário

1-Gostas de praticar actividade física? Sim___ Não___

2-Gostas de realizar as aulas de Educação física? Sim___ Não___

3-Sentes motivação na realização das Aulas de Educação Física? Sim___ Não

4- As afirmações seguintes são sobre os momentos de instrução que o professor fornece aos alunos ao longo da aula. Lê as afirmações seguintes e efectua uma cruz na escala apresentada com a tua opinião sobre cada um destes momentos.

Afirmações	Nunca	Raramente	Por vezes	Frequentemente	Sempre
4.1-Nas explicações dos exercícios compreendes o que o professor pede.					
4.2- Quando não percebes o professor explica novamente de uma forma clara.					
4.3- Quando estás em realização o professor corrige a tua ação de forma a obteres melhores resultados.					
4.4- Sempre que realizas bem uma ação o professor dá te um feedback positivo sobre a ação que realizaste.					
4.5- Sempre que necessitas de ajuda, o professor ajuda-te a superar as dificuldades.					
4.6 - Sempre que o professor te corrige em alguma acção percebes o que ele pretende que realizes.					
4.7 – Quando voltas a realizar essa acção o professor observa e volta a dar um novo feedback.					
4.8 – Sempre que realizas uma acção mal num exercício o professor dá te um feedback sobre o que deves corrigir.					

5- As afirmações seguintes são sobre os exercícios que o professor propõe aos alunos ao longo da aula. Lê as afirmações seguintes e realiza uma cruz na escala apresentada com a tua opinião sobre cada um destes momentos.

Afirmações	Nunca	Raramente	Por vezes	Frequentemente	Sempre
5.1 - Os exercícios apresentados estão de acordo com o que consegues realizar.					
5.2 - Normalmente sentes que os exercícios são muito fáceis para ti.					
5.3 – Normalmente sentes que os exercícios são muito difíceis para ti.					
5.4 - Os objectivos dos exercícios que o professor apresenta são muito simples e isso deixa-te desmotivado.					
5.5 - Os objectivos dos exercícios que o professor apresenta são muito difíceis e isso deixa-te desmotivado.					
5.6 – Sentes que os exercícios deviam ser mais variados.					
5.7 – Os exercícios apresentados motivam-te para a prática das aulas de educação física.					
5.8 – Sentes que os exercícios apresentados apresentam uma sequência benéfica à tua aprendizagem.					

Observações:

Anexo 10 – Resultados da AI do 11º

Alunos	Desportos Coletivos		Ginástica	Atletismo			Raquetas
	Andebol	Voleibol	Acrobática	Velocidade	Salto em comprimento	Lançamento do Peso	Ténis
1	I	I	I	I	E	NI	I
2	I	I	I	I	I	NI	E
3	I	I	I	I	I	NI	I
4	E	I	I	A	A	NI	I
5	I	I	I	I	I	NI	NI
6	I	I	I	I	I	NI	I
7	I	I	I	I	I	NI	NI
8	I	NI	I	I	I	NI	I
9	E	E	E	A	A	NI	E
10	E	E	E	A	A	NI	E
11	E	I	I	I	I	NI	I
12	I	NI	I	I	I	NI	NI
13	I	I	E	I	I	NI	I
14	I	I	I	I	E	NI	E
15	I	NI	I	I	E	NI	E
16	E	NI	I	I	I	NI	I
17	I	NI	I	I	I	NI	I
18	I	NI	I	I	I	NI	I
19	I	E	I	I	I	NI	I
20	E	E	E	E	E	NI	E
21	E	E	E	E	E	NI	E

