



**Num mundo de distanciamento, ensinar Educação Física nunca  
esteve tão perto**

### **Relatório de Estágio Profissional**

Relatório de Estágio Profissional, apresentado com vista à obtenção do 2º Ciclo de Estudos conducente ao Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei 74/2028, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei 65/2018, de 16 de agosto e do Decreto-Lei nº 79/2014 de 14 de maio.

**Orientador:** Professor Doutor Cláudio Filipe Guerreiro Farias

**Mariana Fernandes Spínola**

**Porto, setembro de 2021**

## **Ficha de Catalogação**

Spínola, M. (2021). *Num mundo de distanciamento, ensinar Educação Física nunca esteve tão perto*. Porto: Spínola, M. Relatório de Estágio Profissionalizante para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensino Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

**Palavras-chave:** ESTÁGIO PROFISSIONAL, EDUCAÇÃO FÍSICA, DESEMPENHO NO JOGO, QUESTIONAMENTO.

## Dedicatória

A todos os que viveram de perto e acompanharam este meu caminho:

**Aos meus pais**, que sempre me asseguraram o melhor e me ensinaram a ser a mulher que hoje sou.

**À minha irmã**, que compartilhou experiências e me ajudou a evoluir através dos seus conhecimentos.

**Ao meu professor Cooperante**, que foi a base de sustentação e ponto de equilíbrio nesta aprendizagem.



## **Agradecimentos**

Findo esta etapa com muito orgulho e realização, que não seria possível sem a presença e a ajuda de muitas pessoas que fizeram este sonho ser tornado realidade. Ser professor de Educação Física acabou por ser o maior objetivo da minha vida. Para a conclusão deste curso torna-se fundamental o agradecimento de todos aqueles que se fizeram acompanhar neste árduo percurso da minha vida.

Aos meus pais, pelo apoio incondicional que prestam às duas filhas e por nunca deixarem que nos falte nada.

À minha irmã, pela sua capacidade de resolver problemas e pela sua paz de espírito necessários nos momentos mais exaltantes.

Às minhas tias, pelos conselhos amigos e pela ajuda na redação quando as ideias não fluíam.

À minha prima, pela disponibilidade prestada na ajuda do seu conhecimento da língua inglesa.

Aos meus colegas de turma do mestrado, que prestaram auxílio e apoiaram sempre que necessário.

Aos meus colegas do núcleo de estágio, porque partilharam comigo toda esta experiência e tempo de trabalho juntos.

Ao meu professor cooperante, por ter estado presente desde o primeiro dia em todas as situações e pela sua ajuda e resolução de problemas ao longo de todo o ano letivo.

Ao meu professor orientador Cláudio Farias, por ter sido uma pessoa presente e ter orientado da melhor maneira possível, mesmo que a muitos quilómetros de distância. Por me ter feito ver os diversos problemas e me ter exposto as diferentes maneiras de os resolver, proporcionando-me momentos de reflexão que fizeram de mim, uma estudante estagiária mais capaz.

Aos professores da FADEUP, que me instruíram e guiaram na formação do 1º ciclo de estudos. Por serem a base que sustentou o meu conhecimento.

À comunidade da escola cooperante, que tornaram o local de trabalho um local de partilha de conhecimento, um local acolhedor, uma segunda casa.

Aos alunos das minhas turmas, da residente e da partilhada, que mostraram empatia e me fizeram disfrutar de um ano desafiante. Por terem me feito experienciar pela primeira vez esta profissão aliciante.

Um profundo agradecimento pelo carinho e ajuda!

## Índice

|                                                                                            |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| ÍNDICE DE FIGURAS .....                                                                    | XI    |
| ÍNDICE DE QUADROS .....                                                                    | XIII  |
| ÍNDICE DE GRÁFICOS .....                                                                   | XV    |
| ÍNDICE DE ANEXOS .....                                                                     | XVII  |
| Resumo .....                                                                               | XIX   |
| Abstract .....                                                                             | XXI   |
| Abreviaturas .....                                                                         | XXIII |
| 1. Introdução .....                                                                        | 1     |
| 2. Enquadramento pessoal .....                                                             | 7     |
| 2.1. Eu e o desporto: desenvolvimento embrionário e socialização<br>antecipatória .....    | 9     |
| 2.1.1. Os primeiros passos para o desenvolvimento desportivo no<br>desporto federado ..... | 10    |
| 2.2. Os contratempos da viagem: as provas de esforço que foram<br>superadas .....          | 11    |
| 2.3. Escola mãe: FADEUP .....                                                              | 12    |
| 2.3.1. 1º Ciclo de estudos .....                                                           | 13    |
| 2.3.2. Os nossos pais adotivos: os professores .....                                       | 15    |
| 3. Enquadramento da prática profissional .....                                             | 19    |
| 3.1. Educação física: a sua necessidade para o desenvolvimento integral do<br>aluno .....  | 21    |
| 3.2. O papel do estágio profissional na formação de professores .....                      | 22    |
| 3.3. Escola irmã: a minha 2ª casa .....                                                    | 23    |
| 3.4. Os meus filhos adotivos: turma residente e partilhada .....                           | 27    |
| 3.4.1. A turma Residente .....                                                             | 27    |
| 3.4.2. A turma Partilhada .....                                                            | 30    |
| 3.5. Os tripulantes da viagem: o NE, o PC, o PO e o grupo disciplinar de<br>EF .....       | 32    |
| 3.6. A expectativa e a realidade .....                                                     | 34    |
| 3.6.1. O verbo ensinar na 1ª pessoa .....                                                  | 35    |
| 3.6.2. As grandes dificuldades sentidas .....                                              | 36    |
| 4. Realização da prática profissional .....                                                | 37    |

|                                                                                                                                     |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.1. Organização, gestão do ensino e da aprendizagem e desenvolvimento profissional (Área 1) .....                                  | 39 |
| 4.1.1. A minha Conceção de educação .....                                                                                           | 39 |
| 4.1.1.1. O valor da Escola e da disciplina de EF no desenvolvimento de cada aluno .....                                             | 39 |
| 4.1.1.2. Reconhecer a EF como propulsor para uma vida ativa no desenvolvimento integral dos alunos .....                            | 40 |
| 4.1.1.3. A minha conceção de EF enquanto EE: o projeto de combate à possível vulnerabilidade desta disciplina .....                 | 42 |
| 4.1.1.3.1. As reuniões com os PC e o NE: partilha de conhecimento .                                                                 | 43 |
| 4.1.1.3.2. A observação das aulas dos outros professores e colegas estagiários: contribuição para a minha conceção .....            | 44 |
| 4.1.2. O Planeamento.....                                                                                                           | 45 |
| 4.1.2.1. A importância de conhecer as necessidades educativas específicas dos alunos para delinear a intervenção pedagógica do EE . | 45 |
| 4.1.2.2. O Planeamento Anual.....                                                                                                   | 47 |
| 4.1.2.2.1. Adaptações ao Planeamento Anual .....                                                                                    | 48 |
| 4.1.2.3. As Unidades Didáticas .....                                                                                                | 49 |
| 4.1.2.3.1. Adaptações às Unidades Didáticas .....                                                                                   | 49 |
| 4.1.2.4. Os planos de aula .....                                                                                                    | 49 |
| 4.1.3. A Realização/Avaliação .....                                                                                                 | 51 |
| 4.1.3.1. O processo de construção da aprendizagem.....                                                                              | 51 |
| 4.1.3.2. A Instrução: intervenção pedagógica da EE .....                                                                            | 52 |
| 4.1.3.3. O papel da motivação nas aulas de EF .....                                                                                 | 56 |
| 4.1.3.4. O Covid-19: estratégias pedagógicas para recurso ao E/A e as dificuldades da operacionalização .....                       | 57 |
| 4.1.3.5. A avaliação: diagnóstica, formativa e final .....                                                                          | 60 |
| 4.2. Desenvolvimento Profissional: um estudo sobre o desempenho no jogo de basquetebol e o questionamento reflexivo (Área 3) .....  | 61 |
| 4.2.1. Introdução.....                                                                                                              | 63 |
| 4.2.2. A importância da competição e do questionamento declarativo e processual no desempenho do jogo .....                         | 64 |
| 4.2.3. Objetivos do estudo .....                                                                                                    | 65 |
| 4.2.4. Métodos.....                                                                                                                 | 66 |
| 4.2.4.1. Participantes e contexto.....                                                                                              | 66 |
| 4.2.4.2. Procedimentos .....                                                                                                        | 66 |
| 4.2.4.2.1. Processo de Instrução .....                                                                                              | 67 |
| 4.2.4.3. Recolha de dados .....                                                                                                     | 68 |
| 4.2.4.3.1. Instrumento de avaliação do desempenho no jogo: GPAI ...                                                                 | 69 |



|                                                                                       |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 4.2.4.4. Análise de dados .....                                                       | 71  |
| 4.2.4.5. Resultados .....                                                             | 72  |
| 4.2.4.6. Discussão dos resultados .....                                               | 74  |
| 4.2.5. Conclusões e futuras sugestões .....                                           | 76  |
| Referências Bibliográficas .....                                                      | 77  |
| 4.3. Participação na escola e relações com a comunidade (Área 2) .....                | 78  |
| 4.3.1. O processo de adaptação da EE à dinâmica funcional da EC .....                 | 78  |
| 4.3.1.1. As atividades desenvolvidas no âmbito escolar e fora dele ...                | 80  |
| 4.3.2. A reciprocidade das atividades elaboradas e o crescimento<br>enquanto EE ..... | 82  |
| 4.3.3. A construção pessoal e profissional: influências da comunidade<br>escolar..... | 84  |
| 5. Considerações finais e expectativas para o futuro .....                            | 87  |
| Referências Bibliográficas .....                                                      | 91  |
| ANEXOS .....                                                                          | XXV |



## ÍNDICE DE FIGURAS

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| Figura 1: Polidesportivos exteriores 4 e 5. ....           | 25 |
| Figura 2: Polidesportivos exteriores 3 e 6. ....           | 25 |
| Figura 3: Pavilhão Norte e Sul.....                        | 26 |
| Figura 4: Distribuição anual das matérias de ensino.....   | 48 |
| Figura 5: Fórmulas para cálculo do desempenho do jogo..... | 71 |
| Figura 6: Atividade náutica na semana do mar. ....         | 81 |
| Figura 7: Atividades no dia da EF. ....                    | 82 |



## ÍNDICE DE QUADROS

|                                                                                       |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Quadro 1: Distribuição da prática pedagógica.....                                     | 55 |
| Quadro 2: Gravações e jogos.....                                                      | 67 |
| Quadro 3: Planeamento dos conteúdos. ....                                             | 68 |
| Quadro 4: Componentes e critérios de avaliação.....                                   | 69 |
| Quadro 5: Grelha de observação do GPAI.....                                           | 70 |
| Quadro 6: Média e Desvio Padrão das 3 variáveis de avaliação em cada<br>momento. .... | 72 |
| Quadro 7: Desempenho global no jogo.....                                              | 73 |
| Quadro 8: Atividades efetuadas ao longo do ano escolar. ....                          | 81 |



## ÍNDICE DE GRÁFICOS

|                                                       |    |
|-------------------------------------------------------|----|
| Gráfico 1: Idades dos alunos.....                     | 27 |
| Gráfico 2: Praticantes de desporto federado .....     | 28 |
| Gráfico 3: Modalidades preferidas.....                | 28 |
| Gráfico 4: Disciplina favorita e menos favorita ..... | 29 |
| Gráfico 5: Problemas de saúde .....                   | 29 |





## ÍNDICE DE ANEXOS

|                                                                        |        |
|------------------------------------------------------------------------|--------|
| Anexo 1: Unidade Didática de Voleibol do 2º ciclo .....                | XXVII  |
| Anexo 2: Ficha do balanço da aula .....                                | XXVII  |
| Anexo 3: Documento ao Ministro da Educação e Ciência.....              | XXVIII |
| Anexo 4: Parâmetros de Avaliação dos Gestos técnicos de Voleibol ..... | XXIX   |
| Anexo 5: Ficha de Observação .....                                     | XXX    |
| Anexo 6: Distribuição de Instalações .....                             | XXXI   |
| Anexo 7: Planeamento Anual .....                                       | XXXII  |
| Anexo 8: Modelo do Plano de Aula .....                                 | XXXIII |
| Anexo 9: Grelha de Avaliação Diagnóstica de Badminton .....            | XXXIV  |
| Anexo 10: Grelha da Avaliação Formativa .....                          | XXXIV  |
| Anexo 11: Critérios de Avaliação Final do 2º Período .....             | XXXV   |
| Anexo 12: Parâmetros de Avaliação Final de cada Período .....          | XXXVI  |



## **Resumo**

O estágio profissional serve de molde para o futuro na vida profissional de professores de Educação Física. A prática do ensino supervisionado ajusta-se com a passagem da teoria para a prática, com a ajuda de um professor cooperante, presente em todo o processo referente à escola e de um professor orientador ao nível da Faculdade. Este projeto académico foi enraizado pelo gosto e pelas vivências desportivas que desde cedo acompanharam a vida da estudante estagiária. O Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário na FADEUP veio colmatar os sonhos de uma jovem recém-formada na área do Desporto. O 1º ano com muita reflexão e uma abordagem do que é a Educação Física e qual a melhor maneira de ensiná-la, ganhando asas para dar enfoque à individualidade e ao contraste de contextos num mundo tão divergente. Este relatório demonstra a viagem de uma estudante estagiária que desde sempre nutriu um especial amor pelo desporto e mais recentemente pelo ensino do mesmo. Um ano de estágio, onde por entre desafios e reveses, como a construção do planeamento, a ação pedagógica e as avaliações, numa pandemia que não deu tréguas, mas que com partilha de ideias entre um núcleo de estágio composto por quatro estudantes estagiários se conseguiu avistar a luz ao fundo do túnel. Foram meses de trabalho e de descoberta, com uma turma de 3º ciclo incansável, possibilitando o ensino-aprendizagem profícuo. É destacado também o desafiante estudo do desempenho no jogo de basquetebol dos alunos de uma turma partilhada de 2º ciclo em função da participação em momentos de prática competitivos e da utilização do questionamento da estudante estagiária. Finalmente é salientado o percurso do crescimento pessoal e profissional associado da estudante estagiária durante a integração na comunidade educativa, uma escola afável e professores disponíveis à partilha e troca de ideias, consumindo o valor de entreajuda e cooperação. Tudo num só retrato detalhado de uma treinadora que passou a professora e realizou mais um sonho.

**PALAVRAS-CHAVE:** ESTÁGIO PROFISSIONAL; EDUCAÇÃO FÍSICA; DESEMPENHO NO JOGO; QUESTIONAMENTO.



## **Abstract**

The professional traineeship models the future career of Physical Education teachers. Supervised practice teaching adjusts itself rolling from theory to practice, with the help of a cooperative teacher, present in all the process regarding the school and a University mentoring teacher. This academic project was rooted in the passion for sports present from a young age in the life of the preservice teacher. The Master's Degree on Physical Education teaching on Elementary and Secondary School with FADEUP came to fulfill the dreams of this young preservice teacher on the sports area. The first year went by with a lot of reflection and a gradual approach on Physical Education world and the best way to teach it, giving turn to individuality and looking to the contrasts in context with a world of diversity. This report shows the journey of a preservice teacher who has loved sports since early days and presently loves teaching it. One year of traineeship with many challenges, as planning, pedagogic action or evaluations, on a pandemic context that hasn't been easy. Sharing ideas on a nucleus of four university students with a lot of reflection has helped a lot on finding 'the light at the end of the tunnel'. These have been months of work and discovery, on a 3<sup>o</sup> stage class unstoppable, engaging the chance of a proficuous teaching and learning process. Highlighting the challenging study of performance on a basketball match with students of a shared class of 2<sup>o</sup> stage to pursuit moments of competition and practice that have let the preservice teacher develop her questioning skills. At last highlights for the growth path on personal and professional development held by the preservice teacher during the integration on the educational community. A kind school and professors willing to share ideas and help in the growing by cooperating. All this on a detailed portrait of a trainer that became a teacher and fulfilled another dream.

**KEYWORDS:** PROFESSIONAL INTERNSHIP; PHYSICAL EDUCATION; GAME PERFORMANCE; QUESTIONING.



## **Abreviaturas**

AD – Avaliação Diagnóstica  
AE – Aprendizagens Essenciais  
AF – Avaliação Formativa  
DE – Desporto Escolar  
E/A – Ensino e Aprendizagem  
EC – Escola Cooperante  
EE – Estudante Estagiário  
EF – Educação Física  
EP – Estágio Profissional  
FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto  
FBJ – Forma Básica de Jogo  
GPAI – Game Performance Assessment Instrument  
JDC – Jogos Desportivos Coletivos  
MAPJ – Modelo da Aprendizagem Progressiva ao Jogo  
MED – Modelo da Educação Desportiva  
MID – Modelo de Instrução Direta  
NE – Núcleo de Estágio  
PC – Professor Cooperante  
PO – Professor Orientador  
RE – Relatório de Estágio  
TP – Turma Residente  
TR – Turma Partilhada  
UC – Unidade Curricular  
UD – Unidade Didática  
UP – Universidade do Porto





## **1. Introdução**



Este documento é escrito no âmbito da unidade curricular Estágio Profissional (EP), integrada no 2º Ciclo de Estudos, concebido para a consecução do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP). O relatório de estágio (RE) contém as vivências da estudante estagiária (EE) ao longo de um ano letivo, fazendo-se sentir de perto todas as nuances e todos as experiências pessoais de uma estudante que passa a ter gradualmente mais autonomia e liderança no seu papel de docente no enquadramento da comunidade escolar.

***“O sucesso nasce do querer, da determinação e persistência em se chegar a um objetivo. Mesmo não atingindo o alvo, quem busca e vence obstáculos, no mínimo fará coisas admiráveis” (José de Alencar<sup>1</sup>).***

É importante percebermos o motivo e o objetivo do caminho que vamos construindo. A nossa formação iniciando-se com a licenciatura e, agora, numa etapa final, o mestrado, não é ditada somente nestes 5 anos. Há um fenómeno de constante evolução que compromete experiências oferecidas pela vida, desde uma etapa que engloba uma faixa etária muito precoce, até os dias de hoje. Estes acontecimentos acarretam um pressuposto e dão sentido às nossas escolhas, guiando-nos pelo caminho que hoje estamos a delinear. As competências pessoais e sociais são um alicerce para o sucesso na aprendizagem e no crescimento dos indivíduos, ou seja, o desenvolvimento das atitudes, valores e predisposições podem ajudar a gerar um cidadão autónomo, racional e altruísta (Lopes da Silva et al., 2016). O meio no qual estamos inseridos influenciam as nossas decisões, o nosso comportamento e as nossas conceções. Nesta medida, a nossa personalidade é limada um pouco todos os dias até conseguirmos tê-la esculpida e fazemos dela a nossa própria personalidade. É no contexto social, entre família e a escola que se encontram os efeitos deste desenvolvimento de valores e atitudes que são transportados para a vida quotidiana (Miguel, 2018).

A prática de ensino supervisionada aparece como forma dos professores de Educação Física (EF) construírem uma identidade profissional, por entre as práticas diárias exigidas pelo EP, através de um conjunto de tarefas. Assim, o

---

<sup>1</sup> fonte: ibccoaching.

EE é responsabilizado com o planeamento, gestão da turma, reflexão, participação em atividades escolares e reuniões, que tendem a melhorar as habilidades de ensino, por estarem inseridos numa comunidade de prática (Gomes et al., 2014). Esta constante intervenção, permitiu-me ter margem para errar e refazer esses erros, evoluindo sempre e aprendendo novas maneiras de tornar a minha prática mais desenvolvida e rentável.

A ação desenrolou-se numa escola cooperante (EC) situada no concelho do Funchal, na ilha da Madeira. O núcleo de estágio (NE) que foi composto por quatro estudantes estagiários, dois da Universidade da Madeira e dois da Universidade do Porto (UP), dois professores cooperantes (PC) e o professor orientador (PO) da FADEUP. Este grupo contribuiu para uma experiência mais vasta neste EP, a partir de partilha de ideias, de apoio, de cooperação e entreajuda. Estes convívios e reuniões possibilitaram-me formar novos laços de amizade e serviram também para enriquecer o meu papel, enquanto futura professora de EF.

O meu RE foi organizado consoante as temáticas que achei serem mais marcantes durante o meu percurso de formação e ao longo do ano de estágio. A viagem começou desde o meu primeiro contacto com o desporto e o amor que nutri por ele, até chegar ao desporto federado e a treinadora. Seguem-se as dificuldades que se fizeram sentir no meu percurso académico e desportivo. Também as influências dos professores e das disciplinas que abarcaram o 1º ciclo de estudos na capacitação e aquisição de conhecimento para poder desempenhar o papel de futura professora de EF. Transcorre a importância desta disciplina no desenvolvimento do aluno e o papel do EP na formação de professores. A contextualização da EC, da turma residente (TR) e turma partilhada (TP). Todos os que se fizeram acompanhar nesta viagem, o NE, o PC, e o grupo disciplinar de EF. A minha experiência de ensino, contando a expectativa e a realidade das vivências, tais como as adversidades encontradas. A minha conceção de EF e as referências que tive na escola para me fazer experienciar e partilhar diferentes ideias. Todo o planeamento conseguido em função das características dos alunos e a realização/avaliação do meu papel enquanto EE na construção da aprendizagem, com foco na minha personalidade e competências. Não podia faltar o contorno à pandemia e todas as estratégias elaboradas para escapar ao vírus. Sucede-se a realização de um estudo que

aborda o desempenho dos alunos em contexto de prática desportiva no jogo de basquetebol e o questionamento reflexivo planeado por mim, como forma de verificar possíveis evoluções nos alunos. Já no final, integro a minha participação na escola, a relação com a comunidade e as atividades desenvolvidas ao longo do ano letivo.



## **2. Enquadramento pessoal**





## **2.1. Eu e o desporto: desenvolvimento embrionário e socialização antecipatória**

Desde o primeiro ano de escolaridade, a minha disciplina favorita foi sempre a EF. Sentia uma aproximação e uma cumplicidade com os professores desta disciplina muito maior do que com os das restantes disciplinas. Esta preferência acontecia, não só por ser uma matéria muito distinta das demais, mas também porque o meu favoritismo de poder me exprimir com o corpo e não para o papel ou em pensamento, sempre fora muito maior. Sentia-me bem quando estava fora da sala de aula e quando lá estava, ansiava sair para poder ir para a disciplina de EF.

Torna-se importante falar da socialização antecipatória, nesta que é uma fase de reflexão e descoberta de mim mesma, tentando escavar o passado e perceber como tudo começou e o porquê. Como referem Gomes et al. (2014), a socialização transmite valores, normas e regras e o desenvolvimento de uma imagem do mundo. Esta imagem formula-se não só por fatores externos, como é o caso da família, da escola e outros, como também é influenciado pelo caminho que cada ser percorre ao longo da vida e que, graças a isso, o capacita de reinterpretar e formular imagens novas. Já os fatores internos concentram o que cada um acha ser mais fascinante para a execução da profissão. Por último, ainda existem os fatores altruístas que são persuadidos pela importância que a profissão abarca na sociedade.

Neste contexto, posso afirmar que a minha família teve um grande impacto no que toca à minha entrada para o mundo do desporto, pois a minha mãe sempre quis que, tanto eu, como a minha irmã tivéssemos atividades desportivas fora do âmbito escolar, fomentando assim a minha participação e, mais tarde, um interesse muito grande pela prática desportiva. Evidentemente que não só o incentivo dos meus pais foi o suficiente para que eu despertasse esta paixão pelo exercício físico e pelo desporto, mas foi um empurrão que me levou a experimentar variados desportos e desenvolver várias capacidades, tanto as motoras, como as cognitivas e socio-afetivas. Após esta descoberta e passagem por variadas modalidades tais como patinagem, natação, judo, futebol

e basquetebol, comecei a despertar um interesse mais estimulante, para aquilo que seria o desporto federado.

A minha ligação com o desporto desde o meu 1º ano de escola até a entrada para a Universidade, proporcionou-me experiências e ligações/relações, especialmente com a minha treinadora de basquetebol que me acompanhou desde o escalão de iniciadas até ser sénior. Esta relação influenciou muito as escolhas que, até hoje tomei e, também, a minha maneira de ser, como treinadora, como professora e como pessoa. A minha treinadora era uma fonte de inspiração. Ela apoiava-me não só dentro das 4 linhas como fora delas. Enquanto treinadora, admirava-a muito na sua maneira de ser, na maneira de lidar com os conflitos, de resolver os problemas e particularmente na forma como nos fazia evoluir enquanto jogadoras. Todas nós (equipa) tínhamos respeito por ela, o que, nos dias de hoje, é muito difícil de conseguir.

