



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Relatório de Estágio

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizada por **Tiago Nuno Rosa Borges** na Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia em Beja

Orientadora:

Professora Doutora Clarinda de Jesus Banha Pomar

julho 2012

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Relatório de Estágio

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizada por **Tiago Nuno Rosa Borges** na Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia

Orientadora:

Professora Doutora Clarinda de Jesus Banha Pomar

julho 2012

Agradecimentos

Ao longo da minha vida foram muitas as pessoas que de alguma forma contribuíram para a minha evolução profissional e pessoal. Poderia não ser justo se tentasse enumerar todos eles pois com certeza que me iria esquecer de alguém e por isso quero agradecer, desde já, a todas as pessoas que se cruzaram no meu percurso pois cada uma delas, à sua maneira, teve influência no meu crescimento e na pessoa que sou hoje.

Contudo, e antes de agradecer especialmente às pessoas que tornaram possível este trabalho, quero agradecer profundamente à minha família, em particular, aos meus pais e irmão, que sempre me apoiaram em tudo o que podiam para que pudesse concluir mais uma fase da minha vida com sucesso.

Agradeço à Professora Doutora Clarinda Pomar e ao Professor António Monteiro, Orientadores da Universidade de Évora, pela ajuda e ensinamentos transmitidos ao longo do ano letivo que me permitiram ultrapassar com sucesso os obstáculos que se cruzaram no meu caminho.

À Professora Graça Castilho, Orientadora da Escola, pela sua experiência na lecionação das aulas, pela forma como sempre me tratou e pela disponibilidade demonstrada para me ajudar sempre que foi solicitada, o meu muito obrigado.

Agradeço também aos Professores do Departamento de Educação Física da Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia, pela forma como me receberam no seio do grupo e me ajudaram na consecução dos meus objetivos.

Por último, mas não menos importante, não poderia deixar de agradecer aos colegas do núcleo de Estágio, António Franco e João Canilhas, pela paciência, esforço e dedicação demonstrados ao longo deste percurso que pela sua especificidade fez com que estivéssemos em contacto permanente.

A todos, o meu muito obrigado pelo contributo prestado durante este ano que, sem dúvida, me ajudou a crescer quer ao nível pessoal quer ao nível profissional.

Resumo

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizado por Tiago Nuno Rosa Borges, na Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia em Beja

O presente relatório surge no âmbito da minha Prática de Ensino Supervisionada (PES), realizada no ano letivo de 2011/2012, e pretende refletir e documentar todo o trabalho desenvolvido por mim ao longo deste ano letivo na lecionação da disciplina de Educação Física.

Além da reflexão associada ao trabalho desenvolvido, uma componente científica estará presente ao longo do relatório com o objetivo de suportar as decisões tomadas e que regularam todo o processo de ensino-aprendizagem.

Ao longo do relatório serão destacadas várias temáticas que estarão divididas em quatro capítulos: A Educação Física na Escola; Dimensão de Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem; Dimensão de Participação na Escola e Relação com a Comunidade e Dimensão de Desenvolvimento Profissional ao longo da Vida.

Palavras-Chave: Prática de Ensino Supervisionada; Educação Física; processo ensino-aprendizagem; Ensino Básico; Ensino Secundário.

Abstract

Report of Supervised Teaching Practice conducted by Tiago Nuno Rosa Borges, in Diogo de Gouveia High School with 3rd Cycle of Basic Education

This report comes within my Supervised Teaching Practice, held throughout the academic year of 2011/2012, and it aims to reflect and document all the work developed by me throughout this academic year in the teaching of Physical Education.

Besides the reflection associated to the work a scientific component will be present all long the report in order to support the decisions taken which regulate the whole process of teaching and learning.

Throughout this report will be highlighted several themes that will be divided into four chapters: Physical Education in School; Teaching and Learning Development Dimension; School Participation and Relationship with the Community Dimension and Professional Development Lifelong Dimension.

Keywords: Supervised Teaching Practice; Physical Education; Teaching-learning process; Basic Education; Secondary Education.

Índice

Agradecimentos	III
Resumo	IV
Abstract	V
Índice	VI
Índice de Quadros	VII
Índice de Figuras	VII
Índice de Gráficos	IX
Lista de Abreviaturas	X
Introdução	1
CAPÍTULO I – A EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA	4
1. A Atividade Física, a Saúde e a Qualidade de Vida	4
2. A Promoção da Atividade Física nas Escolas	5
3. Os Objetivos Gerais da Educação Física	6
4. Abordagem aos Programas Nacionais de Educação Física	8
4.1 3º Ciclo	8
4.2 Secundário	9
CAPÍTULO II – DIMENSÃO DE DESENVOLVIMENTO DO ENSINO E APRENDIZAGEM	10
1. Caracterização da Escola	10
2. Conhecimento dos Alunos	15
2.1 Caracterização Geral das Turmas	15
2.1.1 7º Ano	15
2.1.2 10º Ano	18
3. Planeamento	20
3.1 Modelos de Planeamento	22
3.2 Planeamento por Etapas	23
4. Avaliação das Aprendizagens	29
4.1 Avaliação em Educação Física	31
4.2 Avaliação Inicial	31
4.3 Avaliação Formativa	37
4.4 Avaliação Sumativa	41
4.5 Instrumentos de Avaliação	46
5. Condução do Ensino	47
5.1 Planos de Aula	51
5.2 Reflexões e Análises Críticas	52
6. Observação de Outro Ciclo de Ensino: 2º Ciclo	52
6.1 Caracterização do Ciclo de Ensino	53
6.2 Tipo de Avaliação do Ciclo	54

6.3 Caracterização da Turma	55
6.4 Diferenciação do Ensino	57
CAPÍTULO III – DIMENSÃO DE PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE	61
1. Enquadramento das Atividades Desenvolvidas	61
2. Preparação e Organização das Atividades	63
3. Atividade “Atleta Completo” – 3º CEB e Secundário	64
3.1 Objetivos Pedagógicos	64
3.2 Balanço Final e Sugestões de Melhoramento	65
4. Atividade “Atleta Completo” – 1º CEB	68
4.1 Objetivos Pedagógicos	68
4.2 Balanço Final e Sugestões de Melhoramento	69
5. Participação em outras Atividades	69
CAPÍTULO IV – DIMENSÃO DE DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL AO LONGO DA VIDA	70
1. O Professor Investigador e Reflexivo	71
2. Justificação do Projecto de Investigação-Ação Desenvolvido	72
3. O Desenvolvimento da Força Superior em alunos do 10º ano de escolaridade da Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia	73
3.1 Participantes	73
3.2 Estratégias Utilizadas	73
3.3 Fases do Estudo	74
3.4 Resultados	75
Conclusões	79
Referências Bibliográficas	80
Anexos	83
Anexo A – Composição Curricular	83
Anexo B – Exemplo de um “roulement”	84
Anexo C – Protocolo de Avaliação Inicial da Escola (Exemplos)	85
Anexo D – Protocolo de Avaliação da Aptidão Física	90
Anexo E – Exemplo de uma Grelha de Registo 10º Ano	96
Anexo F – Exemplo de uma Grelha de Registo da Avaliação Formativa 10º Ano	97
Anexo G – Plano da 2ª Etapa e Reajustes para a 3ª Etapa – 10º Ano	99
Anexo H – Exemplo de um Plano de Aula	102
Anexo I – Exemplo de uma Reflexão	104
Anexo J – 1º e 2º Intervenção com a Bola Medicinal	105
Anexo K – Resultados do Estudo das 3 Sessões	106

Índice de Quadros

Quadro 1 – Plano Anual de Turma 7º Ano

Quadro 2 – Plano Anual de Turma 10º Ano

Quadro 3 – Planeamento Geral 7º Ano

Quadro 4 – Planeamento Geral 10º Ano

Quadro 5 – Resultados Avaliação Inicial 7º Ano

Quadro 6 – Resultados Avaliação Inicial 10º Ano

Quadro 7 – Excerto da calendarização da avaliação formativa 10º ano

Quadro 8 – Codificação dos níveis de desempenho em valores

Quadro 9 – Critérios de Avaliação para a Área D (Atitudes e Comportamentos)

Quadro 10 – Alunos inscritos no “Atleta Completo”, Atividade 1

Quadro 11 – Alunos inscritos no “Atleta Completo”, Atividade 2

Quadro 12 – Fases do Estudo do Desenvolvimento da Força Superior

Índice de Figuras

Figura 1 – Dimensões de Intervenção Pedagógica de Siedentop (1998)

Figura 2 - Fases de uma Investigação-Ação

Índice de Gráficos

Gráfico 1 – Caracterização do 7º Ano quanto ao Sexo

Gráfico 2 – Participação fora da Escola (7º Ano)

Gráfico 3 – Participação no Desporto Escolar (7º Ano)

Gráfico 4 – Atividades físicas que mais gosta (7º Ano)

Gráfico 5 – Atividades físicas que menos gosta (7º Ano)

Gráfico 6 – Atividades físicas onde têm mais dificuldades (7º Ano)

Gráfico 7 – Caracterização do 10º Ano quanto ao Sexo

Gráfico 8 – Participação fora da Escola (10º Ano)

Gráfico 9 – Participação no Desporto Escolar (10º Ano)

Gráfico 10 – Atividades físicas que mais gosta (10º Ano)

Gráfico 11 – Atividades físicas que menos gosta (10º Ano)

Gráfico 12 – Atividades físicas onde têm mais dificuldades (10º Ano)

Gráfico 13 – Avaliação do Evento “Atleta Completo”

Gráfico 14 – Médias do Estudo do Desenvolvimento da Força Superior

Gráfico 15 – S1 para S2 (1º Grupo)

Gráfico 16 – S2 para S3 (2º Grupo)

Gráfico 17 – S1 para S2 (2º Grupo)

Gráfico 18 – S2 para S3 (2º Grupo)

Lista de Abreviaturas

PES – Prática de Ensino Supervisionada

DE – Desporto Escolar

DPE – Departamento de Pedagogia e Educação

CEB – Ciclo Ensino Básico

EF – Educação Física

PNEF – Programas Nacionais de Educação Física

JDC – Jogos Desportivos Coletivos

DEF – Departamento de Educação Física

PAT – Plano Anual de Turma

Introdução

O presente relatório surge no âmbito da disciplina Prática de Ensino Supervisionada, designada daqui em diante por PES, que se integra no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, promovida pela Universidade de Évora. Tem como principal propósito descrever e refletir sobre a prática realizada ao longo do ano letivo, suportada por uma componente científica que se pretende que esteja presente ao longo deste relatório.

A PES é uma unidade curricular que confere habilitação profissional para a docência no Ensino Básico e no Ensino Secundário. O seu conteúdo encontra-se interligado com o disposto no Decreto-lei 43/2007 de 22 de fevereiro, que define as condições da habilitação para a docência.

Assim, para que os alunos desta unidade curricular pudessem ficar habilitados a lecionar em todos os níveis de ensino, a Universidade de Évora, mais especificamente o Departamento de Pedagogia e Educação (DPE), criou condições para que eles desenvolvessem atividades de cariz pedagógico em vários níveis de ensino. Foi da responsabilidade deste departamento a criação dos núcleos de estágio que foram essencialmente constituídos por três alunos, um professor orientador da PES da Universidade de Évora e um professor orientador responsável em cada escola onde os alunos realizaram este estágio.

No meu caso, o núcleo de PES foi constituído por mim e por dois colegas, o António Franco e o João Canilhas, sob a orientação da Professora Doutora Clarinda Pomar como Orientadora da Universidade e da Professora Graça Castilho como Orientadora na Escola. A escola onde desenvolvi a PES situa-se na cidade de Beja e designa-se por Escola Secundária c/ 3º Ciclo Ensino Básico (CEB) Diogo de Gouveia.

Nesta escola desenvolvi a atividade docente em duas turmas: uma turma do 7º ano (3º Ciclo) e outra do 10º ano de Artes Visuais (Secundário). De realçar que o desenvolvimento da PES foi feito de forma partilhada, isto é, o núcleo de estágio partilhou estas duas turmas, utilizando a rotação dos espaços delineada previamente pela escola, de duas em duas semanas, como o método de rotação entre as turmas.

Passo a clarificar, se eu iniciei na turma do 7º ano, um dos meus colegas ficou responsável pela turma do 10º ano enquanto que o terceiro supervisionou as aulas. Após duas semanas, eu passava a lecionar à turma do 10º ano, entrando o colega que estava a supervisionar para a turma do 7º ano e realizando a supervisão o colega que lecionou à turma do 10º ano anteriormente. Portanto no desenvolvimento deste relatório irei muitas vezes manifestar a opinião abrangendo o núcleo de estágio.

Relativamente ao começo da PES, esta iniciou-se em conformidade com o calendário escolar estipulado sendo que fomos apresentados à turma do 7º ano e respetivos Encarregados de Educação e posteriormente à turma do 10º ano, no dia 16 de setembro de 2011. O término da mesma teve como data, o dia 15 de Junho de 2012.

Quanto aos objetivos para este relatório e tendo em conta as orientações presentes no guião para a elaboração do mesmo, este relatório deverá ser não só descritivo como também reflexivo, servindo a descrição de suporte à reflexão. Deverá ter como principal foco a prática realizada, reportando as práticas efetuadas na planificação e condução das aulas, na avaliação dos alunos, nos fatores que influenciam essas aprendizagens e incluindo ao longo do relatório contributos de natureza teórica que justifiquem adequadamente as opções tomadas.

Para que o relatório seja simples, de fácil leitura e interpretação a sua estrutura e organização deve ser pensada previamente. Assim este relatório estará estruturado por quatro capítulos. O primeiro designado por “A Educação Física na Escola” pretende abordar os objetivos da Educação Física na escola, os Programas Nacionais de Educação Física e ainda aspetos relacionados com a saúde e bem-estar. O segundo capítulo designa-se por “Dimensão de Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem” e irá abordar, principalmente, as temáticas relacionadas com o planeamento, a condução do ensino e a avaliação das aprendizagens dos alunos bem como uma breve referência ao relatório produzido sobre o outro ciclo de ensino não abordado na nossa prática.

O terceiro capítulo “Dimensão de Participação na Escola e Relação com a Comunidade” pretende enquadrar e descrever as atividades desenvolvidas no âmbito desta dimensão e ainda a participação efetuada em outras atividades da escola. O último capítulo referente à “Dimensão de Desenvolvimento Profissional ao longo da Vida” pretende descrever e refletir sobre o projeto efetuado ao longo da nossa prática. A conclusão, as referências bibliográficas e os anexos representativos do corpo do trabalho serão os últimos pontos presentes neste relatório.

CAPÍTULO I – A EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA

Um professor de Educação Física (EF) capacitado para o desempenhar correto das suas funções como docente deve possuir, para além de um domínio claro dos conhecimentos na sua área (currículo e objetivos da disciplina), conhecimentos numa perspetiva da sua importância relativamente a fatores relacionados com a saúde e o bem-estar.

1. A Atividade Física, a Saúde e a Qualidade de Vida

Segundo as Orientações da União Europeia para a Atividade Física (2009), a atividade física pode ser definida como “qualquer movimento associado à contração muscular que faz aumentar o dispêndio de energia dos níveis de repouso”. Esta definição demonstra-se tão ampla que inclui todos os contextos da atividade, isto é, pode ir desde a atividade física como competição até à atividade física como lazer, não nos podendo esquecer da nossa atividade habitual do quotidiano.

Neste sentido, a atividade física, a saúde e a qualidade de vida estão intimamente ligadas entre si. Por outro lado também podemos afirmar, como está provado, que um estilo de vida pouco ativo ou designado de sedentário constitui um fator de risco para o aparecimento de diversas doenças entre elas, as doenças cardiovasculares.

Além da prevenção de doenças a prática regular de atividade física traz benefícios ao corpo humano, pois como consequência dessa prática o nosso corpo passa por alterações morfológicas e funcionais que se manifestam, nomeadamente, ao nível do controlo do peso e consequente diminuição do risco de obesidade devido ao maior consumo de gorduras, na melhoria da digestão e trânsito intestinal, na manutenção das funções motoras como a força e o equilíbrio o que resulta numa melhoria da capacidade funcional para levar a cabo as actividades do dia-a-dia, na melhoria da auto-imagem e da auto-estima, conceitos estes, que hoje em dia estão em voga, entre outros.

Esta temática leva a que muitas instituições e autoridades públicas estejam envolvidas na promoção da atividade física e de um estilo de vida saudável.

As áreas de atuação, como descreve este documento acima referenciado, são diversas e vão desde o Desporto à Saúde e Educação, passando pelos serviços para cidadãos seniores e no local de trabalho.

Contudo, a nossa área de intervenção é, como é óbvio, a educativa e por isso é a ela que me vou restringir. Como afirma o mesmo documento, a relação entre o setor da educação e a atividade física engloba três aspetos diferentes: a educação física na escola; a atividade física nas comunidades locais como os clubes desportivos e ainda a educação e formação para professores de educação física, treinadores e profissionais de saúde.

É neste ponto que se insere a educação física e o seu papel na promoção de hábitos de vida saudável.

2. A Promoção da Atividade Física nas Escolas

Segundo as Orientações da União Europeia para a Atividade Física (2009), as escolas e os clubes desportivos são extremamente importantes no desenvolvimento das atividades físicas e a sua promoção. No entanto, e embora a EF seja uma disciplina obrigatória nas escolas na maior parte dos países e ajude a melhorar a condição física, é necessário segundo este documento, uma hora diária de atividade física organizada para alcançar resultados significativos ao nível da saúde.

Como se sabe apenas existem dois ou três momentos por semana em que os alunos têm EF e esse valor apenas consegue pequenas melhorias na saúde.

Assim, é imprescindível que nós, professores de Educação Física com todos os conhecimentos assimilados sobre estas temáticas consigamos desenvolver estratégias no sentido de incentivar as escolas a proporcionar atividade física diária aos alunos, promovendo desta forma o interesse dos alunos para a prática de atividade física ao longo da vida.

Por outro lado, num âmbito mais profissional e pessoal deve-se criar ao longo da lecionação das aulas, condições para que os alunos percebam não só a importância de uma prática regular de atividade física como também cativá-los para praticarem uma modalidade que gostem fora do contexto escolar, ou seja, num clube ou apenas entre amigos.

Esta prática fora do contexto escolar pode, por exemplo, integrar-se num clube de futebol ou outra qualquer modalidade ou simplesmente realizar caminhadas ou passeios com os amigos.

3. Os Objetivos Gerais da Educação Física

Na sequência deste pensamento, os Programas Nacionais de Educação Física (PNEF) foram elaborados com o intuito de criar uma dinâmica de desenvolvimento do currículo da disciplina para que pudessem ser formuladas estratégias e condições materiais e pedagógicas, em todas as escolas, para que cada aluno pudesse usufruir dos benefícios da Educação Física. Os PNEF podem então ser considerados como um guia para a atuação do professor, motivado pelo desenvolvimento dos seus alunos e em coordenação com os professores de EF da Escola.

As metas apresentadas pelos PNEF constituem também um objeto motivacional para os alunos para o aperfeiçoamento pessoal no âmbito da EF, na Escola e ao longo da vida.

Esta preocupação está demonstrada nos objetivos e orientações metodológicas da EF (PNEF 3º Ciclo, 2001:5) e baseia-se em quatro princípios fundamentais que acho pertinente enumerar:

- Garantia de atividade física corretamente motivada, qualitativamente adequada e em quantidade suficiente;
- Promoção da autonomia, pela atribuição e exigência de responsabilidades;
- Valorização da criatividade, promoção e aceitação da iniciativa dos alunos;
- Orientação da sociabilidade no sentido de uma cooperação efetiva dos alunos.

Assim, a partir destes quatro princípios os PNEF apresentam um conjunto de objetivos gerais comuns a todas as áreas da EF (PNEF 3º CEB, 2001:12):

1. Participação ativa nas situações propostas na procura do êxito pessoal e do grupo:
 - a. Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos companheiros;
 - b. Aceitando o apoio dos companheiros;
 - c. Promovendo a entreaajuda;
 - d. Assumindo compromissos e responsabilidades quer na organização quer na preparação das atividades;
2. Aplicação dos conhecimentos sobre técnica, organização e participação na análise das atividades físicas;
3. Perceber os acontecimentos no universos das atividades físicas, interpretando-os como fatores de elevação cultural dos praticantes;
4. Identificar factores limitativos das possibilidades de prática física como a poluição, urbanismo e industrialização;
5. Conhecer os fatores de saúde e risco associados à prática de atividades físicas, bem como regras de higiene e segurança;
6. Conhecer os diversos processos de elevação e manutenção da condição física de forma autónoma, na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem-estar;
7. Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais como a resistência, flexibilidade, força rápida, etc.

Estes objetivos, embora possam sofrer pequenas alterações consoante o ciclo de ensino, demonstram desde logo grande preocupação, não só com a assimilação dos conteúdos da EF como também nos fatores relacionados com a saúde e bem-estar promovendo desde logo uma ideia de que é necessário continuar a realizar atividade física regular após o término da sua formação escolar.

Como referido anteriormente e reforçado pelos PNEF, um professor de EF tem um papel preponderante na promoção de hábitos de higiene, de segurança e de um estilo de vida saudável não devendo descurar este papel durante a lecionação das aulas.

Assim, os professores devem ser sensibilizados para esta temática, para que possam transmitir claramente estas mensagens quer aos alunos quer aos pais destes, de forma a melhorar a consciencialização da comunidade escolar de que a prática de atividade física regular é um requisito essencial para manter uma vida saudável.

4. Abordagem aos Programas Nacionais de Educação Física

Relembrando que a minha intervenção foi realizada numa turma do 7º ano e noutra do 10º ano, a abordagem às matérias dos programas que foram abordadas será apenas relativa aos ciclos de ensino em que estive envolvido. De forma a orientar o leitor, esta abordagem será feita por ordem crescente, isto é, primeiro, o 3º ciclo e posteriormente o Ensino Secundário.

4.1 3º Ciclo

Para o 3º Ciclo de Escolaridade os PNEF apresentam-nos como referência três grandes áreas de avaliação: a Área A, das Atividades Físicas Desportivas; a Área B, da Aptidão Física e a Área C, dos Conhecimentos.

No nosso caso específico e visto ser semelhante para ambas as turmas, o Departamento de Educação Física, daqui em diante designado por DEF, divide a sua avaliação em quatro parâmetros, sendo o quarto relativo às Atitudes e Valores (assiduidade, pontualidade, participação e atitudes).

Quanto à Área A, existiram diferenças entre o proposto pelo programa e o realizado. Quanto à Categoria A, a dos Jogos Desportivos Coletivos (JDC), o DEF optou por não introduzir o Andebol na Composição Curricular (Anexo A) para o 7º Ano de Escolaridade permitindo assim um pouco mais de tempo para a leção dos outros JDC como o Voleibol onde, segundo alguns professores do departamento, existem mais dificuldades. Relativamente à Categoria B, a leção da Ginástica de Aparelhos foi iniciada mas por impossibilidades espaciais e materiais teve de ser preterida, focando apenas na Ginástica de Solo.

Na Categoria C, o Salto em Altura também estava programado mas teve de ser substituído pelo Salto em Comprimento, pois não havia material para a sua prática e realização. A Velocidade e Estafetas foram trabalhadas ao longo do ano letivo. Em relação à Categoria D, o Ténis foi a modalidade programada pelo DEF e por isso desenvolvida neste ano de escolaridade.

Outras matérias como a Patinagem, Orientação ou Dança não fizeram parte da Composição Curricular para este ano de escolaridade resultando de decisões tomadas pelo grupo de EF.

4.2 Secundário

Os PNEF para o Ensino Secundário consideram o 10º ano de escolaridade como um ano de transição, consolidação e revisão. Interessa neste momento da formação escolar dos alunos consolidar e, eventualmente, completar a formação que se pretende eclética do ensino básico. Visa também uma adaptação a um novo meio escolar (geralmente, trata-se de uma entrada em novas escolas e conseqüentemente numa turma com outros colegas) dando oportunidades de recuperação ou aperfeiçoamento em matérias que tenham revelado mais dificuldades ou que nem tenham praticado por impossibilidade da escola anterior.

Neste sentido a Composição Curricular estipulada pelo DEF para este ano de escolaridade (relembro que ao nível do Ensino Secundário, a minha intervenção foi realizada numa turma do 10º ano) contempla o Futebol, o Voleibol, o Andebol e o Basquetebol na Categoria A. Quanto à Categoria B, apenas a Ginástica de Solo foi trabalhada. No que concerne à Categoria C, estavam inicialmente previstas cinco modalidades relativas ao Atletismo mas por impossibilidade de material as Barreiras e o Salto em Altura não foram trabalhados. Na Categoria D, o Badminton foi a modalidade escolhida e trabalhada pelo DEF da escola enquanto que na Categoria E o Corfebol foi a modalidade praticada.

De igual forma, a Patinagem, a Orientação e a Dança não foram tomadas como prioritárias pelo Departamento e por isso não foram abordadas.

De realçar que, e em relação à Área B da Aptidão Física, o trabalho foi desenvolvido como os Programas pretendem, isto é, ao longo da lecionação das aulas. Contudo, na escola onde realizei a PES esta Área é avaliada de uma forma diferente daquela que está no programa. Todos os alunos realizam os cinco testes estipulados pelo DEF da escola e a cada prestação está associado um valor, sendo posteriormente realizada a média desses cinco valores. Este ponto será desenvolvido mais à frente no ponto 5 – Avaliação, do Capítulo II.

CAPÍTULO II – DIMENSÃO DE DESENVOLVIMENTO DO ENSINO E APRENDIZAGEM

De forma a orientar a leitura deste capítulo, este encontrar-se-á organizado por uma ordem que me pareceu mais adequada e sequencial. Assim, nos dois primeiros pontos será feita uma caracterização da escola e das turmas onde lecionei, sendo que nos pontos seguintes, temáticas como o planeamento, a condução do ensino e a avaliação serão abordadas explicando as suas fases e argumentando as várias decisões tomadas em cada uma delas.

1. Caracterização da Escola

A Escola onde desenvolvi a minha PES, foi como já referi, a Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia. Como o próprio nome indica é uma escola que possui alunos do 3º Ciclo de Escolaridade e alunos do Ensino Secundário. No entanto, até há poucos anos atrás era uma escola exclusivamente direcionada para o Ensino Secundário. Esta escola tem aproximadamente 900 alunos distribuídos pelos dois ciclos anteriormente mencionados.

Outro aspeto relevante foi a remodelação aplicada na escola que se estendeu, sensivelmente, até a meio do 1º Período. Esta remodelação causou alguns problemas iniciais, especialmente nos espaços desportivos pois houve remodelações nuns e construções de raiz em outros casos que não nos permitiu iniciar desde logo a prática de algumas modalidades.

Contudo, estes problemas foram resolvidos e na minha opinião a escola possui espaços de boa qualidade para a prática de um razoável número de modalidades.