NI – Não atinge o nível Introdutório

I – Nível Introdutório

E – Nível Elementar

A – Nível Avançado

Anexo 11 – Resultados da AI do 9º

Níveis da Avaliação Inicial					
Nº	Futsal (N.PA)	Andebol (N.E)	Voleibol (N.PA)	Ténis (N.E)	Ginástica Solo (N.PA)
1	I	I	I	I	I
2	I	NI	NI	NI	I
3	I	NI	NI	NI	I
4	I	I	E	I	I
5	I	NI	NI	I	I
6	I	NI	NI	NI	I
7	E	E	E	E	I
8	I	NI	NI	I	I
9	E	I	I	E	I
10	I	NI	I	I	I
11	I	NI	NI	NI	I
12	E	I	I	E	NI
13	E	E	E	E	E
14	E	E	E	E	I
15	I	I	NI	NI	NI
16	I	I	I	NI	-
17	I	I	I	I	E
18	I	I	I	I	NI
19	I	I	NI	I	NI
20	I	E	E	E	E
21	I	I	I	I	E
22	I	I	E	E	-
23	I	I	E	E	I
24	I	I	I	NI	I
25	E	E	E	E	E
26	I	I	NI	E	E

NI – Não atinge o nível Introdutório

I – Nível Introdutório

E – Nível Elementar

A – Nível Avançado

Anexo 12- Objetivos finais do 9º

Objetivos de Nível finais					
Nº	Futsal (N.PA)	Andebol (N.E)	Voleibol (N.PA)	Ténis (N.E)	Ginástica Solo (N.PA)
1	E	PE	PE	PE	PE
2	E	I	PE	PE	PE
3	E	I	PE	PE	PE
4	E	PE	PA	PE	PE
5	E	I	PE	PE	PE
6	E	I	PE	PE	PE
7	PA	E	PA	E	PE
8	E	I	PE	PE	PE
9	PA	PE	PE	E	PE
10	E	I	PE	PE	PE
11	E	I	PA	PE	PE
12	PA	PE	PE	E	PI
13	PA	E	PA	E	PA
14	PA	E	PA	E	PE
15	E	PE	PE	PE	PI
16	E	PE	PE	PE	PE
17	E	PE	PE	PE	PA
18	E	PE	PE	PE	PI
19	E	PE	PE	PE	PI
20	E	E	PA	E	PA
21	E	PE	PE	PE	PA
22	E	PE	PA	E	PE
23	E	PE	PA	E	PE
24	E	PE	PE	PE	PE
25	PA	E	PA	E	PA
26	E	PE	PE	E	PA

PI – Parte do nível introdutório
 I – Introdutório
 PE – Parte do nível elementar
 E – Nível elementar
 PA – Parte do nível avançado

Anexo 13 – Objetivos Finais 11º

Alunos	Desportos Coletivos		Ginástica	Atletismo			Raquetas
	Andebol	Voleibol	Acrobática	Velocidade	Salto em comprimento	Lançamento do Peso	Ténis
1	E	E	E	A	E	E	E
2	E	E	E	A	E	E	E
3	E	E	E	A	E	E	E
4	E	E	E	A	A	E	E
5	E	E	E	A	E	E	E
6	E	E	E	A	E	E	E
7	E	E	E	A	E	E	E
8	E	PE	E	A	E	E	E
9	PA	A	PA	A	A	E	E
10	PA	A	PA	A	A	E	E
11	PA	E	E	A	E	E	E
12	E	PE	E	A	A	E	E
13	E	E	PA	A	A	E	E
14	E	E	E	A	A	E	E
15	E	PE	E	A	A	E	E
16	PA	PE	E	A	E	E	E
17	E	PE	E	A	E	E	E
18	E	PE	E	A	E	E	E
19	E	A	E	A	E	E	E
20	PA	A	PA	A	A	E	E
21	PA	A	PA	A	A	E	E

PE – Parte do nível elementar

E – nível elementar

PA – Parte do nível avançado

A – avançado

Anexo 14 – Protocolo de Avaliação inicial da ESG

● Introdução

O **protocolo de avaliação** serve sobretudo como instrumento de planeamento plurianual, mas também como base para uma avaliação mais justa. Utilizado no início de cada ciclo possibilita definir objectivos realistas e orientadores, que permitirão ao professor enquadrar melhor toda a sua actividade. Deve ser, no entanto, utilizado regularmente como instrumento de avaliação formativa para todo o processo de planeamento e aprendizagem.