### **2.1.1. Os primeiros passos para o desenvolvimento desportivo no desporto federado**

Posso dizer que a minha adoração pelo desporto sempre foi enorme desde que me lembre. Jogava “à bola” em casa, na escola e em todo o lugar que fosse apto para tal. Sempre troquei brincar às bonecas por correr, saltar e explorar os meus máximos. Toda esta rotina levou-me a desenvolver não só capacidades cognitivas, sociais e motoras, como suscitou um sentimento avassalador de amor pelo desporto e pelo exercício físico.

A viagem no mundo da competição iniciou-se quando eu estava a frequentar o 4º ano de escolaridade, tinha eu 9 anos. Entrei para uma equipa de futebol e de basquetebol. Praticava ambas as modalidades. Aquela era a minha melhor vida, treinava, jogava e convivia com os meus amigos. Sentia que queria pertencer àquele mundo para sempre, que aquele era o meu destino. Passado um ano desde a entrada para estas duas modalidades, escolhi abandonar o futebol e continuar no basquetebol, onde fui federada até os 21 anos. Portanto, passei pelos escalões de minis, iniciadas, cadetes, juniores, até chegar a sénior. Durante o percurso deste itinerário entrei na faculdade em 2016 no curso de Ciências do Desporto na Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. Mudei-

me para lá e continuei a praticar basquetebol em Vila Real, no escalão sénior. No 2º ano deste ciclo de estudos, fui convidada a dar treinos num clube em Vila Real, no escalão de sub-12 feminino. Esta experiência mudou muito a minha maneira de encarar o treino, pois nunca tinha estado a empenhar um papel com tanta autonomia e responsabilidade como aquele. Foi esta vivência que me fez despertar o carinho e a paixão pelo ensino, através dos desafios que tive de enfrentar para conseguir cumprir o papel que me foi entregue. Os desafios de que falo passam pelo planeamento de cada treino, pela necessidade de inovar e cativar os jogadores, por confrontar problemas e ter de os resolver na hora. Ou seja, capacidade de adaptabilidade, por ter de conhecer a especificidade de cada atleta e conseguir gerir o meu discurso para com eles, consoante as suas personalidades, por ser responsável em ser uma imagem a seguir como treinadora de meninas em fase de crescimento e de aprendizagem, marcada pela variabilidade de ações e contextos diferenciados, de forma a tornar os seus caminhos mais ambíguos e dinâmicos. Assim, desenvolvi uma personalidade que me fez ser mais competente e a construir uma identidade plausível com aquilo que era ensinar. No 3º ano consegui, através do curso, equivalência ao grau I de treinadora.

Já no 4º ano de estudos, resolvi mudar-me para o Porto, onde escolhi então o Mestrado de Ensino, muito influenciada pela vivência no contexto desportivo e, mais recentemente, com o papel de treinadora. Estar envolvida no meio das crianças e ensiná-las a crescer e a evoluir iluminou-me o caminho e quis fazer dessa paixão o meu futuro. Achei ser o mais indicado àquelas que eram as minhas expectativas de emprego no futuro, onde poderia conciliar o mundo do treino desportivo com a escola.

## **2.2. Os contratempos da viagem: as provas de esforço que foram superadas**

Este caminho nem sempre foi fácil, pois deparei-me com um problema de saúde, uma hérnia lombar. Isto aconteceu logo no 1º ano de faculdade, estava eu a treinar para as avaliações práticas do curso e, num certo dia, acordo com muitas dores nas costas. Fiz exames e descobri do que se tratava. Nesse

momento os meus sonhos pareciam inalcançáveis, cheguei mesmo a pensar em desistir do curso, porque estava praticamente incapacitada de andar e praticar qualquer tipo de desporto seria impensável. Por entre muitas lágrimas e angústia, consegui lutar até o fim para ultrapassar este problema. Um ano se passou e voltei ao desporto federado e às aulas práticas da faculdade. Como se costuma dizer, “é o destino” e eu acredito nele. Tudo o que nos acontece, acontece por uma razão, seja ela boa ou má. Para nos ensinar algo ou para nos fazer ver se estamos a ir no bom caminho. Por isso, encarei este problema como sendo algo que me tornou mais resiliente e passei, sem dúvida, a valorizar mais o meu corpo e a querer tratar bem dele, de forma a evitar possíveis lesões, uma vez que o nosso corpo é a nossa ferramenta de trabalho.

Não obstante ao problema de saúde que me confrontou, estar fora de casa enquanto estava na licenciatura nem sempre foi fácil. Esta etapa de crescimento e descoberta de mim mesma fez-me conseguir ser mais independente. Comecei a gerir melhor o meu tempo, o meu dinheiro, as minhas tarefas. Tornar compatível o desporto federado com a universidade, sem toda aquela ajuda fundamental de ter os pais por perto a fazer o almoço ou a ir pôr e buscar à escola também desafiante. Houve dias muito difíceis, mas creio que foi isso que hoje me tornou mais persistente e confiante de mim mesma, capaz de ser uma mulher mais adulta, arcar com mais responsabilidades e ser autónoma no trajeto que vou construindo.

Estes altos e baixos proporcionaram-me uma visão mais nítida do que será ser professor, uma vez que nos dias de hoje, esta profissão não é garantida sempre na mesma instituição e não são todos que têm a força e a coragem de abandonar a família e partir.

### **2.3. Escola mãe: FADEUP**

A Faculdade de Desporto da Universidade do Porto foi a casa que me acolheu durante um ano, mas que conseguiu marcar o seu impacto no meu coração. Uma instituição que acolhe cada aluno e que o trata como ser único que é.

### **2.3.1. 1º Ciclo de estudos**

Este 1º ciclo de estudos foi marcado especialmente pela peculiaridade que encontrei em cada disciplina e na especificidade de intervenção de cada professor. Deparámo-nos com diversas versões de docentes, com maneiras diferentes de ensinar, utilizando vários modelos como forma de ir ao encontro daqueles que eram os objetivos de aprendizagem.

No 1º semestre, destaco um papel importante na disciplina de Didática Geral do Desporto, que me deu ferramentas para conseguir perceber melhor as maneiras que cada professor pode ensinar, consoante as suas características e os objetivos que pretende desenvolver nas suas aulas. Foi com os alicerces desta disciplina que consegui enquadrar melhor o papel do professor de EF. Antes, tinha uma forma de pensar menos realista àquilo que era necessário para conseguir produzir aprendizagem nos alunos. Não conhecia as diferentes formas de poder trabalhar várias competências nas aulas, como a responsabilidade, o trabalho cooperativo, a autonomia, entre outros. Depois do primeiro semestre, comecei a ter uma conceção diferente e mais ajustada daquilo que realmente era ensinar o desporto e formar os alunos como cidadãos pertencentes a uma sociedade. Não só a Unidade Curricular (UC) de Didática geral do Desporto me fez construir uma conceção mais sólida do que é esta profissão, mas também as disciplinas de Profissionalidade Pedagógica e Desenvolvimento Curricular em Educação Física. Esta última elucidou-me para o papel dos Modelos Curriculares, para a legitimação da EF, para os Programas e para as Aprendizagens Essenciais (AE). Já Profissionalidade Pedagógica mostrou-me a importância de conhecermos cada aluno como um ser único e diferente e o papel da disciplina de EF na integração de todos, com as diferentes especificidades, numa sociedade a que pertence. Não menos importante foram os Estudos Práticos de Badminton, Desportos da Natureza e Treino Funcional, porque me deram um porte maior para o ensino destas modalidades que são esquecidas em algumas Faculdades. Por exemplo, na modalidade de Badminton que abordei neste passado ano letivo. Posso dizer que me senti melhor preparada depois de ter experienciado vários exercícios e estratégias nas aulas dos Estudos Práticos. Também o Treino Funcional se tornou muito útil, visto que em tempo de pandemia, os exercícios individuais, os circuitos e a preparação física

foram privilegiados. Esta cadeira prática ajudou-me a perceber melhor as várias perspetivas que cada exercício pode gerar. Pensar como é que devemos utilizar os exercícios corretamente e quais aqueles que podem ser mais prejudiciais ao correto funcionamento do nosso corpo e que, conseqüentemente, podem levar à lesão. No 2º semestre, obviamente que as Didáticas Específicas do Desporto mereceram a minha maior atenção, porque tocavam nos conteúdos essenciais dos jogos desportivos coletivos (JDC) e nos desportos individuais mais comuns de abordar nas escolas, onde cada professor tinha a sua forma característica de ensinar e produzir a aprendizagem que necessitávamos. Consegui prosperar nos aspetos relacionados com a organização de exercícios e conteúdos que deviam de ser lecionados nas aulas. O quando, o como e o porquê de realizarmos cada tarefa foram fundamentais para a minha forma de planejar e pensar no que poderia fazer nas aulas.

Foi, deste modo, um 1º semestre com muita leitura, prática e reflexão acerca do que é ser professor e do que é a EF, onde estão presentes todos os valores que o desporto oferece, pelo corpo, pelo jogo e pelo movimento (Batista, 2012). Fui capaz de desenvolver competências a nível pedagógico, no sentido de que procurei, através do que me foi ensinado, entender melhor o que era ser professor. Como afirma Farias (2007), saber ensinar não é o suficiente. O conteúdo mostra-se fundamental no ensino da EF, pelo motivo de que a instrução de boa qualidade utilizada nas tarefas tem influência na aprendizagem dos alunos (Derwent et al., 2018). Reconhecer os erros que os alunos cometem ou simplesmente conseguir responder a determinadas perguntas, tem um peso grande no que toca ao bom processo de ensino e aprendizagem (E/A) nas aulas de EF. O livro que alguns professores aconselharam a comprar “Jogos Desportivos Coletivos: Ensinar a Jogar” e o livro “Pedagogia do Desporto” mostraram-se complementares neste curso. O primeiro livro facultou-nos progressões de exercícios nos JDC e visto que as modalidades mais abordadas nas escolas são as coletivas, foi muito útil e vantajoso para conseguir alinhar o meu pensamento no ensino dos conteúdos. Já o segundo livro acima mencionado ajudou-me a identificar as diferentes maneiras que o professor podia se fazer auxiliar, naquilo que era a forma como este promovia a aprendizagem dos alunos, através dos estilos e modelos de ensino.

A EF deve ser uma disciplina que visa o completo desenvolvimento naquilo que é o currículo do aluno. Deve contemplar não só o ensino das diferentes modalidades desportivas e o conhecimento do próprio corpo, mas também oferecer aos alunos um contexto que proporcione a interação social (conceitos psicossociais: sociabilidade, sentido de responsabilidade e autonomia) e que potencie os diversos valores que o desporto carrega, como a entreaajuda, o fairplay, respeito, cooperação, aceitação, entre outros. O meu papel enquanto professora, passou por conseguir ajudar os alunos a mudar algumas das suas conceções desta disciplina, porque creio que a importância que a EF carrega, ainda é muito pouco assimilada por parte de algumas pessoas. Portanto, considero ser imprescindível tornar as aulas de EF um meio onde os alunos se sintam motivados para a prática, que sintam que estão a aprender e notem evolução dessa aprendizagem, mas também que seja um local propício para o envolvimento social, em que a individualidade de cada um seja respeitada e, com isso, haja uma transferência de sentimentos e valores para o dia a dia.

### **2.3.2. Os nossos pais adotivos: os professores**

Cada professor destaca-se pela sua individualidade que, tal como eles nos transmitiram, cada pessoa é única e isso faz de nós um ser diferente pelas características que detemos. A maneira como cada docente ensinou a sua matéria também é distinta e cada um marcou-nos pela sua experiência de vida e pelos seus conselhos de quem já está nesta área há muitos anos.

Penso ser importante destacar que em cada modalidade tivemos uma analogia das diferentes formas de como podemos nos fazer acompanhar de estruturas de modelos de ensino. Estes auxiliam-nos na prática docente, pelas características que reúnem. Primeiramente há que entender que cada modalidade, sendo ela, individual ou coletiva compromete-nos a ponderar qual achamos ser o melhor modelo ou modelos a pôr em prática nas nossas aulas. No segundo semestre tivemos ainda a possibilidade de usufruir das aulas práticas de basquetebol, futebol, andebol, atletismo, natação, ginástica, dança e lutas.

Mais pormenorizadamente, noto que nos desportos coletivos tivemos como base os modelos de ensino dos JDC. No basquetebol, futebol e andebol tivemos uma abordagem virada para o Modelo de Ensino dos Jogos para a Compreensão e para o Modelo da Educação Desportiva (MED), com o estilo de ensino da descoberta guiada. Basicamente, em cada modalidade foram sugeridas várias formas básicas de jogo (FBJ). Em cada uma delas existiam referências identificadoras de contextos em que os alunos se podiam enquadrar. Esta visão permitiu-me identificar várias estruturas de jogo possíveis de utilizar nas aulas, consoante o nível da turma. Por exemplo o jogo reduzido de 2x2 ou 2x1, tendo em conta também os conteúdos que estavam a ser abordados. No futebol aprendi a diferença entre complexidade e dificuldade. Estes dois conceitos estão interligados, uma vez que a complexidade remete para a quantidade de alunos e a dificuldade reporta-se para o próprio nome, isto é, quanto menor for a complexidade, maior é a dificuldade. É mais difícil jogar em 1x1, do que em 2x2 ou 3x3. Outra nota importante que realcei no meu planeamento, foi ter em conta estas estruturas de jogo, para que não fossem disparas desde o primeiro exercício, até o último. Quero dizer que, se eu utilizasse uma FBJ de 2x2, não ia progredir para 4x4 ou 5x5. Dentro destas estruturas, tive em conta diferentes adaptações, tal como o tamanho dos campos, as regras de jogo e o comportamento defensivo. Já no voleibol não chegamos a ter a parte prática, mas o que abordamos na parte teórica foi o modelo da abordagem progressiva ao jogo (MAPJ) que me expôs um fio condutor para poder utilizar as várias etapas de ensino consoante o nível dos alunos. Este modelo sugere perceber o jogo, participar, adquirir competências técnicas e táticas, como primordialidade do aluno dominar não só o comportamento motor da técnica, como também a maneira de a efetuar, não sendo menos importante saber o porquê e quando da sua execução (Mesquita et al., 2017). Um alicerce importante que nos foi mostrado, como peça fundamental de elaboração de exercícios no nosso planeamento, foi o ensino do topo para a base. Ou seja, introduzir o jogo (reduzido/lúdico) com a função de ensinar gestos técnicos para promover a motivação dos alunos. Através deste modelo, elaborei a minha unidade didática (UD) de voleibol em função da etapa em que a minha turma se encontrava (etapa 1), após ter concluído a avaliação diagnóstica (AD). Não obstante, acrescentei alguns conteúdos que não faziam



parte da etapa 1, sendo estes a manchete e o remate, porque senti que a turma, a uma dada altura, já estava capaz de desenvolver estes gestos técnicos.

Os desportos individuais, por outro lado, tiveram uma abordagem distinta consoante as características de cada modalidade. Na ginástica e apesar de não ter sido abordada neste ano letivo devido ao covid-19, a professora sublinhou a importância do modelo instrucional, o Modelo da Instrução Direta (MID). A ginástica requer um cuidado no que toca aos exercícios e à sua complexidade. Então, numa fase inicial é importante que a aprendizagem seja centrada no professor, para bem dos próprios alunos. No atletismo experienciamos uma forma muito divertida de ensinar e aprender esta modalidade, que foi através do MED, evidenciado por uma educação lúdica com um cunho afetivo e social às aprendizagens e um ambiente propício para uma experiência desportiva autêntica. Foi através da formação de equipas dentro da turma, onde conseguimos formar um quadro competitivo e ensinar a modalidade do atletismo de forma divertida e efetiva. Nas minhas aulas de atletismo não cheguei a concretizar esta dinâmica, mas o facto de termos ficado responsáveis por elaborar um plano de aula para dois conteúdos distintos nas aulas do mestrado, foi auspicioso na medida em que fizemos uma reflexão após termos lecionado cada uma das aulas para os nossos colegas e, assim, consegui reter comportamentos a serem melhorados, como a demonstração dos exercícios. No atletismo torna-se imprescindível a imagem do gesto técnico a executar para que os alunos tenham uma perceção visível daquilo que é pedido. A dança manifestou-se pela sua peculiaridade. Por ter sido uma modalidade que não abordei na licenciatura e que também não detinha grandes conhecimentos acerca da mesma. A teoria da dança tornou-se fundamental, pela razão de ter conseguido perceber melhor como trabalhar o corpo em função dos temas implícitos pela dança, tal como o grande tema da noção corporal, em que os seus conteúdos são as ações, as partes e as formas. Dentro destas foram-nos evidenciados exemplos dos movimentos a serem executados em cada conteúdo. A parte prática clarificou a parte teórica. Os exercícios que nos foram propostos serviram para as minhas aulas, principalmente na parte do aquecimento, onde consegui ensinar as noções do corpo, do tempo e do espaço. Devido às poucas aulas que tinha para lecionar a dança, limitei-me a ensinar os temas que achei serem mais elementares para a criação da coreografia dos meus alunos. As

aulas de lutas foram ricas, sobretudo o trabalho teórico que tivemos de elaborar, pois obrigou-me a investigar melhor esta modalidade, que também não é muito comum nas escolas. Este trabalho teve um impacto positivo no meu conhecimento sobre como ensinar esta modalidade, porquanto impeliu a apresentação de um conjunto de exercícios que visassem a progressão na aprendizagem dos alunos, tendo em consideração as regras mais importantes nas fases iniciais de formação nas escolas. Contudo, e mais uma vez, devido à pandemia, esta modalidade está representada como prejudicial para a propagação do vírus e não foi abordada nas minhas aulas. Por fim, a natação, que também não ensinei neste ano letivo, mas que foi uma modalidade que se distinguiu das demais. Foi a única que nos presenteou um ensino direto com alunos reais de escolas do Porto. Em primeira instância, tinha uma ideia geral de cada conteúdo. No entanto, foi com a aprendizagem da construção dos planos de aula, mediante a definição dos objetivos e com os relatórios, pelo modelo reflexivo, que consegui incrementar uma melhor capacidade para dinamizar e melhorar o meu método de ensino.

### **3. Enquadramento da prática profissional**



### **3.1. Educação física: a sua necessidade para o desenvolvimento integral do aluno**

A EF tem sido, por vezes, como uma disciplina que tem o propósito muito essencial de divertir os alunos enquanto estes não se encontram dentro de uma sala de aula a ter português ou matemática, as ditas disciplinas “mais importantes”. Tendo em linha de conta o meu EP, saliento a importância desta disciplina, como uma disciplina fundamentalmente completa e integrante no currículo dos alunos, uma vez que é a única onde estes exploram uma vertente social/afetiva, motora e cognitiva, desenvolvida de forma criativa e diferente de todas as outras matérias lecionadas na escola. É de se fazer notar os valores que o desporto consegue incutir na vida diária de cada indivíduo e como isso consegue ser promissor na construção de uma sociedade mais ativa, mais cooperante, mais dinâmica, mais ciente de que o meio em que vivemos tem de ser partilhado por todos e de forma equitativa, em que cada indivíduo tem um papel preponderante e uma função que, em consonância com todos os outros, constroem algo melhor, porque “a união faz a força”.

A Pedagogia do Desporto introduz-se neste capítulo como um termo mais amplo e inovador de EF, cujo seu significado contorna a desvalorização tradicional desta disciplina (Matos, 2004). Esta disciplina das Ciências do Desporto foi um aspeto decisivo para romper com a tradicional Teoria da EF (vista como mera exercitação corporal). Caracteriza-se “de forma dissemelhante, devido a valorizações de natureza cultural, raízes históricas e regras metodológicas.” (Matos, 2004, p. 271). Neste sentido, a disciplina de EF propõe-nos uma leitura atenta sobre a sua temática, de maneira a conseguirmos entender a sua importância para o desenvolvimento integral do aluno e da sociedade.

Em concordância com Matos (2014) a EF é a única disciplina que trabalha pelo corpo e pelo movimento, tendo como matéria principal de ensino o desporto e o ser humano. Tem um duplo objeto que constrói o desenvolvimento, formação e socialização do ser humano. Ou seja, é a única que trabalha o corpo e tem o seu desenvolvimento integral. O desporto é capaz de oferecer “desafios que desenvolvem, de forma privilegiada, a capacidade de ação motora do aluno, a

sua competência corporal, o seu desenvolvimento enquanto Homem do seu tempo” (Matos, 2014, p. 143).

O desporto é a principal matéria de ensino da EF, por isso torna-se primordial compreendermos que existe uma transferência de aprendizagens desta matéria de ensino para o nosso dia-a-dia (Couto, 2019). Nas minhas aulas, quando impunha a regra de passar a bola por todos antes de marcar golo ou cesto, requeria-o com o propósito de impulsionar o espírito de equipa e a partilha. Na inclusão de um aluno autista na minha TR, atribuía sempre responsabilidades aos colegas da equipa, para encaminhá-lo e integrá-lo nos exercícios, de forma que este sentisse que era igual aos seus colegas.

Conhecer o próprio corpo é também uma das proezas da EF. Somos capazes de controlá-lo e submetê-lo a atividades extraordinárias. É uma conexão entre o cérebro e o corpo que muitos acham ser impossível, separando a cabeça das restantes partes do corpo. A disciplina de EF mostra que é possível ter uma ligação quase perfeita entre a cabeça, o tronco e os membros. Ou seja, olhar para o corpo humano como um só. Este é o nosso instrumento de trabalho, utilizado eficazmente nas nossas tarefas diárias básicas.

Este processo de transformação e mudança de fazer ver que a EF vai mais além do que apenas um entretenimento, está especialmente nas mãos dos professores desta disciplina.

### **3.2. O papel do estágio profissional na formação de professores**

O ano de estágio é a conversão da teoria para a prática. É um ano de muita aprendizagem e reflexão que nos permite ter ainda alguma margem para errar e poder aprender com esses erros. Consiste no primeiro impacto com o mundo do trabalho, desta que é uma profissão exigente e que nos molda através de quem por nós passa. Lidamos diariamente com pessoas e mais propriamente, nas aulas, com crianças. Esse é o grande desafio.

Serviu este ano de estágio para concluir um processo de formação que se iniciou há 5 anos. Esta etapa final mostra, ou não, aos EE se, de facto, é isto que querem para a sua vida. Porque nos fez passar pelos demais desafios e nos

colocou eminentemente à prova. No meu caso, continuo a afirmar que é isto que quero. O estágio elucidou-me para uma amostra daquilo que futuramente nos espera e apesar de acharmos que foi difícil, sei que desempenhar o papel de professor com mais do que uma turma não será tarefa simples.

Posso dizer que tive sorte no meu ano de estágio, porque a escola onde estive envolvida era muito boa. As pessoas com quem trabalhei estavam sempre predispostas a ajudar em qualquer situação. A minha TR e também a TP eram compostas por meninos muito respeitadores e com um comportamento acima da média. Tornou-se simples e bonito trabalhar com eles. Neste entendimento, Lave e Wenger (cit. por Queirós, 2014) proferem que estabelecer ligações entre a teoria sobre o ensinar e o aprender e as suas práticas no cenário de ensino, são essenciais, porque é neste contato com a realidade que o EE identifica os traços desta profissão, apresentando-se progressivamente um membro pertencente à comunidade educativa.

### **3.3. Escola irmã: a minha 2ª casa**

A escolha do local onde iria fazer o estágio profissional já estava tomada desde que entrei para a faculdade. Voltar a “casa” (Madeira) para realizar este ano de estágio, foi o que achei ser mais cómodo para mim, uma vez que estar na nossa zona de conforto traz-nos alguma paz, por entre todo o caos que é a vida. Foi então que vim parar à escola que me acolheu no decurso do ano letivo 2020/21. Escola esta que me transmitia uma imagem não muito favorável, pelos comentários menos agradáveis que ouvia na altura da minha adolescência, devido aos alunos que frequentavam esta escola. No entanto, a experiência que tive ao passar por esta instituição, mudou completamente a ideia que tinha acerca do que seria estar dentro deste contexto escolar.