Realizando uma breve caracterização, passo a identificá-los:

- O Polidesportivo Coberto (P1) é um espaço destinado aos JDC nomeadamente o Andebol, Futsal, Basquetebol e Corfebol. Existe ainda a possibilidade de serem lecionadas matérias como o Voleibol, Badminton, Dança ou Atletismo, embora haja limitações e dificuldades na sua operacionalização. Possui duas balizas de Andebol/Futsal, duas tabelas de Basquetebol e dois cestos de Corfebol. É um espaço coberto mas em condições climatéricas adversas, a humidade é um problema e nem sempre existem condições de segurança adequadas;
- O Ginásio Escola (P2) é um espaço destinado ao Voleibol e ao Badminton. É relativamente pequeno possuindo apenas um campo de Voleibol. É um espaço coberto e encontra-se geograficamente muito próximo do Ginásio Pequeno (P3), possibilitando por vezes a realização de atividades de Ginástica de Solo, quando não existir alternativa;
- O Ginásio Pequeno + Pista Atletismo (P3) é um espaço exclusivo para a Ginástica, mais especificamente para a Ginástica de Solo e Ginástica Acrobática. É um ginásio pequeno, mas com espelhos podendo por isso ser abordada a Dança. Tem associado um outro, no exterior, que consiste numa Pista de Atletismo com 4 corredores com aproximadamente 60 metros de comprimento e o seu piso é em tartan. Aqui poderão ser desenvolvidas atividades relacionadas com o Atletismo (Velocidade e Estafetas);
- O Polidesportivo Descoberto (P4) é um espaço ao ar livre onde podem ser abordadas várias matérias como o Andebol, Basquetebol, Futsal, Atletismo, Corfebol, Badminton, Orientação, etc. Possui quatro tabelas de Basquetebol (dois campos) e duas balizas de Andebol/Futsal.

É um espaço bastante polivalente para os JDC mas que apresenta um grande *handicap* no que se refere à dependência das condições meteorológicas, sendo particularmente influenciado por dias chuvosos ou de temperaturas muito elevadas;

- Os Campos de Ténis + Caixa de Salto (P5) são um espaço ao ar livre onde é possível abordar o Ténis e o Salto em Comprimento. Apresenta pouca polivalência e em dias com condições climatéricas adversas condiciona de certa forma estas práticas;
- O Ginásio Principal Escola (P6) é um espaço alternativo, coberto, que pode ser utilizado quando não existem mais soluções. Permite a abordagem à Ginástica de Solo, à Ginástica Acrobática, à Ginástica de Aparelhos e também à melhoria da Condição Física. No entanto, para qualquer prática os materiais têm de ser transportados de outros locais, pois este ginásio é utilizado, normalmente, para outros fins, tais como: eventos culturais, grandes reuniões, seminários e espetáculos.

Resumindo, são seis espaços, cada um com a sua valência e que permitem a prática de um razoável número de modalidades. Contudo, estão ao longo do dia sempre ocupados e por isso a definição de um “*roulement*” torna-se imprescindível para o bom funcionamento dos espaços.

Além dos recursos espaciais, a escola possui um número bastante razoável de recursos materiais para uma grande variedade de modalidades, tais como bolas de Voleibol, Basquetebol, Futsal, Andebol, Rugby, Corfebol; raquetas e bolas/volantes de Ténis e Badminton, respetivamente; Testemunhos; e outros materiais como cones, arcos, pinos, cordas, etc. Contudo, alguns materiais apresentam-se algo degradados dado o seu contínuo uso e manuseamento. Por outro lado, materiais para a prática do Salto em Altura, por exemplo, são insuficientes ou estão em mau estado.

Em suma, a escola possui recursos materiais suficientes para a lecionação das aulas com boa qualidade.

Relativamente a outros espaços, a escola é dotada de uma biblioteca, uma secretaria, um bar, um refeitório, uma papelaria e uma reprografia, sendo que estes espaços proporcionam boas condições aos alunos pois são relativamente novos.

Em relação a aspetos organizacionais, esta escola encontra-se aberta das 8 horas as 24 horas sendo que os períodos de funcionamento das atividades escolares e interrupções estão regulamentadas pelo Ministério da Educação.

O corpo docente desta escola ronda a centena, repartidos pelas categorias profissionais estabelecidas por lei. O pessoal não docente é composto por 38 funcionários dos quais 11 são Assistentes Técnicos e 27 são Assistentes Operacionais.

Estão ainda institucionalizadas as Associações de Estudantes e de Pais/Encarregados de Educação, existindo ainda uma Associação de Antigos Alunos que promove alguns eventos.

O Projeto Educativo da escola tem como tema unificador “Humanizar a Escola”, isto é, projetar na sociedade valores de cidadania, participação, globalização e sustentabilidade, tendo em conta as características do meio em que a Escola está inserida e a diversidade da origem social dos alunos.

Em traços gerais tem como finalidades:

- Respeitar integralmente os princípios da Lei de Bases do Sistema Educativo;
- Enquadrar-se no espírito do regime de autonomia, administração e gestão das escolas e agrupamentos;
- Consciencializar para os conceitos da globalização, cidadania, participação, sustentabilidade e direito à diferença;
- Promover a harmonia entre todos os membros da Comunidade Educativa;
- Dinamizar a interação da Escola com a Comunidade envolvente.

Decorrente destas finalidades, o Projeto Educativo possui alguns objectivos que passo a enumerar:

- Implementar o Projeto Curricular de Escola, os Projetos Curriculares de Turma, os Programas definidos a nível nacional, no âmbito do Ensino Básico, dos Cursos Científico-Humanísticos, dos Cursos Tecnológicos, dos Cursos Profissionais e ainda nos cursos EFA e PIEF;
- Generalizar a utilização das novas tecnologias de informação às práticas letivas das várias disciplinas, tendo em vista a qualidade e a inovação educacional;
- Definir critérios de avaliação uniformes para toda a Escola, garantindo a sua coerência, equidade, objetividade e transparência;
- Implementar a avaliação diagnóstica;
- Promover a avaliação formativa como principal modalidade do processo ensino/aprendizagem;
- Implementar a auto e hetero-avaliação dos alunos;
- Aumentar atividades de complemento curricular e de ocupação dos tempos livres, de acordo com o tema do projeto educativo, os interesses dos alunos e os recursos da escola.
- Incentivar a participação da comunidade educativa em todos os aspectos da vida escolar.

Relativamente à oferta formativa, como já foi referido num dos pontos acima, esta é variada e é constituída pelos seguintes cursos:

- Cursos Científico-Humanísticos: Ciências e Tecnologias, Línguas e Humanidades e Artes Visuais.
- Curso Tecnológico: Desporto.
- Cursos Profissionais: Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos, Técnico de Multimédia; Técnico de Apoio Psicossocial; Técnico de Higiene e Segurança no Trabalho e Ambiente; Técnico de Comunicação, *Marketing*, Relações Públicas e Publicidade.
- Cursos Educação e Formação de Adultos: Instalação e Gestão de Redes Informáticas.

2. Conhecimento dos Alunos

Além da necessidade de conhecimento prévio das condições espaciais e materiais da escola, um professor no início do ano letivo deve, de alguma forma, adotar procedimentos que lhe permitam conhecer os alunos. Este conhecimento prévio apresenta-se como essencial, não apenas para saber os seus nomes como também conhecer as suas preferências, situação familiar e historial clínico. Todas estas informações devem ser tidas em conta durante o ano letivo para que se possam adotar as estratégias mais adequadas ao sucesso dos alunos.

2.1 Caracterização Geral das Turmas

No caso específico do nosso núcleo, foram distribuídas fichas de identificação do aluno nas duas turmas com um conjunto de perguntas que nos permitiram desde logo conhecer melhor os alunos e construir uma base de dados. Os dados recolhidos irão ser apresentados nos pontos seguintes de maneira a que o leitor consiga perceber as turmas no seu geral.

2.1.1 7º Ano

Relativamente à turma do 7º Ano que esteve sob a intervenção do meu núcleo de PES, posso dizer que esta turma é constituída por 26 alunos com idades compreendidas entre os 11 e os 14 anos, sendo 14 rapazes (54%) e 12 raparigas (46%).

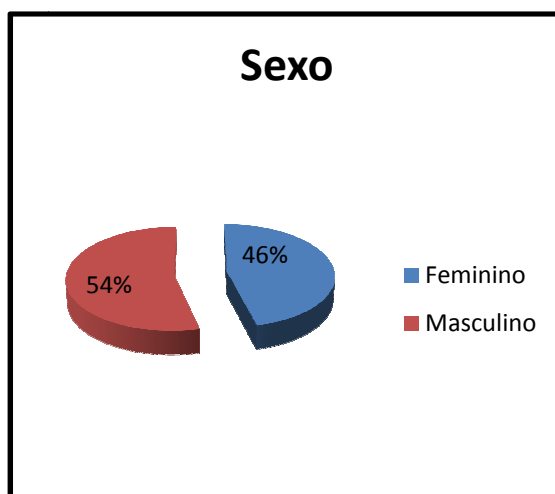


Gráfico 1 – Caracterização do 7º Ano quanto ao Sexo

Posso também adiantar, e sendo um fator quanto a mim importante, que 5 alunos (4 rapazes e 1 rapariga) desta turma são repetentes.

Questionou-se também os alunos quanto à sua atividade desportiva sendo que 11 alunos da turma (42%) responderam que praticavam alguma atividade física fora do contexto escolar e 14 alunos (54%) responderam que costumavam participar em atividades do Desporto Escolar.

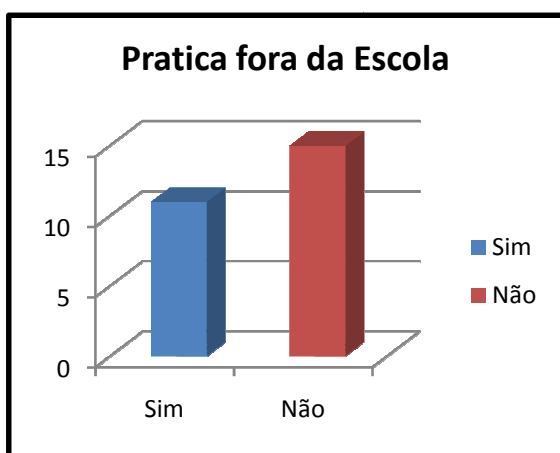


Gráfico 2 – Participação fora da Escola

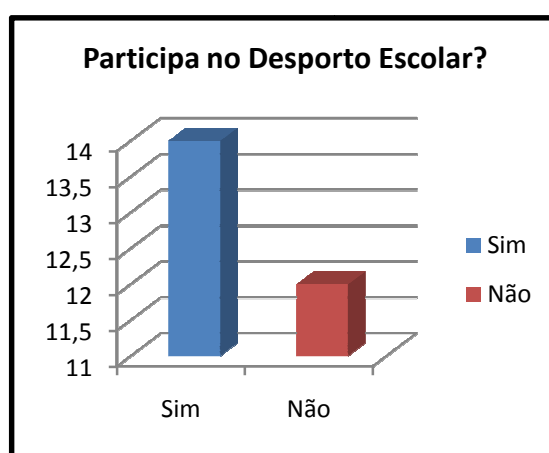


Gráfico 3 – Participação no DE

Realizaram-se também questões relacionadas com a disciplina de EF, nomeadamente se gostavam ou não da disciplina e quais as atividades físicas que mais gostavam, menos gostavam e aquelas onde tinham mais dificuldades. Todos os alunos da turma afirmaram que gostam de EF mas por diferentes motivos. Quanto às atividades físicas, o Futebol e o Basquetebol estão entre as modalidades que mais gostam, sendo que a primeira também figura nas atividades que menos gostam juntamente com o Voleibol. Este facto é explicado pelo facto dos rapazes terem escolhido o Futebol como aquela que mais gostam e as raparigas, por outro lado, terem também escolhido o Futebol como a que menos gostam.

Quanto às atividades físicas onde possuem mais dificuldades, o Futebol e o Voleibol apresentam-se como as mais críticas. Nesta questão, a maioria dos alunos respondeu a mesma atividade que escolheram como a que menos gostam.



Gráfico 4 – Atividades físicas que mais gosta

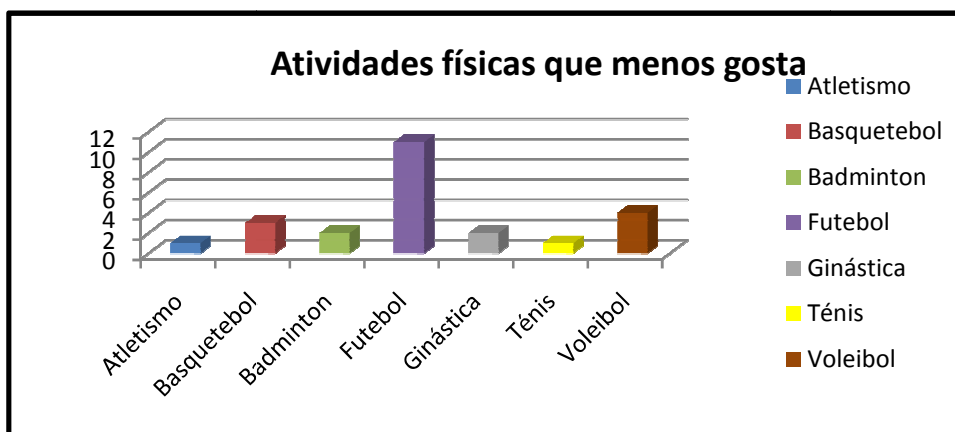


Gráfico 5 – Atividades físicas que menos gosta

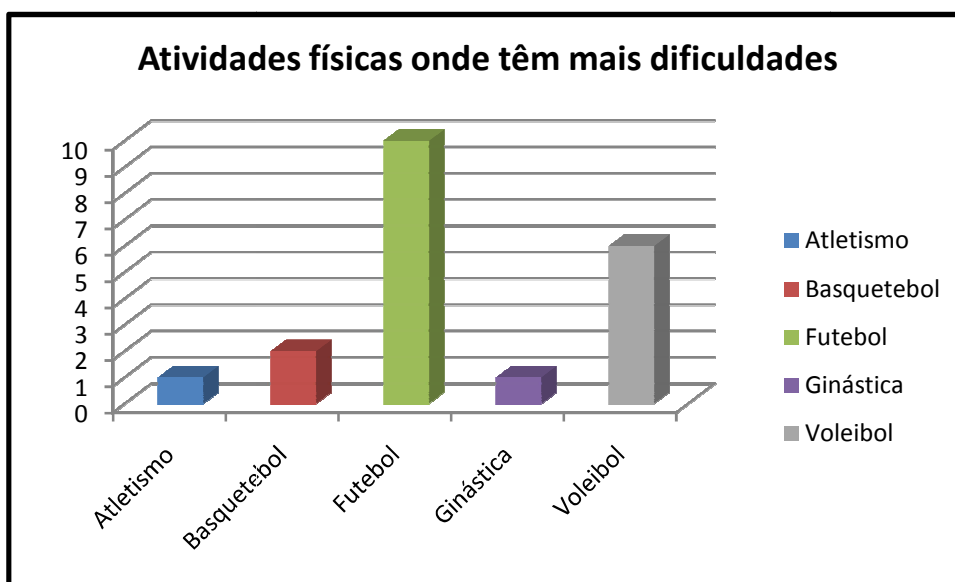


Gráfico 6 – Atividades físicas onde têm mais dificuldades

2.1.2 10º Ano

Esta turma do 10º ano de Artes Visuais foi sofrendo algumas alterações ao longo do ano letivo, pois alguns alunos estavam a realizar melhoria não chegando ao seu término. Na sua base é constituída por 19 alunos com idades compreendidas entre os 15 e os 17 anos. Dos alunos constituintes da turma, 6 são rapazes (32%) e 13 são raparigas (68%) e apenas 2 são repetentes.

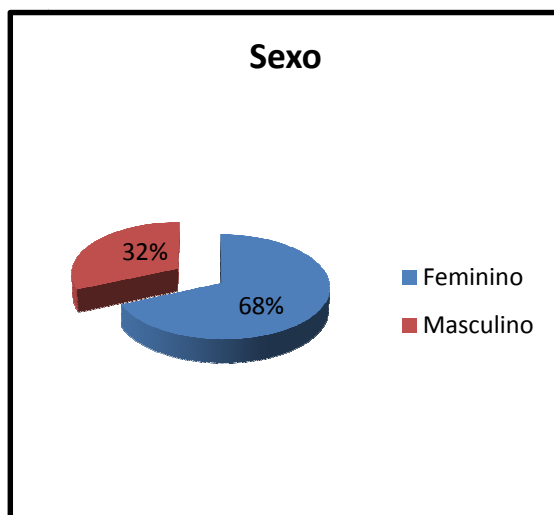


Gráfico 7 – Caracterização do 10º Ano quanto ao Sexo

Quanto à sua atividade desportiva apenas 5 (26%) responderam que praticam atividade física fora da escola e 5 (26%) responderam que costumam participar no Desporto Escolar.

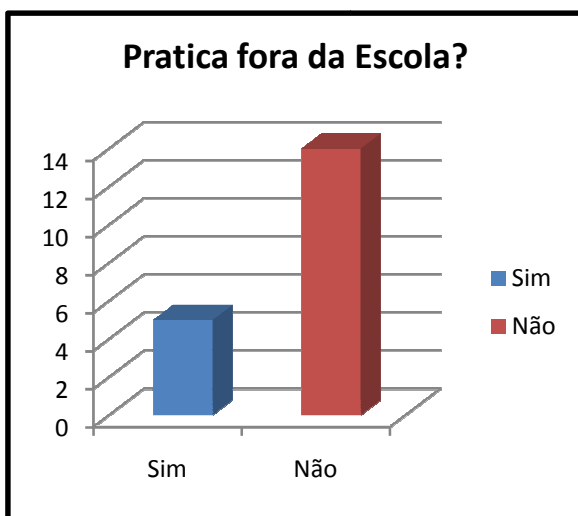


Gráfico 8 – Participação fora da Escola

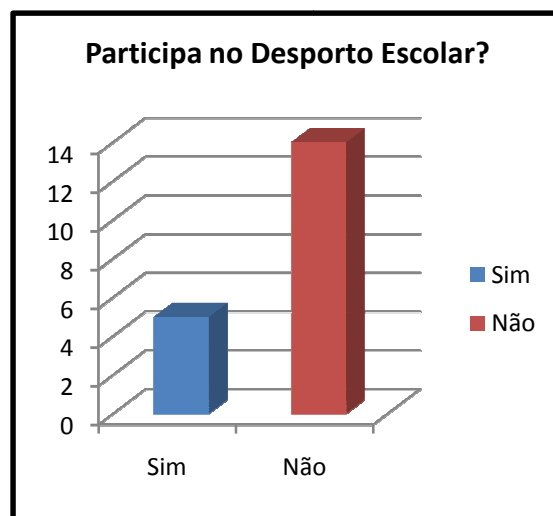


Gráfico 9 – Participação no DE

Quanto à Disciplina de EF, todos os alunos responderam que gostam de EF, sendo que o Basquetebol, o Voleibol e o Futebol são as atividades físicas que mais gostam; o Andebol, a Ginástica, o Futebol e o Badminton são as atividades físicas que menos gostam com igual número de respostas; e por outro lado, o Futebol e o Atletismo são as atividades físicas onde os alunos afirmaram possuir mais dificuldades.

Da mesma forma que na turma do 7º Ano, o Futebol está presente em todas as questões pelos factos anteriormente mencionados.



Gráfico 10 – Atividades físicas que mais gosta



Gráfico 11 – Atividades físicas que menos gosta

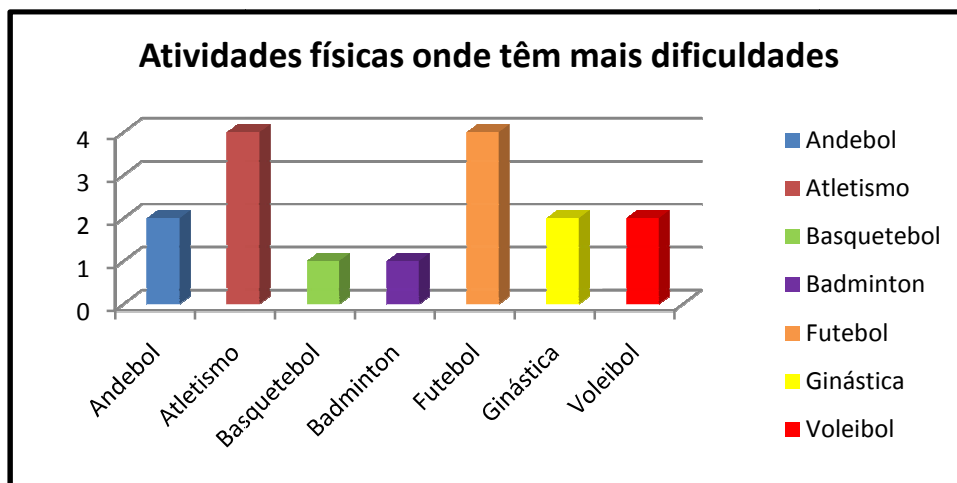


Gráfico 12 – Atividades físicas onde têm mais dificuldades

3. Planeamento

Segundo o Dicionário de Língua Portuguesa, planejar significa “projetar, fazer o plano de ou programar”. Esta pequena definição, revela na minha ótica, a essência daquilo que deve ser o planeamento nomeadamente em EF.

Reforçando esta ideia, Anacleto (2008) citando Clark & Peterson (1986) afirma que a ação de planejar é entendida como um processo em que se figura o futuro, onde se criam os fins e meios necessários ao conhecimento pedagógico construindo assim um fio condutor da ação futura.

Na linha deste pensamento, alguns estudiosos entendem o planeamento como a primeira fase da ação docente, onde o professor identifica as necessidades dos conhecimentos dos alunos, das turmas e das finalidades educativas (Anacleto, 2008).

Segundo este autor, esta planificação deve ser coerente quanto às decisões e pensamentos, e se possível, simulando estratégias, delineando e antecipando cenários que poderão eventualmente acontecer.

Anacleto (2008) refere ainda que estas decisões ao nível do ensino podem ser divididas em três classes diferentes: decisões pré-interativas; decisões interativas e decisões pós-interativas. As decisões pré-interativas podem ser designadas por “decisões de planeamento”, isto é, estão associadas às decisões tomadas pelo professor durante o processo de planeamento do ano letivo. As decisões interativas estão relacionadas com as decisões tomadas pelo professor durante a condução das aulas.

As decisões pós-interativas são como o nome indica as decisões tomadas após o término da aula, e estão intimamente relacionadas com uma contínua reflexão e avaliação do processo ensino-aprendizagem.

A partir destas informações, é necessário compreender que o processo de planejamento não é estanque, isto é, após a intervenção do professor, este deve refletir e reformular a sua planificação se assim for necessário, procurando tomar as decisões mais corretas com o intuito de melhorar o processo de aprendizagem dos alunos.

No seguimento das ideias apresentadas, os PNEF foram concebidos e pensados como um instrumento necessário para que a EF das crianças e jovens ganhasse o reconhecimento que carece, constituindo-se deste modo como um documento orientador das práticas individuais e coletivas visando a transformação positiva dos alunos e das condições de realização da EF.

No entanto, a exequibilidade destes programas depende da capacidade de mobilização do departamento de EF da escola em torno dos objetivos da disciplina, sendo que os compromissos estabelecidos dentro do grupo, da escola e comunidade serão a base do sucesso na aplicação destes programas.

Assim existem decisões coletivas que devem ser tomadas em consciência para a consecução dos objetivos da disciplina: decisões ao nível do currículo do aluno, nomeadamente a inclusão de intenções que enalteçam a área da EF na formação dos jovens, no Projeto Educativo e no Projeto Curricular de Escola; articulação dos Projetos de Educação Física promovendo a coordenação entre escolas; decisões ao nível dos recursos temporais como horários, número de sessões semanais e a sua forma de distribuição; decisões ao nível dos recursos materiais, estruturando a forma de rotação pelos espaços se assim houver necessidade; e decisões ao nível dos recursos humanos, beneficiando assim a formação dos professores.

3.1 Modelos de Planeamento

O início da nossa PES como núcleo de estágio realizou-se de uma forma que nos permitiu presenciar desde logo esta tomada de decisões, em algumas reuniões de grupo, percebendo as decisões tomadas nomeadamente ao nível da composição curricular para os vários anos de escolaridade e tomando especial atenção àqueles que seriam alvo da nossa intervenção.

Outro aspeto relevante e que deve ser realçado foi o modo de funcionamento de abordagem às atividades físicas, que neste caso foi determinado pelo esquema de rotação das turmas pelos espaços de aula (“roulement” – Anexo B). O método definido obriga a que o planeamento efetuado possua características do modelo de planeamento por etapas com alguns traços do modelo de planeamento por blocos. Isto é, a periodização da atividade não resulta, como seria desejável, da interpretação que o professor faz das características da turma e dos seus alunos mas sim derivado dos horários e da definição da circulação da turma pelas instalações. Este sistema pretendeu, aparentemente, demonstrar uma “igualdade de oportunidades” para todos os professores e turmas, sendo que a diferenciação da atividade entre as turmas verifica-se na sequência em que as matérias foram abordadas e nas opções pessoais do professor, limitando ou impedindo o professor de realizar um plano de EF, estratégica e operacionalmente diferente dos planos das outras turmas.

O Plano Anual de Turma (PAT) deve ser um plano geral, baseado na Avaliação Inicial das competências dos alunos e da consequente identificação de vários aspetos pendentes dessa primeira etapa. Possui um conjunto de finalidades pedagógicas que estiveram na base da elaboração deste documento:

- Esquematização e organização das matérias:
 - Pela sua prioridade;
 - Em função dos objetivos a alcançar em cada uma delas;
 - Perspetivar o número de aulas previstas para cada uma delas;

- Seleção das estratégias a utilizar ao longo de todo o processo, tendo em conta:
 - Os espaços de aula;
 - As matérias a abordar;
- Periodizar as diferentes etapas do planeamento;
- Definição dos grupos de nível por matéria;

Sendo que os PAT elaborados pelo núcleo tiveram por base o modelo de planeamento por etapas, estes documentos tiveram como linhas orientadores os pontos anteriormente mencionados e presentes nos PNEF.

3.2 Planeamento por Etapas

Sendo o modelo aconselhado pelos PNEF, o planeamento por etapas assume-se cada vez mais como o modelo a seguir visto dar grande importância ao PAT.

Seguindo as orientações metodológicas presentes nestes documentos, verifica-se que este modelo prevê a organização do ano letivo em etapas, ou seja, em períodos mais reduzidos de tempo. Estas etapas devem possuir características diferentes ao longo do ano letivo e podem ser de número variável, dependendo dos objetivos do professor e do percurso dos alunos.

Neste sentido, o núcleo de estágio em consonância com a professora cooperante, após ter concluído o processo de avaliação inicial e ter procedido à análise dos resultados obtidos, organizou os PAT de ambas as turmas (7º e 10º) em quatro etapas:

➤ 1ª Etapa – Avaliação Inicial

Sendo a primeira etapa do planeamento, a avaliação inicial assume-se como uma etapa essencial sendo que lhe estão associadas algumas funções como a apresentação do programa aos alunos; revisão dos aspetos essenciais do ano anterior; criação de rotinas e construção de um clima favorável de aprendizagem. Por outro lado, esta etapa tem como principal objetivo determinar as aptidões e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias prevendo a definição do nível da turma, grupos de nível e a deteção de alunos críticos, isto é, aqueles que poderão necessitar de maior acompanhamento ao longo do ano letivo.