Este protocolo é importante para dois grupos de decisão: **para cada professor** (na medida em que tem de organizar o trabalho do ano lectivo) **para o Grupo de E.F.** (que leccionam o mesmo ano de escolaridade).

É a Primeira Etapa do Plano Anual em que o Professor identifica as possibilidades de desenvolvimento dos alunos (Diagnóstica – Prognóstica) com referência aos objectivos Ano/Matéria.

Serve para:

- Identificar as Aptidões dos alunos em cada matéria
- Constatar matérias “fracas”
- Constatar alunos “fracos”
- Recolher dados para validar os Critérios
- Definir as prioridades de Desenvolvimento
- Definir o grau de exigência
- Determinar os grupos de nível
- Determinar a Estratégia Global para a concretização do Currículo Real
- Definir as Grandes Etapas do Ano Lectivo
- Definir as Prioridades, a Organização e os Processos da Etapa seguinte

- Promover a Aprendizagem das Formas de Organização e das Rotinas de Trabalho
- Proceder à Revisão e Actualização dos Resultados obtidos no ano anterior

Assim, tem que permitir:

- Observar todos os alunos em pequenos períodos de Observação e muitas vezes
- Observar os alunos em todas as matérias
- Os alunos passarem por situações variadas de Aprendizagem
- Ser os alunos a aprender para verificar os ritmos de Aprendizagem
- Prognosticar com Validade (Adequados) e Discriminação (Diferenciados) os Níveis de Exigência
- Inserir a Etapa seguinte na Estratégia do ano

Este Protocolo fornece ao professor a informação necessária para definir o nível inicial em que os alunos se encontram e os objectivos terminais possíveis de serem atingidos pelos alunos no final do ano e do ciclo.

- Procedimentos Gerais

Nos jogos desportivos colectivos o exercício critério deve ser utilizado apenas quando o professor tem dúvidas e decide isolar determinados gestos.

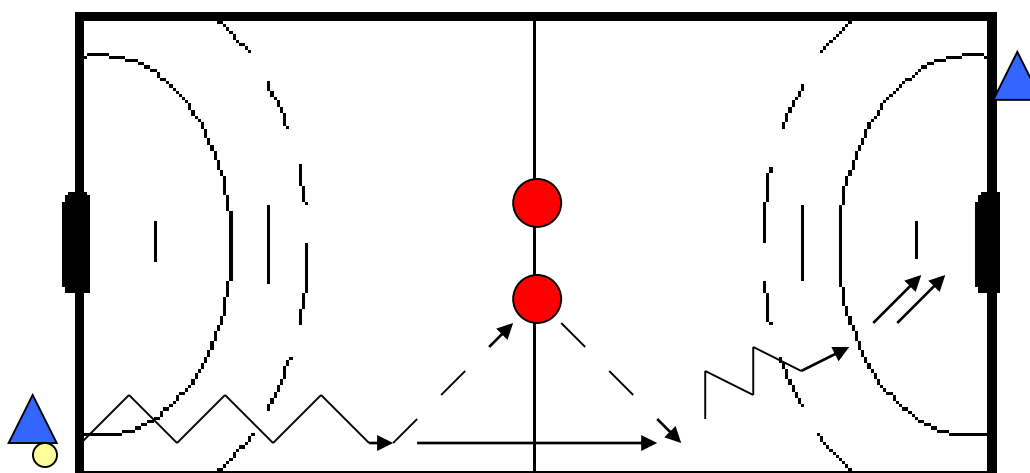
- Procedimentos Específicos

- **Jogos Desportivos Colectivos**

- **Futsal (opcional)**

SITUAÇÃO A:

- O aluno ▲ inicia o exercício na linha final, virado para a baliza contrária e junto à linha lateral. Desloca-se com a bola controlada, sensivelmente até junto do meio-campo, passa a bola em deslocamento para o aluno ● que se encontra no centro do campo, recebe posteriormente a bola e continua em progressão até junto à baliza, rematando em seguida. Realiza o mesmo exercício para o lado contrário.