Passo então a situar no tempo a origem desta Instituição, que surgiu na década de 70 através de um programa de construção de novas escolas pré-fabricadas pela iniciativa da Secretaria da Educação da Madeira. No dia 22 de dezembro de 1978, esta escola abriu as suas portas a alunos do 7º ano, constituindo 797 alunos distribuídos por 30 turmas. Após quatro anos da sua abertura, a escola assegurou a lecionação dos três anos do terceiro ciclo, com a

entrada em funcionamento em 1981/1982, do 9º ano de escolaridade. O ensino secundário apareceu em 1984/1985, com 87 alunos matriculados no 10º ano. Neste ano letivo a escola atingiu os 2024 alunos distribuídos pelo 3º ciclo e Secundário (10º ano). Em 1989/1990 iniciou-se a lecionação do 12º ano. Adaptando-se às novas realidades, esta escola lançou cursos técnico-profissionais, cursos alternativos do 3º ciclo e o 13º ano profissionalizante.

Esta escola é considerada uma das melhores do país pelas suas condições ideais para a prática do desporto. Relativamente às instalações desportivas existentes na escola, existem quatro polidesportivos exteriores, são eles o campo 3, 4, 5 e 6 (figura 1 e 2). O campo 3 e 6 possui duas balizas, sendo possível a prática do futebol e do andebol. O campo 4 e 5 dispõem de dois cestos de basquetebol cada um, onde é exequível a prática de basquetebol. No presente ano letivo, o pavilhão é dividido em dois campos, o Norte e o Sul (figura 3). O campo Sul tem uma rede de voleibol para a prática desta modalidade, já o campo Norte está disponível para qualquer outra modalidade. A escola possui também um ginásio com diversos aparelhos pertencentes à modalidade de ginástica. Por fim, mas não menos importante, existe uma arrecadação onde são guardados todos os materiais desportivos, como bolas, raquetes, coletes, cones entre outros. Esta organização de instalações, propícia a lecionar uma devida modalidade em cada campo, facilitou-me na organização aquando do planeamento anual, porque consoante a instalação que me era fornecida, já sabia o que podia ensinar.



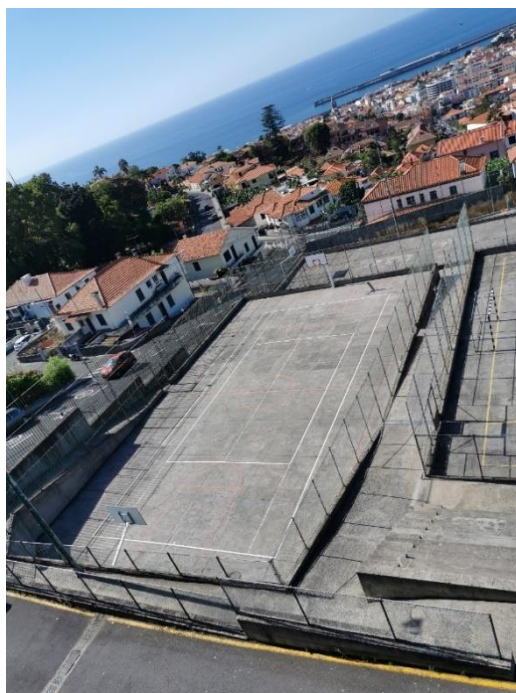


Figura 1: Polidesportivos exteriores 4 e 5.



Figura 2: Polidesportivos exteriores 3 e 6.



Figura 3: Pavilhão Norte e Sul.

O Clube desta escola, fundado no dia 14 de agosto de 2006 tem o propósito de incrementar a prática de atividades desportivas, culturais e recreativas, bem como a realização de eventos. A oferta de serviços da instituição tem como público-alvo prioritário a comunidade escolar (alunos, corpo docente e não docente) da escola, não obstante, o restante público não pertencente à escola também está convidado à pertença do Clube, para que assim haja um envolvimento comunidade/escola.

Sem mais nada a acrescentar, a instituição em questão usufrui de todos os serviços necessários para o bom funcionamento da vida escolar, tanto para os docentes, como para os não docentes e os alunos.

### 3.4. Os meus filhos adotivos: turma residente e partilhada

#### 3.4.1. A turma Residente

A minha TR foi de 3º ciclo. Foram ao todo 24 alunos, simultaneamente muito individuais nas suas características e heterogéneos entre si. No seu geral podem ser considerados como alunos afáveis. No respeitante à caracterização dos alunos no seu geral, esta basou-se em dados recolhidos através de um formulário que apliquei no primeiro dia de aulas. De seguida, procedemos a uma breve discussão das questões que formulei e vou expor os gráficos de maneira a ser mais explícita e querente na informação que apresento.

A minha turma é constituída por 24 alunos, 17 rapazes e 7 raparigas, cujas idades variam entre os 13 e os 16 anos de idade. Podemos ver, no gráfico abaixo que a média das idades se situa nos 14 anos de idade e que apenas um aluno tem 16 anos.

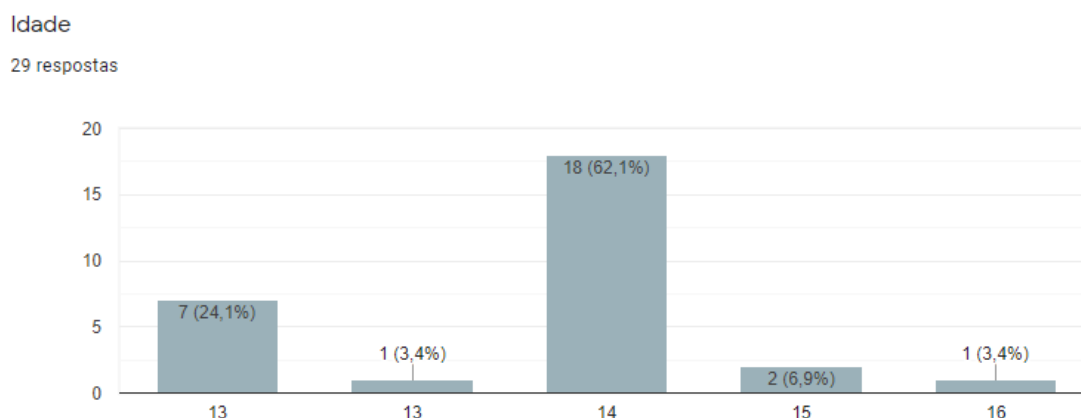


Gráfico 1: Idades dos alunos

Um dos dados mais interessantes que recolhi foi que mais de metade da turma pratica ou praticou desporto federado o que constituiu um aspeto positivo para as aulas de EF, pois a maioria dos alunos tinha um bom desenvolvimento motor, devido à prática desportiva fora da escola.

Pratica ou praticou algum desporto federado?

29 respostas

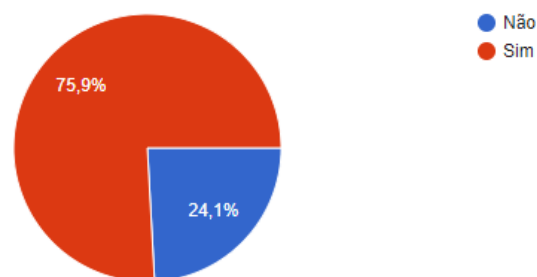


Gráfico 2: Praticantes de desporto federado

Relativamente à eleição das modalidades preferidas dos alunos, consegui perceber através dos votos que a modalidade mais votada foi o futebol, seguindo-se o basquetebol, depois os desportos de raquete e por fim o andebol. As restantes modalidades tiveram a minoria dos votos. A modalidade de futebol foi, claramente, a modalidade onde os alunos tinham um maior entusiasmo durante as aulas, principalmente os rapazes.

Quais as modalidades que mais gosta? (assinala 3)

29 respostas

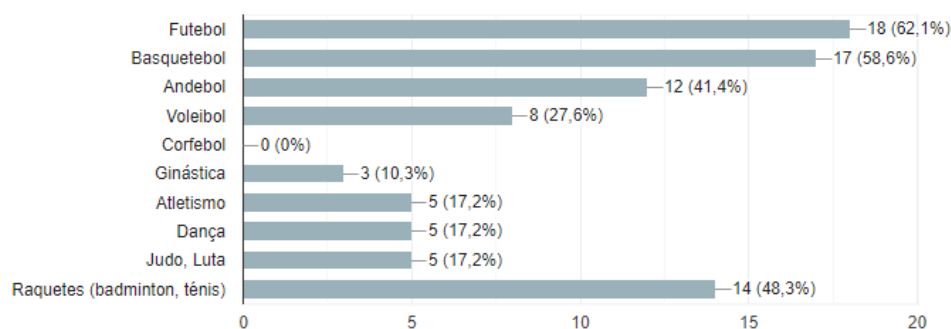


Gráfico 3: Modalidades preferidas

No que toca à disciplina favorita destes alunos, a EF teve a sua maior preponderância nos votos, o que foi um bom indicador de motivação para as aulas, como também um desafio para conseguir manter esta disciplina neste patamar.

Mencione qual a disciplina que mais gosta e a que menos gosta.

29 respostas

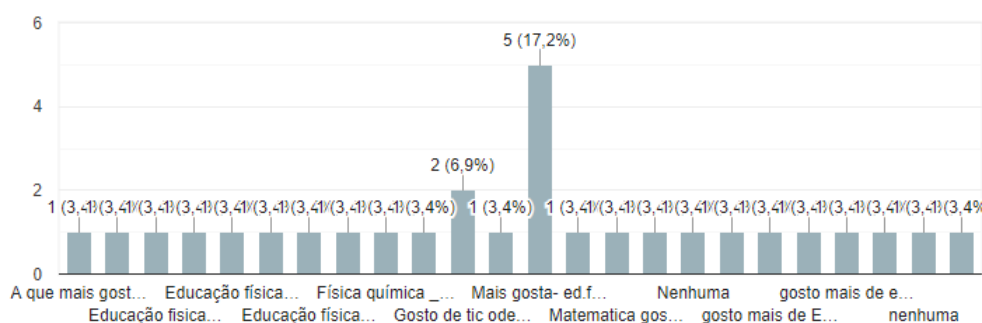


Gráfico 4: Disciplina favorita e menos favorita

A diretora de turma forneceu documentos que me foram úteis para conhecer alguns contextos especiais de alguns alunos da turma. Assim, consegui ver que no que concerne aos casos com acompanhamentos especiais, no qual 3 alunos são acompanhados pela Educação Especial, 2 alunos têm plano de acompanhamento pedagógico e 5 alunos estão propostos para apoio a inglês.

Refiro também que através do questionário que formulei, 3 alunos apresentaram os seguintes diagnósticos:

Possui algum tipo de incapacidade motora ou doença que incapacite o decorrer das aulas de Educação Física? Se sim, refira qual.

29 respostas

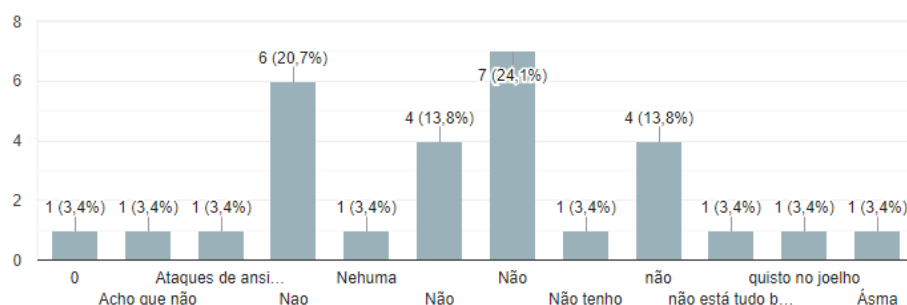


Gráfico 5: Problemas de saúde

Porém, estes dados pouco interferiram com o decorrer das aulas de EF. Apenas um dos alunos teve alguns problemas de ansiedade no 3º período, que o deteve na participação de algumas aulas.

Noto que esta turma foi participativa e dinâmica. Considerei ser uma boa turma de trabalho, pois são jovens calmos e respeitadores, facilitando-me na tarefa do planeamento e da instrução nas aulas. Foram alunos bastante participativos e motivados para desempenhar as tarefas das aulas. A disparidade no sexo dos alunos e também diferença de níveis de habilidade entre os mesmos propôs-me a tentar utilizar diferentes estratégias no que toca ao envolvimento nas tarefas e participação ativa nas mesmas. As raparigas tinham um nível muito baixo comparativamente aos rapazes. Este foi um dos fatores mais desafiante que tive, na divisão dos grupos de trabalho. Isto refletiu-se na dificuldade em desenvolver aprendizagem nos grupos menos habilidosos, porquanto também eram pouco motivados à prática. Na tentativa de misturar alunos bons e menos bons não surtiu o efeito esperado, uma vez que os alunos mais capazes demonstraram falta de motivação para realizar as tarefas com os alunos menos capazes.

### **3.4.2. A turma Partilhada**

A TP de 1º ciclo escolhida por mim e pela minha colega de estágio da UP, foi uma turma de 5º ano. Tornou-se fundamental escolhermos uma turma cujo horário fosse acessível para as duas estagiárias, uma vez que a turma iria ser partilhada. Esta turma tinha aulas de EF três vezes semanais, mas de acordo com os nossos horários só foi compatível lecionarmos duas vezes por semana (quarta-feira e quinta-feira).

A turma em questão era composta por 20 alunos (9 rapazes e 11 raparigas), dos quais 7 eram abrangidos pelo novo decreto da Educação Especial. O caso mais delicado de lidar foi um aluno autista, que não tinha capacidade de autonomia, requerendo sempre atenção de um segundo professor na turma. No nosso caso específico, tentamos sempre integrá-lo nas atividades propostas para a turma, mas nem sempre foi possível controlá-lo. Por vezes, este deslocava-se para fora da tarefa e ia brincar com algum tipo de

material, remexia nas bolsas dos colegas, ou então destabilizava a aula, com interações com os demais colegas. O professor responsável por esta turma, na maioria das vezes, ficava com ele para tentar falar e acalmá-lo, ou então optava por fazer exercícios individuais com uma bola. A turma, no geral, apesar de ter revelado algumas dificuldades a nível psicomotor, foi bastante empenhada e interessada e manifestava um bom comportamento, cumprindo com as regras das aulas.

Optamos por lecionar a modalidade de voleibol e por conseguinte elaboramos uma UD composta por 10 aulas (segue em anexo). Cada aula tinha a duração de 45 minutos, o que se tornou muito proveitoso, não só para os alunos, como também para nós, porque é muito menos cansativo e os alunos conseguem estar os 45 minutos atentos e empenhados na aula. Retiro um trecho da minha justificação da UD, que complementa o processo de criação desta:

“Na elaboração desta unidade didática da modalidade de voleibol, tivemos como ideal o modelo da aprendizagem progressiva ao jogo, onde utilizamos a fase I de aprendizagem (jogo estático), porque esta turma encontra-se numa fase inicial de aprendizagem, visto que são de 5º ano. De referir também que esta turma já tinha iniciado a aprendizagem desta modalidade com o professor responsável da turma. Por este motivo, decidimos complementar os conteúdos já definidos desta fase de aprendizagem com a manchete.”

(Justificação UD Voleibol 5º ano, 13 de maio de 2021)

Para além do voleibol, decidimos incluir num dos dias da semana os jogos pré-desportivos, isto porque começamos a notar desmotivação e desinteresse por estarmos a lecionar dois dias seguidos a mesma modalidade. Então, em consonância com o professor, achamos ser mais produtivo e enriquecedor para a aprendizagem e desenvolvimento de competências do domínio motor, cognitivo e socio-afetivo dos alunos, englobando os valores ético-morais que os jogos pré-desportivos conseguiam despoletar. Também se tornou importante a prática destes jogos, pois há uma transferência de habilidades para os JDC, onde podemos adaptá-los, manipulando por exemplo o tipo de bola, o espaço de jogo e as regras. Retiro de exemplo o jogo da bola ao capitão, o jogo dos 10 passes, bola ao fundo, entre outros.

Esta experiência teve uma influência muito grande no estágio, uma vez que foi uma vivência completamente diferente daquela a que estávamos habituadas. Lidar com crianças tão novas requer muitas estratégias pedagógicas para que possamos potencializar o E/A ao máximo. Nas primeiras aulas sentimos maioritariamente dificuldades na parte da organização. Em reflexão com o professor responsável da turma, decidimos que o melhor seria dividir a turma em dois e cada uma das EE ficava com uma parte. Isso facilitou-nos muito, porque para além de conseguirmos controlar melhor os alunos, pudemos incidir mais nos feedback e melhorar a nossa instrução, tornando a nossa presença mais notável em várias situações. Uma das dissemelhanças que mais se fez sentir, neste caso, comparativamente à minha TR de 9º ano, foi na explicação e demonstração dos exercícios. Tinha de haver rigor e pormenorização detalhada de como executar o exercício, caso contrário os alunos não conseguiam perceber como fazê-lo. Há que ter em consideração as faixas etárias em que os alunos se encontram, pois, o modo como exteriorizamos a nossa instrução tem de ir de encontro às especificidades dos alunos.

### **3.5. Os tripulantes da viagem: o NE, o PC, o PO e o grupo disciplinar de EF**

De todas as pessoas intervenientes nesta viagem, as que tiveram um papel mais influente, foram sem dúvida o meu PC, o NE, tanto da UP, como da Universidade da Madeira, o PO e também o grupo disciplinar de EF.

O PC acompanhou-me desde o primeiro até o último dia de aulas. Posso dizer que foi a figura mais presente neste estágio. A sua experiência nesta função espelhou aquilo que me foi ensinado, como sendo o mais proveitoso para o meu percurso como EE. Reuníamos sempre que necessário para tratar algum assunto mais urgente e todas as tarefas que este intimava eram com muita antecedência, para que eu pudesse ter tempo de preparar tudo o que era solicitado. Conquanto, os comentários e feedback acerca das minhas aulas foram muito focados na organização e, por vezes, sentia que não tinha autonomia suficiente para fazer algo mais inovador. Por outras palavras, o meu PC tem como ideal ser o centro de intervenção de todas as ações feitas em



aulas. Neste sentido sentia que os alunos não tiveram muita autonomia para realizar as atividades em aula. Senti a necessidade de receber mais comentários acerca dos exercícios que eu elaborava para as minhas aulas. Ainda que pudesse tratar-se de um estilo de orientação em que se facultava espaço à EE para decidir, senti que podia ter usufruído de mais feedback. Essencialmente, informação que me indicasse se o exercício estava bem desenhado/pensado para a aprendizagem dos alunos. Pelo exposto, a personalidade que fui construindo ao longo dos meus anos de formação até então, não se identificam muito com as características do meu PC, mas que toda a ajuda prestada foi uma bem mais-valia para a minha aprendizagem.

Em seguida, o NE onde estava inserida era constituído pela minha colega da UP e mais dois colegas da Universidade da Madeira. Eu e a minha colega da UP tínhamos PC diferentes e, por essa razão, cheguei a trabalhar mais vezes com a minha colega da Universidade da Madeira, uma vez que também lecionávamos ambas o 3º ciclo. Porém, eu e a minha colega de faculdade trocávamos muitas ideias para as aulas, dado que os ideais da nossa formação eram idênticos.

O PO foi indispensável nesta viagem, mesmo se encontrando mais distante. Tivemos algumas reuniões para trocar ideias e esclarecer dúvidas, para refletir e repensar no nosso papel enquanto estudantes estagiários. Foram feitas apenas duas observações das nossas aulas, em que uma delas foi feita através de uma aula gravada e, no meu caso particular, não foi uma aula que me tenha favorecido muito. Não tive muitas oportunidades de gravação, uma vez que na minha turma, cinco alunos não deram autorização para gravar as aulas. A vinda do PO à ilha da Madeira foi bastante produtiva, na medida em que as suas observações enriqueceram o meu papel enquanto EE e produziram reflexão acerca daquilo que tinha sido feito na aula observada. De maneira resumida, aquilo que eu pretendo verificar nos meus alunos, tem de estar em consonância com a forma como o exercício está desenhado: a manipulação do contexto, a intencionalidade, os sistemas de responsabilização, a demonstração, técnica de execução e as regras específicas. Estes foram os pontos-chave que lucraram na minha reflexão. A exercitação por si só não estimula a aprendizagem.

Quanto ao grupo disciplinar de EF, tenho a expressar o meu carinho especial, pois foram um grupo atento e prestável à minha adaptação enquanto

EE. Disponibilizavam sempre algum espaço quando necessário, ajudavam com o material, falavam acerca da sua experiência e mostravam companheirismo.

### **3.6. A expectativa e a realidade**

Inicialmente idealizamos um papel que nós próprios concebemos quando estamos a passar pela nossa formação, mas que não é, de facto, o que acontece na realidade. A isto chamamos o “choque com a realidade”, que provém das diferenças encontradas entre estes dois estados (Queirós, 2014).

As minhas expectativas para este ano de estágio eram muito incertas devido à pandemia. Acho que na verdade, ninguém sabia como seria este ano letivo. Uma vez mais fui uma felizarda em ter tido oportunidade de lecionar maioritariamente na escola, em regime presencial, onde só apenas no 2º período passamos para o regime online. Julgo ter sido esse um dos maiores desafios que tive ao longo deste ano. Foi algo novo e distinto daquilo que aprendemos na nossa formação. No que diz respeito às aulas presenciais, o maior choque foi lidar com as regras dos distanciamentos e da utilização do material. A falta do toque e as restrições a nível dos JDC impuseram um desafio no E/A. Muitos dos jogos e exercícios que aprendemos na nossa formação e, especialmente, no 1º ano de mestrado não puderam ser operados neste ano de estágio.

A experiência que tive como treinadora de basquetebol minimizou o impacto com a realidade, naquilo que é lidar com crianças e jovens. Melhor dizendo, a minha postura em campo e a interação com os alunos. A nível do conhecimento específico do conteúdo tive de estudar mais as modalidades em que detinha menor conhecimento teórico, mais propriamente os desportos individuais. Ainda assim, nas primeiras aulas que lecionei, a minha intervenção pedagógica carecia de cuidados, por exemplo, na transição de exercícios e no cuidado a ter com a organização do material. Algo que parece pouco importante no planeamento de uma aula, mas que faz toda a diferença para otimizar o funcionamento da mesma.

### **3.6.1. O verbo ensinar na 1ª pessoa**

Planear as tarefas de aprendizagem é uma das principais condutas que o professor deve fazer-se cumprir (Feus et al., 2019). Pela experiência que tenho vindo a ter no contexto de treino, consigo perceber que cada professor/treinador tem condutas de ensino muito distintas e cada um exerce aquilo que acha ser mais benéfico para a sua turma/equipa. No entanto, há que ver que dentro de cada turma/equipa existem indivíduos com características muito diversificadas e heterogéneas que obrigam, ou que deviam obrigar, a que o enfoque do professor fosse mais individualizado em algumas situações. Podemos afirmar que não há uma fórmula mágica para ensinar EF, mas sabemos através da literatura que a utilização dos desportos coletivos são a forma mais benéfica para aprender e que os alunos mais gostam (Feus et al., 2019).

Retiro da reflexão do meu primeiro período, a minha primeira experiência como professora estagiária:

“A minha primeira aula foi então uma apresentação da disciplina, onde envolvia, como é certo, o primeiro contacto com aqueles que seriam os meus alunos. Conheci-os e eles a mim. Estava muito nervosa ao início, mas mal comecei a interagir mais com eles, os nervos foram se dissipando. É certo que a minha experiência como treinadora já me tinha dado ferramentas para esta aventura, mas como todos sabemos, o contexto de treino não se compara ao da escola, pois no treino os atletas estão lá porque querem, na escola é uma obrigação.”

(Reflexão final 1P, 24 de dezembro de 2020)

Posteriormente e ao longo do tempo, aprendi, com a ajuda do meu PC como tornar mais rentável a aula, com as transições entre exercícios, os materiais, a organização dos exercícios e dos alunos e a minha instrução. Após cada aula, fazia sempre o meu balanço (segue em anexo a sua estrutura) e este ajudava-me a perceber melhor os aspetos que tinham sido menos bons e que tinha a melhorar na próxima aula.

O nosso objetivo enquanto professores deve ir ao encontro das necessidades educativas de cada aluno, sendo que as aprendizagens devem ser o mais diversificadas possível para que haja uma resposta a essas

necessidades, onde possamos desenvolver as capacidades motoras, afetivas e cognitivas (Santos et al., 2020).

### **3.6.2. As grandes dificuldades sentidas**

Não é fácil manter um aluno focado no nosso objetivo, porque por vezes o objetivo que temos idealizado, nem sempre é aquele que conseguimos pôr em prática. Há muitos fatores que podem influenciar as aulas, o local, os alunos, o ambiente, o material, entre outros.