➤ 2ª Etapa – Desenvolvimento e Aprendizagem

Concluída a primeira etapa, esta segunda etapa caracterizou-se por ser a mais longa de todas e a de maior importância, dado as funções que lhe estão destinadas. A aquisição de novos conhecimentos sobre as matérias, a transmissão de conhecimentos sobre a EF e a melhoria da condição física são algumas das funções inerentes a esta etapa. As situações elaboradas durante esta etapa foram maioritariamente analíticas juntando por outro lado, algumas situações de jogo reduzido permitindo aplicar as competências desenvolvidas.

➤ 3ª Etapa – Desenvolvimento e Aplicação

Realizando uma pequena comparação com a etapa anterior, esta caracteriza-se pelo aumento da complexidade, sendo que foram introduzidas situações de aprendizagem gradualmente mais complexas com o intuito de chegar mais perto das situações de prática formal da modalidade. Além desta função, esta etapa caracteriza-se pela promoção de experiências de maior autonomia e iniciativa pessoal pelo que existe também uma maior responsabilidade pessoal e trabalho autónomo.

➤ 4ª Etapa – Revisão e Consolidação

Por último, esta etapa tem funções de consolidação das competências no nível pretendido, oferecendo oportunidades quer para o aumento de níveis mais avançados quer para a recuperação de alunos com dificuldades mais significativas. É caracterizada por ser a mais curta das quatro etapas, embora no caso específico da nossa prática não o tenha sido.

Quadro 1 – Plano Anual de Turma 7º Ano

Planeamento Anual de Turma – 7º Ano – 2011-2012				
Período	1º Período		2º Período	3º Período
Etapas	1ª Avaliação Inicial	2ª Aprendizagem e Desenvolvimento	3ª Desenvolvimento/ Aplicação	4ª Aplicação/Consolidação
Datas	21 Set / 14 Out	18 Outubro a 27 Janeiro	31 Janeiro a 23 Março	10 Abril a 15 Junho
Nº Semanas	4 semanas	13 semanas	8 semanas	10 semanas
Nº Aulas	13	36	22	26
Espaço	P1 / P2 / P3 / P4	P1 / P2 / P3 / P4 / P5 / P6	P1 / P2 / P3 / P4 / P5	P1 / P2 / P3 / P4 / P5
Matérias	Basquetebol Futsal Voleibol Ginástica de Solo Condição Física	Basquetebol Voleibol Futsal Atletismo - Salto em Comprimento * - Velocidade - Estafetas Ginástica de solo Ginástica de Aparelhos Conhecimentos (Teste) Ténis Testes Aptidão Física	Basquetebol Voleibol Futsal Atletismo - Salto em Comprimento * - Velocidade - Estafetas Ginástica de solo Ginástica de Aparelhos Conhecimentos (Teste) Ténis Testes Aptidão Física	Basquetebol Voleibol Futsal Atletismo - Salto em Comprimento * - Velocidade - Estafetas Ginástica de solo Ginástica de Aparelhos Conhecimentos (Teste) Ténis Testes Aptidão Física
Objectivos	Conhecer os alunos e as suas aptidões. Determinar alunos “fortes” e “fracos”. Revisão de aprendizagens. Melhoria da condição física.	Objectivos Intermédios – definidos no plano desta Etapa de acordo com o planeamento de cada matéria.	Objectivos Intermédios – definidos no plano desta Etapa de acordo com o planeamento de cada matéria.	Objectivos finais definidos no plano desta etapa. Consolidação e revisão das matérias, recuperação de alunos ou matérias mais atrasadas; abordagem de matérias alternativas.

* Substitui o Salto em Altura devido aos recursos disponíveis

Quadro 2 – Plano Anual de Turma 10º Ano

Planeamento Anual de Turma - 10º Ano – 2011-2012				
Período	1º Período		2º Período	3º Período
Etapas	1ª Avaliação Inicial	2ª Aprendizagem e Desenvolvimento	3ª Desenvolvimento/ Aplicação	4ª Aplicação/Consolidação
Datas	21 Set / 14 Out	19 Outubro a 27 Janeiro	01 Fevereiro a 23 Março	11 Abril a 15 Junho
Nº Semanas	4 semanas	13 semanas	8 semanas	10 semanas
Nº Aulas	7	26	15	19
Espaço	P1 / P2 / P3 / P4	P1 / P2 / P3 / P4 / P5	P1 / P2 / P3 / P4	P1 / P2 / P3 / P4 / P5
Matérias	Basquetebol Andebol Futsal Voleibol Condição Física	Basquetebol Andebol Voleibol Futsal Atletismo - Salto em Comprimento Ginástica de solo Conhecimentos Corfebol Badminton Testes Aptidão Física	Basquetebol Andebol Voleibol Futsal Atletismo Ginástica de Solo Conhecimentos (Teste) Corfebol Badminton Testes Aptidão Física	Basquetebol Andebol Voleibol Futsal Atletismo - Salto em Comprimento Conhecimentos Ginástica de Solo Corfebol Badminton Testes Aptidão Física
Objectivos	Conhecer os alunos e as suas aptidões. Determinar alunos “fortes” e “fracos”. Revisão de aprendizagens. Melhoria da condição física.	Objectivos Intermédios – definidos no plano desta Etapa de acordo com o planeamento de cada matéria.	Objectivos Intermédios – definidos no plano desta Etapa de acordo com o planeamento de cada matéria.	Objectivos finais definidos no plano desta etapa. Consolidação e revisão das matérias, recuperação de alunos ou matérias mais atrasadas; abordagem de matérias alternativas.

O quadro 1 e 2 pretendem apresentar o plano anual de turma realizado para as duas turmas. A estrutura idealizada foi a mesma alterando apenas as informações relacionadas com cada uma das turmas. Nestes quadros, pode-se verificar a divisão do ano lectivo por etapas e respectiva duração das mesmas bem como número de aulas existentes em cada etapa. Demonstra também os espaços possíveis para a prática em cada etapa determinado pelo “roulement” e ainda as matérias a desenvolver e respectivos objectivos.

Em suma pretende fornecer uma perspectiva da forma como foi organizado o ano lectivo para as duas turmas em questão tendo por base o modelo de planeamento utilizado.

De forma a complementar as informações dos quadros anteriores penso ser importante a demonstração de como foi realizada a distribuição das aulas pelas matérias a abordar em cada etapa.

Quadro 3 – Planeamento Geral 7º Ano

Planeamento Geral				Nº Aulas	Nº Aulas Etapa			
Matérias a abordar	Diagnóstico	Prioridade	Prognóstico		1ª	2ª	3ª	4ª
Basquetebol	PI/I/PE	Muito Prioritária	I/PE/E	10	2	5	2	1
Futsal	PI/I/E	Muito Prioritária	I/PE/PA	10	2	4	2	2
Voleibol	PI/I/PE	Muito Prioritária	I/PE/E	10	2	4	2	2
Atletismo	(I)	Prioritária	PE	6	-	2	2	2
Ginástica de solo	NI/PI I/PE/E	Prioritária	PI/I/PE E/PA	5	1	2	1	1
Ginástica de Aparelhos	(I)	Prioritária	PE	3	-	1	1	1
Ténis	(I)	Prioritária	PE	3	-	1	1	1
Conhecimentos	-	Não Prioritária	Sucesso	3	-	1	1	1
Aptidão Física *	-	Prioritária	Sucesso	8	2	2	2	2
Totais				58 **	9	22	14	13

(*) - A Aptidão Física será trabalhada ao longo do ano lectivo, as aulas previstas para cada uma das etapas servirá para a realização dos diferentes testes.

(**) – Com aulas politemáticas.

Quadro 4 – Planeamento Geral 10º Ano

Planeamento Geral				Nº Aulas	Nº Aulas Etapa			
Matérias a abordar	Diagnóstico	Prioridade	Prognóstico		1ª	2ª	3ª	4ª
Basquetebol	PI/PE	Muito Prioritária	I/E	14	2	5	4	3
Futsal	PI/E	Muito Prioritária	I/PA	14	2	5	4	3
Voleibol	PI/I/PE	Muito Prioritária	I/PE/E	11	2	4	1	4
Andebol	I	Prioritária	PE	12	2	5	3	2
Atletismo	(I)	Prioritária	PA	9	-	4	2	3
Ginástica de solo	I/E	Prioritária	PE/PA	7	1	2	2	2
Corfebol	(I)	Não Prioritária	PE	4	-	2	1	1
Badminton	(I)	Não Prioritária	PE	4	-	2	1	1
Conhecimentos	-	Não Prioritária	Sucesso	3	-	2	-	1
Aptidão Física *	-	Prioritária	Sucesso	8	2	2	2	2
Totais				86 **	11	33	20	22

(*) - A Aptidão Física será trabalhada ao longo do ano lectivo, as aulas previstas para cada uma das etapas servirá para a realização dos diferentes testes.

(**) – Com aulas politemáticas.

Como já foi referido anteriormente, após a obtenção e análise dos dados da Avaliação Inicial procedeu-se à consecução do Plano Anual de Turma. A hierarquização das matérias foi efectuada seguindo os critérios definidos pelos PNEF, confrontando o nível da turma no geral, e dos alunos em particular, e o seu desfasamento em relação ao determinado. Outro aspecto que influenciou a organização das matérias foi o sistema de rotação dos espaços de aulas definido no âmbito do DEF, no início do ano lectivo. A necessidade de introduzir níveis intermédios de desempenho (NI – Não Introdutório; PI – Parte do Introdutório; PE – Parte do Elementar) foi outra “alteração” efectuada pelo núcleo em consonância com a professora cooperante.

Os PNEF e as directrizes do Protocolo de Avaliação Inicial existente na escola apenas contemplam três níveis de desempenho, e alguns alunos não atingiam todas as competências definidas para um determinado nível.

Estes níveis complementares permitiram também formar grupos de nível que favoreceram as aprendizagens e permitiram a sua aplicabilidade em termos práticos. De referir que esta distribuição não invalidou que oportunamente os grupos fossem organizados de uma forma diferente, por exemplo, constituindo grupos com diferentes níveis para que os alunos mais aptos pudessem de certa forma auxiliar os alunos com mais dificuldades.

O quadro 3 e 4 demonstram o diagnóstico realizado em ambas as turmas consequente à Avaliação Inicial bem como um prognóstico final para cada matéria e a sua prioridade. Apresenta também o número de aulas totais para cada matéria e a sua divisão em cada uma das etapas do planeamento.

Quanto à área dos Conhecimentos e da Aptidão Física, ficou estipulado que os alunos iriam trabalhá-las ao longo do ano lectivo, definindo dias específicos para a realização dos testes de condição física e testes escritos.

Todas estas informações que são essenciais para a organização de um ano lectivo em EF foram resultantes da observação das competências dos alunos durante a 1ª etapa, a da Avaliação Inicial, sendo que todos estes dados foram posteriormente, cuidadosamente analisados, para que pudessemos elaborar os quadros acima apresentados. Toda esta análise demonstra que a realização de uma Avaliação Inicial cuidada e criteriosa é imprescindível para a tomada de decisões no âmbito do planeamento de um ano lectivo.

4. Avaliação das Aprendizagens

A temática que a seguir se segue está relacionada com a avaliação das aprendizagens. Neste ponto pretendo clarificar e aprofundar esta temática sobre a qual existem várias opiniões, bem como explicar como foram realizadas as avaliações durante a intervenção na PES.

A avaliação assume hoje em dia um papel preponderante e de grande utilidade no processo de ensino-aprendizagem, pois é através deste processo que são aferidas as aprendizagens dos alunos e percebidas as suas evoluções.

De igual forma, Abrantes (2002) considera a avaliação como um elemento integrante e regulador das práticas pedagógicas, assumindo por outro lado uma função de certificação das aprendizagens realizadas e das competências desenvolvidas.

A mesma opinião é partilhada por Carvalho e Mira (1993), citados por Andrade (2008), que afirma que a avaliação deve ser contínua e sistemática, permitindo ao professor reformular ou manter os objetivos selecionados e modificar, se necessário, as estratégias a utilizar.

A mesma visão é partilhada por Peralta (2002) pois este também refere que é necessário que essa recolha de informação seja realizada sistematicamente de forma a formular juízos de valor que facilitem a tomada de decisões do professor.

Segundo Onofre (1996) citado por Andrade (2008:34), “podemos ensinar porque avaliamos. E os alunos aprendem porque nós ensinamos. Logo os alunos aprendem porque avaliamos. Desta forma, a excelência do seu desenvolvimento e aprendizagem é condicionada em larga medida, pela qualidade da avaliação que se realiza.”

Esta qualidade pode no entanto, ser posta em causa pelo facto de a avaliação em EF ser feita através da observação, o que poderá levar à subjetividade do que se está a avaliar, pois duas pessoas irão observar a mesma ação de maneira diferente. Esta diferença é percebida por Abrantes (2002) como uma característica sendo que o que é de evitar, não é a subjetividade mas sim a arbitrariedade, isto é, a ausência de critérios de avaliação que conduzem de igual forma a observação e respectiva avaliação.

A avaliação deve então contribuir para uma melhor e mais eficaz aprendizagem, na medida em que os alunos tendem a valorizar a mesma e nesse sentido, canalizam os seus esforços para que no momento avaliativo estejam preparados para um bom desempenho.

É pois determinante no planeamento do processo ensino-aprendizagem quer no seu início quer na reformulação de objetivos e estratégias.

4.1 Avaliação em Educação Física

No âmbito da EF, a avaliação possui aspetos de carácter mais específico. Por um lado, a evolução da avaliação em EF não tem sido desenvolvida com a mesma harmonia que as restantes disciplinas como afirma Oliveira (2010), citando Duarte (1994). Por outro lado, e segundo Harden (2000) citado por Pedro (2009), a definição dos objetivos deveria pertencer à escola, através dos resultados atingidos na avaliação inicial.

No nosso caso específico, a definição dos objetivos não está presente em nenhum documento da escola pelo que essa definição ficou a cargo do núcleo de estágio e da professora cooperante através de uma análise entre os dados da avaliação inicial e um prognóstico de consecução de competências que pensamos ser razoável para os alunos das turmas.

Segundo Oliveira (2010), a avaliação divide-se em vários tipos: avaliação diagnóstica (inicial), avaliação formativa e avaliação sumativa. A primeira é segundo Duarte (1994), citado por Oliveira (2010), aplicada com a finalidade de observar se o desempenho dos alunos é suficiente para determinadas aprendizagens e dessa forma são ajustados os conteúdos e objetivos a atingir. A segunda, segundo Carvalho (1994) citado por Oliveira (2010), é utilizada no decorrer de uma aprendizagem, tendo por objetivo posicionar o aluno na mesma. A avaliação sumativa, para Duarte (1994), citado por Oliveira (2010) caracteriza-se como um balanço final de uma etapa ou período. Resume-se para este autor como uma atribuição de uma nota final ou classificação, geralmente em valores.

4.2 Avaliação Inicial

Focando-nos agora apenas na avaliação inicial, segundo Carvalho e Mira (1993) citado por Andrade (2008), este é o início do trabalho de um professor, isto é, o professor deve começar por analisar os níveis iniciais dos seus alunos, adaptando os objetivos do ano de escolaridade que mais se enquadram nas suas capacidades.

Além dos dias das nossas apresentações às turmas e de uma ou outra aula de adaptação à realidade educativa, este foi também o primeiro momento do trabalho do núcleo de estágio: a realização da avaliação inicial a ambas as turmas.

Citando Carvalho (1994:138), “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. Pretende perceber quais as aprendizagens que poderão vir a realizar com a ajuda do professor e dos colegas, na aula de Educação Física.”

Complementando, “é um processo decisivo, pois, para além de permitir a cada professor orientar e organizar o seu trabalho na turma, possibilita aos alunos assumirem compromissos coletivos, aferindo decisões anteriormente tomadas quanto às orientações curriculares, adequando o nível de objectivos e/ou procedendo a alterações ou reajustes” (PNEF 3º CEB, 2001:22).

Além dos objetivos de observação de competências e registo dessas observações para a realização posterior dos vários documentos, existem outros objetivos que me parecem importantes e devem ser referidos, como a criação de um bom clima de aula, conhecimento dos alunos e dos seus nomes, formas de organização e rotinas de trabalho.

Estes foram os principais princípios que nos regeram na realização desta primeira etapa ou momento.

Aliado a estes princípios teóricos, a escola onde realizei a PES possuía um Protocolo de Avaliação Inicial (Anexo C). Um protocolo de avaliação inicial é, sem dúvida, uma ferramenta bastante útil, quer para professores, quer para o grupo de EF. Este protocolo foi-nos facultado pela professora cooperante, sendo o documento que é utilizado pelo DEF.

Contudo, na minha opinião este documento não está devidamente estruturado, pois não possui as situações de observação bem esquematizadas para todas as matérias (só apresenta algumas) possíveis de constituírem a composição curricular de qualquer turma bem como os critérios de avaliação para cada matéria, para que esta avaliação seja feita de igual forma por todos os professores da escola.

A grande questão reside no facto de que este protocolo possuía essas informações apenas para um número reduzido de matérias (JDC, Ginástica de Solo e Aparelhos e Ténis) e não possuía qualquer referência à área da Aptidão Física, sendo que fomos nós, núcleo de estágio, que realizámos um pequeno documento (Anexo D) referente a essa área com a descrição e estruturação dos 5 testes que compõem essa área e que de forma resumida são:

- Teste do Vaivém – Resistência – Realizar o maior número de percursos (20 metros) ao ritmo cadenciado do CD;
- Força Superior – Realização de dois lançamentos da bola medicinal de 2 Kg;
- Força Inferior – Realização de dois saltos horizontais, sem balanço, à maior distância possível;
- “Busca e Volta” – Agilidade – Realizar 2 percursos de 9 metros, entre duas argolas, transportando de cada vez uma bola e trazê-la de volta;
- Força Média – Abdominais – Realizar o maior número de abdominais possível em 30 segundos.

Assim, relativamente à operacionalização da avaliação inicial, em coordenação com a professora cooperante, apenas se realizou a avaliação inicial de 5 matérias: Basquetebol, Andebol, Futsal, Voleibol e Ginástica de Solo. Realizou-se posteriormente, através do protocolo elaborado pelo núcleo, a realização dos testes de Condição Física para avaliar a área da Aptidão Física e ainda a medição e pesagem dos alunos para efeitos do Índice de Massa Corporal.

Quanto às matérias, segundo o protocolo, estas foram avaliadas em dois exercícios (situações distintas): a primeira (situação A) realizada em exercício critério, onde os alunos deveriam realizar um conjunto de ações de natureza técnica de cada modalidade, sem oposição; a segunda (situação B) consistia na realização de uma situação de jogo reduzido.

De forma a integrar gradualmente o núcleo de estágio, a organização destas aulas efetuou-se do modo mais conveniente possível tendo em conta que a escola foi alvo de remodelações (alguns espaços não estavam devidamente preparados – as balizas não estavam fixas, por exemplo) e os horários sofreram alterações constantes nas primeiras semanas o que nos provocou por vezes alguns entraves quanto aos espaços de aula.

Quanto à metodologia de registo, houve a necessidade de criar grelhas de registo (Anexo E) para o efeito. Estas grelhas foram elaboradas pelo núcleo de estágio de acordo com as orientações previstas no protocolo de avaliação inicial do DEF e os critérios de êxito de cada matéria e de cada situação. A escala utilizada dividiu-se, por sugestão da docente cooperante, em três níveis de desempenho: “Cumprir”, “Cumprir Mais ou Menos” e “Não Cumprir”, uma vez que a quantidade de elementos em consideração era algo elevada, sendo a solução mais eficaz para registar os desempenhos dos alunos.

De forma a rentabilizar o tempo e recursos e relembrando os entraves atrás referidos, a operacionalização da avaliação foi feita de forma peculiar. A turma foi dividida sensivelmente a meio e cada grupo de alunos foi observado por dois professores, dado o número de professores presentes (1 professora titular da turma e 3 professores estagiários). Desta forma, em cada aula existiram sempre duas matérias diferentes a serem avaliadas em simultâneo.

De referir que o registo nas grelhas supracitadas foi realizado através de observação direta dos comportamentos, sendo que foram efetuados três registos para cada parâmetro de forma a possuir mais dados de análise.

A avaliação inicial realizou-se num espaço temporal de aproximadamente 4 semanas, entre o dia 21 de setembro e o dia 14 de outubro.

A área dos Conhecimentos, não foi nesta etapa alvo de avaliação formal, pois não estava contemplada nos procedimentos definidos pelo DEF. No entanto, os estagiários e a professora cooperante, sempre que adequado, questionaram os alunos sobre as diferentes matérias e até a aptidão física para possuir uma perceção geral dos conhecimentos dos alunos.

Os quadros seguintes pretendem demonstrar os níveis diagnosticados nas matérias em que foi realizada a Avaliação Inicial em ambas as turmas bem como uma visão geral dos níveis por modalidade.

Quadro 5 – Resultados Avaliação Inicial 7º Ano

Nível programado nos PNEF		E	E	PE	E
7 o A n o	Nome	Basquetebol	Ginástica	Voleibol	Futsal
	Aluno 1	PI	I	PI	PI
	Aluno 2	PE	PE	PE	E
	Aluno 3	E	PE	I	E
	Aluno 4	E	PE	E	E
	Aluno 5	PE	I	PE	I
	Aluno 6	PE	I	I	PI
	Aluno 7	E	E	E	E
	Aluno 8	PE	NI	PI	I
	Aluno 9	PE	E	I	E
	Aluno 10	PE	I	PE	I
	Aluno 11	PI	PE	I	I
	Aluno 12	PI	I	PI	PI
	Aluno 13	PI	PI	PI	I
	Aluno 14	PI	I	PI	PI
	Aluno 15	E	E	PI	I
	Aluno 16	PI	E	PI	PI
	Aluno 17	PI	NO	PI	PI
	Aluno 18	PI	PE	PI	PI
	Aluno 19	PI	E	E	PE
	Aluno 20	PI	PI	PI	PE
	Aluno 21	I	I	PI	I
	Aluno 22	PE	I	I	I
	Aluno 23	PE	E	E	E
	Aluno 24	PI	PE	PI	PI
	Aluno 25	PI	I	PI	I
	Aluno 26	PI	I	PI	PI
		Basquetebol	Ginástica	Voleibol	Futsal
	NO	0	1	0	0
	NI	0	1	0	0
	PI	13	2	13	9
	I	1	10	5	9
	PE	8	6	3	2
	E	4	6	4	6
	PA	0	0	0	0
	A	0	0	0	0

Quadro 6 – Resultados Avaliação Inicial 10º Ano

Nível programado nos PNEF		E	PA	PA	PA	PA
1 0 o A n o	Nome	Andebol	Basquetebol	Ginástica	Voleibol	Futsal
	Aluno 1	I	PE	E	PI	PI
	Aluno 2	PI	PI	I	I	PI
	Aluno 3	NO	PI	E	PI	PE
	Aluno 4	I	PI	PI	I	PI
	Aluno 5	I	PI	I	PI	I
	Aluno 6					
	Aluno 7	I	PE	NO	NO	NO
	Aluno 8	PI	PI	PI	PI	PI
	Aluno 9	E	E	E	PE	E
	Aluno 10	E	PE	I	PE	E
	Aluno 11	PE	PE	E	NO	NO
	Aluno 12	E	E	E	E	E
	Aluno 13	PE	PI	I	PI	PI
	Aluno 14	NO	NO	NO	NO	NO
	Aluno 15	I	PE	PI	I	I
	Aluno 16	PI	I	NI	PI	PI
	Aluno 17	I	I	PE	I	PI
	Aluno 18	I	PI	PE	PE	PI
	Aluno 19	E	PE	E	E	E
	Aluno 20	I	PI	PI	PE	PI
	Aluno 21	I	I	I	I	PI
	Aluno 22	PE	I	I	PE	E
		Andebol	Basquetebol	Ginástica	Voleibol	Futsal
	NO	2	1	2	3	3
	NI	0	0	1	0	0
	PI	3	8	4	6	10
	I	9	4	6	5	2
	PE	3	6	2	5	1
	E	4	2	6	2	5
	PA	0	0	0	0	0
	A	0	0	0	0	0

Assim e para a turma do 7º ano, percebe-se que poucos alunos se encontram nos níveis programados nos PNEF sendo as matérias mais críticas o Basquetebol, o Voleibol e o Futsal.

De igual forma, para a turma do 10º ano, as matérias Basquetebol, Voleibol e Futsal são aquelas onde os alunos apresentam um maior desfasamento dos níveis pretendidos pelos PNEF.

Um dos objetivos referidos para a PES, prende-se com o facto de esta contribuir para a criação de um sentido crítico e melhoria da capacidade de reflexão dos futuros professores. Desta forma existe um conjunto de aspetos que na minha ótica devem ser refletidos e reformulados.

A etapa da avaliação inicial é, sem dúvida, uma fase fulcral para um professor mas no entanto a sua operacionalização tornar-se-á extremamente difícil se um só professor possuir várias turmas o que conseqüentemente fará com que tenha de observar mais alunos em tão curto espaço de tempo. Este facto aliado ao não conhecermos, por vezes, os alunos e os seus nomes irá influenciar a realização destas avaliações. De referir que, nós enquanto núcleo experienciámos essa dificuldade mesmo com um número de professores quatro vezes superior ao normal.

E, se aliado a isto, as turmas forem numerosas e possuírem alunos com comportamentos mais desajustados, esta avaliação irá não só despende mais tempo como poderá ser realizada deficientemente.

Outro aspeto a realçar é a existência de um documento que rege esta etapa e embora, neste caso, o documento exista possui demasiados critérios a observar não sendo de todo fácil de observar, não possui todas as matérias que poderão estar presentes na composição curricular, não possuía qualquer informação sobre a área da Aptidão Física e dos Conhecimentos e a própria definição dos níveis consoante as competências não está de todo claro. Este facto explica-se da seguinte forma: o protocolo afirma que um aluno que não atinja todas as competências da situação A não pode realizar a situação B, ideia que não foi seguida por nós pois existiam alunos que não realizavam a totalidade das competências da situação A e realizavam algumas da situação B.

Este pensamento vai de encontro ao afirmado por Carvalho (1994) que refere que uma avaliação deste propósito e desta natureza deve servir para situar os alunos em todas as matérias da sua composição curricular, tendo por referência os programas nacionais (o que não se verificou pois só foram avaliadas algumas matérias).

Mais, este autor refere também que os critérios e indicadores devem ser precisos e suficientemente discriminativos para facilitar a observação, não me parecendo assim dado o número de critérios a observar como já referi.

Em suma, a avaliação inicial é essencial para um planeamento correto do ano letivo, mas para a sua execução ser extremamente correta, a escola deve possuir um documento orientador, sendo que deve estar bem estruturado contemplando todas as áreas da EF e matérias em questão bem como possuir as situações de observação e critérios de êxito bem definidos e em número exequível de observação. Se assim não for a avaliação inicial será feita de forma diferente entre os professores e os resultados serão díspares.

4.3 Avaliação Formativa

Segundo Rosado (2005), a avaliação formativa apresenta características informativas sobre as prestações dos alunos. Estas informações são apresentadas aos próprios alunos e segundo este autor, este tipo de avaliação proporciona aos treinadores/professores o adotar de novas estratégias de aprendizagem, adaptando-as a uma nova realidade e com o intuito de as adequar às necessidades dos atletas/alunos.