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Executa com correcção as acções técnicas:

- ✓ Passe
- ✓ Recepção
- ✓ Condução da bola
- ✓ Remate

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

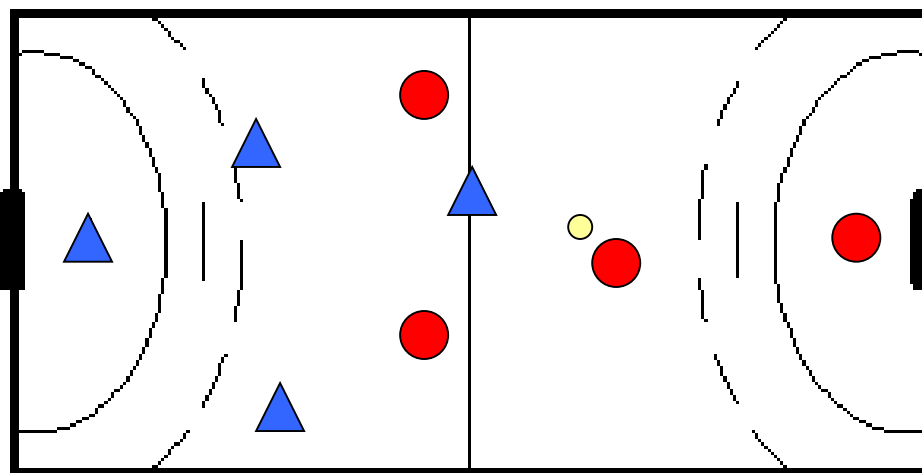
- ✓ Passe (olhar para o colega a quem pretende passar a bola; colocar o pé de apoio ao lado da bola)
- ✓ Recepção (controla a bola junto ao pé; fica com a bola disponível para dar continuidade ao exercício)
- ✓ Condução (controla a bola com o peito do pé, parte interna ou externa do pé, mantendo-a o mais próximo possível do corpo)
- ✓ Remate (colocar o pé de apoio ao lado da bola; pontapear a bola com o peito do pé)

Não cumpre as acções: diagnostica-se o nível não introdutório.

Cumprir as acções: diagnostica-se o nível introdutório; analisar a Situação B para diagnosticar o nível elementar.

SITUAÇÃO B:

- Situação de jogo 4x4 com GR em campo reduzido.



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Executa com oportunidade e correcção as acções técnicas e táticas do jogo, relativamente às fases defensiva e ofensiva.

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

- ATAQUE

- ✓ Remata, se conseguir posição vantajosa
- ✓ Passa ao companheiro em desmarcação para a baliza ou em apoio
- ✓ Desmarca-se para oferecer linha de passe, para penetração ou remate ou linha de passe de apoio

- DEFESA

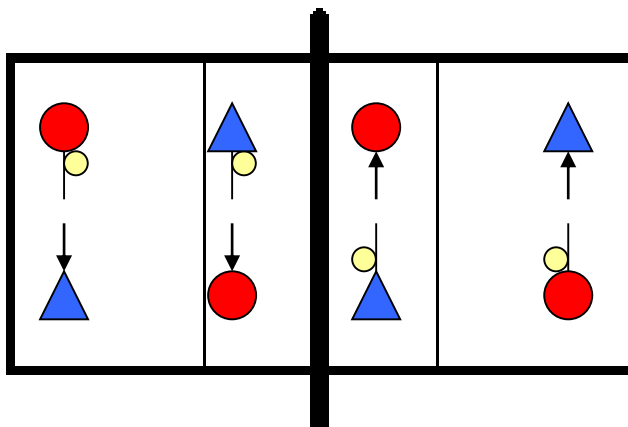
- ✓ Posiciona-se entre a baliza e o adversário
- ✓ Marca o atacante directo, procurando dificultar a acção ofensiva
- ✓ Pressiona o jogador em posse de bola