Para além deste fator acima mencionado, o que mais senti dificuldade foi na inovação de exercícios e na criação de variantes que fossem equitativas na turma, pois havia uma grande discrepância de nível de habilidade entre alguns alunos. De encontro ao que fora dito, a falta de conhecimento perante alguns conteúdos, refletia-se na dificuldade que senti em planejar essa aula e na intervenção da mesma. Esta disciplina exige o conhecimento de elementos críticos do desempenho para uma prática bem sucedida (Sinelnikov et al., 2016). Pelo seu cariz eminentemente prático, é fundamental que o professor possua amplos conhecimentos no que toca, não só ao domínio do corpo, como também às tarefas de E/A a desenvolver nas suas aulas. Isto torna esta profissão completa a muitos níveis e ao mesmo tempo complexa.

#### **4. Realização da prática profissional**



## **4.1. Organização, gestão do ensino e da aprendizagem e desenvolvimento profissional (Área 1)**

Esta secção destina-se à realização da prática profissional, onde os grandes temas como as concepções, todo o processo de planeamento, realização da prática e avaliações foram reflexo de uma intervenção pedagógica cuidada e orientada, consoante os critérios dos Programas Nacionais de EF e também com as adaptações necessárias ao contexto social a que eu estava inserida.

Destarte, vou começar por aludir sobre a importância da escola e da EF no currículo dos estudantes e a notoriedade que a atividade física e o desporto acarreta na vida de cada indivíduo. Depois vou contar a transformação da minha concepção e os diferentes pontos que contribuíram para essa mudança. Em seguida, vou articular o processo de E/A e todas as ferramentas que suportaram este sistema. Por último, vou relatar o impacto que a pandemia teve nas minhas aulas e em todo o processo de E/A conseguido. De notar que vou abordar estes grandes temas de forma transversal aos 3 períodos letivos, salientando aspetos mais importantes em cada um deles.

### **4.1.1. A minha Conceção de educação**

#### **4.1.1.1. O valor da Escola e da disciplina de EF no desenvolvimento de cada aluno**

Antes de mais, considero ser fundamental interpretar o conceito de currículo. Existe uma complexidade na sua interpretação devido ao seu progresso e modificação. Todavia, reporta às aprendizagens tidas como basilares num determinado contexto e à sistematização requerida para levar a cabo a sua concretização (Roldão, 1999). À escola pertence o encargo de assegurar todo o desenvolvimento e concretização desta construção curricular. É através de um projeto ou programa (programa curricular) onde contempla aprendizagens para uma ou várias matérias, que se define aquilo que tem de ser ensinado. Há uma constante readaptação dos currículos, para que se chegue a

uma meta acessível e adequada a todos (Roldão, 1999). A constituição de um currículo é caracterizado pela sua individualidade e distinto de pessoa para pessoa, mesmo que tendo partilhas idênticas ao longo de um determinado tempo. O currículo na disciplina de EF é definido pela sua importância que engloba as questões físicas, psicológicas e socio-afetivas, imprescindíveis para um ótimo funcionamento do ser humano, numa sociedade (Etchepare et al., 2005).

Após esta breve introdução daquilo que é o currículo, passo a destacar a importância da disciplina de EF no currículo do aluno. A importância que a EF reúne para o bem-estar físico, psicológico e social do ser humano transporta intuitivamente valores e conceitos que transformam o currículo de cada um, através dos benefícios que esta disciplina produz na vida dos alunos e que, consequentemente, integram uma determinada sociedade. É para este fim que os professores traçam o caminho dos alunos que passam pelas suas mãos, para dotá-los não só de conhecimento empírico, mas também de os fazer estimular comportamentos práticos que os ajudem a esculpir o seu eu e capacitá-los para vingarem na vida, como ser único e capaz. Na EF, os alunos são capazes de interagir uns com os outros, de se envolverem entre si e resolverem problemas através de um jogo, com partilha de conhecimentos e entreajuda. A componente prática da disciplina, diferencia-se das restantes, por conseguir suscitar a junção da cabeça com os restantes membros, para efetivar um determinado desafio. É uma forma de expressar o que pensamos, através de movimentos e ações conectadas entre si, para atingir um determinado objetivo.

#### **4.1.1.2. Reconhecer a EF como propulsor para uma vida ativa no desenvolvimento integral dos alunos**

Os três conceitos atividade física, exercício físico e atividade física desportiva estão intimamente ligados à disciplina de EF. Começo pela atividade física, que dos três conceitos é o mais basilar, pois contempla um qualquer movimento feito com o corpo e que resulta num dispêndio energético; o exercício físico, por sua vez, é uma atividade física cometida intencionalmente e que reverte numa melhoria ou manutenção da aptidão física; já a atividade física



desportiva acarta um número mais restrito comparativamente à atividade física, ainda que o movimento esteja aqui associado, porque este envolve um grupo mais complexo que alberga instituições, regulamentos, competições, comportamentos técnico e táticos, entre outros (Batista et al., 2013).

Como é do conhecimento de todos, a EF abrange um conjunto de fatores que estão ligados à saúde do ser humano. Para podermos promover um estilo de vida saudável, há que adotar um conjunto de hábitos, tal como uma alimentação equilibrada, o descanso (sono) mínimo por dia, a prática regular de exercício físico, como também o convívio com outras pessoas (Batista et al., 2013). No que toca à prática de exercício físico, alguns jovens só têm essa regularidade nas aulas de EF que, por sua vez, tem um horário muito reduzido na semana do aluno. Este horário mínimo que a disciplina dispõe, pode ser propulsor de alguns problemas na vida de alguns alunos, por falta de prática de atividades desportivas. São alguns problemas, destacados pela posição do Conselho Científico da FADEUP<sup>2</sup>, a obesidade; a falta de vontade de ativação do corpo e consequentemente a mental; o desinteresse pelas atividades lúdicas, entre outros problemas associados à escassa exercitação do corpo. São estes os motivos que nos levam a preocupar com a saúde dos nossos alunos e a implicação que isso pode acarretar na vida de cada um deles. Neste entendimento, não só os professores de EF, mas também (e principalmente) os pais, devem ter um olhar atento aos sinais e comportamentos dos seus alunos/filhos, para que a intervenção seja antecipada e adequada, evitando possíveis transtornos na vida futura dos jovens. Para tal, torna-se essencial adotar uma atitude positiva e exemplar, de maneira que os alunos queiram priorizar uma vida ativa. Servem as aulas de EF como meio primário para uma vida desenvolvida e, se possível, ligada à atividade física desportiva. Cabe ao professor desta disciplina tornar o desporto algo atrativo e motivador para os alunos, de forma a tentar integrá-los nas atividades e suscitar interesse para a prática desportiva fora da escola. Na minha TR, a maior parte dos alunos já praticava uma modalidade fora do âmbito escolar e, por isso, era uma turma que gostava de competição e de fazer a aula, o que nos dias que correm, não é muito comum.

---

<sup>2</sup> Posição do Conselho Científico da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto sobre a Educação Física Escolar enviado ao Sr. Ministro da Educação e Ciência em 2012.

#### **4.1.1.3. A minha conceção de EF enquanto EE: o projeto de combate à possível vulnerabilidade desta disciplina**

Segundo Vlieghe (cit. por Batista & Queirós, 2015) a maioria da sociedade tem uma ideia comum de que a EF só tem como objetivo primordial o trabalho do físico. É uma luta constante de todos (ou quase todos) os professores de EF, perante esta ideia remota de que esta disciplina é menos importante que as demais. A minha conceção acerca daquilo que penso que esta disciplina potencia nos alunos, não se modificou muito desde esta primeira experiência como EE. Considero que a EF é uma disciplina completa, que consegue comprovar uma experiência não só psicomotora, em que os alunos estão em constante movimento e que progressivamente começam a conhecer melhor o seu corpo, o espaço e a partilha deste com os restantes alunos; uma constante exercitação cognitiva, onde envolve o pensamento crítico para a resolução de problemas, através de jogos desportivos e/ou pré-desportivos e, por último, mas não menos importante, um local que estimula as relações socio-afetivas, na comunicação, na entreajuda, na competição e na partilha de um mesmo lugar envolvente.

O E/A desta disciplina só acontece se o professor estiver predisposto para tal. A formação de professores é central para que se possa estimular e articular todos os benefícios que esta disciplina suscita. Interessa integrar na EF práticas desportivas sistemáticas, que visem intencionalidade educativa, integralmente compostas e com um sentido cultural, instruído de providenciar prazer aos alunos e fundamentada nos valores do desporto (Batista & Queirós, 2015).

Fez-se notar neste ano de estágio, uma perceção de menor valorização da disciplina de EF em relação às restantes disciplinas, não só por parte dos alunos, mas também por parte dos professores das outras áreas curriculares. No caso dos alunos, o facto de, por exemplo, não realizarem o trabalho teórico, ou então não fazerem a aula simplesmente porque não lhes apetece e desculpam-se com a comum resposta de que não se estão a sentir muito bem. Isto indica-nos que há uma despreocupação em ter ou não boa nota nesta disciplina. No entanto, acredito, que a culpa é dos professores que se recusam a dar negativas a alunos que não fazem mais de metade das tarefas propostas.

Os alunos como sabem que não vão ter uma negativa, mesmo não cumprindo nem se esforçando nos seus afazeres, limitam-se a comparecer às aulas. Esta imparcialidade perante as demais disciplinas torna a EF mais vulnerável naquela que é a importância no currículo do aluno. Relativamente ao comportamento de desaprovação e desinteresse dos outros professores face a esta disciplina, aconteceu nas reuniões de Conselho de turma, por exemplo, uma aluna ter nota máxima em todas as disciplinas, menos a EF. Os professores começaram a comentar com desdém, como se a EF não contasse para nada e era a única nota 4 no perfil da aluna.

Perante os cenários a que esta disciplina é exposta, os professores de EF devem manter sempre a sua posição. A ideia de que esta disciplina apenas visa uma vida ativa e saudável e uma ocupação para lazer, em que não existe aprendizagem em contexto escolar (Batista & Queirós, 2015) tem de ser contrariada. Há que se fazer notar a importância da cultura desportiva, de uma vida fisicamente e emocionalmente fundidas numa harmonia quase perfeita.

#### **4.1.1.3.1. As reuniões com os PC e o NE: partilha de conhecimento**

As reuniões mostram-se fundamentais numa altura em que foi necessário partilhar muita informação e conhecimento, para que assim conseguíssemos aprender uns com os outros. Por este motivo, o NE da UP e da Universidade da Madeira e os respetivos PC, reuniam-se todas as quintas-feiras das 9h30 até as 11h, para que pudéssemos fazer um balanço semanal e também colmatar algumas questões de planeamento ou ação pedagógica. Inicialmente, estas reuniões eram mais gerais para os quatro estagiários, mas numa etapa mais avançada, começaram a ser mais exclusivas, em que cada PC debatia com os seus respetivos EE.

Questões como a organização da aula, a matéria de ensino e os conteúdos que seriam abordados nas aulas, as instalações que seriam utilizadas, os parâmetros de avaliação a ter em conta, as plataformas de trabalho ao qual devíamos recorrer, ou, por vezes, algum assunto mais particular que

possa ter ocorrido em alguma circunstância, foram os grandes pontos de discussão nas nossas reuniões.

Estas alíneas acima retratadas, ajudaram-me a refletir sobre o que tinha a melhorar nas minhas aulas, como também, sempre que surgia alguma dúvida de algum colega de estágio, foi sempre importante ouvir, para reter informações ou acontecimentos que pudessem ser comuns a todos.

No meu caso pessoal e da minha colega de estágio da Universidade da Madeira, tínhamos tarefas conjuntas, solicitadas pelo nosso PC, tal como elaborar grelhas e os parâmetros de avaliação (anexos) para o final de cada período, de maneira que utilizássemos em ambas as turmas. Também nas modalidades de dança e orientação, o PC pediu-nos que planeássemos as aulas e fossem lecionadas da mesma forma em cada turma, isto porque orientação foi uma modalidade de experimentação e demos apenas duas aulas e dança foram quatro aulas, em que o objetivo seria os alunos apresentarem uma coreografia.

Já na fase final do estágio, estas reuniões passaram a ser mais curtas e serviam apenas para tirar algumas dúvidas e/ou redefinir algo no planeamento das aulas.

#### **4.1.1.3.2. A observação das aulas dos outros professores e colegas estagiários: contribuição para a minha conceção**

Segundo o regulamento do estágio<sup>3</sup>, seriam expectáveis realizar no mínimo 6 observações das aulas do PC ou de outros professores de EF da escola e 10 aulas do colega estagiário. Realizei no total 28 relatórios de observação de aulas (anexos) da minha colega de estágio e de professores de EF da escola. Ao longo do ano estive presente em muitas aulas, para conseguir verificar as várias estratégias que cada professor concebia. Achei interessante o facto de que a maioria dos professores mais novos tinha uma ação pedagógica mais criativa e mais produtiva no que toca ao E/A, enquanto os professores mais

---

<sup>3</sup> Regulamento da Unidade Curricular Estágio Profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

antigos colocavam apenas os alunos a jogar jogo formal. Existe uma evidência contextual nestas diferenças, visto que os professores mais novos lecionam turmas mais jovens. Perante este cenário, importa principalmente aos professores com turmas mais jovens saberem que há uma necessidade em estimular as várias capacidades motoras, entre elas, as capacidades condicionais e as coordenativas, porque são nas idades mais precoces que começam a ocorrer alterações mais acentuadas na fisiologia do corpo (Santos, 2013). Esta evidência pode dever-se ao facto de os professores mais novos terem tirado o curso mais tarde e, por isso, terem uma conceção mais atual de ensino da EF e quererem alterar a imagem que esta disciplina reflete aos olhos das outras pessoas.

Destaco um dos professores que observei, devido ao facto de me ter cativado pela sua maneira de lecionar e pela forma de pensar relativamente à organização da própria aula e daquilo que seria mais benéfico para os alunos. Tive oportunidade de poder escolher a turma partilhada de 1º ciclo e então escolhi a turma deste professor. Os exercícios que este desenhava para a sua aula eram muito enriquecedores para os alunos, onde existia progressão, competição, estações para que os alunos pudessem estar divididos em vários grupos de trabalho e principalmente uma constante preocupação em corrigir os erros que cada aluno cometia. Eram aulas divertidas e quase sempre com exercícios novos e desafiantes, por vezes, com jogos pré-desportivos, mas adaptados à sua maneira, como foi o exemplo da bola ao capitão e do jogo “do mata”.

#### **4.1.2. O Planeamento**

##### **4.1.2.1. A importância de conhecer as necessidades educativas específicas dos alunos para delinear a intervenção pedagógica do EE**

Neste ponto, é relevante salientar a importância do nosso maior foco interventivo, os alunos. É através da aprendizagem por eles produzida, que conseguimos perceber se a nossa intervenção está no caminho certo. Conforme

Pièron, Silverman e Solmon (cit. por Hastie et al., 2011) no que concerne ao planeamento e à construção da aprendizagem dos alunos em EF, subsistem variáveis importantes que influenciam a quantidade e a qualidade da prática. São elas a organização e estrutura das tarefas, a quantidade e qualidade da prática, a comunicação com os alunos, os feedback prestados aos alunos e a adequação do clima motivacional.

Um dos nossos objetivos enquanto professores visa a aprendizagem dos alunos, mediante as matérias que são propostas pelo programa nacional de EF. Pela performance individual e/ou coletiva de cada aluno, conseguimos verificar se existe ou existiu alguma evolução em termos de aprendizagem. Farias, Hastie e Mesquita (cit. por Araújo, 2017) divulgaram que os professores mais autónomos eram aqueles que possuíam um conhecimento mais abrangente do conteúdo e, por isso, conseguiam direcionar as tarefas de aprendizagem, como também tinham a capacidade de adaptar a sua intervenção em cada matéria. Quando um professor está mais seguro daquilo que aborda na aula, torna-se muito mais completa a sua intervenção. Foi esta a razão que me levou a procurar sempre estudar as matérias que não dominava tão bem, para que o meu planeamento e subsequente lecionação fosse mais rica e adequada, como forma de poder corresponder aos critérios exigidos da aprendizagem necessária dos alunos.

Evidentemente que, por exemplo, na modalidade de basquetebol, sentia-me muito mais à vontade para intervir na aula e conseguia readaptar em qualquer situação inesperada, ou responder a eventuais dúvidas que os alunos dispusessem, sem sair do foco de aprendizagem. A minha intervenção também era muito mais dinâmica e oferecia muitos feedback corretivos aos alunos, sem medo de estar a passar uma ideia errada aos mesmos. O mesmo já não acontecia, por exemplo, em badminton, mesmo que tivesse procurado estudar mais acerca da modalidade. Ajudava-me essencialmente a enriquecer os exercícios do plano de aula, mas a minha intervenção era mais limitada e apenas corrigia certos aspetos técnicos mais visíveis. É um desafio que continuará a permanecer durante algum tempo e que precisa de haver muito foco e procura de informação que complemente as falhas acontecidas ao longo do ano de estágio, porque errar também é aprender.

A experiência que os professores vão adquirindo ao longo dos anos ajuda-os a prepararem-se melhor para determinados pontos na aprendizagem dos alunos. Não só os erros pedagógicos que possam surgir, mas também as dúvidas que os alunos propõem nas aulas. São recursos que nos levam a pesquisar e a estudar mais, para enriquecer o nosso papel enquanto (futuros) professores de EF.

#### **4.1.2.2. O Planeamento Anual**

Uma das primeiras tarefas a ser realizada foi a elaboração do planeamento anual. Traduz-se na preparação de toda a aprendizagem que queremos desenvolver ao longo do ano, onde organizamos todas as matérias de ensino que vão ser abordadas e respetivos conteúdos.

A minha EC forneceu a todos os professores uma matriz, que deve ser preenchida consoante o ano de escolaridade e com as devidas modalidades, onde contempla as AE, as estratégias e sugestões metodológicas, os recursos, os instrumentos de avaliação, os contributos no âmbito da estratégia nacional da educação para a cidadania e observações. Para o preenchimento deste documento, foi necessário numa primeira instância saber as instalações que nos seriam atribuídas. Também elas com as devidas distribuições feitas no início do ano, para que os professores se pudessem organizar e saber qual o campo que lhes cabia em cada dia/hora (anexos). Depois de consideradas as modalidades e as instalações, tentei distribuir de igual forma um número homólogo de aulas para cada modalidade.

## **Temas/domínios/ módulos e conteúdos programáticos**

### **Área das Atividades Físicas**

- Atletismo (8 tempos letivos previstos)
- JDC - Basquetebol (17 tempos letivos previstos)
- JDC - Futebol (16 tempos letivos previstos)
- JDC – Voleibol (15 tempos letivos previstos)
- Desportos de Raquetas (15 tempos letivos previstos)
- Atividades Rítmicas e Expressivas – Dança (6 tempos letivos previstos)
- Orientação (4 tempos letivos previstos)

### **Área da Aptidão Física**

- Aptidão Física (6 tempos letivos previstos)

### **Área dos Conhecimentos**

- Conhecimentos (6 tempos letivos previstos)

Figura 4: Distribuição anual das matérias de ensino.

### **4.1.2.2.1. Adaptações ao Planeamento Anual**

Todo o planeamento que fora feito no início do ano letivo (anexo 7) teve a necessidade de ser adaptado, devido a vários fatores, sendo eles as características dos alunos, as alterações climatéricas, o confinamento que aconteceu no 2º período entre outras questões logísticas.

O número de aulas previsto foi alterado devido aos fatores acima mencionados. No que diz respeito às características dos alunos, a necessidade de produzir aprendizagem em alguns conteúdos, pelas dificuldades apresentadas por alguns alunos, exigiu estender o número de aulas que estava programado. As condições climatéricas que por vezes se fizeram sentir, como o caso da chuva, foi também uma das causas que me levou a alterar o número de aulas, tendo que estender os conteúdos previstos dessa mesma aula. Porém, aconteceu conseguir um espaço dentro do pavilhão e dar normal seguimento à aula. Quando tal não era possível, era feita uma sessão teórica da matéria em questão, que já era previamente preparada. O grande motivo de readaptação de todo o planeamento foi o confinamento que aconteceu no 2º período. Assim, no 3º período foi inevitável ajustar todas as modalidades, de forma a conseguir lecioná-las, como foi o caso do atletismo, da dança e da orientação que estavam previstas para o 2º período. O 3º período foi marcado pela abundância de modalidades que tiveram de ser integradas no E/A dos alunos.



### **4.1.2.3. As Unidades Didáticas**

A construção das Unidades Didáticas foi feita após a AD de cada modalidade, para que assim eu conseguisse perceber qual o nível da turma. Tive em conta os conteúdos programáticos contidos nas AE e distribuí-as com uma sequência lógica para que a aprendizagem fosse progressiva. O número de aulas já estava previamente solucionado, aquando da elaboração do planeamento anual.

Realizei ao todo 6 Unidades Didáticas, sendo elas de basquetebol, futebol, voleibol, atletismo, dança e badminton. Na modalidade de orientação não foi feita a UD, uma vez que esta foi uma modalidade de experimentação, onde foram realizadas apenas duas aulas.

A elaboração das UD ajudou-me a organizar as aulas e a preconizar exercícios que fossem compatíveis e ajustados ao nível da turma.

#### **4.1.2.3.1. Adaptações às Unidades Didáticas**

Nem todas as UD foram finalizadas, devido à pandemia e às aulas online em detrimento das aulas presenciais. Isto provocou um desajuste nos conteúdos a serem ensinados, porquanto não consegui consolidar alguns deles, ou então acabaram por ser pouco desenvolvidos, devido ao número reduzido de aulas que tivemos no 3º período. Todavia, o facto de ter introduzido teoricamente a matéria nas aulas online, possibilitou-me rever apenas alguns conteúdos através do questionamento e, assim, rentabilizar o tempo de aula.

Tive a necessidade de reajustar a UD de voleibol, na medida em que a evolução da turma se fazia sentir, acrescentando alguns conteúdos como a manchete e o serviço no nível 1, onde me fiz auxiliar pelo MAPJ.

### **4.1.2.4. Os planos de aula**

Como terceiro ponto de intervenção para uma prática docente cuidada e organizada, segue-se o plano de aula. O meu PC solicitou que eu seguisse um modelo de plano de aula (anexo) já anteriormente feito por um EE daquela

escola. O plano de aula que desenhei abarcava uma coluna com os conteúdos e objetivos, outra com a descrição da organização e as estratégias, depois com os esquemas gráficos e, por fim, a duração de cada exercício. No cabeçalho do plano era visível o número do plano de aula, a UD, o ano/turma, o número de alunos, a instalação, a data, a hora e a duração da aula. Também contemplava os recursos materiais e os objetivos gerais da aula. O plano subdividia-se em 3 partes: parte inicial, parte fundamental e parte final. No final do plano, surgia o sumário e as observações.

As maiores adversidades que senti ao elaborar os planos de aula foram nos objetivos gerais da aula, pois é preciso olhar para o plano em grande foco, dominar os conteúdos que vamos abordar e perceber os objetivos de cada exercício, ou o que queremos observar nos alunos, com a implementação de uma dada tarefa. No que toca à primeira coluna dos conteúdos e objetivos, também senti dificuldades para apontar os objetivos de cada conteúdo, que mais uma vez, vai ao encontro do comportamento que queremos ver nos alunos, só que, especificamente, para um determinado exercício. Relativamente à descrição da organização, senti necessidade de refazer várias vezes os exercícios, de modo a conseguir rentabilizar o tempo de empenhamento motor. Isto é, desenhar o exercício de uma maneira a que quase todos conseguissem estar fisicamente ativos. Quando assim não era possível, estabeleci tarefas, como por exemplo, desempenhar papel de árbitro, joker, ou mesmo corrigir os erros técnicos dos colegas. No tópico das observações, colocava sempre as tarefas para quem não ia fazer a aula prática, em que estes tinham de mencionar quais os conteúdos ensinados; para que serviam e qual o objetivo de cada exercício proposto. Desta forma, os alunos conseguiam desenvolver um pensamento crítico e não apenas descrever aquilo que estava a acontecer na aula. Neste tópico também constava, em caso de condições atmosféricas adversas, o espaço opcional para lecionar a aula.

Pode haver várias formas de elaborar um plano de aula, no entanto, importa estabelecer sempre um raciocínio e organização que esteja delineado em consonância com a aprendizagem dos alunos.