Neste sentido, Oliveira (2010) reconhece que a avaliação formativa como uma forma de posicionar os alunos conforme as aprendizagens efetuadas. Este autor afirma ainda que a partir dessas informações é possível retirar elementos essenciais que de acordo com as dificuldades observadas e registadas, adotar formas de suprimir as mesmas.

Assim, para Rosado (2005) a avaliação não deve ser entendida como uma ferramenta informal mas sim realizada de acordo com a planificação executada sendo que os momentos avaliativos da mesma devem ser aplicados com regularidade.

Na mesma linha de opinião, Carvalho (1994) acredita que as práticas avaliativas dos professores no âmbito da avaliação formativa são um factor determinante dependendo destas o desenvolvimento da EF.

Esta autora explica que a forma de observar e classificar os alunos pode ter efeitos relevantes no processo de ensino aprendizagem pois a qualidade do ensino em EF é tanto melhor quanto melhor forem fundamentadas e suportadas as decisões pedagógicas provenientes do percurso de desenvolvimento dos alunos.

Carvalho (1994) refere também a ideia de avaliação formativa de Allal (1986). Esta ideia prende-se com a adaptação da ação pedagógica aos processos e problemas de aprendizagem dos alunos, sendo que é constituída por 3 etapas (recolha de informações relativas às dificuldades e progressos dos alunos; interpretação dessas informações; adaptando as actividades de acordo com a interpretação realizada às informações recolhidas). Define também algumas estratégias como a precisão do que é necessário observar, dos princípios que irão orientar essa interpretação dos dados e a definição dos caminhos a seguir na adaptação das actividades de ensino.

Em suma, a avaliação formativa é um instrumento extremamente útil e que permite situar os alunos no processo ensino-aprendizagem devendo ser realizada de forma regular, orientada e possibilitando que todos os intervenientes saibam os seus resultados. Para o professor, na medida em que este pode e deve ajustar as estratégias. Para o aluno, porque fortalece a sua auto-estima e possibilita ao próprio aluno analisar os seus desempenhos e corrigir os seus erros.

Neste contexto, é importante lembrar e referir que com a emergência dos PNEF, os professores adquiriram uma autonomia que lhes permite articular todo o processo de ensino/aprendizagem com as observações que realizam através das avaliações. Foi a partir destas perspetivas juntamente com os dados da avaliação inicial, que resultou no PAT, que realizámos, como núcleo de estágio, a avaliação formativa das turmas sob nossa intervenção.

Numa primeira fase e de acordo com o planeamento elaborado deu-se a calendarização das várias avaliações a realizar tendo em conta os grupos de nível a avaliar, as matérias a avaliar e os espaços de aula disponíveis. O quadro seguinte (Quadro 7) demonstra um “excerto” da calendarização elaborada para a turma do 10º ano.

Quadro 7 – Excerto do quadro da calendarização da avaliação formativa do 10º ano

Calendarização dos Momentos de Avaliação					
Data	Dia	Tempo	Espaço	Matéria	Grupo a Observar
25 Janeiro	4º Feira	90'	P5	Atletismo (S. Comp.)	Grupos 1, 2, 3 – Salto em Comprimento
27 Janeiro	6º Feira	90'	P2	Voleibol	Grupo PI no Voleibol
1 Fevereiro	4º Feira	90'	P1	Futsal/Basquetebol	Grupo PE/E no Basquetebol
3 Fevereiro	6º Feira	90'	P3	Ginástica Solo	Grupo NI/PI na Ginástica Solo
8 Fevereiro	4º Feira	90'	P1	Andebol/Basquetebol	Grupo PI no Basquetebol e Grupo PE/E no Andebol
10 Fevereiro	6º Feira	90'	P3	Atletismo	Grupos 1, 2 e 3 - Velocidade
15 Fevereiro	4º Feira	90'	P2	Voleibol	Grupo I no Voleibol
17 Fevereiro	6º Feira	90'	P1	Corfebol/Basquetebol	Grupo I no Basquetebol e Grupo 2 no Corfebol
24 Fevereiro	6º Feira	90'	P1	Andebol/Futsal	Grupo PI/I no Andebol e Grupo PE/E no Futsal
29 Fevereiro	4º Feira	90'	P3	Ginástica Solo	Grupo I/PE na Ginástica Solo
2 Março	6º Feira	90'	P2	Badminton	Grupo 2 Badminton
7 Março	4º Feira	90'	P3	Atletismo	Grupos 1,2, 3 Estafetas

Posteriormente, houve a necessidade de criar grelhas de observação, uma para observar os comportamentos num exercício critério e outra para observar os comportamentos numa situação de jogo reduzido (Anexo F).

Estas grelhas de observação foram construídas com base nos objetivos pretendidos e nos principais critérios das várias ações motoras que pretendíamos com o intuito de perceber fácil e rapidamente onde o aluno estava a errar podendo registar uma pequena nota numa coluna construída para o efeito.

Relativamente a este instrumento de avaliação, a escala utilizada foi diferente sendo que para o exercício critério a escala possuía 5 “níveis” (1 – Não realiza; 2 – Realiza com muitas dificuldades; 3 – Realiza com dois erros; 4 – Realiza com um erro; 5 – Realiza sem erros) e para a situação de jogo foi utilizado o método de frequência (F – Frequentemente; AV – Às Vezes; R – Raramente; N – Nunca) que possibilita de alguma forma ter uma melhor perceção sobre as ações demonstradas.

Outro aspeto a realçar durante este processo foi a preocupação do núcleo de estágio em conseguir realizar mais do que uma observação para o mesmo grupo e matéria em questão podendo a partir daqui realizar uma comparação e perceber se houve ou não evolução.

Estas grelhas apenas apresentam uma particularidade nomeadamente na matéria de Ginástica de Solo onde, como é óbvio, e por sugestão da docente cooperante, o método de codificação foi diferente (NR – Não Realiza e R – Realiza).

A metodologia utilizada de recolha de informação foi a Observação Direta dos comportamentos em sala de aula, registando nesse momento os acontecimentos em foco. Todavia e na minha opinião, o melhor método de recolha de informação será a observação em diferido pois permite observar o mesmo comportamento mais que uma vez e com outro pormenor.

Contudo esta é uma metodologia difícil de implementar, especialmente em escolas, pois a filmagem necessitada autorização de todos os encarregados de educação em causa bastando haver uma recusa para impossibilitar a utilização desta metodologia.

A partir do momento em que possuímos as informações relevantes destas avaliações pudemos reformular e ajustar as estratégias anteriormente definidas com o intuito de aumentar a possibilidade dos alunos evoluírem de forma orientada e conseqüentemente atingirem os objetivos pretendidos com sucesso.

Neste sentido e lembrando as classes de decisões de planeamento enumeradas por Anacleto (2008) aliado ao facto do planeamento ser um processo contínuo e sistemático, os planos de etapa são documentos e instrumentos importantes na medida em que a sua consecução permite reformular estratégias para a próxima etapa, perceber em que nível e que competências já adquiram os alunos com o intuito de definir os objetivos seguintes a atingir para que o processo ensino-aprendizagem seja o mais direcionado e diferenciado possível. Em anexo, encontra-se um excerto do plano da 2ª etapa e respetivas reformulações designadamente para a matéria de Voleibol no 10º Ano (Anexo G). Nele pode-se perceber quais as competências realizadas pelos alunos, bem como as programadas para a próxima etapa. Ainda foi realizado uma análise individual para perceber quais as competências específicas a melhorar ou a atingir para cada um dos alunos.

De referir que esta análise foi realizada para todos as matérias em ambas as turmas.

4.4 Avaliação Sumativa

Para Rosado (2005), as principais características deste tipo de avaliação são: o incremento de dados e informações à avaliação formativa; avaliação de caráter global; menor frequência de tempo; avalia a retenção de objetivos importantes. Segundo o mesmo, fornece um resumo da informação disponível, procedendo a um balanço de resultados no final de um segmento extenso de treino.

Segundo Cortesão (2002:38), a avaliação sumativa pretende representar um sumário ou uma apreciação “concentrada” dos resultados obtidos numa situação educativa. Para esta autora a avaliação sumativa pretende geralmente traduzir, de forma breve e codificada a distância a que se ficou de determinado objetivo, que explícita ou implicitamente, se julgou ser importante atingir.

Para Rosado (2005), esta avaliação poderá obter dados qualitativos e quantitativos, podendo também exercer uma função formativa, já que não deve ser entendida como uma avaliação final pois poderá exercer um papel intercalar ou parcial.

Esta ideia é reforçada com o discurso de Cortesão (2002:38) onde afirma que o resultado pode exprimir-se numericamente, de acordo com a escala que se escolhe, sendo que também pode ter uma expressão mais qualitativa.

Este tipo de avaliação é privilegiado sobretudo quando se recorrem a escalas amplas (0 a 20) pois pretende-se discriminar os diferentes graus de consecução por parte dos alunos, dos objetivos previamente estabelecidos como sendo os necessários a atingir. (Cortesão, 2002:40)

Segundo o documento normativo da escola onde realizei a PES, “Critérios de Avaliação em Educação Física” são consideradas 3 grandes áreas de avaliação específicas, adicionando uma quarta constituída pelos comportamentos transversais:

- A. Atividades Físicas (matérias);
- B. Aptidão Física;
- C. Conhecimentos;
- D. Atitudes e Comportamentos.

Neste documento considera-se também que o aluno se pode situar, conforme o seu desempenho em cada matéria, num dos seguintes níveis:

- Não atinge o Nível Introdução (NI);
- Nível Introdução (I);
- Nível Elementar (E);
- Nível Avançado (A).

No entanto, houve a necessidade de adicionar outros níveis de desempenho (PI e PE) pelos fatores anteriormente mencionados visto que alguns alunos não realizavam as competências de determinado nível na sua totalidade.

Especificando e explicando cada uma das áreas e os seus procedimentos temos que, e relativamente à Área das Atividades Físicas, a necessidade de codificar os vários níveis de desempenho por modalidade em valores numéricos. Assim a escala utilizada foi a seguinte para cada um dos anos de escolaridade em que houve intervenção:

Quadro 8 – Codificação dos níveis de desempenho em valores

7º Ano	Atividades Físicas	10º Ano
2	Não Introdutório	< 10 valores, em função das competências realizadas
2,5/3	Parte do Introdutório	10/11 Valores
3,5	Introdutório	12/13 Valores
4	Parte do Elementar	14-16 Valores
4,5/5	Elementar	17/18 Valores
-	Avançado	19/20 Valores

Esta área apresenta uma ponderação de 70%, o que equivale a 3,5 “valores” no caso do 7º Ano e de 14 valores no caso do 10º Ano.

Quanto à área da Aptidão Física, a avaliação foi realizada através da média dos cinco testes de aptidão física realizados.

A avaliação é definida em função dos desempenhos de cada aluno nos testes, desempenhos esses que são confrontados com as Tabelas de Referência da Condição Física (Anexo D) existentes na escola e associados a valores entre os 2 e 5 “valores” para o 7º Ano e entre os 0 e 20 valores para o 10º Ano. De referir que esta área constitui 10% da Avaliação, ou seja, 0,5 “valores” para o 7º Ano e 2 valores para o 10º Ano.

Relativamente à área dos Conhecimentos, a avaliação foi feita através de testes escritos, trabalhos individuais ou de grupo e fichas de trabalho.

Os Conhecimentos representam 10%, ou seja, 0,5 “valores” para o 7º ano e 2 valores para o 10º Ano.

Quanto à última área, a das Atitudes e Comportamentos, esta também representa para ambos os anos 10%, o que equivale a 0,5 “valores” para o 7º Ano e 2 valores para o 10º Ano. Esta área está dividida em quatro parâmetros, sendo eles, a Assiduidade, a Pontualidade, a Participação e as Atitudes e é realizada com base no quadro abaixo representado que está presente no mesmo documento.

Quadro 9 – Critérios de Avaliação para a Área D (Atitudes e Comportamentos)

Critérios de Avaliação	
N – 1 0-5	Não revela interesse nem se empenha nas atividades propostas. Não traz equipamento, não apresenta justificações. Pede sempre dispensa das aulas. Não revela preocupação com a pontualidade.
N – 2 6-9	Revela pouco interesse e empenhamento nas atividades propostas. É frequente não trazer equipamento, embora apresente justificações pouco credíveis. Pede dispensa das aulas frequentemente (mais de 4 por período). Revela pouca preocupação com a pontualidade.
N – 3 10-13	Manifesta interesse só por algumas atividades propostas, não se empenhando com regularidade. Não traz equipamento algumas vezes, apresentando justificações. Pede dispensa com justa causa. Revela preocupação com a pontualidade.
N – 4 14-17	Manifesta interesse por todas as atividades propostas e revela empenhamento e espírito criativo. Apenas esporadicamente não traz equipamento. Pede dispensa com justa causa. Revela preocupação com a pontualidade.
N - 5 18-20	Manifesta interesse por todas as atividades propostas e revela empenhamento e capacidade de liderança. Traz sempre equipamento. Nunca pede dispensa. É pontual.

Concluindo, a avaliação final é realizada através da seguinte fórmula:

Nota Final – 3º Ciclo

$$NF = \frac{3,5 (AFD) + 0,5 (AF) + 0,5 (C) + 0,5 (AC)}{5}$$

Nota Final – Secundário

$$NF = \frac{14 (AFD) + 2 (AF) + 2 (C) + 2 (AC)}{20}$$

Por outro lado, ao longo do percurso escolar, o professor poderá debater-se com alguns casos em que a avaliação dita normal não poderá ser desenvolvida de igual forma por todos os alunos.

Alunos com deficiência ou problemas de saúde poderão ser alguns desses casos onde a avaliação terá de ser, de alguma forma, realizada de forma diferente.

No caso da minha PES, houve uma aluna que não podia realizar qualquer tipo de atividade física. Desta forma, parece-me pertinente descrever também aqui o processo de avaliação dessa aluna.

Assim, as competências a ter em conta na avaliação para atribuir classificações estão divididas em dois tipos: Competências Específicas e Competências Transversais.

As Competências Específicas constituem 70% desta avaliação e são divididas em três grandes critérios:

- A. Compreensão e aplicação teórica dos conhecimentos adquiridos (25%);
- Este critério prende-se com a aplicação dos conhecimentos adquiridos através de tarefas de arbitragem, ajudar os colegas a perceber os seus erros técnicos/táticos e ajudar o professor nas tarefas organizacionais das aulas (montagem do material).
- B. Provas escritas (20%);
- C. Construção de um Portefólio (Relatórios descritivos, Relatórios críticos, Trabalhos individuais) (20%).

- Realização dos relatórios das aulas descrevendo as tarefas realizadas, seus objetivos e os tempos em que decorreram. Deve também possuir uma visão crítica da mesma argumentando os seus pontos de vista. Ainda poderá constituir este ponto a realização de trabalhos individuais indicados pelo professor e apresentados à turma em *PowerPoint*.

As Competências Transversais englobam os restantes 30% e de igual modo, são constituídas por três critérios:

- A. Assiduidade e Pontualidade (10%);
- B. Comportamento, educação para a cidadania, respeito pelos outros, preservação do equipamento e instalações desportivas (10%);
- C. Atitudes de cooperação com os colegas.

Após serem descritos os procedimentos e métodos avaliativos, penso ser pertinente analisar em traços gerais os resultados das avaliações dos alunos nas várias áreas percecionando as suas evoluções e diferenças tendo como ponto de partida os dados da avaliação inicial.

Assim e quanto ao 7º ano, os alunos desta turma na área da Aptidão Física revelaram uma evolução positiva pois a maioria registou valores superiores de período para período relativamente à média dos 5 testes. Embora outros tenham regredido em alguns testes, a sua nota final nesta área não sofreu alterações pois conseguiram melhores prestações nos restantes. Quanto à área dos Conhecimentos, os alunos registaram uma evolução bastante satisfatória na medida em que a classificação máxima (> 89% = Muito Bom) aumentou de período para período (2 no 1º Período, 13 no 2º Período e 16 no 3º Período). De referir ainda que no 1º Período registaram-se 7 “Suficiente” e no 3º Período não se verificou nenhum.

Quanto à área das atividades físicas, a turma no geral evidenciou sinais de melhorias graduais na totalidade das matérias abordadas de período para período. Sendo que a turma foi dividida em grupos de nível posso também afirmar que em todos os grupos se registou progressos quer nos alunos mais aptos, quer os alunos menos aptos que conseguiram ultrapassar as dificuldades que lhes iam aparecendo e progredir nas aprendizagens. Estes factos são explicados pelas notas finais dos alunos da turma.

Relativamente à turma do 10º ano e quanto à área da Aptidão Física a maioria dos alunos constituintes da turma evoluiu comparando os resultados do 1º Período com os resultados do 3º Período. Alguns alunos diminuíram as suas performances mas todavia não possuindo extrema significância na nota final.

Na área dos Conhecimentos, a turma possuiu uma evolução bastante boa na medida em que todos os alunos conseguiram melhorar a sua nota nesta área. No primeiro momento de avaliação alguns alunos não conseguiram valores que considero satisfatórios (alguns alunos com 11/12/13 valores), no entanto, no último momento de avaliação todos apresentaram valores elevados sendo que a nota mais baixa foi de 16 valores. Ao longo do ano letivo demonstraram também cada vez mais à vontade relativamente aos conhecimentos teóricos nas várias matérias sendo que demonstraram competência em tarefas de arbitragem realizadas em algumas aulas.

Quanto à área das atividades físicas, os alunos desta turma demonstraram um comportamento exímio pois todos eles conseguiram melhorar a sua nota final nesta área. Esta evolução na nota demonstra de certa forma uma progressão nas aprendizagens. Para esta evolução contribuiu na minha opinião a determinação e empenho dos alunos que sempre demonstraram grande capacidade de superação e vontade em ultrapassar os pequenos obstáculos quer nos grupos de nível mais aptos quer nos grupos de alunos menos aptos. Em ambos, a devida adequação das tarefas permitiu-lhes desenvolver as suas competências para tentar atingir um novo patamar.

4.5 Instrumentos de Avaliação

Relativamente a este ponto, os instrumentos utilizados ao longo do ano letivo já foram indicados ao longo deste relatório. No entanto e sintetizando esta informação importa começar por mencionar o protocolo de avaliação inicial existente na escola que funcionou como a base da primeira etapa de trabalho. Houve apenas a necessidade de criar grelhas de observação resumindo as competências presentes neste documento e a adição do protocolo referente aos testes de aptidão física.

Nesta área devo referir outro documento existente na escola para avaliar e classificar os dados resultantes desses testes de aptidão física designado por “Tabelas de Referência da Condição Física”.

Os restantes instrumentos de avaliação (grelhas de avaliação para cada uma das matérias e respetiva situação de aprendizagem) utilizados ao longo do ano letivo, foram também elaborados pelo núcleo de estágio de acordo com os critérios presentes nos PNEF, os objetivos programados na planificação e adequados à avaliação dos alunos e respetivo contexto educativo.

5. Condução do Ensino

Segundo Onofre (1995:75) “ensinar bem consiste em ser capaz de, nas circunstâncias mais diferenciadas, criar contextos de aprendizagem mais favoráveis para que todos os alunos, sem exceção, possam aprender mais e melhor.” A partir desta ideia este autor conduz-nos a duas constatações que me parecem importantes referir. Assim, o sucesso dos alunos está dependente da qualidade do desempenho do professor sendo que esta qualidade do desempenho do professor depende da capacidade que este tem de analisar as situações educativas e escolher/implementar as formas mais adequadas para que os alunos possam tirar o maior benefício.

De modo a analisar a minha condução do ensino irei utilizar as Dimensões de Intervenção Pedagógica de Siedentop (1998). São quatro: Dimensão Instrução; Dimensão Gestão; Dimensão Clima; e Dimensão Disciplina.

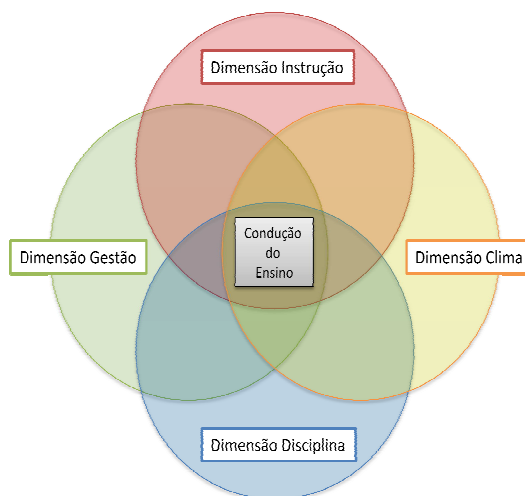


Figura 1 – Dimensões de Intervenção Pedagógica de Siedentop (1998)

A Dimensão Instrução consiste essencialmente nos comportamentos e técnica de intervenção pedagógica que fazem parte do repertório do professor, nomeadamente a preleção, questionamento, demonstração ou até mesmo os *feedbacks*. Relativamente a esta dimensão, foram criadas rotinas de aulas especialmente no seu início e fim com o intuito de, na primeira, expor os objetivos e conteúdos das matérias a abordar na respetiva aula com todos os alunos sentados em semi-círculo ou de forma a que conseguissem ouvir e ver o professor adequadamente, antecedido pelo registo das presenças e faltas. Frequentemente foram colocadas questões aos alunos após este momento de forma a garantir a compreensão dos alunos. Este aspecto vai de encontro aos princípios de Onofre (1995) que referem que o professor “deve garantir que os alunos entendem os pontos fundamentais dos conteúdos da aula” bem como “garantir que os alunos ficam sem dúvidas sobre as actividades”. Neste momento, bem como em outros momentos de instrução ao longo das várias aulas, permanecer em silêncio e atento no momento das instruções ou demonstrações foram outras das “regras” aplicadas para que estes momentos fluíssem. No final das sessões, por vezes durante o retorno à calma mas habitualmente depois deste, havia espaço para realizar um balanço da aula e da evolução dos alunos bem como colocar novamente algumas questões e realizar uma breve instrução sobre os conteúdos da aula seguinte.

Quanto a estes aspectos senti no início, que por vezes, me alongava demasiado nos momentos de instrução mas sentia de certa forma a necessidade de o fazer não possuindo a certeza absoluta de que todos tinham compreendido o que havia dito. Por isso, resolvi começar a “preparar” melhor os meus discursos, isto é, na sua forma e conteúdo. Penso que houve uma melhoria após esta decisão e sinto que desenvolvi a partir deste momento uma gestão mais eficaz utilizando uma linguagem clara e objetiva tendo em conta o nível de desenvolvimento dos alunos da turma. Esta estratégia vai ao encontro de outro pensamento de Onofre (1995) que refere que “a clareza e objetividade com que se realiza a informação, irá fazer depender o grau de consciência com que o aluno parte para a atividade e a forma como se empenhará nesses desafios”.

Quanto aos *feedbacks*, em especial os coletivos, as mesmas regras anteriormente descritas também foram aplicadas, ou seja, se necessário era requisitado aos alunos a reunião de todos num determinado local para que as ações fossem corrigidas através da demonstração ou verbalmente. Em termos individuais, os *feedbacks* foram aplicados no momento em que as ações realizadas não espelhavam o pretendido de forma a corrigir de imediato o erro observado. Segundo Onofre (1995) os *feedbacks* devem possuir não só um caráter substantivo ou informacional como também devem revelar aquilo que o aluno foi capaz de fazer, ou seja, o caráter positivo do *feedback* pedagógico é fundamental para que o aluno tenha uma participação mais motivada na aprendizagem. Assim, o posicionamento e movimentação do professor em aula é extremamente importante e um fator em que pessoalmente insisti bastante. Esta dificuldade prendia-se com o fato da necessidade de por vezes entrar no espaço central para corrigir determinada ação deixando grupos de alunos nas minhas costas perdendo desta forma a visualização destes. Com alunos nas minhas costas perdia o controlo visual e a capacidade de observação. Na linha deste pensamento, Onofre (1995) refere que a qualidade do acompanhamento depende da capacidade de concentração e observação do professor bem como a adoção de um posicionamento e deslocamento periférico que permita criar condições favoráveis à observação.

Estas técnicas permitiram de certa forma mais tempo para a atividade física, pois promoveram a atitude e empenhamento dos alunos preparando-os para tarefas de interpretação (Questões e Demonstrações, utilizando neste último os alunos como agente de ensino).

A Dimensão Gestão consiste como o nome indica na gestão eficaz do tempo de aula, procurando envolver os alunos nas atividades da aula o maior tempo possível e reduzindo o número de comportamento inapropriados. Está também relacionada com aspetos organizacionais e de transições entre exercícios.

Relacionadas com esta dimensão, algumas regras e rotinas foram igualmente estabelecidas com o objetivo de aproveitar ao máximo o tempo de cada aula.

Assim, uma dessas regras foi a definição do segundo toque para comparecer no ginásio ou espaço de aula devidamente equipados, sob pena de ser marcada falta. Este princípio permitiu iniciar regularmente as aulas pouco depois do segundo toque evitando assim perder tempo desnecessariamente. Outra rotina criada foi o facto de levar definidos os grupos de trabalho para cada aula no geral, e para cada tarefa em particular o que evitou perdas de tempo na organização dos grupos durante a aula. Até poderia haver necessidade de reformular os grupos, aliás como aconteceu devido à ausência dos alunos. Contudo, a ideia inicial permite uma reestruturação rápida e eficaz dos grupos.

De igual forma, a previsão do material necessário para a aula foi outra rotina criada para que não houvesse falta de material durante a aula e conseqüente perda de tempo. Neste aspeto os alunos ajudaram o professor na montagem e transporte do material quando requisitado.

O apito foi, para mim, um instrumento essencial em grande parte das aulas pois permitiu criar com os alunos o hábito de parar ou terminar a atividade e reunir, se necessário, para nova instrução/exercício reduzindo assim o tempo de transição.

Para esta dimensão, a criação de rotinas específicas como o início da aula ou a criação de grupos de trabalho bem como sinais de atenção, transição e reunião previnem a desorganização e rentabilizam o tempo disponível para a prática. Estas ideias são reforçadas por Onofre (1995) que afirma que o professor deve procurar que os alunos automatizem rotinas organizativas criando hábitos de responsabilidade na organização e transporte do material especialmente no início do ano letivo com o intuito de reduzir o tempo perdido ao longo do ano com a organização.

Onofre (1995) refere também que o professor deve manter um comportamento dinâmico de entusiasmo e incitamento nos momentos de organização garantindo desta forma um bom clima e ritmo na realização das tarefas.

A utilização de sinais diferenciados e inovadores para diferentes tipos de situações é outra das estratégias indicadas por Onofre (1995) como eficaz da qualidade de organização com o grupo de alunos.

A Dimensão Clima engloba aspetos de intervenção pedagógica relacionados com interações pessoais, relações humanas e ambiente. A Dimensão Disciplina está intimamente ligada ao Clima, sendo que são afetadas pelas dimensões anteriormente descritas. Desta forma as regras previamente referidas estão igualmente relacionadas com estas duas dimensões.

Além destas, apenas invoquei o empenho, bom senso e respeito para comigo, para com os colegas da turma e para com o trabalho desenvolvido em forma de atividades práticas.

Onofre (1995) refere que o professor deve garantir que os alunos sejam verdadeiros na sua análise dos comportamentos apelando à simpatia e amizade entre os alunos. Outro princípio prende-se com as atitudes de responsabilidade demonstradas pelos alunos.