Cumpre as acções: diagnostica-se o nível avançado

• **Voleibol**

SITUAÇÃO A:

- Em grupos de 2, frente a frente, realizam passe (toque de dedos) e manchete, tentando manter a bola no ar, se possível com rede.



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Realiza com oportunidade e correcção global as acções técnicas referidas.

- ✓ Desloca-se com oportunidade no sentido de facilitar o reenvio da bola.

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

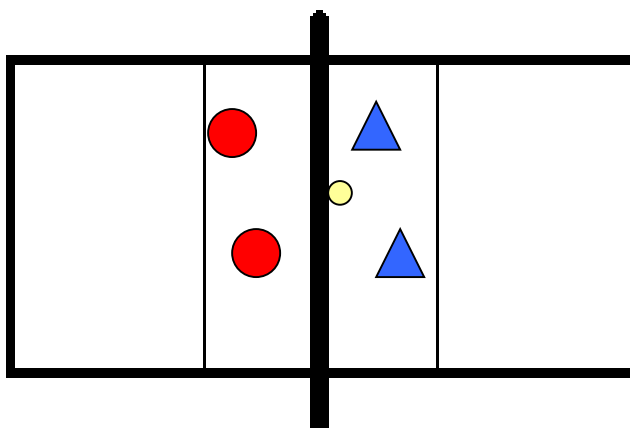
- ✓ Passe (afastamento dos dedos das mãos; contacto com a bola realizado ao nível da testa; progressiva extensão dos braços e pernas no momento de contacto com a bola)
- ✓ Manchete (posição baixa com flexão das pernas; contacto na bola com os antebraços; após o contacto com a bola, extensão das pernas)

Não cumpre as acções: diagnostica-se o nível não introdutório

Cumpe as acções: diagnostica-se o nível introdutório e analisar a Situação B para diagnosticar o nível elementar

SITUAÇÃO B:

- Situação de jogo 2x2 em campo reduzido, com rede aproximadamente a 2 metros de altura.



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Entende e aplica a regras básicas do jogo.
- ✓ Executa com oportunidade e correcção as acções técnicas:
 - ✓ Passe
 - ✓ Manchete
 - ✓ Serviço por baixo
 - ✓ Recepção do serviço em manchete

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

- ✓ Recebe o serviço de forma a ficar disponível para dar continuidade ao jogo
- ✓ Após o serviço posiciona-se de forma a poder passar a bola a um colega
- ✓ Após o segundo toque, posiciona-se de forma a finalizar o ataque

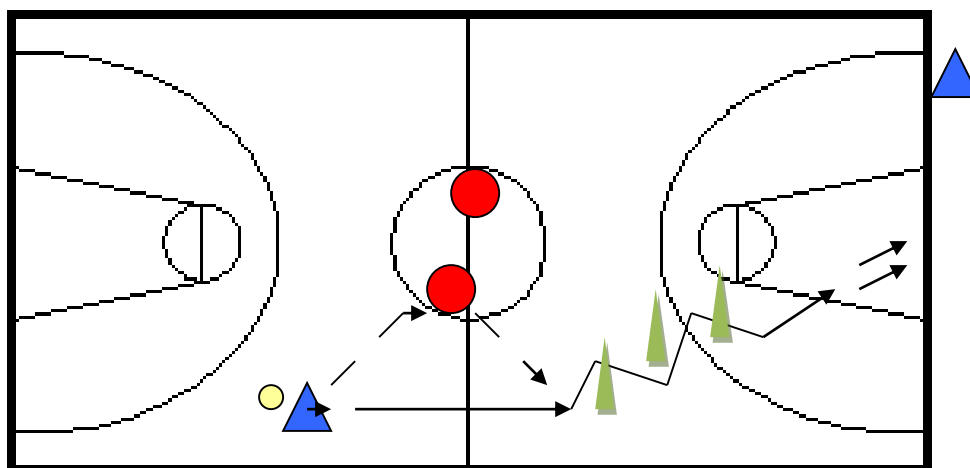
Cumpra as acções: diagnostica-se o nível elementar