### **4.1.3. A Realização/Avaliação**

#### **4.1.3.1. O processo de construção da aprendizagem**

A educação, segundo Bento (1995), é um acontecimento imprescindível do ser humano que auxilia na construção do indivíduo, construindo autonomia assente no entendimento de si mesmo, dos restantes e do mundo. A construção da aprendizagem é constituída por um elo de ligação entre o professor e os alunos, como forma de gerar novas vivências e seja traçado um caminho comum a todos. Ensinar pode ser visto de diferentes maneiras e as perspetivas com que os professores veem o E/A determina para onde é que eles vão focar o processo e como é que eles olham para isso. É importante para os professores escolherem o processo instrucional mais apropriado para os seus objetivos. Para isso, estes devem ter uma ideia clara do quê que os seus estudantes são capazes de fazer; perceber o envolvimento instrucional no qual vão trabalhar e ter as capacidades necessárias para alcançar os seus objetivos (Rink, 1993). Portanto, o primeiro passo para poder haver aprendizagem é traçar os objetivos, consoante as Orientações, os Programas Nacionais de EF e as AE. Este processo foi feito antes de começar o 1º período onde, com a ajuda do PC consultei os critérios, os conteúdos e as matérias que seriam previstas lecionar no 9º ano, seguindo as diretrizes da escola. Após esta fase, é importante conhecermos os nossos alunos, para podermos adaptar o nosso planeamento consoante as suas características. Neste sentido, desde a primeira aula que fui observando o comportamento dos alunos, mediante a minha metodologia de trabalho e fui percebendo o que melhor se adequava às características de trabalho da turma. Por exemplo, a constituição dos grupos de trabalho, tendo de alterar alguns alunos de grupo, visto que estes tinham melhor prestação com determinados colegas. No 3º período já conhecia bem todos os alunos e consegui distribuir melhor estes grupos. Posteriormente é necessário investirmos no estudo dos processos instrucionais e como é que podemos rentabilizá-los com fim ao objetivo pretendido. Por último, mas não menos importante, obter as capacidades precisas para todo este processo ser possível de acontecer. Considero que o primeiro ponto foi o mais difícil de efetuar, pois traçar um

objetivo, mais concretamente aquilo que queria observar no aluno e desenhar um exercício que fosse compatível com os comportamentos desejados, nem sempre foi tarefa fácil. Foi uma adversidade que senti ao longo de todo o ano. Relativamente ao conhecimento instrucional, comecei por ter em conta as minhas características enquanto pessoa e enquanto EE, de forma a adequar a minha maneira de ser com a construção da aprendizagem. Em seguida e, conforme os comportamentos e capacidades da minha turma, adotava um processo instrucional que fosse perceptível a todos. Uma das tarefas mais desafiantes que tive ao longo do ano de estágio foi inovar nos exercícios. A capacidade para inovar compromete criatividade, adaptabilidade e capacidades empreendedoras e transdisciplinares (Cobo, 2013). Senti que no 1º período foi mais fácil criar exercícios novos, mas consoante as ideias iam sendo postas em prática, tornou-se mais complicado planear novos exercícios. O mesmo aconteceu com as aulas síncronas no 2º período, dado que o tempo de aulas e os recursos que me podia fazer acompanhar eram escassos. No 3º período, o facto de ter tido muitos conteúdos para abordar em tão pouco tempo, dificultou a minha capacidade de rentabilizar o tempo e otimizar a aprendizagem, tornando o ensino mais superficial.

#### **4.1.3.2. A Instrução: intervenção pedagógica da EE**

A importância da instrução do professor é primordial, em virtude de ser uma componente estritamente necessária para o E/A dos alunos durante a realização das tarefas.

Kirk e MacPhail (2002) verificaram que para jogar jogos com competência, os alunos devem possuir conhecimento das regras (conhecimento declarativo), capacidade de executar técnicas (conhecimento procedimental) e quando e onde usar essas técnicas, para que se tornem habilidades de jogo eficientes (conhecimento estratégico) num ambiente em constante mudança que os jogos apresentam. Para potenciar estas questões, o meu papel enquanto professora passou pela demonstração e explicação dos conteúdos acima expostos, de forma que os alunos conseguissem colocar em prática toda a informação que lhes era prestada e conseguissem ter um maior envolvimento e pensamento crítico nas tarefas propostas.

Determinar qual a abordagem pedagógica mais eficaz nos resultados desejáveis da aprendizagem (técnica, tática, prazer, conhecimento/compreensão, sócio afetivo e motivacional) depende do contexto e características dos alunos (Méndez et al., 2010). Face a este perfil de alunos, a instrução, que visa orientar e conduzir o aluno, através da comunicação verbal e/ou demonstração (Pasetto et al., 2006), como também pelos feedback pedagógicos (Januário et al., 2006), tive a preocupação enquanto EE de rentabilizar ao máximo a aprendizagem dos alunos, pelo conhecimento que tenho das modalidades e proporcionar-lhes uma experiência divertida e rica, de forma a melhorar as capacidades motoras e cognitivas dos alunos, fazendo-lhes auxiliar sempre de uma instrução visível e simples do necessário para promover uma dinâmica de jogo mais interessante.

A minha intervenção passou bastante pela demonstração, processo este que foi vindo a ganhar maior importância devido à ajuda do meu PC, fazendo-me ver que os alunos percebem melhor através deste método, levando-os a entender através da observação daquilo que era para fazer. A partir do momento em que comecei a utilizar a demonstração (meados do 1º período) de todos os exercícios e da dinâmica que seria feita (estações, circuitos), os alunos começaram a integrar a aula mais rapidamente e a perceber a ação estrutural da mesma. Normalmente quem realizava a própria demonstração do exercício era eu, para que os alunos notassem na sua professora alguém que, para além de verbalizar, conseguia executar o que era pedido. Considero este pormenor essencial na relação que os alunos criam com o seu professor e no respeito que começam a sentir por alguém que demonstra saber o que está a praticar. Por sua vez, quando formava grupos de trabalho, colocava um dos grupos a exemplificar a tarefa, principalmente quando o exercício implicava situação de jogo. Após a explicação e demonstração do exercício, o meu foco incidia nos feedback e no questionamento. Tentei sempre fechar o ciclo do feedback, ou seja, observava o aluno, detetava o erro, corrigia-o e observava de novo, para que o aluno sentisse que a professora estava atenta e determinada na sua aprendizagem. Já o questionamento elevava a questão do pensamento crítico dos alunos, para que estes percebessem o porquê, como e quando estavam a realizar determinado movimento ou ação tática no jogo.

Neste contexto de intervenção pedagógica, o quadro abaixo ilustra um molde do planeamento da realização da prática feita ao longo do ano:

| Período                                         | Modalidades                                                                                                                | Objetivos gerais                                                                                                                                             | Dificuldades                                                                                                                                         | Métodos de Ensino (modelos e estilos)                                                                                                         | Estratégias de Ensino                                                                                                     | O meu progresso                                                                                                |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1º Período<br>– TR (9º ano)                     | Voleibol;<br>Futebol;<br>Basquetebol;<br>Raquetas;<br>Condição Física                                                      | Desenvolvimento motor e cognitivo; despoletar o domínio socio-afetivo e os valores étnico-morais; implementar dinâmicas de jogo.                             | Variabilidade dos exercícios; níveis diferentes de habilidades dos alunos; transição entre exercícios; pouco conhecimento na modalidade das raquetas | Aplicação do MAPJ na modalidade do voleibol<br>Aplicação do MID nas restantes modalidades;<br>estilo de ensino de comando, tarefa e inclusivo | Trabalho em estações e circuitos; jogos reduzidos com superioridade numérica; separação de grupos por nível de habilidade | Maior envolvimento com a turma; dinâmica de trabalho mais assertiva                                            |
| 2º Período<br>– TR (9º ano) – aulas à distância | Voleibol;<br>Futebol;<br>Basquetebol;<br>Raquetas;<br>Atletismo;<br>Dança;<br>Orientação;<br>Ginástica;<br>Condição Física | Abordar na totalidade a parte teórica das modalidades contidas nas AE; ensinar dança através de vídeos; promover a prática de exercício físico               | Inovação e criatividade na forma de lecionar as aulas                                                                                                | Aplicação do MID; estilo comando e tarefa                                                                                                     | Apresentações interativas da matéria; vídeos e imagens; criação de exercícios práticos para a condição física             | Dinâmica de trabalho mais assertiva; aprofundamento na utilização de <i>softwares</i>                          |
| 2º Período<br>TP (5º ano)                       | Voleibol;<br>Jogos Pré-desportivos                                                                                         | Desenvolvimento motor e cognitivo; despoletar o domínio socio-afetivo e os valores étnico-morais; implementar dinâmicas de jogo.                             | Organização da aula; controlo sobre os alunos; explicação detalhada dos exercícios                                                                   | Aplicação do MAPJ no voleibol; estilo de ensino de comando, tarefa e inclusivo                                                                | Divisão da turma; trabalho em estações                                                                                    | Adaptação à diversidade da turma                                                                               |
| 3º Período<br>– TR (9º ano)                     | Voleibol;<br>Futebol;<br>Basquetebol;<br>Raquetas;<br>Atletismo;<br>Dança;<br>Orientação;                                  | Desenvolvimento motor e cognitivo; despoletar o domínio socio-afetivo e os valores étnico-morais; implementar dinâmicas de jogo; maior autonomia nas tarefas | Pouco conhecimento teórico das modalidades de dança e atletismo; conciliar duas modalidades numa mesma aula                                          | Aplicação do MID; Estilo de ensino de comando, tarefa e inclusivo                                                                             | Trabalho em estações e circuitos; jogos reduzidos com superioridade numérica; separação de grupos por nível de habilidade | Adaptação à dinâmica de lecionar duas modalidades numa só aula; aprofundamento do conhecimento das modalidades |

Quadro 1: Distribuição da prática pedagógica.

Atentando ao quadro elaborado, os objetivos gerais que tracei para cada modalidade foi ao encontro da minha concepção de EF. Isto é, procurei desenvolver as capacidades motoras, cognitivas e socio-efetivas do aluno, sempre que possível através de jogos, de forma a tornar a aula cativante e havendo aprendizagem ao mesmo tempo. O motivo pela qual recorri eminentemente ao MID ao longo do ano preconiza-se devido ao facto de ter medo de perder o controle sobre a turma e preferir que a aula decorresse consoante as minhas definições. Também teve influência do meu PC, por este se fazer utilizar das mesmas características inerentes a este modelo.

#### **4.1.3.3. O papel da motivação nas aulas de EF**

Conforme Ntoumanis et al. (2004) existem estratégias que incluem uma maior variedade de tarefas e desafios que permitem os alunos trabalharem em grupos heterogêneos menores, compartilhando responsabilidades entre os professores e os alunos e fornecendo mais feedback positivos do que críticos. Neste seguimento, explorei formar grupos de trabalho que fossem os mesmos em todas as aulas. Grupos esses que eram divididos por níveis de habilidade. Isto porque numa tentativa de misturar vários níveis num mesmo grupo, não correu da maneira esperada. Assim, decidi formar grupos que partilhassem um mesmo nível de performance, tornando o trabalho em aula mais dinâmico e produtivo. Procurei também variar sempre os exercícios e envolver a competição. Estratégia essa que resultou num maior empenhamento dos alunos na realização das tarefas propostas. A motivação autónoma reflete o envolvimento no comportamento, porque satisfaz metas pessoalmente relevantes e atende às necessidades psicológicas inatas de autonomia, competência e relacionamento (Wallhead et al., 2013). Uma das formas capazes de proporcionar um envolvimento mais ativo dos alunos na realização dos exercícios durante as minhas aulas, foi gerar um clima de torneio, em que os alunos disputavam um jogo e quem vencesse jogava contra quem vencesse. No 1º período utilizei maioritariamente exercícios analíticos, mas por exemplo em futebol, criava estações onde os grupos podiam competir, consoante a tarefa proposta (fazer em menor tempo ou chegar primeiro). No 2º período a



competição que os alunos tinham entre si era na plataforma do kahoot, em que no final de cada jogo havia um pódio. Já no 3º período consegui desenvolver competição através do jogo propriamente dito e foi onde os alunos se mostraram mais envolvidos e interessados na prática, havendo uma maior predisposição para a aprendizagem. Isto despertou um interesse mais ofuscante na maioria dos alunos e levou a uma partilha comum de interesses. Ou seja, fez com que os alunos partilhassem o mesmo objetivo e trabalhassem em equipa para poderem alcançá-lo. Já nos desportos individuais, por exemplo no atletismo, utilizei folhas de registo, onde os alunos apontavam a sua marca nas demais modalidades lecionadas, provocando a vontade destes se conseguirem superar a si mesmos.

Como afirma Morgan (2017), muitos aspetos do clima motivacional promovido pelos professores de EF são de natureza pedagógica e sociológica, focando somente no domínio psicológico, o que limita a compreensão teórica do clima motivacional e, talvez, mais importante, estratégias práticas que estes podem adotar para promover um ambiente de aprendizagem positivo. Os alunos têm de se sentir intrinsecamente motivados para a prática, para que o E/A seja criado num ambiente positivo e haja compreensão e um relacionamento cooperativo entre os alunos e o professor.

#### **4.1.3.4. O Covid-19: estratégias pedagógicas para recurso ao E/A e as dificuldades da operacionalização**

O vírus da Sars-CoV-2 assolou o mundo e trouxe repercussões a todos os níveis da nossa vida e de quem nos rodeia. Segundo Wang (cit. por Baena-Morales et al., 2021) o seu impacto está a atingir principalmente ao nível da saúde, mas também diversos estratos sociais, como a educação. A escola é um dos principais meios que promove a atividade física, hábitos de sono e uma alimentação adequada, afirma Brazendale (cit. por Baena-Morales et al., 2021). No 2º período deste passado ano letivo, vários foram os alunos que foram ameaçados pelo sedentarismo e falta de hábitos saudáveis, devido ao confinamento a que foram expostos.

A aulas de EF (presenciais) foram resguardadas por um conjunto de regras para evitar a propagação do vírus, sendo elas: o respeito pelo distanciamento físico; a reduzida partilha de materiais e objetos; privilegiar o trabalho/exercícios individuais e os jogos reduzidos e condicionados através de circuitos e estações. Este conjunto de medidas trouxeram-me muitas dificuldades ao longo do 1º período, principalmente porque foi muito complicado colocar os alunos sempre distanciados, quando estes começavam a brincar e a se tocar constantemente. Comportamentos normais de adolescentes. A nível do planeamento das aulas também foi desafiante, pois toda a nossa formação foi sempre legítima ao toque, à partilha, ao contacto físico e aos JDC. Optava sempre por criar estações e incidir na técnica individual de cada modalidade, de forma a tentar cumprir ao máximo com as regras exigidas. Todavia, os alunos começaram a demonstrar muito desinteresse e desmotivação para a realização daquele tipo de exercícios analíticos. Limitavam-se a perguntar o porquê de alguns professores fazerem jogo com a turma toda e eles não poderem fazer o mesmo. A verdade é que muitos professores não levaram a cabo as regras da escola e isto gerou descontentamento por parte de muitos alunos, ao compararem os diferentes tipos de aulas.

No final deste 1º período com muita luta e cansaço, segue-se um 2º período com aulas síncronas e com tempo reduzido comparativamente àquele que tínhamos nas aulas presenciais. Portanto, as aulas de 90 minutos passaram a ser de 60 minutos e as aulas de 45 minutos passaram a ser de 30 minutos. Outro desafio à vista, foi conseguir ensinar por meio de um computador. Em reuniões de preparação com o meu PC, decidimos seguir uma lógica, em que iríamos abordar todas as modalidades que faziam parte das AE do 3º ciclo, mediante os seguintes temas: a história da modalidade, a ficha de apresentação, que contemplava o objetivo, o material, o recito/terreno de jogo, o número de atletas/jogadores, a duração da atividade/jogo e o regulamento/número de árbitros – juízes; depois a explicação do regulamento através das principais regras da modalidade; as principais ações técnico/táticas e, por fim, algumas curiosidades. Estas apresentações eram lecionadas interactivamente, com várias perguntas aos alunos, que tinham de ser direccionadas, para que não houvesse muitas interferências ao mesmo tempo. Utilizei também a plataforma do Kahoot para criar perguntas acerca do que tinha sido ensinado, tornando-se

uma forma criativa dos alunos se manterem atentos e motivados para obter uma boa pontuação. Sem poder faltar uma vertente prática, recorri à plataforma Sworkit, onde podia formar muitos exercícios e passá-los no ecrã, com um timer para contabilizar o tempo de exercício e o de descanso. Para evitar a monotonia das aulas, elaborei alguns vídeos com exercícios, utilizando garrafas de água, como também vídeos para ensinar a modalidade de dança. No final desta etapa já me sentia psicologicamente muito saturada de ter de me sentar numa cadeira para ter de lecionar pelo computador. Ansiava que o Governo Regional voltasse a abrir as escolas para poder ter interação com as pessoas e vê-las ao vivo. Um estudo acerca das emoções de professores estagiários de EF em Espanha, mostrou que uma das principais mudanças no estado emocional, que ilustrou felicidade enquanto estavam a dar aulas presenciais e a tristeza quando tiveram de mudar para o ensino online, afetando o seu humor e sentimentos (Varea & González-Calvo, 2020). Estes sentimentos devem-se à incerteza e falta de liberdade que a pandemia emite sobre todos nós.

No 3º período voltamos ao regime presencial e verifiquei por parte do meu PC que as regras da pandemia já não precisavam de ser levadas tão ao pormenor, sentindo mais liberdade e motivação para planear as aulas. Comecei a criar mais contextos de jogo em 3x3 (no basquetebol, futebol e voleibol). No aquecimento fazia jogos mais dinâmicos e divertidos, como as apanhadas. Só não me foi permitido realizar jogo a campo inteiro. Nos DI, não alterei a estrutura, dado que estes desportos funcionam bem através das estações e circuitos.

A certeza deste capítulo é que ele continuará a fazer parte dos RE futuros e das aulas de EF. Indubitavelmente que a adaptação a este cenário não é fácil, nem rápida. Ainda há muito por ser estudado e repensado sobre as melhores estratégias a serem utilizadas nas aulas de EF. Durante este caminho e processo de transformação, a criatividade não pode faltar, a investigação, a reflexão e a vontade de contornar o impacto negativo que este vírus tende a ter na nossa vida diária e, principalmente na nossa saúde mental e física.

#### **4.1.3.5. A avaliação: diagnóstica, formativa e final**

Esta alínea é bastante debatida nos dias de hoje. Os resultados da aprendizagem têm pouca relação com o que se pretende, pois o que o aluno aprende como resultado de uma sequência particular de atividades instrucionais é impossível de prever, mesmo que a instrução seja feita ao mesmo tempo e para todos, haverá sempre entendimentos diferentes (Wiliam, 2011). É por isso que a avaliação é, talvez, o processo central na instrução eficaz, sendo através desta que podemos descobrir se uma sequência particular de atividades de ensino resultam nos resultados de aprendizagem pretendidos (Wiliam, 2011).

A primeira avaliação a ser realizada é a AD. Esta é um instrumento que nos mostra dados sobre os conhecimentos dos alunos, ou seja, o quanto estes dominam a matéria (Santos, 2020). Indiscutivelmente, este tipo de avaliação oferece-nos uma base de trabalho muito vasta, que posteriormente vai influenciar todo o nosso planeamento, como é o caso das unidades didáticas que tratei num dos tópicos anteriores. É também um meio de comparação que o aluno e o professor têm no início e no final do ano. Efetivei a AD em todas as modalidades, no qual, através de uma grelha (anexos) que continha os diversos conteúdos de cada modalidade, avalei de 0 a 5 cada aluno. A definição de Black e Wiliam (cit. por Chng & Lund, 2018) acerca da avaliação formativa (AF) é tida como todas as atividades realizadas por professores e/ou pelos seus alunos, que fornecem informações a serem usadas como feedback para modificar as atividades de E/A e atender às necessidades dos alunos. Para poder registar diariamente estas informações acerca da AF dos meus alunos, formulei uma grelha. Nesta grelha (segue em anexo), os parâmetros lá contidos foram os conhecimentos, onde abarcava a parte psicomotora e cognitiva dos alunos quanto à modalidade que estava a ser ensinada; a responsabilidade; o empenho/autonomia/participação e o respeito/cooperação. Cada parâmetro era avaliado com um sinal de “+” ou de “-“, em que o “+” significava a nota 4, o “++” significava 5, o “-“ significava 2 e quando não tinha nenhum sinal significava 3. Estes tipos de indicações ajudaram-me a perceber se o nível e o comportamento dos alunos sofreram alguma evolução, ou não. Também tiveram um peso na ponderação das notas finais. As avaliações finais determinam uma nota que

surge do colmatar de toda a matéria que foi ensinada ao longo do ano e que denotam a progressão do aluno, facultando a sua nota final da disciplina.

No 1º e 3º períodos as avaliações foram feitas com os critérios que estabeleci no parágrafo acima. No 2º período, sendo um período atípico e não presencial, a avaliação foi feita num processo distinto. Esta foi feita através de um vídeo organizado por mim e pela minha colega de estágio, onde exigia um nível A (mais difícil) e um nível B (mais fácil). No dia da avaliação transmitimos o vídeo e observamos 8 alunos de cada vez, avaliando-os com critérios previamente definidos (anexos). Tive também em conta uma ficha que elaborei no início do período, contendo os seguintes parâmetros: câmara; microfone; participação; trabalho teórico; trabalho prático e assiduidade/pontualidade. Este registo era feito em todas as aulas. A grelha utilizada no final de cada período segue em anexo. Através de um documento excel (anexos), partilhado no google sheets entre mim e o meu PC, era feita a avaliação no final de cada período, contendo todos os parâmetros necessários para a avaliação final do aluno. Eu colocava inicialmente as notas e o meu PC fazia uma revisão e apreciação, em que de seguida, discutíamos as notas, de forma a consumarmos este processo.

Na minha opinião, os alunos não deviam de ser avaliados somente num momento, porque nesse dia podem não estar bem, ou ter algum contratempo e não conseguir ter a prestação que realmente mereciam. Nisto, considero importante atender a todos os momentos e a todas as aulas, para visionar a evolução do aluno num juízo globalizante.

#### **4.2. Desenvolvimento Profissional: um estudo sobre o desempenho no jogo de basquetebol e o questionamento reflexivo (Área 3)**

##### **Resumo**

A aplicação do estudo foi efetuada com a turma partilhada de 2º ciclo, pois na altura pandémica em que nos encontrávamos, não era possível dar aulas à turma residente de 3º ciclo. Assim, para agarrar a oportunidade, a implementação do estudo foi realizada com uma turma de 5º ano, um desafio no meu

Desenvolvimento Profissional. O *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI) foi o instrumento de análise do jogo que auxiliou a estudante estagiária no registo das ações dos alunos, no decorrer de 10 jogos. Este método foi concebido para medir a performance individual no jogo, pelas ações com e sem bola; pela tomada de decisão e execução e no ataque e defesa. Recorreu-se às gravações dos jogos para poder anotar todas as medidas de performance no jogo. Baseou-se no índice de Tomada de Decisão, no índice de Execução de Habilidades e no índice de Ação de Apoio para fundamentar este estudo. Em acordo com o professor responsável da turma a formação das equipas foi constituída conforme o nível de habilidades e, assim, foram definidas quatro equipas compostas por dois alunos cada. Duas equipas com alunos mais habilidosos e as outras duas equipas com alunos menos habilidosos. Os jogos tiveram a duração de cinco minutos. Em cada dia, os alunos jogavam com equipas diferentes, seguindo a mesma sequência ao longo de todo o período estabelecido, de maneira a jogarem todos contra todos. Nesta área, será apresentado uma investigação acerca do desempenho no jogo na modalidade de basquetebol em que, através do questionamento (declarativo, processual e condicional) pela estudante estagiária e a avaliação baseada nos testes de habilidades (técnicas e táticas) pelo GPAI, recorrer-se-á à análise estatística dos dados recolhidos ao longo da recolha de 3 momentos, de 10 jogos. Os resultados indicaram que houve alguma melhoria na performance em jogo, especialmente na Tomada de Decisão e nas Ações de Apoio.

**PALAVRAS-CHAVE:** DESEMPENHO NO JOGO; PERFORMANCE; QUESTIONAMENTO.

### **Abstract**

The application study was held with a basic education shared class, because these pandemic times we found ourselves in wouldn't allow us to teach for the secondary classes. As so to held the chance, I pursued the study with a 5<sup>o</sup> grade class, it was a challenge on my Professional Growth. The Game Performance Assessment Instrument (GPAI) was the game analisys instrument that helped the

the preservice teacher on the recording of students actions through the 10 matches. This method was made for measuring the individual performance through the game, by the actions with and without ball; by the decision making and execution through attack and defense. We recorded games to be able to note down every measure of performance. We based on the index for Decision-making, Skill-execution and Support Action to base the study. In accordance with the leading teacher of the class teams were built according to levels of ability as so we defined four teams composed by two students each. Two teams with the most skillful players and other two teams with the less skillful ones. The matches had a duration of 5 minutes each. Each day the students played on a different team taking turns on the same sequence all the established period as a way to all of them to play with every other. In this field I shall present an investigation of performance over game on basketball modality in which, through questioning (declarative, processual and conditional) by the preservice teacher and through evaluation based on skills testing (technical and tactical) by the GPAI, going for statistic analysis of the information gathered through three moments over 10 games. The results show there was an improvement on game performance, specially on decision-making and game involvement.