Esta solicitação foi suficiente para que as aulas tivessem um clima bastante positivo e divertido, privilegiando a cooperação e interação entre os alunos e certificando a sua aprendizagem. Uma das minhas preocupações foi a promoção de comportamentos responsáveis quer perante os colegas quer perante o material e instalações da escola. Por outro lado e mantendo uma postura positiva lidei de forma justa e coerente com os comportamentos desviantes dos alunos, ignorando alguns quando possível, repreendendo se a 1ª vez e punindo no momento e de forma justa, se realmente necessário.

A minha atuação vai de encontro a Onofre (1995) que afirma que o professor deve garantir que os alunos sentem que o professor gosta do que ensina e que acredita nas capacidades de aprendizagem deles, procurando tratar todos de igual modo e estando atento aos seus interesses.

No entanto, não houve casos graves a registar sendo que o clima de aula foi alegre e saudável.

5.1 Planos de Aula

Os planos de aula, em anexo um exemplo (Anexo H), embora documentos pessoais do professor devem ser elaborados de maneira a que qualquer pessoa compreenda facilmente o que se pretende. Deste modo a primeira fase de elaboração prende-se com a organização e estruturação de um plano de aula conciso e simples.

Um plano de aula deve conter as fases da aula bem definidas bem como as tarefas a realizar e o seu tempo de prática, os critérios de êxito para cada tarefa e as estratégias a utilizar para a realização das atividades entre elas a formação de grupos, momentos de transição, instrução e organização de material. Após definida a estrutura, o seu preenchimento deve contemplar todas as informações referidas acima para que a sua compreensão seja imediata.

De referir que a preparação dos mesmos foi feita em consonância com os objetivos programados pelo núcleo de estágio e os objetivos propostos nos PNEF.

5.2 Reflexões e Análises Críticas

Dado que o planeado previamente nem sempre resulta ou funciona adequadamente como previmos, as reflexões e análises críticas das aulas foram outro dos documentos requisitados para que pudessemos posteriormente à lecionação das aulas analisar e refletir sobre as práticas educativas realizadas percebendo o seu sucesso ou por outro lado, reformular estratégias fossem elas associadas às atividades ou relacionadas com as destrezas do professor.

Na minha ótica foram instrumentos fundamentais para que pudesse melhorar a minha prática aula após aula nos mais variados aspetos relacionados com a lecionação das aulas.

Foram elaboradas após cada aula (Anexo) fosse ela assumida por mim (reflexão) ou assumida por um dos meus colegas (análise crítica).

6. Observação de Outro Ciclo de Ensino: 2º ciclo

No âmbito da PES, este foi outro trabalho proposto com vista à realização posterior de um relatório onde o principal propósito prendia-se à observação de um conjunto de aulas de “outro” ciclo de escolaridade que não estivesse a ser abrangido pela nossa intervenção desde o início do ano lectivo, em turmas de outros colegas estagiários em outros núcleos.

No meu caso, o ciclo observado foi o 2º Ciclo nomeadamente uma turma do 5º ano de escolaridade, observada em quatro ocasiões em aulas de uma hora e meia.

Estas observações tiveram como objetivos perceber as diferenças existentes em cada ciclo de ensino respeitantes à disciplina de EF relativamente aos conteúdos e competências a desenvolver, à forma de desenvolver os momentos de aulas, às estratégias de ensino a aplicar, à forma de intervir com os alunos ao nível dos *feedbacks* e à caracterização e tipo de avaliação do ciclo. Estas serão as temáticas abordadas nos pontos seguintes.

6.1 Caracterização do Ciclo de Ensino

Segundo os PNEF para o 3º Ciclo, o 2º ciclo de ensino e especificando para o seu primeiro ano (5º ano), este apresenta-se como o início de um bloco estratégico que culmina no 9º ano e tem função semelhante ao 1º Ciclo assegurando as bases necessárias para o desenvolvimento futuro.

“É neste bloco que se estabelece o tratamento das matérias na sua forma característica, na sequência das atividades e conquistas realizadas no 1º ciclo” (PNEF 3º Ciclo, 2001:10), ou seja, neste ciclo os alunos já devem possuir alguma rotina escolar e dominar determinados conhecimentos como regras de jogos lúdicos, por exemplo, para que possam ser abordados os conteúdos deste ciclo que não são mais que um trabalho específico e de aperfeiçoamento dos conteúdos do ciclo anterior.

Relativamente aos objetivos gerais para o ciclo, naturalmente alguns objetivos são transversais entre os ciclos de ensino e devem ser desde cedo reforçados pelos professores.

Por outro lado, existem outros objetivos que não estão contemplados para o 2º ciclo e que permitem realizar uma comparação entre os ciclos, facto que foi também confirmado durante as observações.

Ao nível da organização e preparação das atividades, o professor pode e deve “utilizar” os alunos para transportar e arrumar o material mas as suas instruções devem ser bastante claras e dirigidas, ou seja, deve dirigir-se aos alunos em questão pelo nome e dizer-lhes detalhadamente o que têm de fazer para não dar azo a distrações ou comportamentos menos apropriados. Durante este processo o professor deve conseguir estar também em contacto visual com esses alunos.

Comparativamente com o Secundário, este processo poderá desenvolver-se de forma a promover a autonomia e responsabilidade dos alunos pois está de acordo com os objetivos para este ciclo de ensino.

6.2 Tipo de Avaliação do Ciclo

A avaliação dos alunos em Educação Física tem por base os objetivos de ciclo e de ano. Este refere também que estes objetivos constituem os principais guias no processo de avaliação dos alunos, bem como o tipo de atividade em que devem ser demonstradas essas competências (PNEF 3º Ciclo, 2001:27).

Um aspeto extremamente importante e a reter é o papel do DEF e o professor titular da turma que possuem “autoridade” para estipular critérios de êxito que determinarão o grau de sucesso dos alunos.

Este processo avaliativo e os seus resultados devem contribuir para o aperfeiçoamento do processo de ensino-aprendizagem do aluno e por isso o aluno deve possuir as informações necessárias para formar uma imagem das suas possibilidades.

Quanto aos aspetos operacionais, o sucesso em Educação Física tem como referência três grandes áreas: A – Atividades Físicas (Matérias); B – Aptidão Física; C – Conhecimentos. Considera-se ainda que cada aluno pode situar-se em cada matéria num de quatro níveis possíveis: a) não atinge nível introdutório; b) nível introdutório (I); c) nível elementar (E); d) nível avançado (A) (PNEF 3º Ciclo, 2001:30).

De acordo com este documento, todos os alunos são sujeitos às mesmas avaliações e consequentemente aos mesmos critérios de avaliação, sendo que posteriormente é selecionado um conjunto de referência para o seu sucesso.

No entanto, esta seleção deve respeitar um conjunto de regras que passo a descrever (PNEF 3º Ciclo, 2001:30):

- As matérias nucleares lecionadas são: Jogos, Futebol, Voleibol, Andebol, Ginástica no solo, Ginástica de Aparelhos, Ginástica Rítmica, Atletismo, Patinagem, Dança e Luta + Outras (de acordo com os Objetivos Gerais);
- As matérias são agrupadas em 7 categorias de A a G:
 - Categoria A – Jogos;
 - Categoria B – Futebol, Voleibol, Basquetebol, Andebol;
 - Categoria C – Ginástica Solo e Ginástica Aparelhos;
 - Categoria D – Atletismo;
 - Categoria E – Patinagem;
 - Categoria F – Dança;
 - Categoria G – Outras (Orientação, Natação, etc.).
- Existem regras de seleção das matérias:
 - São selecionadas as 6 “melhores matérias” de cada aluno, ou seja, as matérias onde o aluno conseguiu melhores resultados;
 - Das matérias selecionadas o aluno apresenta 5 Níveis Introdutórios ou 3 Níveis Introdutórios e 1 Nível Elementar admitindo que o aluno não tenha atingido nas restantes o nível introdutório (PNEF 3º Ciclo, 2001:31).

Relativamente à área da Aptidão Física, os programas referem que o aluno tem de se encontrar na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – Fitnessgram).

Na área dos Conhecimentos, os programas referem que o aluno deve revelar os conhecimentos definidos pelo DEF, relativos aos objetivos do Programa do 2º Ciclo de Ensino.

6.3 Caracterização da Turma

A turma observada como já foi descrito foi uma turma do 5º Ano, ou seja, do 2º Ciclo de Ensino. Por curiosidade, a turma observada era constituída por 27 alunos dos quais 16 são rapazes e 11 são raparigas.

No decorrer das observações realizadas pude constatar algumas características inerentes aos alunos deste ciclo de ensino e que passo a enumerar.

Quanto a características físicas os alunos deste ciclo de ensino podem ser caracterizados como bastante disponíveis para a prática física, isto é, possuem grande disponibilidade para a execução das mais variadas tarefas. São, portanto, alunos muito enérgicos e ativos. Neste caso será imprescindível que o professor elabore cuidadosamente as tarefas propostas desafiando regularmente os limites dos alunos e mantendo-os sempre que possível, empenhados.

Quanto aos aspetos de natureza psicológica e comportamental, relacionado com a sua tenra idade e com o facto de se inserirem numa nova realidade escolar, os alunos deste ciclo de ensino apresentam-se, no geral, com baixos níveis de concentração que podem provocar comportamentos desviantes; excesso de competitividade pois o seu objetivo é chegar/fazer mais rápido e não fazer bem em exercícios que proporcionem esse espírito; são bastante faladores e basta um curto espaço temporal para estarem distraídos embora também possamos caracterizá-los como alunos com algum interesse especialmente se as atividades propostas forem novas – aqui entrará outra característica destes alunos, a sua curiosidade pelo novo ou desconhecido.

Por outro lado, estes alunos também possuem outras características e que devem ser exploradas pelo professor. Além da disponibilidade já referenciada nos parágrafos anteriores estes alunos demonstram-se extremamente motivados para aprender e praticar qualquer tarefa desde que se apresente como desafiante para eles. No capítulo da afetividade, os alunos exteriorizam facilmente as suas emoções (exemplo: chorar após repreensão do professor) mas também conseguem ser afetuosos para com os colegas e professores.

Na linha deste último pensamento, é essencial que o professor consiga cativar os alunos e conseguir um bom relacionamento inicial com eles, pois certamente esse factor permitirá conseguir melhores aulas dado o controlo que o professor conseguirá ter da turma e dos alunos mais críticos dessa turma.

6.4 Diferenciação do Ensino

A diferenciação do ensino compreende vários aspetos nomeadamente organizacionais, de carácter informativo e relacionados com a observação e feedbacks pedagógicos.

Na minha opinião, os aspetos organizacionais relacionados com a organização das tarefas da aula e os seus procedimentos, são um dos aspetos mais importantes a refletir no planeamento de aulas para o 2º Ciclo.

Estes aspetos têm uma influência direta na fluidez da aula e devem ser pensados criteriosamente. Assim, irei indicar alguns casos registados durante as observações e outros que após reflexão me parecem também adequados:

- Neste ciclo de ensino deve-se privilegiar a simplicidade dos exercícios, isto é, aplicar exercícios mais analíticos e repetitivos – não obstante a necessidade de realizar, por outro lado, exercícios que permitam várias formas de execução encorajando os alunos a procurar a solução perante o “problema” criado;
- Aplicar exercícios com uma organização espacial que permita rotações pelos espaços e variedade de exercícios sem necessidade de alterar grupos ou nova organização espacial;
- Exercícios que envolvam a execução correta de alguns gestos (Ginástica de Solo, por exemplo) não devem ser aplicados em exercícios que promovam a competição, pois nestas idades os alunos, como já foi referido, são bastante competitivos;
- Utilizar exercícios por vagas (3/4 alunos por vaga) quando o espaço é reduzido, quando se pretende ter um maior controlo sobre as ações motoras dos alunos da turma (Ginástica de Aparelhos e Ginástica de Solo, por exemplo) e quando o professor precisa de realizar ajudas;

Segundo Neto (1995), a ação pedagógica deve ter em consideração o desenvolvimento da criança em diversos domínios (motor, cognitivo e afetivo-emocional). A descoberta progressiva das informações provenientes do próprio corpo e a tomada de consciência do nível de comportamento motor são duas referências a ter em conta.

Este autor refere que os comportamentos das crianças ou alunos são influenciados pelas decisões tomadas pelo professor sendo imprescindível a definição de contextos de aprendizagem diferenciados e com mais ou menos controlo do professor. Esta diferenciação permitirá que seja a criança a definir as modalidades de opção sobre as tarefas a realizar, orientará de forma direta as aprendizagens que se consideram fundamentais e permitirá autonomia à criança em situação de aprendizagem.

Deste modo, Neto (1995) descreve 3 tipos de tarefas:

- Tarefas Motoras não definidas, que facilitam o comportamento exploratório;
- Tarefas Motoras semi-definidas, que facilitam a resolução de problemas;
- Tarefas Motoras definidas, que facilitam o nível de capacidade de execução.

“A organização da classe poderá criar um contexto rico em estimulação permitindo à criança construir progressivamente a sua própria personalidade e responder às suas necessidades naturais. O jogo livre promove a descoberta dos materiais, as relações de orientação no espaço, as possibilidades de movimento diversificado e a consolidação das relações em grupo” (Neto, 1995:68).

Outras sugestões que poderão ser aplicadas sobretudo em ciclos de ensino com idades compreendidas entre os 10 e 13 anos são a definição prévia (início do ano letivo) de sinais de atenção e reunião, indicações detalhadas sobre a formação de grupos de trabalho e arrumação do material, ou seja, indicar quais os alunos pelo nome e que material a organizar e como fazê-lo.

Estas estratégias poderão ser aplicadas em ciclos superiores, mas no entanto, no último ano do 3º Ciclo e no Secundário deve-se promover a autonomia e responsabilidade dos alunos quanto à distribuição e organização do material, visto este ser um dos objetivos gerais presentes nos programas destes ciclos.

Quanto aos exercícios, para ciclos superiores os exercícios podem tornar-se mais autónomos e complexos em algumas matérias pois os alunos já possuem outro tipo de comportamento e competências.

Quanto aos momentos de informação e para este ciclo de ensino é indispensável um conjunto de estratégias para conseguir-lhes captar a atenção pois são alunos faladores e com baixos níveis de concentração. Assim:

- O professor deve colocar os alunos de forma a que este seja o foco da sua atenção sendo que os alunos fiquem de costas para qualquer foco de desatenção (de costas para a janela que dá para o recreio, por exemplo);
- Deve pedir aos alunos para se sentarem, pois impede de certa forma alguns comportamentos desviantes;
- Utilizar uma linguagem simples e clara;
- O momento de instrução deve resumir-se ao essencial, pois se o professor se alongar na sua instrução os alunos perdem a atenção;
- Privilegiar as demonstrações sempre que possível em detrimento das instruções verbais – as demonstrações captam mais facilmente a atenção dos alunos e estes entendem melhor aquilo que é para fazer;
- Certificar-se que os alunos entenderam a mensagem realizando questões (João, explica aos teus colegas o que é para fazer neste exercício...);

Reforçando os pontos acima mencionados, Neto (1995:58) afirma que para se dirigir aos alunos, o professor deve combinar regras e sinais de modo a que compreendam o objetivo do trabalho a realizar, aguardando por um ambiente calmo e sereno para que todos estejam atentos à informação do professor. Para isso, Neto (1995) refere que o professor deve colocar os alunos de forma a poder ser visualizado e ouvido em boas condições, nomeadamente com os alunos em semicírculo ou em quadrado aberto (sentados ou de joelhos).

A maior diferença existente será o tempo que os alunos conseguem “aguentar” nos momentos de informação. Por vezes, e dado a complexidade das tarefas, isto para ciclos superiores, é necessário aliar a demonstração à instrução verbal mas também nestes ciclos os alunos apresentam outra predisposição para assimilar o que se pretende. Contudo, os momentos de instrução devem ser sempre o mais breve possível.

Relativamente aos aspetos de observação/*feedbacks* e controlo das atividades, o professor deve demonstrar corretamente sempre que possível pois os alunos ficam com uma melhor perceção das ações. Também deve ajudar os alunos individualmente tentando desenvolver a sua visão sobre o erro e sobretudo motivar, incentivar e acompanhar os alunos para que estes se sintam entusiasmados com a aula.

O professor deve evitar descrições longas e pormenorizadas realçando apenas os aspetos principais e utilizando a demonstração para que a sua explicação verbal seja melhor compreendida, assegurando posteriormente que os alunos entenderam o que têm de fazer, para onde se devem dirigir e que materiais devem usar (Neto, 1995:59).

Aliado a isto, o professor deve conseguir adotar os posicionamentos corretos para que a sua presença seja sentida e possa evitar alguns comportamentos inapropriados. Deve ter especial atenção à segurança em aulas de matérias mais propícias a pequenos acidentes e posicionar-se nessa mesma estação ou espaço onde isso possa acontecer supervisionando toda a turma a partir desse ponto.

Por isso mesmo, volto a afirmar que a organização da aula é extremamente útil para o decorrer natural da aula.

CAPÍTULO III – DIMENSÃO DE PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE

Como indica o título deste capítulo, a participação na escola e relação com a comunidade apresenta-se como um fator importante na carreira de um professor. No nosso caso específico, isto é, no seio do núcleo de estágio, foi-nos proposto a organização e realização de duas atividades direcionadas para a escola e para a comunidade. De realçar que as atividades desenvolvidas tiveram como princípios as orientações curriculares constantes no Projeto Educativo da Escola e no Plano Anual de Atividades, tanto no geral, como na especificidade da EF sendo que foram decididas entre o núcleo da PES e a docente orientadora.

Nos próximos pontos irei desenvolver estas duas atividades explicitando o seu enquadramento, objetivos e o balanço final das mesmas. Posteriormente, e porque nos foi pedida a nossa participação e colaboração em outras atividades, irei descrever resumidamente essas experiências.

1. Enquadramento das Atividades Desenvolvidas

De forma a situar o leitor no espaço temporal, as actividades desenvolvidas realizaram-se na IV Semana da Formação Desportiva organizada pelo DEF da Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia, mais propriamente na última semana de aulas do 2º período escolar, ou seja, de 19 a 23 de março de 2012.

Estas atividades tiveram como nome “Atleta Completo” sendo que apenas se diferenciam por se dividir em dois momentos da sua realização: a primeira atividade foi dirigida para o 3º CEB e Secundário e a segunda atividade foi direcionada para o 1º CEB. A sua essência e fundamentos mantêm-se mas os aspetos de natureza organizacional, objetivos e população alvo, foram diferentes.

Os grandes fundamentos sobre os quais as atividades “Atleta Completo” se desenvolveram desde a sua génese até à sua verdadeira consumação, consubstanciaram-se numa perspetiva de animação sócio-educativa e sócio-desportiva, pretendendo estabelecer relações de proximidade com o universo escolar da cidade, promovendo entre si, não só a abertura do espaço escola ao público em geral, assim como, na mobilização do potencial pedagógico, quer no âmbito social, como cultural, não deixando de potenciar ao máximo o aproveitamento dos recursos existentes na escola.

O “Atleta Completo” teve por base a realização de um conjunto de provas na modalidade de atletismo, consubstanciando, o lançamento do peso, uma corrida de velocidade e o salto em comprimento, de onde saíram resultados que nos levaram ao apuramento do atleta completo, isto é, o aluno que melhores desempenhos apresentou na realização multidisciplinar das provas. Estes resultados foram registados num ficheiro Excel previamente organizado para que desse no imediato as classificações em cada prova e no geral.

Embora estivessem inicialmente definidas as datas das atividades, deparámo-nos com situações que promoveram algumas alterações. A actividade referente ao 1º CEB manteve a data prevista (20 de março, durante a tarde) mas, no entanto, a atividade direcionada para o 3º CEB e Secundário sofreu uma antecipação relativamente à data da sua realização pois ela serviu simultaneamente para apurar os alunos da escola para a atividade do desporto escolar “Megas”, nas suas vertentes sprint, lançamento e salto. Assim, e porque a fase regional dos “Megas” se realizou no dia 21 de março, a nossa atividade decorreu no dia 19 de março, de manhã, com o intuito de apurar esses alunos.

Relativamente aos participantes, estava previsto para cada uma das atividades “abrir” a escola à comunidade, e deste modo convidámos outras instituições escolares da cidade para participar nelas. Assim, e para o 1º CEB, endereçámos convites ao Colégio com Jardim de Infância Nossa Senhora da Conceição e à Escola EB 2/3 Mário Beirão, nomeadamente a turmas do 3º e 4º ano, de cada uma das referidas instituições. Para o 3º CEB e Secundário estava previsto convidar a Escola Secundária com 3º CEB D. Manuel I.

No entanto, a poucos dias da realização do evento a Escola EB 2/3 Mário Beirão apresentou a sua desistência da atividade alegando que a atividade coincidia com “obrigações” letivas dos alunos, não sendo possível a participação. Por outro lado, e perante o cenário do “Atleta Completo” se constituir como apuramento dos alunos da “nossa” escola para as atividades “Megas”, optou-se, em função da otimização de recursos, quer humanos e materiais, e sobretudo temporais, não endereçar o convite, inicialmente previsto para a Escola Secundária com 3º CEB D. Manuel I.

Sintetizando, a atividade do 3º CEB e Secundário contou “somente” com alunos da Escola Secundária com 3º CEB Diogo de Gouveia, enquanto que, a atividade para o 1º CEB teve como participantes os alunos do Colégio com Jardim de Infância Nossa Senhora da Conceição.

Com a realização das atividades “Atleta Completo” pretendeu-se atingir um conjunto de objetivos, desde os mais gerais até aos mais particulares visando associar a promoção da prática desportiva com aspetos sociais e lúdicos, procurando oferecer atividades de natureza formal e competitiva, sem descuidar os aspetos formativos. Assim os objetivos gerais e transversais das duas atividades foram:

- Abrir a escolar à comunidade;
- Promover a instituição escolar na cidade e perante os alunos convidados;
- Fomentar as relações de cooperação entre instituições;
- Dinamizar a Semana Desportiva da Escola;
- Utilizar as novas instalações desportivas escolares.

2. Preparação e Organização das Atividades

Para que a realização das atividades fosse um sucesso, houve a necessidade de realizar um conjunto de procedimentos que levou o núcleo de estágio à consciencialização da necessária e posterior operacionalização das várias fases dos eventos.

Desta forma, sintetizaram-se os procedimentos adotados de preparação, organização e dinamização do “Atleta Completo”, que passo a descrever.

1. Contactos Exploratório e Convites Formais às Escolas;
2. Divulgação (cartazes e informações aos Professores das turmas);
3. Elaboração do Regulamento e Pesquisas Técnicas;
4. Elaboração das Fichas de Inscrição;
5. Aprovisionamento de Material
6. Definição dos Locais de Provas;
7. Apuramento de Necessidades e Contactos para Recursos Humanos;
8. Calendarização das Provas por Escalão/Género;
9. Listagens de Participantes por Atividade e Escalão/Género;
10. Elaboração de Dorsais;
11. Elaboração de Classificações;
12. Elaboração de Questionário de Avaliação do Evento;
13. Elaboração de Certificados de Classificação/Participação;
14. Justificações de Faltas para os Participantes.

Estes procedimentos contribuíram de certa forma para a boa consumação das atividades pois permitiram uma boa organização desde a fase de contactos com as instituições escolar, até ao momento da avaliação do evento. As medidas e procedimentos adotados conduziram, na opinião do grupo, a uma eficaz gestão e dinamização do evento, reforçando assim a ideia de que uma boa preparação organizativa é fundamental para o seu sucesso e dinâmica dos momentos de cariz mais prático.

3. Atividade “Atleta Completo” – 3º CEB e Secundário

3.1 Objetivos Pedagógicos

Para esta atividade os objetivos específicos estipulados e conseguidos com sucesso foram:

- Criar um ambiente competitivo “mais formal”;
- Consolidar aprendizagens anteriores;
- Promover a prática desportiva e hábitos saudáveis de prática;

- Estimular e reforçar a capacidade de superação, determinação e persistência;
- Promover a confiança e respeito mútuos entre participantes;
- Fomentar o fair-play;
- Desenvolver e aplicar as capacidades físicas.

3.2 Balanço Final e Sugestões de Melhoramento

Quanto à atividade em si, e relativamente aos participantes, pode-se afirmar que a adesão ao evento foi bastante satisfatória. Como demonstra o quadro abaixo, podemos observar que se inscreveram 89 alunos no total, desde o escalão de Infantis “B” até aos Juniores, em ambos os géneros, sendo estes números bastante positivos e que manifestam uma adesão elevada de participação. No entanto, apenas 66 alunos efetivamente participaram na actividade, pois embora inscritos foram impedidos de participar por motivos relacionados com testes de avaliação ou porque faziam parte da organização do evento. De realçar a colaboração dos alunos do 11º ano do Curso Tecnológico de Desporto (23 alunos), nas mais diversas tarefas definidas para as três provas a realizar (juízes, partidas/chegadas e registo de marcas).

Quadro 10 – Alunos inscritos no “Atleta Completo”, Atividade 1

ESCALÃO	SEXO		TOTALS
	MASCULINO	FEMININO	
INFANTIS B	10 (2)	6 (3)	16 (5)
INICIADOS	12 (3)	7 (1)	19 (4)
JUVENIS	10 (6)	6 (1)	16 (7)
JUNIORES	8 (6)	7 (1)	15 (7)
TOTALS	40 (17)	26 (6)	66 (23)

Da análise do quadro anterior, pode-se ainda aferir que existe uma predominância do sexo masculino quanto aos participantes (40 rapazes para 25 raparigas).

Para uma melhor compreensão acerca da operacionalização do “Atleta Completo” foi elaborado um questionário que visou a opinião dos diferentes participantes neste evento.

Este questionário dirigido aos alunos participantes foi constituído por 9 questões, que consubstanciam diferentes áreas de organização do evento, sendo que 8 foram de resposta fechada, onde as respostas se situavam numa escala de classificação de 1 a 5, e uma outra de resposta aberta visando a recolha de informações e sugestões de melhoramento.

Obtivemos a resposta de 60 dos 66 participantes, sendo que os resultados globais cotaram o evento com uma classificação bem elevada, o que traduz que a perceção tida aquando da operacionalização, não era infundada e estava de acordo com aquilo que os participantes sentiram e avaliaram.

Assim, o gráfico seguinte apresenta os valores gerais da avaliação do evento “Atleta Completo”.