• Basquetebol

SITUAÇÃO A:

- O aluno ▲ inicia o exercício a meio campo e junto à linha lateral. Realiza passe em deslocamento para o aluno ● que se encontra no centro do campo, recebe posteriormente a bola e segue em drible, contornando os pinos até ao cesto onde realiza lançamento na passada do lado direito executando os apoios de forma correcta e ressalto. Realiza o mesmo exercício do lado contrário.

Caso o aluno seja canhoto realiza posteriormente o exercício em sentido contrário.



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Realiza com correcção e oportunidade o passe/recepção, o drible em progressão, o lançamento e o ressalto..

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

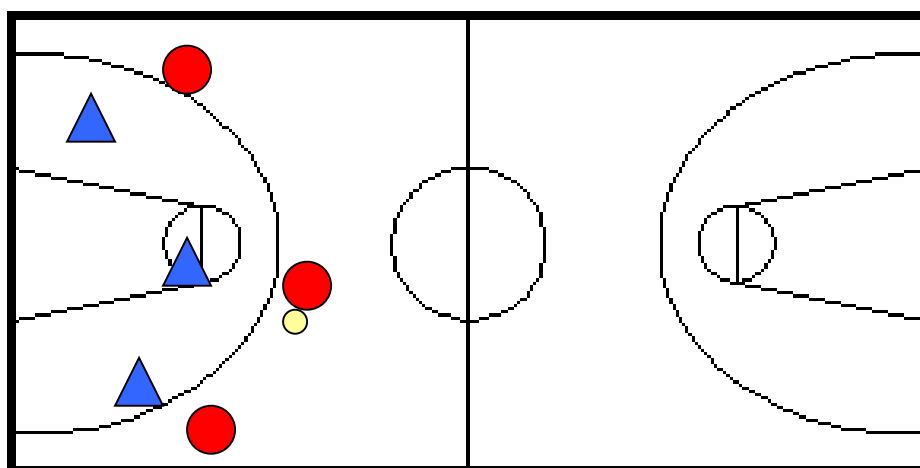
- ✓ Progressão correcta em drible, passe com duas mãos em deslocamento com correcta pega da bola, recepção da bola a duas mãos e em movimento, lançamento na passada, com os apoios de acordo com o lado em que lança.

Não cumpre as acções: diagnostica-se o nível não introdutório

Cumpe as acções: diagnostica-se o nível introdutório e analisar a Situação B para diagnosticar-se o Nível Elementar

SITUAÇÃO B:

- Situação de jogo 3x3 em meio-campo.



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Realiza com oportunidade e correcção global as acções de jogo referidas.

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

- ATAQUE:

- ✓ Desmarca-se oportunamente sem criar situações de aglomeração, oferecendo linhas de passe, caso não receba a bola corta para o cesto.

- ✓ Passa a um companheiro que lhe garante linha de passe ofensiva ou progride em drible pelo corredor central, caso o passe não seja possível.
- ✓ Participa activamente no jogo, realizando a tripla ameaça quando tem a bola (lança com oportunidade ou passa para um colega numa posição mais ofensiva ou dribla para uma opção de lançamento ou passe).