**KEYWORDS:** GAME PERFORMANCE; PERFORMANCE; QUESTIONING.

#### **4.2.1. Introdução**

Esta área remete para a elaboração de um estudo, pela escolha de um tema que o EE tivesse preferência e fosse pertinente a sua contextualização, de acordo com as características da turma onde o estudo fosse aplicado e remetesse para os objetivos do EE. A escolha do tema para a área 3 do relatório foi o do desempenho no jogo de basquetebol e a utilização do questionamento (declarativo, processual e condicional) pela EE. Esta eleição foi feita muito pela afinidade à parte do treino desportivo e a uma modalidade que a EE esteve desde sempre ligada.

Foram selecionados oito alunos da turma, quatro mais habilidosos e quatro menos habilidosos. Formaram-se equipas homogêneas de dois alunos,

no qual constituíam duas equipas com alunos mais habilidosos e outras duas com alunos menos habilidosos. O fundamental do estudo foi perceber em que medida é que os alunos conseguiam aumentar o seu desempenho no jogo de basquetebol ao longo de 10 jogos. Recorreu-se à filmagem de todos os jogos, mas apenas codificamos 3 momentos, o segundo, o sexto e o décimo jogo. Esta codificação foi elaborada através do instrumento de avaliação, o GPAI. A análise consistiu em verificar quantas ações os alunos efetuavam nas ações de Tomada de Decisão, na Execução de Habilidades e nas Ações de Apoio. Através deste método pretendeu-se contabilizar todas as ações individuais dos oito alunos e, posteriormente, recorrer à análise estatística no SPSS para observar uma possível evolução no desempenho em jogo dos alunos. Para estimular esta evolução tornou-se necessário a intervenção da EE com o método da instrução, pelo questionamento, antes de cada jogo. O questionamento reflexivo serviu para dinamizar todas as ações dos alunos, porquanto estes careciam de informação referente à modalidade de basquetebol. Perante este cenário, a demonstração, também foi utilizada como fonte de ensino e aprendizagem para estes alunos.

#### **4.2.2. A importância da competição e do questionamento declarativo e processual no desempenho do jogo**

Se proporcionarmos aos alunos um ambiente de aprendizagem autêntico no qual as aulas são organizadas em sessões de jogos competitivos, conseguimos promover a participação equitativa durante a prática extensiva do jogo (Farias et al., 2015). A motivação dos alunos é notória quando estes são expostos a um contexto de jogo, onde envolva competição e, consequentemente diversão no jogo desportivo. Cumprindo os critérios de regras de segurança impostos pela direção geral de saúde, resolvi realizar jogos reduzidos de 2x2, com um grupo restrito de alunos na turma. Neste cenário de jogo, os alunos tiveram liberdade de pensar no jogo e executar os aspetos técnicos e táticos ao longo de todo o processo. Apesar de toda a autonomia e iniciativa que os alunos dispunham no jogo, a minha intervenção foi imprescindível devido ao nível que se encontrava a turma e ao conhecimento da modalidade de basquetebol.



O conhecimento pedagógico do conteúdo é uma interação de várias bases de conhecimento sobre as quais o professor toma decisões sobre o quê e como ensinar (Iserbyt et al., 2015). A ligação da EE à modalidade do basquetebol, como jogadora e como treinadora facilitou todo o processo de conhecimento do conteúdo. Essas bases proporcionaram maior autonomia na explicação de conteúdos e regras importantes para a elaboração do estudo. Para que a prática seja efetiva, o nível de conhecimento dos alunos e a sua capacidade de tomar decisões são fundamentais (González-Víllora et al., 2010). Deste modo, é importante reconhecer o questionamento declarativo, processual e condicional como fonte primordial no decorrer do processo de aprendizagem dos alunos. Estes três tipos de conhecimento remetem para as regras. Ou seja, informação factual (conhecimento declarativo); no conhecimento contextual do jogo (conhecimento condicional); o conhecimento fundamental para saber como fazer (conhecimento processual). Através da utilização deste tipo de instrução, pelo questionamento reflexivo, os alunos foram capazes, não só observar movimentos e situações criadas pela EE, mas também pensar naquilo que lhes era perguntado. Em seguida, os alunos colocavam em prática o conhecimento tido como importante para uma boa dinâmica de jogo no basquetebol.

#### **4.2.3. Objetivos do estudo**

Este estudo teve como objetivo principal examinar o desempenho do jogo de basquetebol de alunos do segundo ciclo em função da participação em momentos de prática competitivos (2x2) e da utilização do questionamento (declarativo, processual e condicional) da EE.

Como objetivo adicional do estudo, pretendeu-se examinar os resultados das três componentes avaliadas, sendo elas a tomada de decisão, a execução de habilidades e as ações de apoio nos três momentos<sup>4</sup> de avaliação, ou seja, entre o pré-teste, a avaliação intermédia e o pós-teste.

---

<sup>4</sup> Momento inicial: aula 2 (24/02/2021); Momento Intermédio: aula 6 (10/03/2021); Momento final: aula 10 (21/04/2021).

#### **4.2.4. Métodos**

##### **4.2.4.1. Participantes e contexto**

A presente investigação foi efetivada numa escola cooperante, situada no conselho do Funchal, no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. O estudo foi elaborado por uma professora estagiária no segundo ano do ciclo de estudos.

A turma participante neste estudo pertence à TP desta professora. Foram 8 alunos do 5º ano, 4 do sexo feminino e 4 do sexo masculino. As equipas foram mistas e feitas consoante o nível de habilidade, sendo que 2 equipas eram compostas por alunos mais habilidosos e as outras 2 equipas, compostas por alunos menos habilidosos. A EE não conhecia de antemão os alunos daquela turma então, o professor responsável por esta, ficou de formar as equipas, uma vez que já conhecia bem o nível de cada aluno. Esta turma ainda não possuía nenhum conhecimento teórico nem prático referente ao basquetebol, pois ainda não tinham tido nenhuma aula desta modalidade, nem nenhum dos alunos tinha praticado este desporto federado.

##### **4.2.4.2. Procedimentos**

A fim de dar seguimento à realização do estudo, foi indispensável falar com o professor responsável da turma em questão, para que fosse possível despende os 10 minutos finais de cada aula para pôr em prática todo o planeamento da investigação. Após este primeiro passo, foram selecionados 8 alunos pelo professor responsável da turma. Em seguida, a EE reuniu com os respetivos alunos e explicou todos os procedimentos necessários para efetuar o estudo, quais os objetivos e o porquê de estarem a realizar uma atividade diferente dos restantes colegas da turma.

Foram realizados 10 jogos em 10 aulas. Nos 10 minutos finais de cada aula, os devidos alunos reuniam com a EE para procederem à realização do estudo. Os alunos foram distribuídos por dois meios-campos e em cada um

estavam duas equipes de dois alunos cada, que disputaram um jogo de 5 minutos. Antes do início do jogo, os alunos sentavam-se à volta da EE para que fosse feito o questionamento. As equipes número 1 e 2 eram compostas por alunos mais habilidosos, já as equipes 3 e 4 eram compostas por alunos menos habilidosos. Os jogos seguiram sempre a mesma sequência, para que cada equipe pudesse jogar contra todas e experienciar os dois níveis de dificuldade, em que a partir desses jogos se pudesse tirar conclusões, como por exemplo quando uma equipe mais fraca joga duas vezes com uma equipe mais forte, se nesse segundo jogo obteve resultados mais evoluídos do que no primeiro jogo.

Assim, os jogos e as referidas filmagens aconteceram nos seguintes dias:

| Gravação | Data       | Jogos/equipes |
|----------|------------|---------------|
| 1        | 18/02/2021 | 1x2<br>3x4    |
| 2        | 24/02/2021 | 1x3<br>2x4    |
| 3        | 25/02/2021 | 1x4<br>2x3    |
| 4        | 03/03/2021 | 1x2<br>3x4    |
| 5        | 04/03/2021 | 1x3<br>2x4    |
| 6        | 10/03/2021 | 1x4<br>2x3    |
| 7        | 11/03/2021 | 1x2<br>3x4    |
| 8        | 17/03/2021 | 1x3<br>2x4    |
| 9        | 14/04/2021 | 1x4<br>2x3    |
| 10       | 21/04/2021 | 1x2<br>3x4    |

Quadro 2: Gravações e jogos.

#### 4.2.4.2.1. Processo de Instrução

Antes de cada jogo a EE reunia os alunos para que fossem feitos os questionamentos reflexivos. As questões partiam do conhecimento declarativo, processual e condicional. Abaixo estão representadas todas as questões que foram planeadas ao longo dos 10 jogos, elaboradas pela EE aos alunos e o tipo de conhecimento ao qual remetem.

| JOGO | Conhecimento Declarativo                                                                                                   | Conhecimento Processual                                                                                                                                     | Conhecimento Condicional                                                                                                                          |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1    | Avaliação do nível de desempenho dos alunos                                                                                |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |
| 2    | Reposição da bola                                                                                                          | “como é que repomos a bola?”                                                                                                                                | Movimentação com e sem bola<br>“quando não temos bola o que devemos fazer? E quando temos bola?”<br>“quando passamos a bola o que devemos fazer?” |
| 3    | Drible<br>“quantas vezes podemos driblar?”<br><br>Passos<br>“quantos passos podemos dar com a bola na mão?”<br><br>Pé-eixo | “a mão onde tem de estar quando estamos a driblar a bola?”<br><br>“como é que são contabilizados os passos?”<br><br>“como é feita a utilização do pé-eixo?” | “para que serve o pé-eixo?”                                                                                                                       |
| 4    | Sem questionamento                                                                                                         |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |
| 5    | Sem questionamento                                                                                                         |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |
| 6    | Revisão dos conteúdos abordados anteriormente                                                                              | Defesa individual<br>“como me devo posicionar na defesa individual?”                                                                                        | “para que serve a defesa individual?”                                                                                                             |
| 7    | Revisão dos conteúdos abordados anteriormente                                                                              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |
| 8    | Sem questionamento                                                                                                         |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |
| 9    | Revisão de todos os conteúdos                                                                                              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |
| 10   | Sem questionamento                                                                                                         |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |

Quadro 3: Planeamento dos conteúdos.

#### 4.2.4.3. Recolha de dados

Foram efetuadas filmagens (jogos) de todas as aulas (10 aulas = 10 jogos). Para efeitos de análise do desempenho de jogo dos alunos, foram analisados 3 momentos de prática: a aula número 2, 6 e 10 que serviram para se avaliar a progressão na performance dos alunos. Para a gravação, foi utilizado um telemóvel, colocado num tripé das bancadas do pavilhão, de forma a tornar o ângulo de visão mais amplo.

Cada jogo decorreu em meio-campo, com a duração de 5 minutos. Antes desses 5 minutos reuniam-se os alunos e a EE, para que esta pusesse em prática o questionamento reflexivo aos alunos, abordando o conhecimento declarativo, processual e condicional.

#### 4.2.4.3.1. Instrumento de avaliação do desempenho no jogo: GPAI

A base que sustentou os dados de avaliação da performance no jogo foi o GPAI. Este sistema multidimensional foi projetado para medir os comportamentos de desempenho do jogo, que demonstra compreensão tática, bem como a capacidade de jogar, resolver problemas táticos, optando e aplicando as habilidades apropriadas (Oslin et al., 1998). Nos jogos desportivos coletivos, uma grande parte do jogo decorre sem bola, isto é, os movimentos sem bola e as tomadas de decisão de apoio aos jogadores são essenciais para uma equipa ter sucesso (Mitchell et al., 2013). É, portanto, um sistema multidimensional concebido para medir a performance individual no jogo, que remete para as ações com bola e sem bola, para a tomada de decisão e execução e para o ataque e defesa. Na tabela abaixo, estão representados as componentes e os critérios que foram avaliados nos alunos.

| Componente                  | Critérios                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tomada de decisão           | L- o jogador tenta lançar quando tem o cesto ao alcance.<br>P- o jogador tenta passar a um colega desmarcado .<br>R- o jogador tenta receber a bola que lhe é passada.<br>D- o jogador tenta driblar para avançar em direção ao cesto ou levar a bola para uma posição de ataque mais favorável. |
| Execução da Habilidade      | L- o lançamento é convertido ou a bola toca no bordo superior do aro.<br>P- o passe chega ao recetor (com a força apropriada).<br>R- o recetor capta e mantém a posse de bola.<br>D- no final do drible o jogador fica em situação de passar, lançar ou manter a posse de bola.                  |
| Ação de Apoio (desmarcação) | - o jogador corta para o cesto após passe.<br>- o jogador movimenta-se para abrir uma linha de passe de apoio a uma distância apropriada.<br>- o jogador sem bola corta para tentar receber a bola perto do cesto.                                                                               |

Quadro 4: Componentes e critérios de avaliação.

Posteriormente a EE elaborou uma grelha de observação adaptada às ações que achou serem mais importantes para o desenvolvimento do estudo.

|                                                | TOMADA DE DECISÃO |              | EXECUÇÃO DA HABILIDADE |          | AÇÃO DE APOIO |              |
|------------------------------------------------|-------------------|--------------|------------------------|----------|---------------|--------------|
|                                                | Apropriada        | Inapropriada | Eficaz                 | Ineficaz | Apropriada    | Inapropriada |
| Tenta lançamento                               |                   |              |                        |          |               |              |
| Tenta drible                                   |                   |              |                        |          |               |              |
| Tenta passe                                    |                   |              |                        |          |               |              |
| Tenta receção exterior                         |                   |              |                        |          |               |              |
| Tenta desmarcação para o cesto                 |                   |              |                        |          |               |              |
| Tenta corte para o cesto após passe            |                   |              |                        |          |               |              |
| Tenta movimentar-se para dar linha de passe    |                   |              |                        |          |               |              |
| Tenta corte para receber a bola perto do cesto |                   |              |                        |          |               |              |

Quadro 5: Grelha de observação do GPAI.

As ações que foram observadas e avaliadas em cada jogo eram de cariz técnico e tático, sendo elas: o lançamento, o drible, o passe, a receção exterior, a desmarcação para o cesto, o corte para o cesto após passe, a movimentação para dar linha de passe e o corte para receber a bola perto do cesto. Estas ações foram avaliadas consoante a Tomada de Decisão, podendo ser apropriada e não apropriada; a Execução de Habilidades, eficaz ou ineficaz e a Ação de Apoio, apropriada e não apropriada.

A codificação da grelha de avaliação foi feita através do computador e pela observação das gravações de cada jogo. A avaliação foi feita individualmente, ou seja, a observação incidia apenas num aluno e consistia na marcação de um traço sempre que o aluno realizava uma ação presente na grelha de avaliação. Sempre que persistia alguma dúvida, a EE voltava a rever o momento na gravação.

#### 4.2.4.3.1.1. Codificação dos dados obtidos através do GPAI

Através deste instrumento de avaliação da performance no jogo (GPAI), a EE conseguiu codificar os dados obtidos, pela soma dos traços em cada ação e realizar as fórmulas de cada índice, representadas na figura que se segue:

$$\begin{aligned}\text{Índice de Tomada de Decisão (TD)} &= \frac{\text{nº tomadas de decisão apropriadas}}{\text{nº tomadas de decisão inapropriadas} + \text{apropriadas}} \\ \text{Índice de Execução de Habilidades (EH)} &= \frac{\text{nº execuções de habilidades eficientes}}{\text{nº execuções de habilidades ineficientes} + \text{eficientes}} \\ \text{Índice de Ação de Apoio (AA)} &= \frac{\text{nº movimentos de apoio apropriados}}{\text{nº movimentos de apoio inapropriados} + \text{apropriados}}\end{aligned}$$

Figura 5: Fórmulas para cálculo do desempenho do jogo.

Cada aluno foi devidamente avaliado pelo Índice de Tomada de Decisão, sendo este calculado através do número de tomadas de decisão apropriadas a dividir pelo número de tomadas de decisão inapropriadas mais as apropriadas; pelo Índice de Execução de Habilidades e pelo Índice de Ação de Apoio que se calcularam da mesma forma. Dado o exposto, a EE codificou os jogos número 2, número 6 e número 10, formulando uma tabela no *Microsoft excel* com todas as contas conseguidas para cada aluno.

#### 4.2.4.4. Análise de dados

Para o efeito, tornou-se necessário tratar os dados no *Microsoft excel*, através das fórmulas mencionadas no tópico anterior, de maneira a conseguir chegar a valores importantes para a análise. Calcularam-se os valores do Índice da Tomada de Decisão, da Execução de Habilidades e das Ações de Apoio. Seguidamente, foram exportados os dados para o programa IBM SPSS Statistics 27, a fim de proceder aos testes estatísticos.

Para cada componente foram efetuadas medidas descritivas como a média e o desvio padrão. A média dos valores obtidos em cada componente

indicou-nos um índice que nos mostra o desempenho geral dos alunos em jogo. Já o desvio padrão indicou uma medida de dispersão dos dados em volta da média amostral. Quando este valor é baixo, indica-nos que os dados tendem a estar mais próximos da média ou do valor espectável. Por sua vez, quando o valor é mais alto, indica-nos que os dados estão dispersos por um vasto conjunto de valores.

Posteriormente foram realizados testes não paramétricos de medidas repetidas para verificar a evolução dos alunos, através do teste de *Wilcoxon* e considerou-se um valor de  $p \leq 0,05$ . Para calcular uma possível evolução nos vários momentos de prática, o teste de *Wilcoxon* serviu para verificar esses resultados obtidos no pré-teste, no intermédio e no pós-teste (3 momentos de avaliação), verificando-se assim as diferenças estatísticas entre os diferentes momentos avaliativos.

#### 4.2.4.5. Resultados

Os dados referentes à estatística descritiva, média e desvio padrão de cada componente estão apresentados no quadro que se segue:

| Estatísticas Descritivas |       |               |
|--------------------------|-------|---------------|
|                          | Média | Desvio padrão |
| PreTD                    | ,76   | ,189          |
| PreEH                    | ,59   | ,269          |
| PreAA                    | ,70   | ,362          |
| MediaTD                  | ,88   | ,107          |
| MediaEH                  | ,56   | ,213          |
| MediaAA                  | ,95   | ,095          |
| PosTD                    | ,85   | ,130          |
| PosEH                    | ,60   | ,139          |
| PosAA                    | ,95   | ,141          |

Quadro 6: Média e Desvio Padrão das 3 variáveis de avaliação em cada momento.



Os valores do desempenho global dos alunos nos 3 momentos de avaliação estão expostos no quadro abaixo, onde apresentam a correlação entre as 3 variáveis:

|                            | Pré-teste<br>para pós-<br>teste | Intermédio<br>para pós teste | Pré teste para<br>intermédio |
|----------------------------|---------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| Tomada de decisão          | P= 0,050<br>Z= -1,960           | P= 0,398<br>Z= 0,845         | P = 0,036<br>Z = -2,100      |
| Execução de<br>habilidades | P= 0,889<br>Z= -0,140           | P= 1,000<br>Z= 0,000         | P= 0,497<br>Z= 0,680         |
| Ação de apoio              | P= -1,753<br>Z= 0,80            | P= 1,000<br>Z= 0,000         | P= 0,043<br>Z= 2,023         |

Quadro 7: Desempenho global no jogo.

## Tomada de Decisão

Na análise dos resultados da Tomada de Decisão verificou-se que as diferenças tidas nestas ações ao longo do tempo tiveram, em média, uma evolução progressiva ao longo do tempo (momento 1:  $M=0,76\pm,189$ ), no momento 2 ( $M=0,88\pm,107$ ) e no momento 3 ( $M=0,85\pm,130$ ). Registaram-se diferenças estatisticamente significativa do pré-teste para o pós-teste ( $Z=-1,960$ ;  $p=,05$ ) e do pré-teste para o momento intermédio ( $Z=-2,100$ ;  $p=,036$ ).

## Execução de Habilidades

Relativamente à Execução de Habilidades constatou-se que do primeiro para o segundo momento houve, em média, uma ligeiríssima regressão nos resultados (momento 1:  $M=0,59\pm,269$ ); momento 2:  $M=0,56\pm,213$ ). O valor médio evoluiu ligeiramente do momento 1 para o momento 3 ( $M=0,60\pm,139$ ). Não se registaram diferenças estatisticamente significativas em nenhum momento de

avaliação, mas o valor mais próximo de P foi do pré-teste para o momento intermédio ( $Z=0,680;p=,497$ ).

### **Ações de Apoio**

No que toca às Ações de Apoio observou-se que a média aumentou do momento 1 ( $M=0,70\pm,362$ ) para o momento 2 ( $M=0,95\pm,095$ ) e manteve-se a mesma até o momento 3 ( $M=0,95\pm,141$ ). Registaram-se diferenças estatisticamente significativas do pré-teste para o momento intermédio ( $Z=2,023;p=,043$ ).

#### **4.2.4.6. Discussão dos resultados**

Este estudo sugeriu aferir a evolução do desempenho dos alunos no jogo de basquetebol em vários momentos de prática, através de ações técnico e táticas. Numa segunda instância, perceber de que forma o processo de instrução, pelo questionamento reflexivo, ajudou os alunos nessa evolução. Devido ao pouco conhecimento do nível da turma, procurou-se realizar o primeiro jogo sem nenhuma instrução, de forma a poder observar as características dos alunos. Em seguida, após analisar o nível geral destes, foi elaborado um planeamento com conteúdos fundamentais para o seu desempenho nos jogos. Para ajudar os alunos a desenvolver capacidades de resolução de problemas e colaboração para o trabalho em grupo dos objetivos educacionais, o E/A de jogos relacionados ao desporto é uma preocupação central de praticantes e pesquisadores de EF (Araújo et al., 2016). Ao longo do tempo foi necessário instruir os alunos de conhecimento declarativo, processual e condicional, para que o jogo se tornasse mais dinâmico e os alunos percebessem aquilo que estavam a fazer.

Considerando os 3 momentos de avaliação que foram realizados, registaram-se apenas diferenças significativas na Tomada de Decisão e nas Ações de Apoio. No que respeita à Tomada de Decisão, verificamos que houve uma melhoria desde o primeiro momento até o último. Esta melhoria deveu-se possivelmente aos critérios inerentes desta componente. Isto é, a Tomada de Decisão sugere comportamentos que são impulsivos nos alunos de 2º ciclo, uma

vez que remete para os gestos técnicos básicos do basquetebol, lançar, passar, receber e driblar. Os alunos mais novos tendem a tomar decisões precipitadas quando têm a bola na mão, por isso é que logo no segundo momento de prática abordou-se o conceito da movimentação com e sem bola, para que assim os alunos conseguissem ter um pensamento mais assertivo e organizado daquilo que deveriam ou não fazer. Mahedero et al. (2015), comprovam através de um estudo que o aumento do desempenho do aluno tende a estar principalmente relacionado com a Tomada de Decisão em vez de com a Execução de Habilidades. Relativamente à Execução de Habilidades verificou-se que desde o primeiro momento para o último não houve grandes aumentos no desempenho, sem diferenças estatisticamente significativas nos valores obtidos. Já a Ação de Apoio mostrou uma evolução desde o primeiro momento até o último, com diferenças estatisticamente significativas do pré-teste para o momento intermédio.

Um aluno pode se envolver ativamente nas jogadas longas, mas o seu desempenho pode aumentar ou diminuir, conforme as suas ações forem apropriadas ou inapropriadas (Araújo et al., 2016). Sentiu-se que o envolvimento dos alunos ao longo do tempo foi aumentando, porém, uma das lacunas que este estudo apresentou foi o tempo limitado de aplicação do estudo e, consequentemente, os resultados não foram tão satisfatórios quanto era de esperar. O questionamento reflexivo utilizado pela EE foi essencial para os alunos, dado que estes careciam de conhecimento técnico e tático do jogo. Notou-se uma maior dinâmica nas ações ofensivas. Alguns alunos colocaram em prática os conteúdos abordados, inclusive a ajuda mútua entre os colegas de equipa, lembrando o colega de um dado movimento ou ação, verbalmente, no decorrer do jogo. Como afirma Farias (2018) o desenvolvimento do jogo num período alargado é atendido pelo questionamento de conceitos que se querem explorar gradualmente. O curto tempo de intervenção levou com que os conteúdos ensinados fossem abordados de uma maneira muito rápida. Também o pouco tempo de jogo que se pôde utilizar para os alunos jogarem foi igualmente escasso. Isto acarretou consequências nos resultados, tendo sido observados poucos valores com aumentos estatisticamente significativos no desempenho dos alunos no jogo de basquetebol.