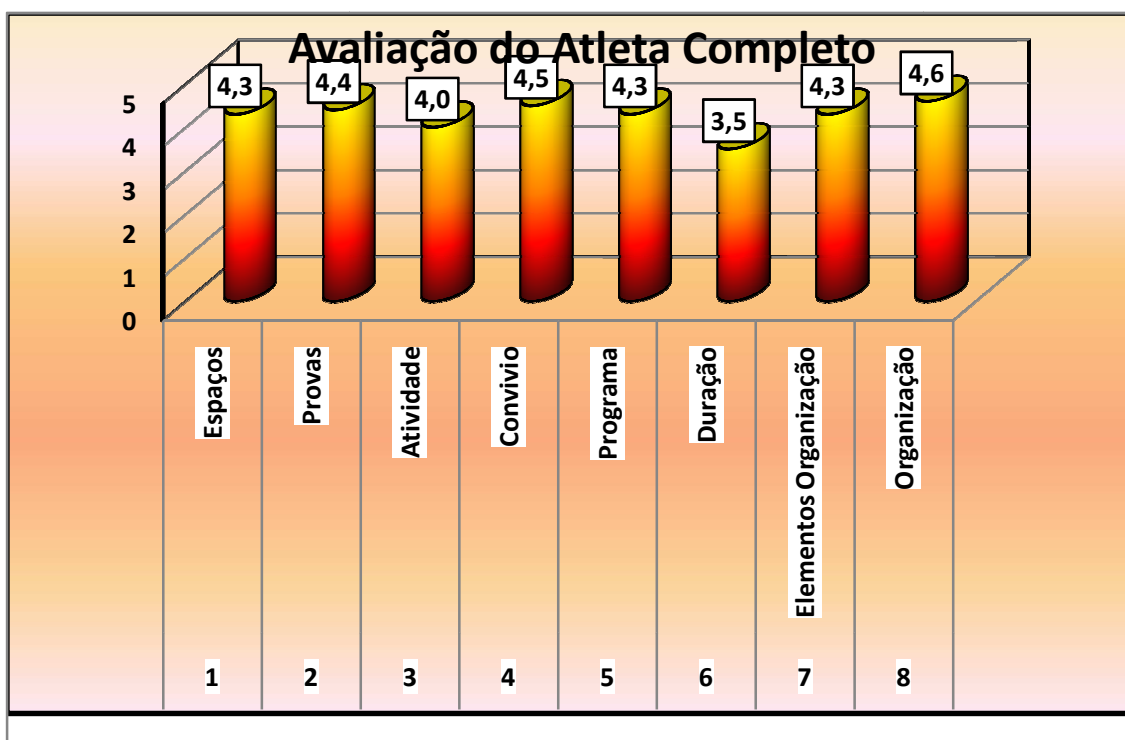


Gráfico 13 – Avaliação do Evento “Atleta Completo”

Analisando o gráfico acima apresentado podemos observar que para uma classificação de 1 a 5, na questão 1, onde se procurava a resposta quanto aos espaços onde decorreu a atividade, este foram classificados pelos participantes com uma média de 4,3, ou seja, estes foram considerados como “Adequados” ou “Muito Adequados”.

Na questão seguinte, onde eram abordados os aspetos relacionados com as provas realizadas no evento, os participantes consideraram maioritariamente que estas eram “Muito Interessantes” ou “Interessantes”, pontuando esta mesma temática com 4,4 valores.

A realização desta atividade mostrou, e segundo a opinião dos “atletas”, ser “Apropriada”, estando esta opinião expressa nos 4,0 valores de média obtida.

Relativamente à componente “convívio” proporcionada pelo evento, os alunos consideraram-no como “Muito Importante”, com valores médios atribuídos de 4,5 valores.

Na questão seguinte, onde se procurava a resposta quanto ao cumprimento do programa, este foi avaliado como “Largamente Cumprido” ou “Totalmente Cumprido”, ou seja, numa escala de 1 a 5 valores, é pontuado em termos globais com 4,3 valores.

Ainda neste âmbito, o tempo previsto para a operacionalização e duração do evento, foi apreciado com 3,5 valores, ou seja, este foi entendido como “Algo Reduzido”, o que manifesta que os alunos gostariam que o “Atleta Completo” tivesse uma duração maior à que efetivamente teve, sendo de realçar que o mesmo decorreu ao longo de toda a manhã.

A pergunta seguinte, questionava os alunos sobre como estes consideravam o número de elementos da organização, e a resposta obtida cifrou-se nos 4,3 valores, significando isto que neste âmbito foram considerados como “Muito Suficiente” ou “Totalmente Suficiente”.

Para finalizar esta análise, os envolvidos no evento por nós organizado avaliaram esta nossa organização como “Muito Boa”, expresso 4,6 valores, querendo isto dizer, que globalmente a sua opinião, acerca da mesma, é francamente positiva, facto este que nos deixa logicamente muito satisfeitos com todo o trabalho desenvolvido.

Dirigindo agora as atenções para a questão número 9, a que solicitava aos participantes a apresentação de sugestões para melhorar não só esta atividade, mas também, em futuros eventos do género a organizar, verificou-se que surgiram alguns aspetos com maior frequência, nomeadamente, que se organizem mais atividades do género na escola, que estas tenham maior duração, que sejam realizadas inter-escolas, e outras que surgiram de forma mais isolada, e que apontavam para mais música e animação em torno das provas, maior divulgação e também que no final das mesmas fosse fornecido um lanche.

Com todas estas indicações, conclui-se que a população escolar está bastante receptiva a provas desta tipologia, que promovam não só o convívio intra-escola, mas também, com outras escolas. Quanto aos restantes aspetos, apesar de relevantes são questões que objetivamente não passavam somente por nós, sendo que para o assunto “música” esta não foi possível devido à realização de testes que estavam a decorrer na escola.

4. Atividade “Atleta Completo” – 1º CEB

4.1 Objetivos Pedagógicos

Para esta actividade os objectivos específicos estipulados e todos eles alcançados foram:

- Estimular novas aprendizagens;
- Contactar com novas modalidades/atividades;
- Intervir com ciclos de ensino diferenciados;
- Promover a prática desportiva e hábitos saudáveis de prática;
- Recrear um ambiente lúdico-competitivo para os alunos;
- Promover a cooperação e companheirismo – relações interpessoais;
- Estimular os aspetos comportamentais (atitudes, valores, normas, regras, coesão/espírito de equipa, atenção, concentração, autocontrolo, determinação, postura, persistência, respeito e fair-play, entre outros).

4.2 Balanço Final e Sugestões de Melhoramento

Quanto aos participantes desta atividade, as inscrições efetuaram-se através das Docentes titulares de cada uma das respetivas turmas, registando-se a participação da totalidade dos alunos de ambos os anos letivos, números confirmados pelo quadro seguinte.

Quadro 11 – Alunos inscritos no “Atleta Completo”, Atividade 2

ESCALÃO	SEXO		TOTAIS
	MASCULINO	FEMININO	
BENJAMINS	9	15	24
INFANTIS “A”	8	9	17
TOTAIS	17	24	41

Assim, analisando o quadro contámos com a participação de 41 alunos, sendo estes, 17 do sexo masculino e 24 do género feminino.

Em jeito de balanço final, é de referir que o mesmo procedimento adotado para a atividade direccionada para o 3º CEB e Secundário (questionários) não foi seguido por diversos motivos. Desde logo, pelos objectivos inerentes a esta atividade assim como as características que esta faixa etária apresenta. Contudo pode-se afirmar com segurança que a mesma foi do agrado destes jovens alunos, pelo comportamento e empenho demonstrados.

5. Participação em outras Atividades

Além da organização e operacionalização das duas atividades acima descritas, foi requerida a presença, participação e colaboração do núcleo em outras atividades desenvolvidas quer pela escola quer por outras instituições.

Assim, o núcleo esteve presente no Corta-Mato Regional que se disputou em Castro Verde com tarefas de supervisão e orientação dos alunos que representaram a Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia; no Torneio de Basquetebol Compal Air 3x3 disputado na nossa Escola onde o núcleo realizou tarefas organizacionais e outras relacionadas com a arbitragem de jogos e, ainda, no Encontro de Ginástica que se realizou também na nossa Escola onde o núcleo desempenhou funções de cariz organizacional e de juiz.

CAPÍTULO IV – DIMENSÃO DE DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL AO LONGO DA VIDA

Segundo determinadas referências normativas, nomeadamente o Decreto-Lei 240/2011 de 30 de agosto, relativo ao Perfil geral do desempenho profissional do educador de infância e dos professores do ensino básico e secundário, os professores são detentores de competências ao nível de determinadas dimensões, entre elas a dimensão de desenvolvimento profissional ao longo da vida.

No seguimento deste raciocínio, o professor é um profissional de educação, com função específica de ensinar, recorrendo ao saber próprio, apoiado na investigação e na reflexão da prática educativa.

Ainda neste documento, e transcrevendo do capítulo V, “O professor incorpora a sua formação como elemento constitutivo da prática profissional, construindo-a a partir das necessidades e realizações que consciencializa, mediante a análise problematizada da sua prática pedagógica, a reflexão fundamentada sobre a construção da profissão e o recurso à investigação em cooperação com outros profissionais.” Assim, cabe ao professor refletir sobre as suas práticas, tendo em conta as experiências até então vivenciadas e apoiando-se na investigação e quaisquer outros recursos que ache pertinentes na avaliação do seu desenvolvimento profissional.

Percebe-se então que o professor pode e deve participar em projetos de investigação relacionados com o processo de ensino-aprendizagem e o respetivo desenvolvimento dos alunos.

Assim, foi proposto a realização de um trabalho de Investigação-Acção a realizar durante a PES, que foi desenvolvido durante os 2º e 3º período do ano letivo.

1. O Professor Investigador e Reflexivo

Segundo Latorre (2003), na sua obra *“La Investigación-Acción”*, a metodologia da Investigação-Ação apresenta uma relação de proximidade com a educação, pois esta é a que mais se aproxima do que é um meio educativo e da metodologia do professor como um investigador. Isto é, esta metodologia valoriza a prática, descrevendo-a mesmo como um elemento chave deste tipo de metodologia pois está sempre implícito o conceito de reflexão crítica, extremamente importante para compreender esta relação.

Nesta linha de pensamento e citando Coutinho e seus colegas (2009:358), “Prática e reflexão assumem no âmbito educacional uma interdependência muito relevante, na medida em que a prática educativa traz à luz inúmeros problemas para resolver, inúmeras questões para responder, inúmeras incertezas, ou seja inúmeras oportunidades de refletir.

Após esta pequena fundamentação teórica, percebemos que este tipo de projetos são bastante enriquecedores no desenvolvimento profissional de um futuro ou actual professor, pois estas problemáticas, referentes ao seu exercício profissional docente implicam reflexões permanentes sobre as suas práticas tendo em vista a consecução dos objetivos propostos compreendendo as consequências adjacentes. Esta ideia pode ser explicada através da figura abaixo apresentada, onde uma Investigação-Ação é constituída por uma sequência de fases: Planificação, Ação, Observação e Reflexão. Um primeiro ciclo de experiências culmina na reflexão que, por sua vez, desencadeia novas espirais de experiências de ação reflexiva.

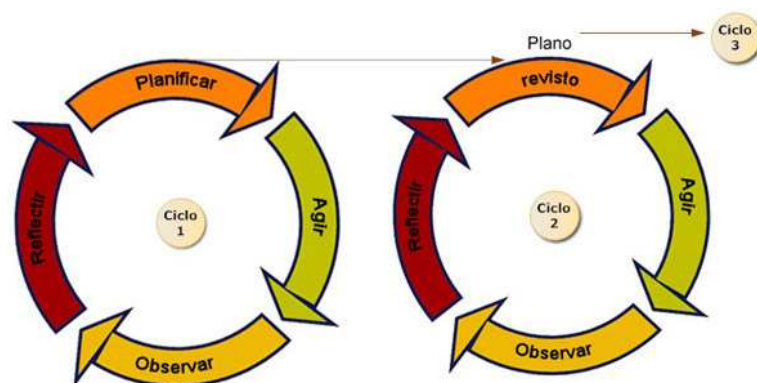


Figura 2 – Fases de uma Investigação-Ação (Adaptado de Lewin (1946), Kolb (1984), Carr & Kemmis (1988))

2. Justificação do Projecto de Investigação-Ação Desenvolvido

Como descrito acima, este trabalho foi desenvolvido durante a PES, mais especificamente durante o 2º e 3º período. O interesse pela temática e respetivo estudo/análise decorreu durante a 1ª Etapa, espaço temporal, onde os alunos realizaram as avaliações iniciais nas várias matérias a abordar durante o ano letivo e os testes de aptidão física estipulados pelo Departamento de Educação Física da Escola para efeitos avaliativos da Aptidão Física dos alunos. Embora os resultados iniciais não fossem preocupantes, houve um teste em específico (Força Superior, realizado através do lançamento de uma bola medicinal de 2Kg à maior distância possível) que captou a minha atenção visto que no final do 1º Período os resultados recolhidos foram inferiores aos da primeira realização (na Avaliação Inicial). Esta evolução negativa dos resultados fez despontar o interesse por esta temática.

Na minha ótica, este estudo apresenta grande importância pois, e segundo a docente cooperante, este é um problema recorrente do geral das outras turmas afetando não só a realização do teste como também condicionando a aquisição de competências em determinadas matérias.

Assim, com este trabalho pretendeu-se perceber se a aplicação de exercícios de trabalho de Força Superior, de forma regular, possui ou não efeitos sobre uma população escolar que tem duas aulas de EF por semana.

De referir que este trabalho foi realizado nos últimos 5/10 minutos de cada aula e possuiu dois tipos de intervenção, dividindo essa população escolar em dois grupos.

Foi realizado na turma de 10º ano que esteve sob minha intervenção e teve a duração de aproximadamente 5 meses sendo que se iniciou em janeiro de 2012 e terminou em maio de 2012.

3. O Desenvolvimento da Força Superior em alunos do 10º ano de escolaridade da Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia

3.1 Participantes

Relativamente aos participantes neste trabalho de investigação-acção, estes constituem, como já foi referido, a turma do 10º ano de escolaridade Artes Visuais da Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia e perfazem um total de 18 alunos. Destes alunos, 12 são raparigas e 6 são rapazes.

Existe ainda a necessidade de, neste ponto, diferenciar os dois grupos, pois foram alvo de intervenções diferentes. Assim o 1º Grupo foi composto por 8 alunos, dos quais 5 são raparigas e 3 são rapazes; e o 2º Grupo, composto por 10 alunos, sendo 7 raparigas e 3 rapazes.

3.2 Estratégias Utilizadas

Em relação aos aspetos organizacionais e embora alguns já tenham sido referenciados, é necessário reforçar que o trabalho foi realizado durante os últimos 5/10 minutos de cada aula, sendo que esta turma tem duas aulas de uma hora e meia de EF por semana.

Para o 1º Grupo foram utilizadas bolas medicinais e os alunos a pares tinham de realizar 3 séries de 20 passes, de pé, a uma distância sensivelmente de 3 metros (Anexo J).

Para o 2º Grupo foram aplicadas 3 séries de 10 flexões.

Estas estratégias iniciais foram alteradas após a recolha de dados referentes a esta intervenção pois após reunião com os alunos e embora se manifestasse uma evolução esperada, a maioria percecionava que poderia realizar os exercícios com mais repetições ou com maior carga (no caso da bola).

Assim, o 1º grupo passou a realizar o exercício sentado (mais próximo do que é o teste de Força Superior para efeitos avaliativos) realizando 4 séries de 20 passes (em vez das 3 séries de 20 passes) a uma distância de 3 metros (Anexo I).

O 2º grupo passou a realizar 3 séries de 15 flexões (em vez das 3 séries de 10 flexões).

3.3 Fases do estudo

Quadro 13 – Fases do Estudo do Desenvolvimento da Força Superior

Tarefas	Set.	Out.	Nov.	Dez.	Jan.	Fev.	Mar.	Abr.	Mai.	Jun.
Recolha dos dados iniciais	X	X		X						
Análise dos dados				X						
Apresentação dos dados à turma					X					
1ª Intervenção					X	X	X			
Recolha de dados							X			
Análise dos dados							X			
2ª Intervenção								X	X	
Recolha final dos dados									X	
Análise final dos dados									X	
Elaboração do trabalho									X	X
Apresentação dos resultados à turma										X

O quadro apresentado pretende representar as fases do estudo. Assim e explicando o mesmo, a recolha de dados inicial deu-se nos primeiros dois meses do ano letivo (setembro e outubro). Após nova recolha de dados, com efeitos avaliativos para o 1º Período (dezembro), verificou-se que a maior parte dos alunos registou uma evolução negativa das suas prestações (apenas um aluno conseguiu ultrapassar a sua marca). A partir deste momento, o projeto foi apresentado à turma e iniciou-se a 1ª intervenção em cada um dos grupos. Esta intervenção iniciou-se a 11 de janeiro e terminou a 9 de março, totalizando 15 aulas em que os alunos estiveram a “treinar”, com novo momento de recolha de dados nessa última aula (designamos por Sessão 2).

Após análise dos dados recolhidos e percebendo as dificuldades e sentimentos dos alunos decidimos alterar um pouco as intervenções:

- 1º Grupo – Passagem da posição de pé para a posição sentado e aumento do número de séries (3 x 20 repetições para 4 x 20 repetições);
- 2º Grupo – Aumento do número de repetições (3 x 10 flexões para 3 x 15 flexões).

Esta 2ª intervenção ocorreu de 11 de abril a 16 de maio, totalizando 10 aulas em que os alunos estiveram a treinar, com a última recolha de dados nessa última aula (designamos por Sessão 3).

A última fase deste estudo prendeu-se com a análise dos resultados obtidos e respetivas conclusões, e ainda, a apresentação das conclusões finais à turma em questão.

3.4 Resultados

Antes de iniciar a análise dos resultados, devo referir que o quadro principal deste estudo foi remetido para anexo (Anexo K), sendo que as análises seguintes foram realizadas a partir desse quadro.

Numa primeira análise, a frio, apenas observando os valores registados no quadro posso afirmar que o trabalho desenvolvido na turma foi produtivo pois os alunos conseguiram melhorar as suas marcas comparando os valores da Sessão 1 com os valores da última sessão, a Sessão 3.

Reforçando este aspeto, as médias apuradas de cada sessão envolvendo todos os participantes demonstram-nos essa evolução, isto é, a média da Sessão 1 é de 3,95 metros; a da Sessão 2 é de 4,35 metros; e a da Sessão 3 é de 4,48 metros.

Por outro lado, analisando tendo em conta a divisão dos grupos, as médias do 1º Grupo são respetivamente: Sessão 1 = 3,8 metros; Sessão 2 = 4,08 metros; Sessão 3 = 4,19 metros. Isto revela uma evolução de 39 centímetros.

Quanto ao 2º Grupo, as médias são respetivamente: Sessão 1 = 4,06 metros; Sessão 2 = 4,57 metros; Sessão 3 = 4,72 metros. Revela uma evolução de 66 centímetros entre a primeira sessão e a última sessão deste estudo.

O gráfico seguinte demonstra estas evoluções.

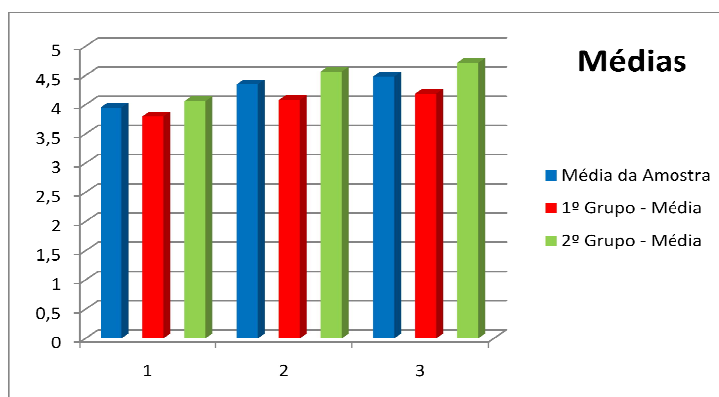


Gráfico 14 – Médias do Estudo

Em relação às evoluções observadas entre sessões e tendo em conta os grupos de trabalho, podemos aferir alguns resultados pertinentes.

Assim no 1º Grupo, da Sessão 1 para a Sessão 2, dos 8 alunos que o constituem, 7 (87,5%) conseguiram melhorar a marca anteriormente obtida sendo que apenas um aluno (Aluno 6) piorou a marca obtida na sessão anterior (Gráfico 15). Quanto à distância conseguida pelo grupo no seu total, este conseguiu mais 2,15 metros do que na anterior sessão, sendo que o Aluno 11 melhorou a sua performance em 70 centímetros. Da Sessão 2 para a Sessão 3, 6 alunos (75%) melhoraram a sua marca, 1 aluno piorou e outro aluno manteve a marca conseguida na Sessão 2 (Gráfico 16). Quanto à distância conseguida, esta foi inferior à anterior mas igualmente positiva registando-se um valor na ordem dos 85 centímetros.

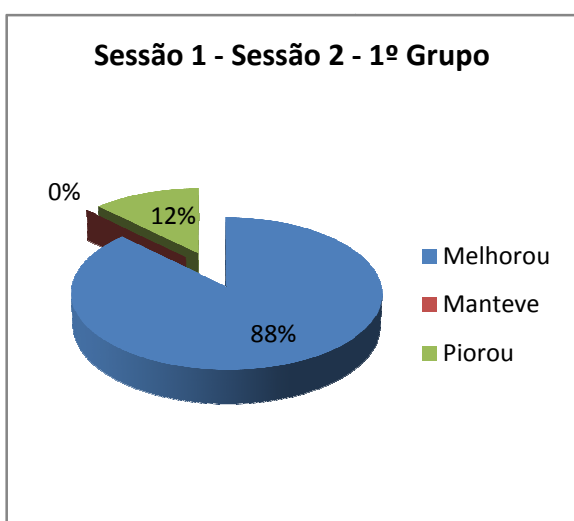


Gráfico 15 – S1 para S2 (1º Grupo)

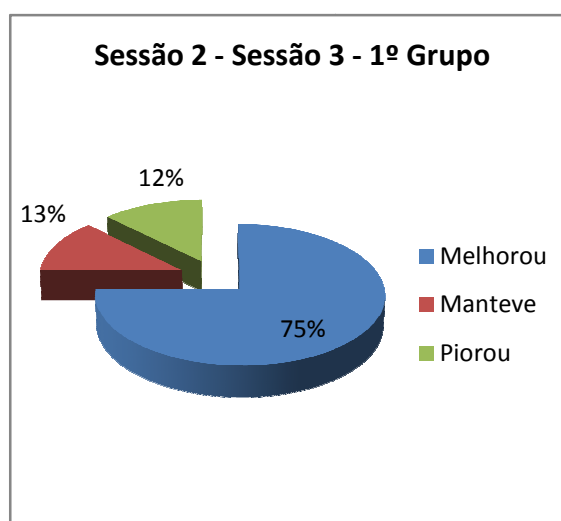


Gráfico 16 – S2 para S3 (1º Grupo)

No 2º Grupo, da Sessão 1 para a Sessão 2, 60% do grupo o que corresponde a 6 alunos conseguiram melhorar a sua marca, sendo que 2 mantiveram e outros 2 pioraram a marca anterior (Gráfico 17). Relativamente à distância conseguida pelo grupo, este conseguiu mais 1,45 metros do que a sessão anterior, com o Aluno 15 a melhorar a sua performance em 60 centímetros. Da Sessão 2 para a Sessão 3, 7 alunos (70%) melhoraram a sua anterior marca, com apenas 1 aluno a manter a marca e 2 a piorarem a anterior (Gráfico 18). Quanto à distância conseguida, este grupo conseguiu mais 1,75 metros que na sessão anterior, com o Aluno 13 a melhorar a sua performance em 80 centímetros.

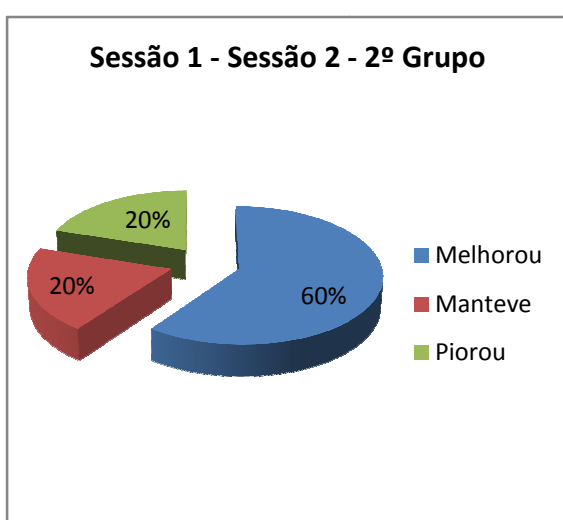


Gráfico 17 – S1 para S2 (2º Grupo)

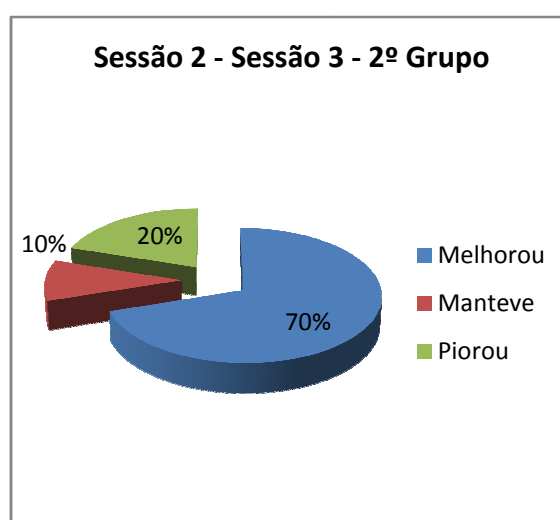


Gráfico 18 – S2 para S3 (2º Grupo)

Da análise dos resultados pode-se constatar que a aplicação deste tipo de trabalho em condições favoráveis beneficia os alunos pois estes apresentaram evoluções nas suas performances no Teste de Condição Física denominado de Força Superior, quer ao nível do grupo de trabalho quer individualmente.

Pode-se também afirmar que, independentemente do tipo de intervenção a que foram sujeitos, os alunos apresentaram evolução. Assim, se este trabalho for iniciado no princípio do ano letivo, os resultados poderão ser melhores com os alunos a conseguirem melhores marcas individuais e consequentemente conseguindo uma maior distância no geral do grupo.

De referir que o 1º Grupo foi o que apresentou a maior distância conseguida da uma sessão para outra (2,15 metros), mas no entanto a distância conseguida posteriormente (85 centímetros) fica abaixo das duas distâncias conseguidas pelo 2º Grupo nas duas sessões (1,45 metros da Sessão 1 para a Sessão 2 e 1,75 metros da Sessão 2 para a Sessão 3).

A soma das distâncias conseguidas por cada um dos grupos (1º Grupo = 3 metros; 2º Grupo = 3,2 metros) indica que o modelo de intervenção, isto é, trabalhar com a bola (material utilizado no teste) ou trabalhar através de flexões, não é um fator que influencia, de todo, as prestações dos alunos dando mesmo a entender que é preferível trabalhar através de flexões pois é um método mais fácil e que não exige material específico (como bolas medicinais, por exemplo).

Conclusões

O teor deste relatório procurou resumir os factos de maior importância experienciados ao longo da PES no ano letivo 2011/2012. Além do carácter descritivo procurei refletir acerca das várias áreas de intervenção fundamentando de acordo com os autores que estudaram as diversas temáticas.

Ao longo do desenvolvimento deste estágio e tendo em conta o nível de exigência encontrado, tentei que a minha participação não fosse apenas ensinar os alunos através da lecionação das aulas como também integrar-me no dia-a-dia da instituição escolar em que desenvolvi a minha PES.

Esta integração foi gradual sendo que a responsabilidade acrescia de dia para dia, de aula para aula e de atividade para atividade. Desenvolvi e desempenhei várias funções demonstrando sempre respeito, cooperação e vontade de superação das dificuldades.