- DEFESA:

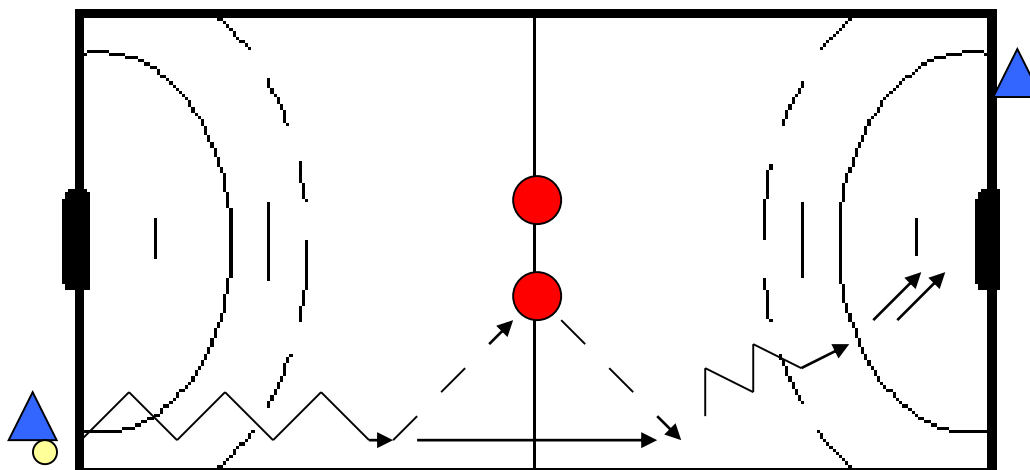
- ✓ Enquadra-se defensivamente, marcando o seu adversário directo.
- ✓ Impede ou dificulta a progressão em drible, o passe e o lançamento.

Cumpra as acções: diagnostica-se o nível elementar.

• **Andebol**

SITUAÇÃO A:

- O aluno  inicia o exercício na linha final, virado para a baliza contrária e junto à linha lateral. Realiza drible de progressão, sensivelmente até junto do meio-campo, passa a bola em deslocamento para o aluno  que se encontra no centro do campo, recebe posteriormente a bola e continua em drible até à linha de 6 metros, rematando em seguida. O remate em salto, de preferência picado, será direccionado para perto do poste contrário ao lado em que se encontra. Realiza o mesmo exercício para o lado contrário.



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Realiza com correcção e oportunidade, o drible em progressão, o passe, a recepção e o remate.

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

- ✓ Progressão correcta em drible, passe com uma mão em deslocamento com correcta pega da bola e armar do braço, recepção da bola a duas mãos e em movimento, remate picado com armar de braço e nº correcto de apoios.

Não cumpre as acções: diagnostica-se o nível não introdutório

Cumprir as acções: diagnostica-se o nível introdutório e analisar a Situação B para diagnosticar-se o nível elementar

SITUAÇÃO B:

- Situação de jogo 5x5 em campo reduzido.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Realiza com oportunidade e correcção global as acções de jogo referidas.

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

- ATAQUE:

- ✓ Desmarcar-se com oportunidade, garantindo uma correcta ocupação espacial no campo.
 - ✓ Finaliza se receber a bola em condições favoráveis.
 - ✓ Assim que recebe a bola enquadra-se ofensivamente, adquirindo a atitude mais correcta para a situação.
- DEFESA:
- ✓ Enquadra-se defensivamente, marcando o seu adversário directo.
 - ✓ Impede ou dificulta a progressão em drible, o passe e o remate.
- GUARDA-REDES:
- ✓ Enquadra-se constantemente com a bola, sem perder a noção da sua posição relativamente à baliza, procurando impedir o golo.

Cumpra as acções: diagnostica-se o nível elementar.

- **Ginástica no Solo e Aparelhos**

SITUAÇÃO A:

- **SOLO**

Rolamento à frente

Rolamento à retaguarda

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Executa com correcção os elementos acrobáticos.

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

- ✓ SOLO
 - ✓ Executa os elementos acrobáticos com alinhamento dos segmentos corporais e manter a direção inicial do movimento.

Não cumpre as acções: diagnostica-se o nível não introdutório.