#### **4.2.5. Conclusões e futuras sugestões**

Este tema que é o desempenho dos alunos no jogo é muito interessante de ser estudado, porque podem existir diversos fatores que estão envolvidos na evolução do jogo do aluno. Apesar ter havido poucas diferenças estatisticamente significativas nas variáveis do estudo, foram reveladas algumas melhorias que seriam um foco interessante de investigação no futuro. A turma em questão nunca tinha tido aulas de basquetebol, fator este que pode ter influenciado os resultados.

Classificar o basquetebol contribui no entendimento do comportamento técnico e tático dos atletas e condiciona a escolha dos métodos de E/A que possam estruturar adequadamente as atividades e tarefas das aulas (Morales et al., 2009). Neste contexto, o nível de conhecimento do professor é indispensável para que se possa criar um ambiente de aprendizagem reflexivo. Um desafio futuro deste estudo seria proporcionar sessões que envolvessem ambientes de aprendizagem diferentes e mais adaptados. O tempo de jogo foi diminuto e a duração do estudo também foi muito curta, diminuindo as opções estratégicas para dinamizar a investigação.

Levando-se em conta o que foi observado, os alunos mostraram-se motivados e colaborativos para a elaboração do estudo. Em conversa com os mesmos, uma das alterações que estes sugeriram para a realização dos jogos foi a mudança de colegas de equipas, onde mostraram algum desagrado em jogar sempre com o mesmo parceiro. A reduzida complexidade do jogo (2x2), utilizada, devido às imposições da COVID-19, também poderá ter sido uma causa influente no desenvolvimento do jogo. O ideal teria sido o jogo reduzido 3x3, pois os alunos conseguiam assimilar melhor o espaço do jogo e explorar melhor as variabilidades das ações.

O presente estudo carece de artigos que estejam associados ao questionamento (declarativo, processual e condicional) do professor e o consequente desempenho dos alunos no jogo. Por esse motivo, apela-se a uma descoberta futura de evidências neste âmbito.

## Referências Bibliográficas

- Araújo, R., Mesquita, I., Hastie, P., & Pereira, C. (2016). Students' Game Performance Improvements During a Hybrid Sport Education-Step-Game Approach Volleyball Unit. *European Physical Education Review*, 22(2), 185-200.
- Farias, C. (2018). Abordagem tática ao processo de treino nos jogos desportivos coletivos: teorização e operacionalização de metodologias centradas nos atletas. *Research Gate*, 49-62.
- Farias, C., Mesquita, I., & Hastie, P. (2015). Game Performance and Understanding Within a Hybrid Sport Education Season. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(3), 363-388.
- González-Víllora, S., García-López, L.-M., del Campo, D. g.-D., & Contreras-Jordán, O.-R. (2010). Tactical awareness and decision making in youth football players (12 years): A descriptive study. *Journal for the Study of Education and Development*, 33(4), 489-501.
- Iserbyt, P., Li, W., & Ward, P. (2015). Effects of improved content knowledge on pedagogical content knowledge and student performance in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(1), 71-88.
- Mahedero, P., Calderón, A., Arias-Estero, J. L., Hastie, P., & Guarino, A. (2015). Effects of Student Skill Level on Knowledge, Decision Making, Skill Execution and Game Performance in a Mini-Volleyball Sport Education Season. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(4), 626-641.
- Mitchell, S. A., Oslin, J. L., & Griffin, L. L. (2003). *Sport Foundations for Elementary Physical Education: A Tactical Games Approach*. Champaign: Human Kinetics.
- Morales, J., Silva, E., Matias, C., Reis, R., & Greco, P. (2009). Process of Teaching-Learning-Training in Minibasketball. *Fitness Performance Journal*, 8(5), 349-359.
- Oslin, J. L., Mitchell, S. A., & Griffin, L. L. (1998). The Game Performance Assessment Instrument (GPAI): Development and Preliminary Validation. *Journal of Teaching in Physical Education*, 17(2), 231-243.

### **4.3. Participação na escola e relações com a comunidade (Área 2)**

Esta área trata as temáticas ligadas às atividades não letivas que fazem parte do EP, onde privilegiam-se as relações do EE com a comunidade escolar. A integração e intervenção do EE nestas práticas visam, segundo as Normas orientadoras do EP<sup>5</sup> “contribuir para a promoção do sucesso educativo, no reforço do papel do professor de EF na escola e na comunidade local” (p.6) sendo o seu papel interventivo, contextualizado, cooperativo, responsável e inovador. Estas atividades contribuem para a inserção da EE nos diversos acontecimentos que podem ser desenvolvidos pelos professores e/ou pela escola, proporcionando experiências únicas que vão oferecer aprendizagem e conhecimento do funcionamento de toda a dinâmica envolvida nestas atividades.

#### **4.3.1. O processo de adaptação da EE à dinâmica funcional da EC**

A escola é toda ela constituída por uma comunidade que envolve várias culturas e representa um local onde há espaço para a inclusão de todos os que por lá passam. É um estabelecimento que abarca várias responsabilidades, sendo a mais ilustre, o ensino.

A EC que me acolheu neste ano letivo foi muito recetiva e permitiu-me desempenhar o meu papel sempre com todo o apoio necessário por parte de todos os órgãos da escola. Desde a primeira vez que lá entrei, que todos os docentes e não docentes me encaminharam para o processo em causa, o EP. O primeiro passo iniciou-se com uma ida à escola, ainda nas férias de verão, de forma a saber quais os procedimentos que tinha a seguir para realizar este estágio e, então, foram-me indicados os e-mails dos professores cooperantes. Em seguida, entrei em contacto com estes e agendamos uma reunião para nos conhecermos e conhecermos também os espaços da escola. Nesse encontro, apresentamo-nos mutuamente e visitamos as instalações. Mais tarde, já um

---

<sup>5</sup> Normas Orientadoras do Estágio Profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de Mestre em ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário da FADEUP.

pouco antes das aulas iniciarem, estivemos na secretaria, onde tratamos do cartão da escola, para termos acesso ao parque de estacionamento. O meu PC forneceu-me uma chave que dava acesso ao pavilhão, no qual podíamos usufruir de uma sala de trabalho que pertencia ao grupo disciplinar de EF. Foi através das reuniões online que ficamos a conhecer os restantes professores desta disciplina e onde foi discutida toda a forma de trabalho que iríamos empregar ao longo do ano letivo. Também foi cedido uma folha onde constava todo o material que a escola possuía para utilizarmos nas nossas aulas. A utilização deste material não requeria nenhum tipo de marcação antecipada, podíamos usufruir de qualquer material, desde que não estivesse a ser utilizado. Os funcionários do pavilhão eram muito prestáveis e disponíveis, perguntando sempre antes de cada aula se iríamos precisar de montar algum cesto ou rede.

Foi uma escola bastante acolhedora, onde todos mostravam empatia e entreajuda. A minha circulação era feita maioritariamente na zona dos campos desportivos e do pavilhão, que fica à parte da zona central da escola, ou seja, onde se encontravam as salas de aula, o bar dos professores e dos alunos, a secretaria e afins. A situação mais engraçada que me aconteceu foi numa ida ao bar dos professores e a funcionária perguntar o que estava ali a fazer, pensando que eu era uma aluna. O mesmo aconteceu com a ida à casa de banho das professoras. É deveras uma sensação inusitada, pois nunca tinha estado na escola desempenhando um papel que não a de aluna, sentindo-me inicialmente como uma intrusa e desconhecida, mas com o passar do tempo essa sensação foi desvanecendo e também já se sentiam os olhares dos outros professores mais cúmplices e não tanto com estranheza.

A receção da minha turma foi bastante boa e devido a esta ter tido uma professora estagiária no passado ano letivo, os alunos já estavam habituados a ter dois professores numa aula e também a ter uma professora tão nova, o que não é tão comum nos dias de hoje. Em relação a este último aspeto, da idade, não tive qualquer tipo de constrangimento, conseguindo sempre manter uma boa relação aluno/professor ao longo de todo o ano.

#### 4.3.1.1. As atividades desenvolvidas no âmbito escolar e fora dele

Neste ano letivo, muitas das atividades que estavam previstas de acontecer, tiveram de ser canceladas devido à pandemia. Ainda assim, o grupo disciplinar de EF conseguiu promover algumas atividades menos impactantes para a propagação do vírus, mas no qual eu não tive participação ativa na organização das mesmas, ficando apenas do encargo de alguns professores de EF. Foram elas um percurso de orientação dentro da instituição escolar (para 2º e 3º ciclo), uma atividade rodoviária, através da condução de bicicletas, num percurso efetuado dentro do pavilhão da escola (para 2º e 3º ciclo) e a semana do atletismo, pertencente ao Plano Anual da escola, realizada pela primeira vez neste ano letivo com as devidas adaptações necessárias. O quadro que se segue demonstra todas as atividades que aconteceram ao longo do ano letivo:

| Atividade                               | Inclusão na comunidade escolar                                                                        | Responsabilidades tidas                                                                                                                                                                                                                                   | Principais desenvolvimentos da EE                                                                                       |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Reuniões de avaliações final de período | Promoveu a interação com os restantes professores da turma.                                           | Participação pouco ativa.                                                                                                                                                                                                                                 | Favoreceu a compreensão das dinâmicas que se criam nas reuniões de conselho de turma.                                   |
| Reuniões de grupo de EF                 | Potencializou as relações com os restantes professores.                                               | Participação pouco ativa.                                                                                                                                                                                                                                 | Conhecimentos a nível do discurso que cada professor tinha e a organização e responsabilidades tidas pelo departamento. |
| Dia da EF – 9º Festival de Desporto     | Acordo com todos os professores das turmas participantes; relacionamento com outros alunos da escola. | Criação de exercícios e cartazes (em anexo) e organização dos mesmos; elaboração de e-mails para todos os professores das turmas que iam participar nas atividades; supervisão e controlo dos alunos nas atividades e explicação das dinâmicas dos jogos. | Capacidade de organização de um evento com atividades desportivas para muitas turmas e funcionamento das mesmas.        |
| Atividade náutica                       | Negociação com professor responsável pela atividade; dinâmica                                         | Responsabilidade e autonomia total sobre as autorizações/dinheiro e ida com os alunos à atividade.                                                                                                                                                        | Total autonomia sobre a turma, responsabilização das autorizações dos alunos e                                          |



|                  |                                                                                                |                                                             |                                                                                              |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
|                  | feita fora do âmbito escolar.                                                                  |                                                             | conhecimento prático das atividades náuticas.                                                |
| Desporto Escolar | Conhecimento pormenorizado das modalidades envolvidas; relacionamento com os alunos inscritos. | Acompanhamento dos treinos e realização prática dos mesmos. | Valor do DE na vida dos alunos; conhecimento detalhado das modalidades de futsal e voleibol. |

Quadro 8: Atividades efetuadas ao longo do ano escolar.



Figura 6: Atividade náutica na semana do mar.



Figura 7: Atividades no dia da EF.

#### **4.3.2. A reciprocidade das atividades elaboradas e o crescimento enquanto EE**

Estar envolvida no âmbito escolar acarta um conjunto de ações que acabam eventualmente por nos presentear com algum tipo de crescimento, naquele que é o nosso papel enquanto EE. Todas as tarefas no qual eu consegui ter um papel ativo na sua constituição, teve um contributo não só afetivo, como social e profissional. Tal como afirma Glasersfeld (cit. por Kim, 2005) o conhecimento não é alcançado, mas sim construído. Desta maneira, em todas as tarefas que o EE se compromete a realizar, há um consequente desenvolvimento no papel do EE, pelo trabalho criado que, através da ajuda dos outros colegas professores, pela experiência que já carregam nesta profissão e pelos conselhos amigos que forneceram, oferecem-nos bagagem para uma viagem mais enriquecedora. Foi uma mais-valia neste crescimento e na aquisição de conhecimentos que fazem parte da comunidade escolar. Uma memória mais afável de uma das atividades feitas, foi no dia da EF, por todos os elogios e apreço recebidos, foi muito gratificante, após muito esforço dos estudantes estagiários da escola, em terem conseguido organizar e executar todo o plano traçado para aquele dia.

A dinâmica utilizada no decorrer destas atividades consistiu em que todas as turmas tivessem a oportunidade de experimentar todos os jogos, sendo que, havia um tempo máximo para cada jogo. Assim, após esse tempo estabelecido, as turmas faziam a rotação para um próximo jogo. Os professores estagiários estavam encarregues de explicar as regras de cada jogo, ainda assim, o professor responsável pela turma fazia-se acompanhar sempre por esta.

(Texto escrito para a revista da escola, 10 de maio de 2021)

A sociedade da informação coloca muitos desafios para os sistemas educacionais devido ao surgimento de novas e múltiplas formas de participação nas atividades educacionais e, agora, muito mais que antes, as competências dos alunos relacionadas com a sociedade da informação dependem dos diferentes contextos em que cada um se desloca e das oportunidades de continuar a aprender para além da escola (Oller et al., 2020). No caso específico da disciplina de EF, existem numerosas atividades possíveis de se realizar fora da escola, no entanto, desde que a pandemia abalou a sociedade, que se tornaram menos acessíveis estas saídas. Poder ter o privilégio de partilhar um espaço fora da escola, com a turma e o professor, por meio da participação numa atividade desportiva, influencia os laços sociais entre todos, como foi o caso da ida com os meus alunos a uma atividade náutica, em que senti uma proximidade maior com eles e eles comigo. Falámos sobre assuntos que não pertenciam à escola, como por exemplo o curso que estes iriam seguir no próximo ano e quais as expectativas futuras relativamente à ida para a universidade. Tiramos fotos e rimos muito. O ambiente que se cria é menos exigente e é visível a partilha de sorrisos entre a turma. Lembro-me inclusive de quando era eu no lugar dos meus alunos, tive a oportunidade de ir a muitas atividades extraescola com toda a turma e as memórias permanecem até os dias de hoje, por terem sido tão marcantes na minha vida.

Enquanto EE tive o prazer de poder contribuir no crescimento dos alunos com quem cruzei caminho, evoluí com eles, através de todo o trabalho que pude desenvolver para eles e consequentemente para mim. Aprendi a organizar eventos com o dia da EF, com um planeamento cuidado e em articulação com os professores que participaram nessas atividades; auferi da responsabilidade que a atividade náutica me concebeu através da total autonomia para levar a

turma à realização desta, desde a recolha das autorizações e do dinheiro, até o dia da atividade, sendo totalmente responsável pela participação destes no acontecimento; no DE pude melhorar o meu conhecimento nas modalidades do futsal, maioritariamente em conversa com o professor responsável e na observação do jogo, e na modalidade do voleibol, através da realização prática dos treinos e da partilha de conteúdos; já as reuniões, tanto as do Conselho de Turma, como as do grupo disciplinar de EF, ajudaram-me a perceber as dinâmicas que eram feitas ao longo do ano letivo. Todos estes aspetos colaboraram para o meu envolvimento na comunidade escolar.

#### **4.3.3. A construção pessoal e profissional: influências da comunidade escolar**

A comunidade escolar foi um meio que me proporcionou diversas experiências, tanto a nível pessoal como profissional. É certamente um local onde não só os alunos crescem, aprendem e vivem, como todos os profissionais que lá exercem uma função.

Tornar-se professor é um caminho altamente emocional e, por isso, é fundamental compreender esta trajetória na construção da sua identidade profissional docente (Alves et al., 2018). Um professor estagiário atravessa muitas fases ao longo do seu estágio, tornando-o mais resiliente e está sempre à procura da construção da sua própria identidade. A cultura da escola tem influência nas regras específicas que impõe, gerando sentimentos impotentes nos professores em formação inicial, pois é-lhes retirado parte do seu poder arbitrário (Alves et al., 2018). Isto acontece, por exemplo, em relação ao PC, que tem uma preponderância muito grande naquele que é o trabalho feito pelo EE. Este último molda-se muito em função das características do seu PC e também do seu PO, pois são os seus maiores intervenientes nas ações pedagógicas. Todavia, acima destas duas identidades, ainda temos o conselho geral da escola que dita todas as regras. O processo de construção de identidade pessoal, surge na interação com os outros e no caso dos professores, não só com os seus colegas, mas também com os alunos, pais, escola e normas que a escola impõe aos professores (Gomes et al., 2014). Neste âmbito, a comunidade escolar tem

uma presença ativa em todas as decisões e trabalho que um professor exerça na escola. Essa influência ocorre através dos critérios que a escola impõe e das pessoas que estão ao nosso redor, moldando assim a nossa personalidade que se reflete no modo como exercemos a nossa função. Todas as experiências que a escola me fez viver, desde lecionar as aulas a participar em eventos como as reuniões ou atividades organizadas por outros professores ou então por mim e pelos meus colegas de estágio, levou-me a construir uma personalidade baseada na influência que as pessoas ao meu redor emitem. A partilha de ideias, por exemplo, na elaboração de um plano de aula ou a realização de um trabalho levou-me a refletir e a absorver informações que mais tarde me transformaram e alteram a minha forma de pensar. A presença ativa na organização de um evento proporcionou-me situações de autonomia e responsabilidade, que me ajudou a crescer não só a nível profissional, como também a nível pessoal.

O estágio carrega um conjunto de experiências que são transferidas para a vida quotidiana do EE, adaptando-o ao meio e à cultura da escola no qual este esteve inserido. Tal como Queirós (cit. por Alves et al., 2017) afirma que é na escola que se aprende a ser professor, através dos diálogos e rotinas. Sem as vivências e sem a interação com os outros, eu não conseguia crescer enquanto pessoa e professora. A ajuda proveniente de pessoas mais experientes, orientou-me e levou-me a traçar um rumo e a focar os meus objetivos em consonância com as normas da escola, atendendo às características da comunidade escolar.



## **5. Considerações finais e expectativas para o futuro**





Dado como o final de mais um capítulo da minha vida, sinto um enorme orgulho e privilégio de poder ter feito parte deste curso numa instituição de renome. Foi uma viagem lenta e trabalhosa, em volta de cinco anos de aprendizagem e novas experiências que contribuíram para o meu desenvolvimento integral. Este último ano que passou foi o culminar de toda a teoria do ensino que vim a reter, transformando-o em prática no terreno, que foi a escola. O estágio proporcionou-me uma vivência real daquilo que sempre esperei e pôs-me à prova todos os dias. Na construção de uma profissão que solicita muito de nós mesmos, para aqueles que lidam connosco, alunos, outros professores, funcionários e todos os que pertencem ao nosso dia-a-dia.

O ano foi repleto de momentos mais altos e outros mais baixos, sempre a planear e a tentar arranjar estratégias que melhor se adequassem à aprendizagem dos alunos. O vírus travou muitas das ideias tidas em mente, mas que, por outro lado, despertou novas aprendizagens e formas de ensinar à distância e também presencialmente. Já sabíamos de antemão que o vírus existia desde o primeiro dia. No entanto tive sempre esperança de que pudéssemos normalizar as aulas. Não tendo sido possível, adaptei e readaptei vários momentos no planeamento anual e nos planos de aula, conforme as exigências impostas, não só pelas regras da escola, como pelas indicações do meu PC. Não foi apenas o vírus que colocou adversidades no meu dia-a-dia. Surgiam sempre problemas que se colocavam durante as aulas fazendo-me atuar na hora, adaptando estruturas nos exercícios, ou refazendo grupos. Planear as aulas é um processo muito complexo e exigiu um conhecimento geral do conteúdo de todas as modalidades. Para além de todo esse conhecimento do conteúdo, imprescindível foi o conhecimento pedagógico, que revelou determinar a aprendizagem retida pelos alunos. A maneira como construímos um exercício, os objetivos delineados, os feedback que foram prestados, entre outras maneiras de solucionarmos problemas e produzirmos aprendizagem, foram uma constante matéria de estudo. Tive de errar e voltar a tentar elaborar outras estratégias que conseguissem responder às necessidades educativas dos alunos. Julgo ter sido uma professora empenhada, mas acho que poderia ter feito melhor, nomeadamente na maneira de criar contextos de prática mais alinhados com o modelo do MEC, para que houvesse um clima desportivo mais aceso e motivador.

A aprendizagem dos alunos foi um dos meus maiores objetivos. Ensinar as várias modalidades e proporcionar momentos desportivos que despertassem os valores que o desporto constitui. Aprender a jogar o jogo e também a partilhar os sentimentos que este exterioriza. Formar cidadãos fisicamente ativos e com um conhecimento desportivo bem assente. Pretendi também compartilhar a adoração que eu sempre tive pelas aulas de EF e tentar fomentar a motivação dos meus alunos para a participação nesta disciplina que, para além de ser distinta das de mais, é a mais completa a todos os níveis.

Nada teria sido conseguido sem a ajuda do NE, do PC e do PO que atenderam a todos os pedidos de ajuda e estiveram sempre presentes para partilhar ideias e resolver problemas. Ajudaram-me a crescer enquanto pessoa e futura professora de EF, através das suas experiências neste ramo. Colocaram-me várias perspetivas em mente, que abriram horizontes e estimularam a procura da construção da minha própria maneira de ser.

Não sei o que o futuro tem guardado para mim e sei que neste país, esta profissão está lotada e não será fácil entrar numa escola, mas também sei que todas as oportunidades que surgirem no âmbito desta profissão, agarrá-las-ei.

## Referências Bibliográficas

- Alves, M., MacPhail, A., Queirós, P., & Batista, P. (2018). Becoming a physical education teacher during formalised school placement: A rollercoaster of emotions. *European Physical Education Review*, 25(3), 893-909.
- Alves, M., Queirós, P., & Batista, P. (2017). O valor formativo das comunidades de prática na construção da identidade profissional. *Revista Portuguesa de Educação*, 30(2), 159-185.
- Araújo, R. (2017). A aprendizagem dos alunos e as dinâmicas operantes no seio das equipas no Modelo da Educação Desportiva: Evidências da investigação e direções futuras. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 2017(S1.A), 39-49.
- Araújo, R., Mesquita, I., Hastie, P., & Pereira, C. (2016). Students' Game Performance Improvements During a Hybrid Sport Education-Step-Game Approach Volleyball Unit. *European Physical Education Review*, 22(2), 185-200.
- Baena-Morales, S., López-Morales, J., & García-Taibo, O. (2021). La intervención docente en educación física durante el periodo de cuarentena por COVID-19: Teaching intervention in physical education during quarantine for COVID-19. *Retos*, 2021(39), 388-395.
- Batista, P. (2012). O lugar da educação física na nova proposta de composição curricular - a seu tempo chegarão as consequências... *Plataforma Barómetro Social*, 2012.
- Batista, P., & Queirós, P. (2015). (Re)colocar a aprendizagem no centro da Educação Física. In P. Batista, P. Queirós & R. Rolim (Eds.), *Desafios renovados para a aprendizagem em Educação Física* (pp. 29-43). Porto: FADEUP.
- Batista, P., Rêgo, L., & Azevedo, A. (2013). *Em movimento*. Lisboa: Edições ASA.
- Bento, J. (1995). Educação. Problemática dos objetivos. In J. Bento (Ed.), *O outro lado do Desporto* (pp. 121-159). Porto: Campo das Letras.