Embora percecionasse de alguma forma como seria o trabalho de um professor de EF, penso que esta experiência preconizou em mim uma evolução extremamente positiva quer na minha atitude perante as adversidades como nos domínios de intervenção da PES. Este crescimento resultou também da configuração da própria PES, pois sendo partilhada exigiu de mim e dos meus colegas uma relação muito próxima, de grande confiança e respeito pois só assim conseguiríamos atingir os objetivos pessoais que tanto dependiam dos objetivos do grupo.

Posto isto é com orgulho e satisfação que recorro todo o meu percurso da PES, tendo a consciência de que foi um processo extremamente difícil e exigente, mas que, e ao longo do qual, me dediquei e fiz tudo o que estava ao meu alcance para que decorresse da melhor forma possível sendo não só enriquecedor para mim como para aqueles que me rodearam ao longo deste caminho.

Referências Bibliográficas

Allal, Linda et al (1986). *A avaliação Formativa num ensino diferenciado*. Coimbra. Almedina.

Anacleto, F. N. A. (2008). *Do pensar ao planear: Análise das decisões pré-interactivas de planeamento de professores de educação física em estágio curricular supervisionado*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Motricidade Humana-Universidade Técnica de Lisboa.

Andrade, N. F. (2008). *A Avaliação da Disciplina de Educação Física no Ensino Secundário. Estudo do pensamento de Professores, Alunos e Pais*. Dissertação de Mestrado. Universidade da Madeira.

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

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

Cortesão, L. (2002). Formas de ensinar, formas de avaliar: Breve análise de práticas correntes de avaliação. In P. Abrantes e F. Araújo (Coords). *Reorganização Curricular do Ensino Básico-Avaliação das Aprendizagens, das concepções às práticas* (pp. 37-42). Lisboa: Editorial do ME/DEB.

Coutinho, C., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M. J., Vieira, S. (2009). Investigação-Acção: Metodologia Preferencial nas Práticas Educativas. *Psicologia, Educação e Cultura*, 12 (2), 455-479.

80
Departamento de Educação Básica, Ministério da Educação (1998). *Organização Curricular e Programas: Ensino Básico 1º Ciclo (2ª Ed.)*. Editorial do ME.

Departamento de Educação Básica, Ministério da Educação (1998). *Programa de Educação Física do 2º ciclo do ensino básico: Plano de organização do ensino-aprendizagem*. Vol. II. Editorial do ME.

Departamento de Educação Básica, Ministério da Educação (2001). *Programa de Educação Física do 3º Ciclo do ensino básico (Reajustamento)*. Editorial do ME.

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

Departamento de Educação Física da ESGD (2011). Critérios de Avaliação em Educação Física, Ano Lectivo 2011/2012, Escola Secundária c/ 3º CEB Diogo de Gouveia, Beja (documento de circulação interna);

Decreto-Lei nº 43/2007 de 22 de Fevereiro, Diário da República 1ª Série - Nº 38

Decreto-Lei 240/2011 de 30 de Agosto. Diário da República 1ª Série – Nº 118

Documento disponível em:

[http://www3.uma.pt/alicemendonca/conteudo/forum/DL240-](http://www3.uma.pt/alicemendonca/conteudo/forum/DL240-2001_30Ago_Perfil_geral-profs.pdf)

[2001_30Ago_Perfil_geral-profs.pdf](http://www3.uma.pt/alicemendonca/conteudo/forum/DL240-2001_30Ago_Perfil_geral-profs.pdf) - Acesso a 24-12-2011

Latorre, A. (2003). *La Investigación-Acción*. Barcelona: Graó.

Instituto do Desporto de Portugal (2009). *Orientações da União Europeia para a Actividade Física. Políticas Recomendadas para a Promoção da Saúde e do Bem-Estar*. Lisboa: Instituto do Desporto de Portugal.

- Jacinto, J. (Coordenador); Carvalho, L.; Comédias, J. (2001). *Programas de Educação Física do 10º, 11º, 12º anos*. Editorial do ME/DES.
- Neto, C. (1995). *Motricidade e Jogo na Infância*. SP: Editora Sprint.
- Oliveira, Hugo (2010). *Aferição da Avaliação dos Alunos nos Jogos Desportivos Colectivos*. Dissertação de Mestrado. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Faculdade de Educação Física e Desporto. Lisboa.
- Onofre, M. (1995). Prioridades de formação didáctica em Educação Física. *Boletim SPEF*. 12, 75-97.
- Pedro, D. A. (2009). *O Planeamento Plurianual em Educação Física. Estudo Multicaso em Escolas de Lisboa*. Dissertação de Mestrado. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Faculdade de Educação Física e Desporto. Lisboa.
- Peralta, M. H. (2002). Como avaliar competências? Algumas considerações. In P. Abrantes e F. Araújo (Coords)., *Reorganização Curricular do Ensino Básico: avaliação das aprendizagens, das concepções às práticas*. Lisboa.
- Rosado, A. (2005). A avaliação das aprendizagens em Desporto. Documento disponível em: <http://home.fmh.utl.pt/~arosado/avaliacaotrein05.pdf> – Acesso em 16-12-2011
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a ensinar la Educación Física*. 1ª Edição, INDE Publicaciones.

Anexos

Anexo A – Composição Curricular

ESCOLA SECUNDÁRIA COM 3º CICLO DIOGO DE GOUVEIA							
COMPOSIÇÃO CURRICULAR							
Cat.	Ano	7º ano	8º ano	9º ano	10º ano	11º ano	12º ano
	Modalidades						
A	Voleibol	X	X	X	X	X	
	Basquetebol	X	X		X		X
	Andebol		X	X	X	X	
	Futsal	X		X	X		X
B	Gin. solo	X	X	X	X		
	Gin.aparelhos	X	X	X			
	Gin.acrobática					X	X
C	Velocidade	X	X	X	X	X	X
	Barreiras		X	X	X		
	Estafetas	X		X	X		
	S. altura	X		X	X		
	S. comprimento		X	X	X		
	Triplo Salto					X	X
	Lanç. peso					X	X
D	Badminton				X	X	X
	Ténis	X	X	X		X	X
E	Corfebol				X		
	Rugby		X			X	
	Dança			X			
	Orientação						X
TOT AL		9	10	12	12	9	9

Anexo B – Exemplo de um “roulement”

Escola Secundária C/3º Ciclo Diogo de Gouveia - Ano Lectivo 2011-2012
4ª Rotação - 7 a 18 de Novembro de 2011

Prof.	SEGUNDA - FEIRA					TERÇA-FEIRA					QUARTA-FEIRA					QUINTA-FEIRA					SEXTA-FEIRA					
	8.15-9.45	10.05-11.45	11.45-12.15	14.45-16.15	16.30-18.00	8.15-9.45	10.05-11.45	11.45-12.15	14.45-16.15	16.30-18.00	8.15-9.45	10.05-11.45	11.45-12.15	14.45-16.15	16.30-18.00	8.15-9.45	10.05-11.45	11.45-12.15	14.45-16.15	16.30-18.00	8.15-9.45	10.05-11.45	11.45-12.15	14.45-16.15	16.30-18.00	
Jorge		10º G 4			11º F 4		11º I 2	10º J 4		10º H 4		11º F 4				10º G 4										
Beziga						11º A 1							11º B 1					11º A 1		11º B 2						
Anabela	10º A 4	10º C 5											10º I 2													
Pedro																										
Leonor	9º B 5				12º C 1	9º A 2		12º A 1			12º B 1	12º C 1	9º B 5					9º A 1	12º B 4	12º A 2						
Graça		11º J 6						7º = 2					10º F 1												7º C 1	10º F 1
Castilho	12º D 1		8º A 4								12º D 2		8º B 2											8º = 2		8º B 2
Mamede		11º H 1	11º E 1				11º G 1	11º G 3				11º E 2														11º G 3
Marisa	11º C/D 2	7º B 2	7º = 2		11º G 2	10º B 3							11º C/D 3	7º A 3				11º G 2	7º = 3					10º B 1		
Alvaro			12º E/G 3								12º E/G 3															
Adriano	12º H/I 3	12º F 3			10º E 3					10º D 3						10º E 3	12º F 3	10º D 3								
	5	6	4		4	3	2	4		4	3	4	5	1	1	4	4	3	1	2					1	3

Anexo C – Protocolo de Avaliação Inicial da Escola (Exemplos)

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

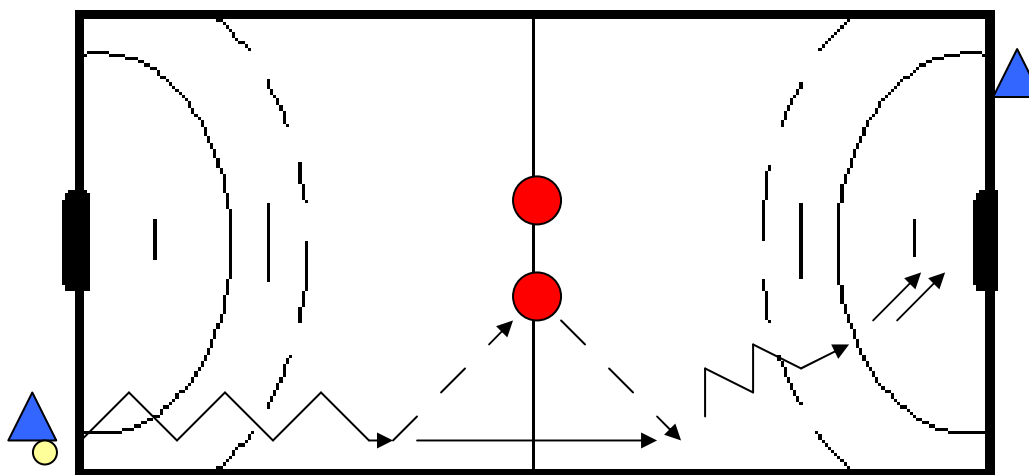
Este Protocolo fornece ao professor a informação necessária para definir o nível inicial em que os alunos se encontram e os objectivos terminais possíveis de serem atingidos pelos alunos no final do ano e do ciclo.

Jogos Desportivos Colectivos

Futsal

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:

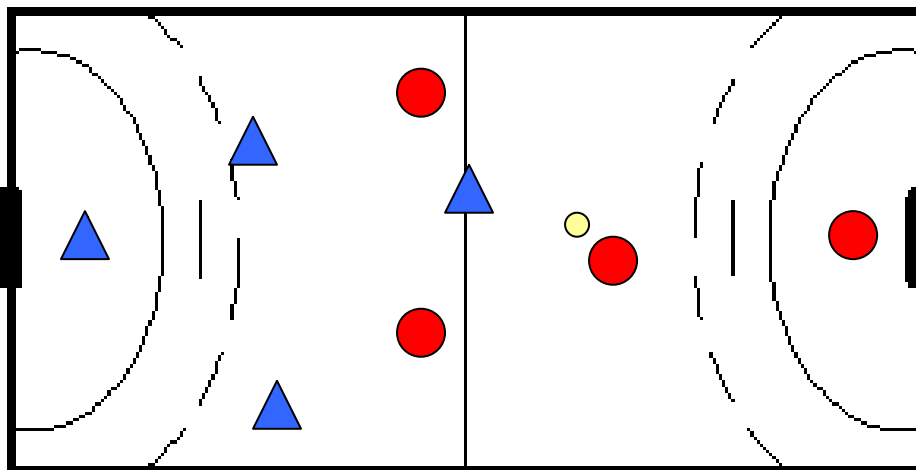
- ✓ Passe (olhar para o colega a quem pretende passar a bola; colocar o pé de apoio ao lado da bola)
- ✓ Recepção (controla a bola junto ao pé; fica com a bola disponível para dar continuidade ao exercício)
- ✓ Condução (controla a bola com o peito do pé, parte interna ou externa do pé, mantendo-a o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

Cumpre 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

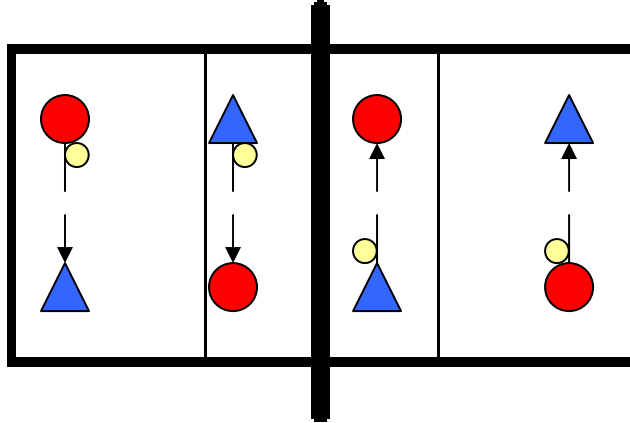
- ✓ Posiciona-se entre a baliza e o adversário
- ✓ Marca o atacante directo, procurando dificultar a acção ofensiva
- ✓ Pressiona o jogador em posse de bola

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:

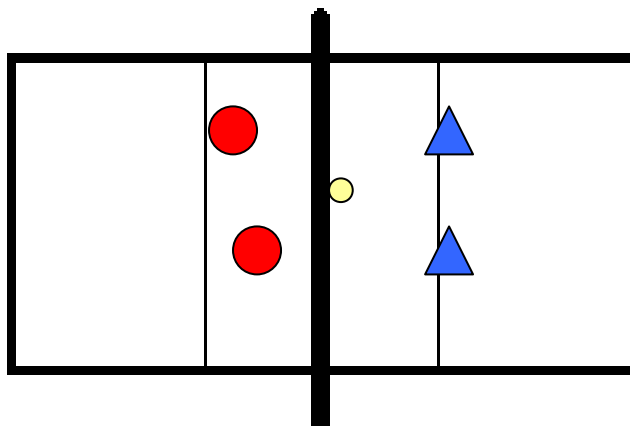
- ✓ Passe (afastamento dos dedos das mãos; contacto com a bola realizado ao nível da testa; progressiva extensão dos braços e pernas no momento de contacto com a bola)
- ✓ Manchete (posição baixa com flexão das pernas; contacto na bola com os antebraços; após o contacto com a bola, extensão das pernas)

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

Cumpre 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

Anexo D – Protocolo de Avaliação da Aptidão Física

Introdução

O presente **protocolo** serve sobretudo como um guia para que os testes sejam realizados da mesma forma por todos os professores da escola. Utilizado em vários momentos do ano lectivo, estes testes possibilitam perceber como estão os alunos ao nível da Condição Física, área que também integra a avaliação dos alunos.

Assim, neste documento irão ser descritos todos os procedimentos de cada teste, bem como os materiais necessários para a sua realização. Irão estar ainda os resultados de referência sobre os quais se irá fazer a avaliação dos alunos após a obtenção dos resultados dos mesmos nos testes determinados.

Os testes que irão ser descritos neste protocolo são:

- O Bip Test – Resistência;
- O “Busca e Volta” – Agilidade;
- O “Long Jump” – Força Inferior;
- O Lançamento da Bola – Força Superior;
- Abdominais em 30” – Força Média.

Procedimentos Gerais

1. Bip Test – Teste do Vai-vém - Resistência

Descrição: O teste consiste em percorrer a distância de 20 metros, em ritmo cadenciado por cassete ou CD, conforme o padrão estabelecido internacionalmente.

Objectivo: Percorrer o maior número possível de trajectos.

Desclassificação: Será desclassificado o aluno que não conseguir acompanhar o ritmo de deslocamentos predeterminados pela emissão sonora entre a distância de 20 metros estabelecida pelos cones.

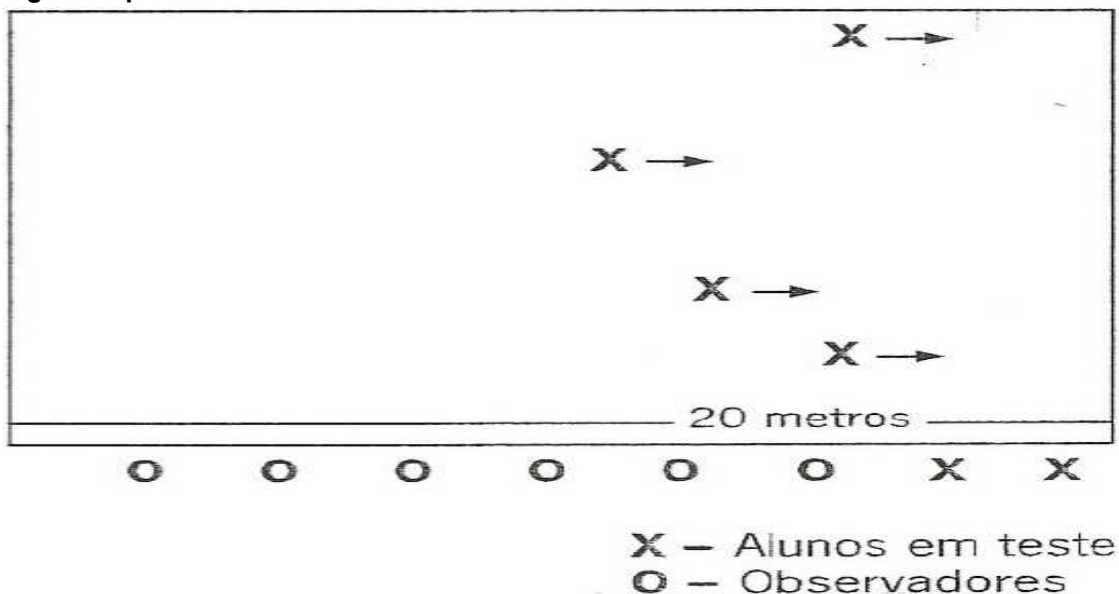
Tentativas: 1

Outras Informações:

- a) O teste será iniciado no momento em que o avaliador determinar por meio do comando específico: “Prepara! Vai!”, ou por apito. O início será concomitante com a orientação sonora.
- b) Não é permitido parar nem descansar durante o teste para depois reiniciar a prova.
- c) Não é permitido andar, bem como o avaliado não poderá retirar-se da área de teste.

Material Necessário: Pinos, Rádio ou Aparelhagem, CD de Cadência.

Figura Representativa:



2. “Busca e Volta” – Agilidade

Descrição: O teste consiste em realizar dois percursos de 9 metros, entre duas argolas, recolhendo um objecto de cada vez (bola) e trazê-lo de volta.

Objectivo: Realizar o teste no menor tempo possível.

Desclassificação: -

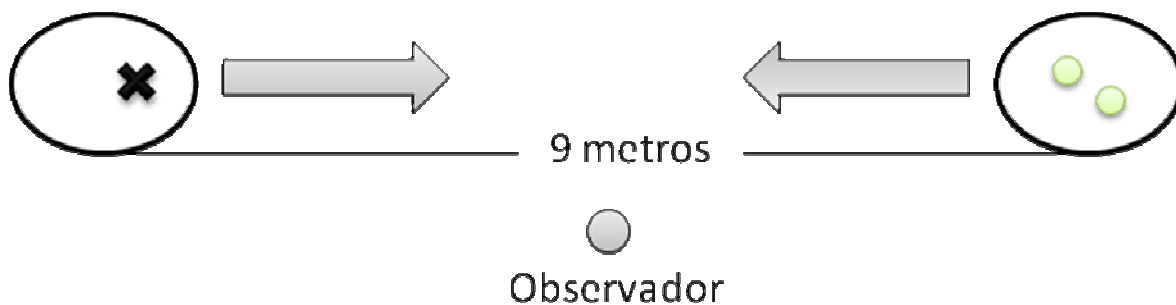
Tentativas: 2

Outras Informações:

- O teste será iniciado no momento em que o observador determinar por meio do comando específico: “Prepara! Vai!”, ou por apito.
- Não é permitido parar nem descansar durante o teste para depois reiniciar a prova.
- O avaliado não poderá retirar-se da área de teste.

Material Necessário: Duas argolas, duas bolas de ténis, fita métrica, cronómetro.

Figura Representativa:



3. “Long Jump” – Força Inferior

Descrição: O teste consiste em realizar dois saltos horizontais, sem corrida de balanço, tentando efectuar a maior distância possível

Objectivo: Realizar a maior distância possível

Desclassificação: É desclassificado se pisa a linha traçada no chão antes de realizar o salto ou se não fica equilibrado após a realização do mesmo para posterior medição.

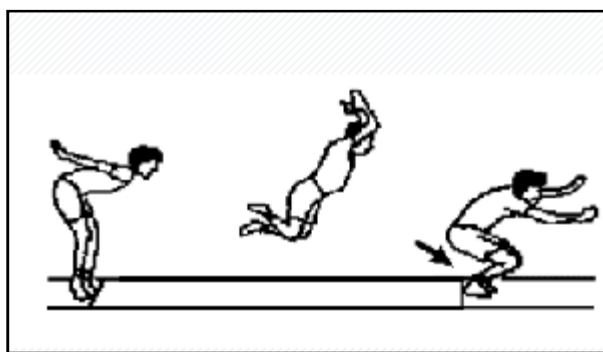
Tentativas: 2, regista-se o melhor resultado.

Outras Informações:

- a) O teste será iniciado no momento em que o observador determinar por meio do comando específico: “Prepara! Vai!”, ou por apito.
- b) O executante deve colocar-se atrás da linha traçada no chão.
- c) O pés devem estar à largura das ancas para melhor impulsão.
- d) Os braços devem também ajudar à impulsão.
- e) A medição é feita desde a linha traçada no chão até à ponta do calcanhar mais próximo.

Material Necessário: Fita sinalizadora ou qualquer outro material que marque a posição inicial do teste, fita métrica.

Figura Representativa:



4. Lançamento da Bola Medicinal – Força Superior

Descrição: O teste consiste em lançar uma bola medicinal de 2Kg o mais longe possível, realizando as acções motoras pré-estipuladas.

Objectivo: Lançar a bola o mais longe possível.

Desclassificação: É desclassificado se após o lançamento as costas não se mantêm apoiadas na parede.

Tentativas: 2, regista-se o melhor resultado.

Outras Informações:

- a) O teste será iniciado no momento em que o observador determinar por meio do comando específico: “Prepara! Vai!”, ou por apito.
- b) O executante deve colocar-se sentado, com os joelhos estendidos e as pernas unidas.
- c) As costas devem estar completamente apoiadas à parede.
- d) Deve segurar a bola medicinal junto ao peito com os cotovelos flectidos.
- e) A medição é feita a partir do ponto zero da fita, perpendicular à parede até o local onde a bola tocou o solo pela primeira vez.

Material Necessário: Fita métrica, bola medicinal (2Kg)

Figura Representativa:



5. Abdominais – Força Média

Descrição: O teste consiste em realizar abdominais no intervalo de tempo de 30 segundos.

Objectivo: Realizar o maior número possível de abdominais em 30 segundos.

Desclassificação: Não são contados os abdominais que não respeitem todas as acções motoras pretendidas.

Tentativas: 1

Outras Informações:

- a) O teste será iniciado no momento em que o observador determinar por meio do comando específico: “Prepara! Vai!”, ou por apito.
- b) O executante deve colocar-se deitado, com os joelhos flectidos.
- c) Deve apoiar as mãos no peito.
- d) Os pés devem ser mantidos presos (ou seguros).
- e) O executante deve elevar o tronco até à posição sentada a 45° e retornar à posição inicial.

Material Necessário: Cronómetro, colchões

Figura Representativa:



Resultados de Referência para Avaliação da CF

- Rapazes

7º Ano (12/13 anos)					
Nota	Resistência	Agilidade	Força Inf.	Força Sup.	Força Média
	Bip Test	"Busca e Volta"	"Long Jump"	Lançamento	Abdominais 30"
5	63	11,00	1,67	3,83	27
4	49	12,00	1,30	2,98	21
3	35	13,00	0,93	2,13	15
2	18	14,00	0,46	1,06	8

10º Ano (15/16 anos)					
Nota	Resistência	Agilidade	Força Inf.	Força Sup.	Força Média
	Bip Test	"Busca e Volta"	"Long Jump"	Lançamento	Abdominais 30"
20	100	9,65	2,30	6,40	36
18	90	10,25	2,07	5,76	32
16	80	10,75	1,84	5,12	29
14	70	11,25	1,61	4,48	25
12	60	11,75	1,38	3,84	22
10	50	12,25	1,15	3,20	18
8	40	12,75	0,92	2,56	14
6	30	13,25	0,69	1,92	11

- Raparigas

7º Ano (12/13 anos)					
Nota	Resistência	Agilidade	Força Inf.	Força Sup.	Força Média
	Bip Test	"Busca e Volta"	"Long Jump"	Lançamento	Abdominais 30"
5	45	11,40	1,53	3,42	23
4	35	12,40	1,19	2,66	18
3	25	13,40	0,85	1,90	13
2	13	14,40	0,43	0,95	7

10º Ano (15/16 anos)					
Nota	Resistência	Agilidade	Força Inf.	Força Sup.	Força Média
	Bip Test	"Busca e Volta"	"Long Jump"	Lançamento	Abdominais 30"
20	65	10,30	2,00	4,40	32
18	59	10,80	1,80	3,96	29
16	52	11,30	1,60	3,52	26
14	46	11,80	1,40	3,08	22
12	39	12,30	1,20	2,64	19
10	33	12,80	1,00	2,20	16
8	26	13,30	0,80	1,76	13
6	20	13,80	0,60	1,32	10

Anexo E – Exemplo de uma Grelha de Registo 10º Ano

Situação A - Voleibol		Critérios de Êxito							Nível	Observações
10º F		Passe			Manchete		Deslocamento			
Nº Proc	Nome	Dedos afastados	Contacto com a bola ao nível da testa	Progressiva extensão dos braços e pernas	Posição baixa, flexão das pernas	Contacto na bola com os antebraços	Extensão das pernas após contacto	Com oportunidade, facilitando o reenvio da bola		
29478	Aluno 1	C +/-	C	C +/-	C +/-	C	C +/-	C	PI	
29336	Aluno 2	C	C	C	C +/-	C +/-	C +/-	C	I	
29726	Aluno 3	C	C	C +/-	C +/-	C +/-	C +/-	C	PI	
29536	Aluno 4									
29619	Aluno 5	C	C	C +/-	C +/-	C	C +/-	C	I	
29088	Aluno 6	C +/-	C +/-	C +/-	C +/-	C +/-	C +/-	C	PI	
29649	Aluno 7									
29062	Aluno 8	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO		
29476	Aluno 9	C +/-	C	C	C +/-	C +/-	C +/-	C	PI	
29721	Aluno 10	C	C	C	C +/-	C	C	C	I	
29656	Aluno 11	C	C	C +/-	C +/-	C	C +/-	C	I	
28857	Aluno 12	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO		
29618	Aluno 13	C	C	C	C	C	C	C	I	
29763	Aluno 14	C	C	C +/-	C +/-	C +/-	C +/-	C +/-	PI	
29636	Aluno 15	C +/-	C	C	C +/-	C +/-	C	C	I	
29634	Aluno 16	C +/-	C	C +/-	C +/-	C	C +/-	C +/-	PI	
29653	Aluno 17	C +/-	C	C	C +/-	C +/-	C	C	I	
29801	Aluno 18	C	C	C	C	C	C +/-	C	I	
29620	Aluno 19	C	C	C	C +/-	C	C +/-	C	I	
29633	Aluno 20	C	C	C	C +/-	C	C +/-	C	I	
28640	Aluno 21	C	C	C	C	C +/-	C	C	I	
29621	Aluno 22	C	C	C	C	C +/-	C	C	I	