Cumprer as acções: diagnostica-se o nível introdutório; analisar a situação B para diagnosticar o nível elementar

SITUAÇÃO B:

- **SOLO**

Pino de braços

Roda

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Executa com correcção o percurso gímnico.

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

- ✓ SOLO
 - ✓ Executa os elementos acrobáticos com alinhamento dos segmentos corporais e manter a direção inicial do movimento.

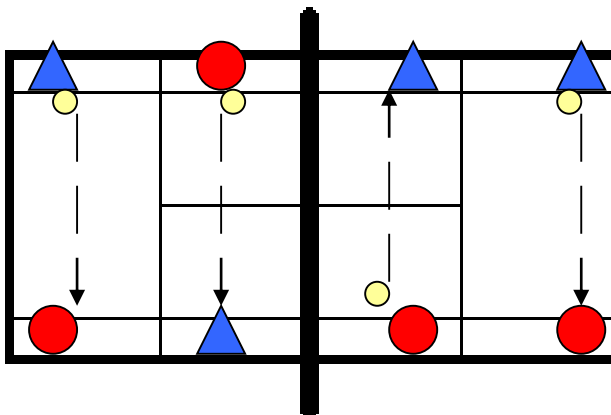
Não cumpre as acções: diagnostica-se o nível introdutório

Cumprer as acções: diagnostica-se o nível elementar

- **Ténis**

SITUAÇÃO A:

- Em grupos de 2, frente a frente distanciados cerca de 6 metros, realizam batimento de direita e de esquerda.



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Realiza com oportunidade e correcção global as acções técnicas referidas.

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

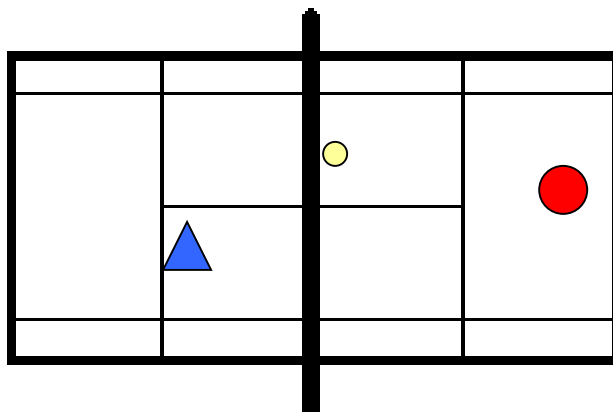
- ✓ Desloca-se com o intuito de se enquadrar com a bola.
- ✓ Utiliza o batimento de direita e de esquerda, após o ressalto da bola no chão.
- ✓ Mantêm a posição base.
- ✓ Diferencia os tipos de pega (de esquerda e de direita).

Não cumpre as acções: diagnostica-se o nível não introdutório

Cumpram as acções: diagnostica-se o nível introdutório; analisar a Situação B para diagnosticar-se o nível elementar

SITUAÇÃO B:

- Situação de jogo formal 1x1, em campo reduzido até ao 9º ano



CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO:

- ✓ Realiza com correcção e oportunidade as acções técnicas:
 - ✓ Serviço por baixo, 7º e 8º ano
 - ✓ Serviço por cima a partir do 9º ano
 - ✓ Batimento de direita
 - ✓ Batimento de esquerda
 - ✓ Vólei de direita
- ✓ Coloca a bola no campo oposto com transposição por cima da rede.

INDICADORES DE OBSERVAÇÃO:

- ✓ Assume com correcção a posição de atitude, observando a trajectória da bola.
- ✓ Serviço por cima (coloca a bola no campo contrário, tocando-a no ponto mais alto).
- ✓ Batimento de direita e de esquerda (assume com correcção a pega, realizando o batimento à frente do pé dianteiro)
- ✓ Vólei (avança para a rede para devolver a bola)

Cumpram as acções: diagnostica-se o nível elementar