Cumpram as Acções (C) / Não Cumpram as Acções (NC) / Cumpram algumas Acções (C+/-) / Não Observado (NO)

Anexo F – Exemplo de uma Grelha de Registo da Avaliação Formativa 10º Ano

Grelha de Observação – Voleibol					Turma: 10º Ano					
Exercício/Situação		Exercício Critério 2 a 2, frente a frente, com rede								
Ações Motoras		Passe			Manchete			Deslocamento		
Componentes Críticas		Dedos afastados (A) Contacto com a bola ao nível da testa (B) Progressiva extensão dos braços e pernas (C)			Posição baixa, flexão das pernas (A) Contacto na bola com os antebraços (B) Extensão das pernas após contacto (C)			Com oportunidade, facilitando o reenvio da bola		
Grupos		Observação								
Parte Introdutório		27/01	20/04	Obs.	27/01	20/04	Obs.	27/01	20/04	Obs.
Aluno X		4	4	C	3	3	A e C	2	3	Lenta a reagir
Aluno Y		4	4	C	2	3		2	3	Desloca-se tarde
Aluno Z		4	4	C	3	4	A e C	2	3	Lenta a reagir
Aluno A		3	3	A e C	2	3	A e B	2	3	Lenta a reagir
Aluno B		3	3	A e C	2	2	A e C	1	2	Muito parada
		Exercício Critério em grupos de 4, cooperando com os companheiros para manter a bola no ar								
		Passe			Manchete			Deslocamento		
Introdutório		15/02	16/05	Obs.	15/02	16/05	Obs.	15/02	16/05	Obs.
Aluno C		3	2	A / B / C	2	3	A / B / C	2	2	
Aluno D		4	3 / 4	C	3	4	A	3	3	
Aluno E		4	3	B / C	4	4	A	2	3	
Aluno F		5	5		4	5		3	4	
Aluno G		3	3	B / C	2	3	A / B	2	2	
Aluno H		5	4 / 5	B	3	4	A	3	3	
		Exercício Critério em grupos de 4, frente a frente, com rede, cooperando com os companheiros para manter a bola no ar								
		Passe			Manchete			Deslocamento		
Parte Elementar	Elementar	13/04	25/05	Obs.	13/04	25/05	Obs.	13/04	25/05	Obs.
Aluno T		5			5			5		
Aluno R		5			5			5		
Aluno P		5			4			4		
Aluno V		4			4			4		
Aluno O		4			4			2		
Aluno M		4			3			3		
Aluno N		5			4			5		

Grelha de Observação – Voleibol

Turma: 10º Ano

Exercício/Situação		Situação de Jogo 2x2, campo reduzido, com rede a 2 metros de altura											
Componentes Críticas Grupos	Observação	Serviço			Recepção			Deslocamento			Remate		
		Flexão do tronco à frente (A)	Pé contrário ao MS do batimento adiantado (B)	Batimento na bola com a mão aberta e na sua parte inferior (C)	Recebe o serviço, ficando disponível para dar seguimento ao jogo			Posiciona-se de forma a passar a bola a um colega			Posiciona-se de forma a finalizar o ataque		
		27/01	20/04	Obs.	27/01	20/04	Obs.	27/01	20/04	Obs.	27/01	20/04	Obs.
Parte Introdutório													
		AV	F		R	F		AV	AV		AV	AV	
		AV	F		R	AV		AV	AV		AV	AV	
		AV	F		R	AV		AV	AV		AV	AV	
		AV	AV		R	AV		R	AV		R	R	
		R	F		R	AV		R	R		R	N	
		Situação de Jogo 4x4, campo reduzido, com rede a 2 metros de altura											
		Serviço			Recepção			Deslocamento			Remate		
		15/02	16/05	Obs.	15/02	16/05	Obs.	15/02	16/05	Obs.	15/02	16/05	Obs.
		AV	R		R	R		R	R		N	N	
		F	AV		AV	AV		R	AV		R	R	
		F	AV		AV	AV		R	AV		R	R	
		F	F		AV	AV		AV	AV		AV	R / AV	
		AV	AV		R	AV		R	R			R	
		F	F		AV	AV		AV	AV		R / AV	R / AV	
		Situação de Jogo 4x4, campo reduzido, com rede a 2 metros de altura											
		Serviço			Recepção			Deslocamento			Remate		
		13/04	25/05	Obs.	13/04	25/05	Obs.	13/04	25/05	Obs.	13/04	25/05	Obs.
		F			F			F					
		F			F			F			F		
		F			F			F					
		F			AV			AV			AV		
		F			AV			AV					
		F			AV			AV					
		F			F			AV					

Anexo G – Plano da 2ª Etapa e Reajustes para a 3ª Etapa – 10º Ano

Quadro do Planeamento – Voleibol – 2º Etapa			
Prioridade: Muito Prioritária		Nº de Aulas Estipuladas: 4	
Diagnóstico: PI/I/PE	Prognóstico: I/PE/E		
Competências Nível Introdutório	Observações	Competências Nível Elementar	Observações
1 / 2 / 3 / 4.1 / 4.2 / 4.3	Os alunos do nível PI e I melhoraram significativamente as suas competências. Contudo, o planeado não foi totalmente cumprido pois os alunos demonstram ainda dificuldades técnicas para conseguirem realizar uma situação de jogo reduzido com boa qualidade.	1 / 2 / 3 / 4.1 / 4.2 / 4.3 / 4.4 / 4.5	Os alunos do nível PE e E demonstram competências adequadas para a realização de jogos reduzidos. No entanto, e embora já consigam realizar algumas trocas de bola entre ambas as equipas, algumas competências não foram trabalhadas como planeado.

Quadro do Planeamento – Voleibol – 3º Etapa	
Prioridade: Muito Prioritária	Nº de Aulas Estipuladas: 2
Diagnóstico: PI/I/PE	Prognóstico: I/PE/E
Competências Nível Introdutório	Competências Nível Elementar
1 / 2 / 3 / 4.1 / 4.2 / 4.3	1 / 2 / 3 / 4.1 / 4.2 / 4.3 / 4.4 / 4.5
Estratégias a desenvolver nesta etapa	Nesta matéria é essencial que os gestos técnicos sejam eficazes e por isso o trabalho de técnica individual ou em pequenos grupos deve continuar a ser privilegiado. No entanto, devem ser trabalhadas situações de jogo 4x4 com os alunos mais aptos e de 2x2 com os alunos menos aptos. Deve-se também ter especial atenção aos “deslocamentos” e criar exercícios para induzir esses mesmos movimentos, imprescindíveis para se conseguir jogar um jogo próximo do jogo formal.



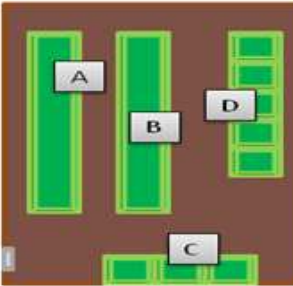
Voleibol	Competências do Nível Introdutório
Conteúdos: - Passe - Manchete - Serviço - Jogo 2x2	<p>1 - Coopera com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.</p> <p>2 - Aceita as decisões da arbitragem, identificando os respectivos sinais, e trata com igual cordialidade e respeito os colegas de equipa e os adversários.</p> <p>3 - Conhece o objectivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico-tácticas e as regras do jogo: a) dois toques, b) transporte, c) formas de jogar a bola, d) número de toques consecutivos por equipa, e) bola fora, f) rotação ao serviço e g) sistema de pontuação.</p> <p>4 - Em situação de <i>jogo 2 x 2 num campo reduzido</i> (4,5 m x 6 m), com a rede aproximadamente a 2 m de altura:</p> <p>4.1 - Serve por baixo, colocando a bola no campo adversário.</p> <p>4.2 - Recebe o serviço em manchete ou com as duas mãos por cima (de acordo com a trajectória da bola), posicionando-se correcta e oportunamente para direccionar a bola para cima e para a frente por forma a dar continuidade às acções da sua equipa.</p> <p>4.3 - Na sequência da recepção do serviço, posiciona-se correcta e oportunamente para passar a bola a um companheiro em condições de este dar continuidade às acções ofensivas, ou receber/enviar a bola em passe colocado para o campo contrário (se tem condições favoráveis).</p>

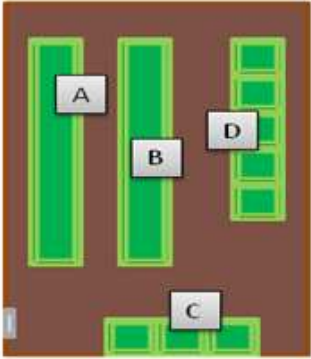

Voleibol	Competências do Nível Elementar
Conteúdos: - Passe - Manchete - Serviço por baixo - Serviço Por cima - Jogo 4x4	<p>1 - Coopera com os companheiros, quer nos exercícios, quer no jogo, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.</p> <p>2 - Aceita as decisões da arbitragem, identificando os respectivos sinais, e trata com igual cordialidade e respeito os colegas de equipa e os adversários.</p> <p>3 - Conhece o objectivo do jogo, a função e o modo de execução das principais acções técnico-tácticas e as regras do jogo: a) dois toques, b) transporte, c) violações da rede e da linha divisória, d) formas de jogar a bola, e) número de toques consecutivos por equipa, f) bola fora, g) faltas no serviço, h) rotação ao serviço e i) sistema de pontuação, adequando a sua acção a esse conhecimento.</p> <p>4 - Em situação de <i>jogo 4 x 4 num campo reduzido</i> (4,5 m x 9 m), com a rede aproximadamente a 2 m de altura:</p> <p>4.1 - Serve por baixo ou por cima, colocando a bola numa zona de difícil recepção, para o adversário.</p> <p>4.2 - Recebe o serviço em manchete ou com as duas mãos por cima (de acordo com a trajectória da bola), posicionando-se correcta e oportunamente para direccionar a bola para cima e para a frente por forma a dar continuidade às acções da sua equipa.</p> <p>4.3 - Na sequência da recepção do serviço, posiciona-se correcta e oportunamente para passar a bola a um companheiro em condições de este dar continuidade às acções ofensivas, ou receber/enviar a bola em passe colocado para o campo contrário (se tem condições favoráveis).</p> <p>4.4 - Na defesa, e se é o jogador mais próximo da zona da queda da bola, posiciona-se para, de acordo com a sua trajectória, executar um passe alto ou manchete, favorecendo a continuidade das acções da sua equipa.</p> <p>4.5 - Quando a bola lhe é dirigida em condições favoráveis à finalização (ou que a exijam), remata, passa colocado ou faz <i>amorti</i>, para um espaço vazio, de acordo com o posicionamento da outra equipa e a trajectória da bola.</p>

Nº	Nome	Diagnóstico	Prognóstico	Competências a adquirir	Observações
1	Aluno 1	I	PE	4.2 / 4.3 / 4.4	Além das competências indicadas pode melhorar o seu posicionamento e deslocamentos facilitando assim estas acções.
2	Aluno 2	PI	I	4.1 / 4.2	Além das competências indicadas deve melhorar a técnica individual.
3	Aluno 3	I	PE	4.2 / 4.3 / 4.4	Além das competências indicadas pode melhorar o seu posicionamento e deslocamentos facilitando assim estas acções.
4	Aluno 4	I	PE	4.2 / 4.3 / 4.4	Além das competências indicadas pode melhorar o seu posicionamento e deslocamentos facilitando assim estas acções.
5	Aluno 5	PE	E	4.2 / 4.3 / 4.5	Deve melhorar os deslocamentos para assim conseguir realizar os gestos com maior eficácia.
6	Aluno 6	PE	E	4.2 / 4.3 / 4.5	Deve melhorar os deslocamentos para assim conseguir realizar os gestos com maior eficácia.
7	Aluno 7	I	PE	4.2 / 4.3 / 4.4	Além das competências indicadas pode melhorar o seu posicionamento e deslocamentos facilitando assim estas acções.
8	Aluno 8	E	PA	4.5	Domina a técnica e interpreta bem o jogo. Poderá rematar e fazer bloco.
9	Aluno 9	PI	I	4.1 / 4.2	Além das competências indicadas deve melhorar a técnica individual.
10	Aluno 10	I	PE	4.2 / 4.3 / 4.4	Além das competências indicadas pode melhorar o seu posicionamento e deslocamentos facilitando assim estas acções.
11	Aluno 11	PE	E	4.2 / 4.3 / 4.5	Deve melhorar os deslocamentos para assim conseguir realizar os gestos com maior eficácia.
12	Aluno 12	PI	I	4.1 / 4.2	Além das competências indicadas deve melhorar a técnica individual.
13	Aluno 13	I	PE	4.2 / 4.3 / 4.4	Além das competências indicadas pode melhorar o seu posicionamento e deslocamentos facilitando assim estas acções.
14	Aluno 14	PE	E	4.2 / 4.3 / 4.5	Deve melhorar os deslocamentos para assim conseguir realizar os gestos com maior eficácia.
15	Aluno 15	E	PA	4.5	Domina a técnica e interpreta bem o jogo. Poderá rematar e fazer bloco.
16	Aluno 16	I	PE	4.2 / 4.3 / 4.4	Além das competências indicadas pode melhorar o seu posicionamento e deslocamentos facilitando assim estas acções.
17	Aluno 17	PE	E	4.2 / 4.3 / 4.5	Deve melhorar os deslocamentos para assim conseguir realizar os gestos com maior eficácia.
18	Aluno 18	PE	E	4.2 / 4.3 / 4.5	Deve melhorar os deslocamentos para assim conseguir realizar os gestos com maior eficácia.

Anexo H – Exemplo de um Plano de Aula

Data: 29 Fevereiro 2012	Hora: 11h45	Local: Gin. Peg. + Pista de Atletismo (P3)	Tempo: 1h30	Professor: Tiago Borges	Ano/Turma: 10º F	Aula Nº: 39
Material: Colchões, Plinto e Reuter			Nº Alunos: 19	Etapa: Desenvolvimento e Aplicação		
Matérias Nucleares: 5ª aula Ginástica de Solo			Outras Matérias: CF (Força Superior, Média e Inferior)		Níveis: I, E e PA	
Objectivos: 2 - Elabora, realiza e aprecia uma sequência de habilidades no solo (em colchões), que combine, com fluidez, destrezas gímnicas, de acordo com as exigências técnicas indicadas, designadamente: rolamento à frente e à retaguarda (MI unidos e afastados), pino, roda, posições de flexibilidade, posições de equilíbrio e elementos de ligação (desenvolvimento e realização do esquema de avaliação final) 3 - Em situação de exercício , nos colchões, faz: rolamento à frente e à retaguarda (MI unidos e afastados), pino, roda, posições de flexibilidade, posições de equilíbrio e elementos de ligação.						
Conteúdos: rolamento à frente e à retaguarda (MI unidos e afastados), pino, roda, posições de flexibilidade, posições de equilíbrio e elementos de ligação						
Observações Anteriores:						

Fase	T.T	T.P	Sequência de Tarefas	Esquema Gráfico	Estratégias de Intervenção	Crítérios de Êxito
Inicial	11.45'	5'	Tempos extra para os alunos se equiparem		Utilizar uma linguagem simples e clara.	Provocar o interesse, motivação e vontade nos alunos.
	11.50'	3'	Instrução Inicial sobre o que vai ser realizado na aula			
	11.53'	15'	Mobilização muscular e articular dos membros inferiores, superiores e tronco. - Rotação do pescoço (direita, esquerda, frente e atrás) - Rotação dos braços (à frente e atrás) - Rotação dos pulsos (para um lado e para outro) - Rotação da cintura (para um lado e para outro) - Rotação dos joelhos (para um lado e para outro) - Rotação dos tornozelos		Disponibilizar os alunos em semi-círculo, sentados, de modo a que vejam e ouçam o professor.	Activação geral e empenho durante a mobilização
	12.08'	2'	Período de Organização, Transição e Instrução sobre o exercício seguinte		O sentido de rotação pelas estações está associado ao alfabeto, isto é, A -> B -> C -> D.	
	12.10'	13'	Estações – Estação A Rolamento à frente, pernas unidas e afastadas. Rolamento atrás, pernas unidas e afastadas. Variante: Hierarquização: (+) Combinar elementos (cambalhota atrás com passagem por pino) (-) Realizar com ajuda e em plano inclinado com a ajuda do reuter.			(Rolamento à frente MI unidos): colocação das mãos à largura dos ombros com os dedos afastados e orientados para a frente, queixo junto ao peito, elevação da bacia acima dos ombros, colocação da nuca no solo, enrolamento progressivo sobre a coluna, mantendo o corpo engrupado, contacto da bacia com o solo e colocação dos pés junto da bacia, projecção dos MS para a frente; (Rolamento à frente MI afastados): colocação das mãos à largura dos ombros com os dedos afastados orientados para a frente, queixo junto ao peito, elevação da bacia acima dos ombros, enrolamento progressivo sobre a coluna, mantendo o corpo engrupado, durante o movimento os MI encontram-se em extensão e unidos, afastando-se após a passagem da bacia pela vertical dos ombros, repulsão dos MS no solo, entre os MI e junto à bacia, terminar com os membros inferiores afastados, em extensão e com os membros superiores em elevação superior ou lateral; (Rolamento atrás MI unidos): flexão dos membros inferiores e fecho do tronco sobre eles, desequilíbrio do tronco à retaguarda, colocação do queixo junto ao peito, flexão da cabeça, colocação das palmas das mãos no solo, ao lado da cabeça, com os dedos orientados para trás, manutenção da posição engrupada na passagem da bacia pela vertical, repulsão dos membros superiores e apoio simultâneo dos pés no solo com os membros inferiores flectidos, abertura do ângulo tronco/membros inferiores com os membros inferiores em extensão e membros superiores em elevação; (Rolamento atrás MI afastados): (...) colocação das mãos no solo à largura dos ombros e ao lado da cabeça, afastamento dos membros inferiores à passagem da bacia pela vertical dos ombros, Manutenção dos membros inferiores estendidos, repulsão dos membros superiores, terminar na posição de sentido, em equilíbrio;

Principal	12.23'	13'	<p>Estações – Estação B</p> <p>Roda Rodada (alunos mais aptos)</p> <p>Variante:</p> <p>Hierarquização: (+) Realizar o elemento sob uma linha recta desenhada a giz/Rodada (-) Realizar o elemento sob a cabeça do plinto</p>		<p>Grupos: 5+5+5+4</p> <p>A. ? ? ? ? ?</p> <p>B. ? ? ? ? ?</p> <p>C. ? ? ? ? ?</p> <p>D. ? ? ? ? ?</p>	<p>Dar início ao movimento com um pé à frente do outro, avança de um dos membros inferiores e afundo lateral, balanço enérgico do membro inferior de trás que se encontra em extensão, apoio alternado das mãos na linha do movimento, impulsão da perna de chamada (perna da frente), Membros superiores e tronco alinhados na vertical dos apoios, na trajectória aérea, os membros inferiores realizam o máximo afastamento possível em extensão completa, no contacto ao solo o apoio dos pés é alternado na linha do movimento.</p> <p>* Rodada – Unir os MI após passagem pela vertical executando a rotação do tronco e bacia ficando virado para o sentido contrário do seu deslocamento</p> <p>Iniciar na posição de afundo frontal, balanço do membro inferior de trás em extensão e no prolongamento do tronco, colocação das mãos à largura dos ombros, com dedos bem afastados e voltados para frente, olhar dirigido para as mãos, extensão dos membros superiores, alinhamento vertical dos segmentos corporais com extensão máxima do corpo, tonicidade geral do corpo com bacia em retroversão.</p> <p>Avião: Eleva uma das pernas atrás com pé em flexão plantar; Extensão completa dos membros inferiores; Flexão do tronco à frente; Olhar dirigido para a frente; Membros superiores em extensão e afastados lateralmente; Tonicidade geral elevada; Mantém a posição durante 3 segundos.</p> <p>Bandeira: Elevar um MI lateralmente, mantendo o apoio sobre o outro MI; A mão segura no calcanhar do MI elevado; Os MI estão em extensão e afastados; O tronco está na vertical; Manter a posição durante três segundos.</p> <p>Ponte: Deitado de decúbito dorsal (de costas) apoiar as mãos no solo à largura dos ombros; Extensão completa dos MS, elevando a bacia; MI unidos e em extensão; Olhar dirigido para as mãos.</p> <p>Espargata (frontal e lateral): Afastamento e extensão dos MI; Aproximar a bacia do solo; Tronco vertical e orientado para o MI (lateral) ou orientado para a frente (frontal); Membros Superiores estendidos lateralmente; Cabeça levantada, olhar para frente.</p>
	12.36'	13'	<p>Estações – Estação C</p> <p>Pino (Apoio Facial Invertido)</p> <p>Variante:</p> <p>Hierarquização: (+) Manter a posição durante alguns segundos (-) Realizar na parede ou com ajuda/Realizar 5 subidas a pino</p>			
	12.49'	13'	<p>Estações – Estação D</p> <p>Condição Física - 2x15 abdominais (30 segundos entre série) - 2x10'' em prancha apoiando as pontas dos pés e antebraços - 2x10'' realizando um ângulo de 90 graus entre os MI e o tronco após subida semelhante a pino - 2x10 "cangurus" (30 segundos entre série)</p> <p>Posições de Equilíbrio (Avião e Bandeira) Posições de Flexibilidade (Ponte e Espargata frontal e lateral)</p> <p>Variante:</p> <p>Hierarquização: (+) Manter a posição durante alguns segundos (-) Realizar com ajuda</p>			
Final	13.02'	8'	<p>Retorno à Calma</p> <p>Alongamentos dos principais grupos musculares envolvidos na aula.</p> <p>Arrumação do material.</p>		<p>Os alunos colocam-se em espelho com o professor e a uma distância entre eles que evite choques.</p>	
	13.10'	5'	<p>Higiene Pessoal dos Alunos</p>			
	13.15'	-	<p>Final da Aula</p>			

Anexo I – Exemplo de uma Reflexão

Data: 10 Fevereiro / Professor: Tiago Borges – Reflexão - Matérias: Atletismo (Velocidade, Estafetas e Salto em Comprimento)

A aula deste dia era para ser inicialmente leccionada pelo professor João Canilhas. No entanto, e dado a vinda do Dr. António Monteiro à escola com o objectivo de supervisionar a nossa performance, e conforme combinado com a Dr^a. Clarinda Pomar, assumi eu esta aula.

A modalidade de atletismo é, no meu ponto de vista, uma matéria algo específica pois todos os conteúdos a ensinar/aprender têm como base técnicas bastantes específicas. Assim a aula iniciou-se com um período de aquecimento aliado a alguns exercícios para trabalhar a técnica de corrida. Este exercício tem de ser trabalhado por vagas, primeiro para podermos observar os comportamentos e depois porque o espaço só assim o permite (4 pistas). É certo que o poderia fazer com todos ao mesmo tempo aproveitando todo o comprimento do polidesportivo, mas não teria a distância necessária para realizar a corrida de velocidade.

Para o próximo exercício, e após instrução daquilo que pretendia, a organização foi semelhante havendo apenas a necessidade de colocar alguns alunos nas posições planeadas para dar início ao exercício das estafetas. Como o professor disse, e compreendo perfeitamente, esta aula poderia tornar-se uma “seca”, mas contudo, e conhecendo já razoavelmente os alunos, estes são aplicados e gostam deste tipo de competição. Após algumas repetições e dado o visível desgaste dos alunos, optei por realizar logo a pausa prevista e passar para o próximo exercício.

No salto em comprimento, como já o referi em outras reflexões e análises, organizei dois jogos da mosca para evitar um maior número de alunos em espera. No entanto, e esta foi outra correcção feita, poderei em futuras aulas deste tipo realizar algum tipo de jogo reduzido (por exemplo, 3x3 ou 4x4 basquetebol). Compreendo-o e até ponderarei essa hipótese. Contudo, se o fizer não terei “poder” e capacidade de observação e correcção nessa situação de jogo reduzido pois terei de focar-me nos aspectos relativos ao salto em comprimento. Todavia penso que os alunos já possuem bastante autonomia, e com os grupos/equipas bem formadas será, sem dúvida, uma estratégia a implementar para aumentar o empenhamento motor dos alunos.

Em suma, e sendo esta uma aula mais técnica e “parada” os alunos atingiram os objectivos propostos empenhando-se nas várias tarefas da melhor forma possível.

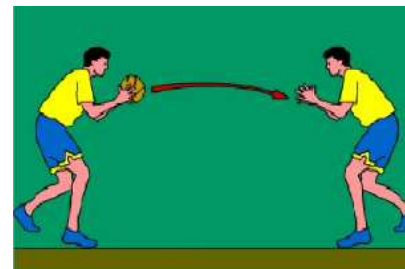
Anexo J – 1º e 2º Intervenção com a Bola Medicinal

Descrição 1ª Intervenção:

1. Dois a dois, frente a frente, de pé, pés à largura dos ombros e joelhos flectidos;
2. Com a bola medicinal nas mãos ao nível do peito, realizar passe de peito para o colega o mais rápido possível, com menor tempo de retenção possível. Aceleração máxima;
3. A distância será de 3 metros entre o par;
4. 20 Passes entre os dois x 3 séries;
5. Recuperação.

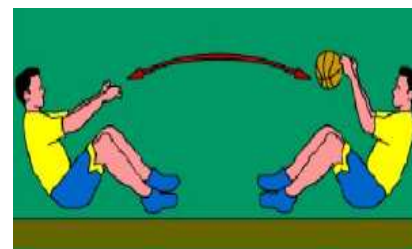
Espaço: Ao ar livre ou coberto

Material: Bola medicinal de 2Kg



Descrição 2ª Intervenção:

1. Dois a dois, sentados de frente com um ângulo de aprox. 45 Graus, joelhos flectidos e manter o abdominal tenso;
2. Efectuar lançamentos da bola medicinal desde o peito com extensão completa dos braços, permitindo que esta se situe junto ao peito mas retendo-a o menor tempo possível.
3. Lançamento explosivo. Aceleração máxima;
4. A distância será de 3 metros entre o par;
5. Adequar a respiração ao movimento;
6. 20 Passes entre os dois x 4 séries;
7. Recuperação.



Espaço: Ao ar livre ou coberto

Material: Bola medicinal de 2Kg

Anexo K – Resultados do Estudo das 3 Sessões

Nome	FORÇA SUPERIOR - 1º Período/Sessão 1 (m)	FORÇA SUPERIOR - 2º Período/Sessão 2 (m)	FORÇA SUPERIOR - 3º Período/Sessão 3 (m)
Aluno 1	3	3,3	3,2
Aluno 2	3,7	3,8	3,9
Aluno 3	4,7	4,7	4,9
Aluno 4	3,8	4	4,2
Aluno 5	3,3	3,5	3,7
Aluno 6	4,7	4,45	4,6
Aluno 7	3,2	3,3	3,4
Aluno 8	6,2	6,5	6,5
Aluno 9	0	3,6	3,8
Aluno 10	4	3,95	4,1
Aluno 11	3,1	3,8	3,9
Aluno 12	3,6	3,5	3,7
Aluno 13	5,4	5,4	6,2
Aluno 14	2,9	3,4	3,3
Aluno 15	6,9	7,5	7,4
Aluno 16	3,8	4,3	4,3
Aluno 17	3,4	3,7	3,9
Aluno 18	5,4	5,6	5,7

1º Grupo
2º Grupo

Intervenção com Bola
Intervenção com Flexões