- Chng, L., & Lund, J. (2018). Assessment quality and practices in secondary PE in the Netherlands. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(5), 473-489.
- Cobo, C. (2013). Skills for innovation: envisioning an education that prepares for the changing world. *Curriculum Journal*, 24(1), 67-85.
- Couto, E. (2019). *Desenvolvimento Positivo, Modelo de Responsabilidade Pessoal e Social e Transferência de Competências para a Vida: Uma análise a partir de treinadores de ténis*. Porto: Eduardo Couto. Dissertação de 2º ciclo em Treino Desportivo apresentada a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Dervent, F., Devrilmiz, E., Ward, P., & Tsuda, E. (2018). Transfer of Content Development Across Practica in Physical Education Teacher Education. *Journal of Teaching in Physical Education*(37), 330-339.
- Etchepare, L., Pereira, É., & Teixeira, C. (2005). Educação Física, vida e currículo [Versão eletrónica]. *Educación Física y Deportes*(87), 1. Consult. 26-06-2021, disponível em <https://www.efdeportes.com/efd87/efcur.htm>.
- Farias, C. (2007). *A Intervenção Pedagógica do Conteúdo do Treinador de Futebol: Estudo aplicado em treinadores licenciados e não licenciados em educação física nos escalões de escolinhas e infantis*. Porto: Cláudio Farias. Dissertação de Mestrado apresentada a Universidade do Porto.
- Farias, C. (2018). Abordagem tática ao processo de treino nos jogos desportivos coletivos: teorização e operacionalização de metodologias centradas nos atletas. In C. O. d. Portugal (Ed.), *Anuário do treino desportivo 2018* (pp. 49-62). Lisboa: Comité Olímpico de Portugal.
- Farias, C., Mesquita, I., & Hastie, P. (2015). Game Performance and Understanding Within a Hybrid Sport Education Season. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(3), 363-388.
- Feus, S., García-Rubio, J., de Gracia, M., & Ilbáñez, S. (2019). Task planning for sports learning by physical education teachers in the pre-service phase. *PLOS ONE*(14), 18.
- González-Víllora, S., García-López, L.-M., del Campo, D. g.-D., & Contreras-Jordán, O.-R. (2010). Tactical awareness and decision making in youth football players (12 years): A descriptive study. *Journal for the Study of Education and Development*, 33(4), 489-501.

- Hastie, P., Calderón, A., Palao, J., & Ortega, E. (2011). Quantity and Quality of Practice. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(4), 784-787.
- Iserbyt, P., Li, W., & Ward, P. (2015). Effects of improved content knowledge on pedagogical content knowledge and student performance in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(1), 71-88.
- Januário, N., Rosado, A., & Mesquita, I. (2006). Retenção da informação e percepção da justiça por parte dos alunos em relação ao controlo disciplinar em aulas de educação física. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 6(3), 294-304.
- Kim, J. (2005). The Effects of a Constructivist Teaching Approach on Student Academic Achievement, Self-concept, and Learning Strategies. *Education Research Institute*, 6(1), 7-19.
- Lopes da Silva, I., Marques, L., Mata, L., & Rosa, M. (2016). *Orientações curriculares para a educação pré-escolar*: Ministério da educação/direção geral da educação.
- Mahedero, P., Calderón, A., Arias-Estero, J. L., Hastie, P., & Guarino, A. (2015). Effects of Student Skill Level on Knowledge, Decision Making, Skill Execution and Game Performance in a Mini-Volleyball Sport Education Season. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(4), 626-641.
- Matos, Z. (2004). Pedagogia do Desporto: novas questões velhos problemas. In E. Lebre & J. Bento (Eds.), *Professor de Educação Física Ofícios da Profissão* (pp. 251-284). Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.
- Matos, Z. (2014). Educação física na escola: Da necessidade da formação aos objetivos e conteúdos formativos. In I. Mesquita & J. Bento (Eds.), *Professor de Educação Física : fundar e dignificar a profissão* (pp. 143-175). Porto: Editora FADEUP.
- Méndez, A., Valero, A., & Casey, A. (2010). What are we being told about how to teach games? A three-dimensional analysis of comparative research into different instructional studies in Physical Education and School Sports. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 6(18), 37-56.
- Mesquita, I., Afonso, J., Coutinho, P., & Araújo, R. (2017). Modelo da abordagem progressiva ao jogo no ensino do voleibol: conceção, metodologia, estratégias pedagógicas e avaliação. In F. Tavares (Ed.), *Jogos*

- Desportivos Coletivos Ensinar a Jogar* (pp. 73-122). Porto: Editora FADEUP.
- Miguel, J. (2018). *Transferência da responsabilidade pessoal e social através da educação física na educação pré-escolar*. Manuscrito não publicado, Viana do Castelo.
- Mitchell, S. A., Oslin, J. L., & Griffin, L. L. (2013). *Sport Foundations for Elementary Physical Education: A Tactical Games Approach*. Champaign: Human Kinetics.
- Morales, J., Silva, E., Matias, C., Reis, R., & Greco, P. (2009). Process of Teaching-Learning-Training in Minibasketball. *Fitness Performance Journal*, 8(5), 349-359.
- Morgan, K. (2017). Reconceptualizing Motivational Climate in Physical Education and Sport Coaching: An Interdisciplinary Perspective. *Quest*, 69(1), 95-112.
- Ntoumanis, N., Pensgaard, A.-M., Martin, C., & Pipe, K. (2004). An Idiographic Analysis of Amotivation in Compulsory School Physical Education. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(2), 197-214.
- Oller, J., Largo, M., Merino, I., & Coll, C. (2020). Participation in out-of-school activities and its subjective value: an exploratory study with children and adolescents. *Research in Educational Psychology*, 18(2), 345-374.
- Oslin, J. L., Mitchell, S. A., & Griffin, L. L. (1998). The Game Performance Assessment Instrument (GPAI): Development and Preliminary Validation. *Journal of Teaching in Physical Education*, 17(2), 231-243.
- Pasetto, S., Araújo, P., & Corrêa, U. (2006). Efeitos de dicas visuais na aprendizagem do nado crawl para alunos surdos. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 6(3), 281-293.
- Queirós, P. (2014). Da formação à profissão: o lugar do estágio profissional. In P. Batista, P. Queirós & A. Graça (Eds.), *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em Educação Física* (pp. 67-83). Porto: FADEUP.
- Rink, J. (1993). Teaching Physical Education: An Orientation. In Mosby (Ed.), *Teaching Physical Education for Learning* (pp. 3-16).

- Roldão, M. (1999). Conceitos, preconceitos e ambiguidades: a difícil gestão das palavras. In M. Roldão (Ed.), *Gestão curricular: fundamentos e práticas* (pp. 42-54). Lisboa: Ministério da Educação
- Santos, F., Neves, R., Pereira, P., & Cardoso, A. (2020). O currículo de educação física e as life skills: processos e estratégias de intervenção. *Motricidade*, 16(2), 135-143.
- Santos, J. (2013). *Alterações na capacidade de força após um programa de intervenção escolar em jovens com idades compreendidas entre os 11 e os 18 anos de idade*. Vila Real: João Santos. Dissertação de apresentada a
- Santos, V. (2020). Avaliação Diagnóstica: um importante investimento na formação dos alunos. *SAE digital* Consult. 27/06/2021, disponível em <https://sae.digital/avaliacao-diagnostica/>
- Sinelnikov, O. A., Kim, I., Ward, P., Curtner-Smith, M., & Li, W. (2016). Changing beginning teachers' content knowledge and its effects on student learning. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(4), 425-440.
- Varea, V., & González-Calvo, G. (2020). Touchless classes and absent bodies: teaching physical education in times of Covid-19. *Sport, Education and Society*, 1-15.
- Wallhead, T., Garn, A. C., Vidoni, C., & Youngberg, C. (2013). Game Play Participation of Amotivated Students During Sport Education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 32(2), 149-165.
- William, D. (2011). What is assessment for learning? *Studies in Educational Evaluation*, 2011(37), 3-14.





## **ANEXOS**



| UNIDADE DIDÁTICA DE VOLEIBOL - NÍVEL INTRODUÇÃO |                   |         |         |         |         |         |         |         |         |         |          |
|-------------------------------------------------|-------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|----------|
|                                                 | Aulas             | 1 - 45' | 2 - 45' | 3 - 45' | 4 - 45' | 5 - 45' | 6 - 45' | 7 - 45' | 8 - 45' | 9 - 45' | 10 - 45' |
| Habilidades Motoras / TÉCNICA                   | Conteúdos         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |          |
|                                                 | Passe             | I/E     | E       | E       | E       | C       |         |         |         |         |          |
|                                                 | Posição Média     |         |         |         |         |         | I/E     | E       | E       | E       | C        |
|                                                 | Manchete          |         |         |         | I/E     | E       | E       | E       | C       |         |          |
|                                                 | Deslocamentos     |         |         |         | I/E     | E       | E       | E       | C       |         |          |
| Princípios Específicos / TÁTICA                 | Receção           | I/E     | E       | E       | E       | C       |         |         |         |         |          |
|                                                 | Serviço por baixo |         |         |         |         |         | I/E     | E       | E       | E       | C        |
|                                                 | Jogo 1x1          |         |         |         |         |         | I/E     | E       | E       | E       | C        |
| Legenda                                         |                   |         |         |         |         |         |         |         |         |         |          |
| I Introdução                                    |                   |         |         |         |         |         |         |         |         |         |          |
| E Exercitação                                   |                   |         |         |         |         |         |         |         |         |         |          |
| C Consolidação                                  |                   |         |         |         |         |         |         |         |         |         |          |

## Anexo 1: Unidade Didática de Voleibol do 2º ciclo



Secretaria Regional  
de Educação, Ciência e Tecnologia

ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA Dr. ÂNGELO AUGUSTO DA SILVA

Educação Física

Ano Letivo 2020/2021



### Balanço aula 70 e 71

| Plano de Aula nº 70 e 71                                                                          |                            |                  |                  |              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------|------------------|--------------|
| Unidade Didática: badminton                                                                       | Ano/Turma: 9º 3            | Nº de alunos: 24 | Data: 19/04/2021 | Hora: 11h50  |
|                                                                                                   | Instalação: pavilhão Norte |                  | Plano de aula: 7 | Duração: 90' |
| Recursos materiais: 12 raquetes de badminton; 6 volantes; 2 bolas de andebol;                     |                            |                  |                  |              |
| Objetivos Gerais: aprimorar os batimentos do clear, lob e remate através da repetição dos mesmos. |                            |                  |                  |              |

- A aula correu como previsto?
- Aspectos positivos:
- Aspectos negativos:
- Coisas a melhorar na próxima aula:

## Anexo 2: Ficha do balanço da aula

Exmo. Senhor  
Ministro da Educação e Ciência

Porto, 20 de Junho de 2012

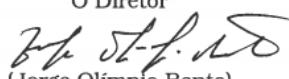
Assunto: *Educação Física Escolar*

Senhor Ministro:

Face às notícias, veiculadas nas últimas semanas pelos órgãos de comunicação social, tomo a liberdade de enviar a V. Exa. um documento contendo um enunciado de razões, em defesa do atual Estatuto da Educação Física Escolar.

O documento representa a posição do Conselho Científico e de todos os órgãos de direção desta Faculdade acerca do assunto em causa.

Agradecendo a habitual boa atenção de V. Exa., apresento os melhores cumprimentos

O Diretor  
  
(Jorge Olímpio Bento)  
Professor Catedrático

**Anexo 3: Documento ao Ministro da Educação e Ciência**

| Nível /<br>Mencão      | Intervalo<br>percentual | Indicadores de desempenho – VOLEIBOL nível elementar                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nível 5 –<br>Muito Bom | 90% – 100 %             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Executa <b>sempre</b> de forma correta a <u>manchete</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Os pés afastados à largura dos ombros;</li> <li>MI <del>com</del> fletidos;</li> <li>Tronco ligeiramente inclinado à frente;</li> <li>MS em extensão à frente;</li> <li>Flexão/extensão em simultâneo dos MI e MS.</li> </ul> </li> <li>Executa <b>sempre</b> de forma correta o <u>toque de dedos</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Olhar dirigido para a bola;</li> <li>Pés afastados à largura dos ombros, comum pé ligeiramente mais à frente;</li> <li>Colocação por baixo da bola;</li> <li>Contacto com a bola através das pontas dos dedos;</li> <li>Colocação das mãos à frente e acima da testa;</li> <li>Flexão/extensão em simultâneo dos MI e MS.</li> </ul> </li> <li>Executa <b>sempre</b> de forma correta o <u>remate</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Na chamada, realiza o último passo com a perna contrária à mão de batimento;</li> <li>Impulsão na vertical, rodando o tronco atrás e armando o braço de batimento;</li> <li>Batimento na bola de cima para baixo.</li> </ul> </li> <li>Executa <b>sempre</b> de forma correta o <u>serviço</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Pés paralelos e orientados para o campo;</li> <li>Pé contrário à mão de batimento avançado;</li> <li>MI <del>com</del> fletidos;</li> <li>Avanço do pé mais recuado após o batimento.</li> </ul> </li> <li>Executa <b>sempre</b> de forma correta o <u>reduzido</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Coopera com os companheiros em todas as situações;</li> <li>Posiciona-se correta e oportunamente;</li> <li>Respeita as decisões do árbitro;</li> <li>Conhece o objetivo e as regras essenciais do jogo.</li> </ul> </li> </ul> |
| Nível 4 – Bom          | 70% – 89 %              | <ul style="list-style-type: none"> <li>Executa <b> muitas vezes</b> de forma correta a <u>manchete</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Os pés afastados à largura dos ombros;</li> <li>MI <del>com</del> fletidos;</li> <li>Tronco ligeiramente inclinado à frente;</li> <li>MS em extensão à frente;</li> <li>Flexão/extensão em simultâneo dos MI e MS.</li> </ul> </li> <li>Executa <b> muitas vezes</b> de forma correta o <u>toque de dedos</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Olhar dirigido para a bola;</li> <li>Pés afastados à largura dos ombros, comum pé ligeiramente mais à frente;</li> <li>Colocação por baixo da bola;</li> <li>Contacto com a bola através das pontas dos dedos;</li> <li>Colocação das mãos à frente e acima da testa;</li> <li>Flexão/extensão em simultâneo dos MI e MS.</li> </ul> </li> <li>Executa <b> muitas vezes</b> de forma correta o <u>remate</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Na chamada, realiza o último passo com a perna contrária à mão de batimento;</li> <li>Impulsão na vertical, rodando o tronco atrás e armando o braço de batimento;</li> <li>Batimento na bola de cima para baixo.</li> </ul> </li> <li>Executa <b> muitas vezes</b> de forma correta o <u>serviço</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Pés paralelos e orientados para o campo;</li> <li>Pé contrário à mão de batimento avançado;</li> <li>MI <del>com</del> fletidos;</li> <li>Avanço do pé mais recuado após o batimento.</li> </ul> </li> <li>Executa <b> muitas vezes</b> de forma correta o <u>reduzido</u>: <ul style="list-style-type: none"> <li>Coopera com os companheiros em todas as situações;</li> <li>Posiciona-se correta e oportunamente;</li> <li>Respeita as decisões do árbitro;</li> </ul> </li> </ul>                          |

#### Anexo 4: Parâmetros de Avaliação dos Gestos técnicos de Voleibol

### **Relatório de observação**

Professor observado:

Turma:

Dia:

Espaço:

#### **1. Supervisão e controlo dos alunos:**

- Materiais:

- Afastamento entre alunos:

#### **2. Controlo do tempo:**

- Tempo de empenhamento motor:

- Tempo de instrução:

- Tempo de transições:

#### **3. Intervenção:**

- Circulação do professor:

- Interação com os alunos afastados:

### **Anexo 5: Ficha de Observação**

| ESCOLA BÁSICA e SECª. Dr. ÂNGELO AUGUSTO da SILVA                                                                                                                                                            |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         | Instalações Desportivas 2020 / 2021 |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------------|-------|----|----|----------|---------|--------------------|-------|----|----------|---------|-------------------------------------|--------------------|-------|----------|---------|----|-------------------|----------------------|----------------------|---------|----|----|-------------------|--------------------|---------------|------|----|----|----|---|
| Horas                                                                                                                                                                                                        | 2ª Feira | 1º PER.             |       |    |    | 3ª Feira | 1º PER. |                    |       |    | 4ª Feira | 1º PER. |                                     |                    |       | 5ª Feira | 1º PER. |    |                   |                      | 6ª Feira             | 1º PER. |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          | 15                  | 12    | 9  | 6  |          | 15      | 12                 | 9     | 6  |          | 15      | 12                                  | 9                  | 6     |          | 15      | 12 | 9                 | 6                    |                      | 15      | 12 | 9  | 6                 |                    |               |      |    |    |    |   |
| 1                                                                                                                                                                                                            | 8h00     | Paulo/Lourenço      | 6º 4  | N  | 36 | S        | 45      | Miguel Leal        | 7º 5  | S  | 45       | N       | 36                                  | Miguel Leal        | 7º 6  | S        | 45      | N  | 36                | Paulo Lourenço       | 6º 1                 | S       | 45 | N  | 3                 | Paulo Ferraz       | 6º 6          | N    | 36 | S  | 45 |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 8h45     |                     |       |    |    |          |         | Helena Mendes DIC  | 12º 9 | 3  | 6        | 6       | 6                                   | Jº Castro          | 10º 3 | 36       | S       | 45 | N                 | Paulo Ferraz         | 6º 6                 | 6       | N  | 3  | 65                | Rui Cunha          | 10º 2         | 45   | N  | 65 | S  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         | Susana Cró AT      | 12º 6 | G  | G        | G       | G                                   | Ricardo Oliveira   | 11º 1 | 45       | N       | 36 | S                 | Ricardo Oliveira     | 10º 1                | 3       | S  | 45 | N                 | Helena Mendes DIC  | 12º 6         | 3    | 6  | 6  | 6  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         |                                     | Crist. Caré ATG    | 12º 9 | G        | G       | G  | G                 | Rui Cunha            | 12º 1                | N       | 3  | S  | 4                 |                    |               |      |    |    |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   | Cristina Caré ATG    | 12º 9                | G       | G  | G  | G                 |                    |               |      |    |    |    |   |
| 1                                                                                                                                                                                                            | 8h30     | Pascoal             | 9º 5  | 36 | S  | 45       | N       | Paulo Lourenço     | 5º 6  | N  | 3        | S       | 45                                  | César              | 8º 1  | N        | 36      | S  | 45                | Nuno Lourenço        | 5º 4                 | 45      | 6  | 6  | 6                 | S                  | P. Lourenço   | 5º 3 | S  | 45 | N  | 3 |
|                                                                                                                                                                                                              | 9h15     |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
| 2                                                                                                                                                                                                            | 8h45     | Ricardo Oliveira    | 11º 2 | S  | 45 | N        | 36      | Elvio Quintal      | 6º 8  | 45 | N        | 6       | S                                   | Miguel Leal        | 7º 6  | S        | 4       | N  | 3                 | Ferraz/P. Lourenço   | 6º 2                 | S       | 45 | N  | 3                 | Nuno Lourenço      | 6º 7          | N    | 3  | S  | 45 |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 9h30     |                     |       |    |    |          |         | Helena Mendes DIC  | 12º 9 | 3  | 6        | 6       | 6                                   | Jº Castro          | 10º 3 | 3        | S       | 4  | N                 | Ricardo Oliveira     | 10º 1                | 3       | *S | 4  | *N                | Rui Cunha          | 10º 2         | 45   | N  | 3  | S  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         | Susana Cró AT      | 12º 6 | G  | G        | G       | G                                   | Ricardo Oliveira   | 11º 1 | 4        | N       | 3  | S                 | Rui Cunha            | 12º 1                | N       | 3  | S  | 4                 | Helena Mendes DIC  | 12º 6         | 3    | 6  | 6  | 6  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   | Crist. Caré ATG      | 12º 9                | G       | G  | G  | G                 |                    |               |      |    |    |    |   |
| 2                                                                                                                                                                                                            | 9h15     | N. Lourenço         | 5º 4  | 36 | S  | 45       | N       | César Nicola       | 5º 5  | N  | 3        | S       | 45                                  | Elvio/P. Lourenço  | 5º 9  | N        | 65      | 65 | 4                 | Cristina Caré AT     | 3                    | 12º 9   | G  | G  | G                 | G                  |               |      |    |    |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 10h00    |                     |       |    |    |          |         | M. Leal/Cris. Caré | 8º 3  | S  | 4        | N       | 3                                   | César              | 8º 5  | 65       | 3       | S  | 65                | Elvio Quintal        | 5º 7                 | 6       | 6  | *S | 3                 | 6                  | N             |      |    |    |    |   |
| 3                                                                                                                                                                                                            | 9h30     | Ferraz/P. Lourenço  | 6º 2  | N  | 36 | S        | 45      | Susana Freire      | 6º 3  | 6  | S        | 54      | N                                   | Miguel Leal        | 7º 5  | S        | 45      | N  | 36                | C. Castro/Sus. Barro | 12º 4                | 45      | S  | 3  | N                 | Elvio Quintal      | 6º 8          | 6    | G  | S  | 3  |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 10h15    | Elvio Quintal       | 6º 9  | 45 | N  | 36       | S       | Helena Mendes DIC  | 12º 6 | 3  | 6        | 6       | 6                                   | Pascoal Abreu      | 12º 3 | 36       | S       | 45 | N                 | Crist. Vieira DIC    | 12º 9                | 3       | 6  | 6  | 6                 | Pedro Osório       | 7º 2          | N    | 3  | G  | 4  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          | Ricardo Oliv.       | 11º 2 | S  | 45 | N        | 36      |                    |       |    |          |         | Crist. Caré ATG                     | 12º 6              | G     | G        | G       | G  |                   |                      |                      |         |    |    | Helena Mendes DIC | 12º 9              | 3             | 6    | 6  | 6  |    |   |
| 3                                                                                                                                                                                                            | 10h00    | N. Lourenço         | 5º 1  | 36 | S  | 45       | N       | Nuno Lourenço      | 5º 1  | 45 | N        | 6       | S                                   | P. Lourenço/Ferraz | 5º 6  | 45       | N       | 3  | S                 | Elvio/P. Lourenço    | 5º 9                 | 6       | N  | 45 | S                 | P. Lourenço/Ferraz | 5º 6          | 4    | N  | 5  | G  |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 10h45    |                     |       |    |    |          |         | Paulo Lourenço     | 5º 3  | N  | 3        | 4       | 5                                   | Venâncio Andrad    | 9º 7  | N        | 36      | S  | 4                 | Rui Cunha            | 8º 2                 | S       | 45 | N  | 3                 | César Nicola       | 8º 5          | S    | 4  | N  | 3  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         | Elvio Quintal      | 5º 2  | 6  | 5        | S       | 4                                   |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    | Nuno Lourenço     | 8º 7               | *6            | S    | 4  | N  |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         | M. Leal/Cris. Caré | 8º 3  | S  | 4        | N       | 3                                   |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    | Rui Cunha         | 8º 2               | G             | 5    | 3  | S  |    |   |
| 4                                                                                                                                                                                                            | 10h35    | Susana Barreto      | 6º 3  | S  | 45 | N        | 36      | Helena Mendes DIC  | 12º 6 | 3  | 6        | 6       | 6                                   | Susana Barreto     | 6º 5  | 6        | S       | N  | 6                 | 65                   | C. Castro/Sus. Barro | 12º 4   | 4  | S  | 3                 | N                  | Elvio Quintal | 6º 9 | N  | 3  | S  | 4 |
|                                                                                                                                                                                                              | 11h20    | Ricardo Oliv.       | 11º 1 | N  | 36 | S        | 45      |                    |       |    |          |         | Miguel Leal                         | 7º 5               | S     | 4        | N       | 3  | Crist. Vieira DIC | 12º 9                | 3                    | 6       | 6  | 6  | Helena Mendes DIC | 12º 9              | 3             | 6    | 6  | 6  |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         | Pascoal Abreu                       | 12º 3              | 3     | S        | 45      | N  | Crist. Caré       | AUT                  | G                    | G       | G  | G  |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         | Crist. Caré ATG                     | 12º 6              | G     | G        | G       | G  |                   |                      |                      |         |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
| 4                                                                                                                                                                                                            | 11h05    | Elvio/P. Lourenço   | 5º 9  | 6  | S  | 45       | N       | Nuno Lourenço      | 5º 4  | 4  | N        | 3       | S                                   | César              | 8º 4  | 45       | 65      | 3  | S                 | Nuno Lourenço        | 5º 1                 | 5       | N  | 6  | S                 | César Nicola       | 8º 5          | S    | 4  | N  | 3  |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 11h50    |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         | Venâncio Andrad                     | 9º 7               | N     | 3        | S       | 4  | Adérito Nóbrega   | 9º 4                 | N                    | 36      | S  | 45 | Nuno Lourenço     | 8º 7               | 6             | S    | 45 | N  |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   | Rui Cunha            | 8º 2                 | S       | 45 | N  | 3                 |                    |               |      |    |    |    |   |
| 5                                                                                                                                                                                                            | 11h20    | Ricardo Oliv.       | 11º 1 | N  | 3  | S        | 45      | P. Lourenço        | 6º 1  | 3  | S        | 45      | 6                                   | Ricardo Oliveira   | 11º 2 | 36       | S       | 45 | N                 | Crist. Caré ATG      | 12º 6                | G       | G  | G  | G                 | P. Lourenço        | 6º 1          | N    | 3  | S  | 4  |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 12h05    | Susana Cró ATG      | 12º 9 | G  | G  | G        | G       | Susana Barreto     | 6º 5  | 65 | 6        | 6       | N                                   | Jº Castro          | 10º 3 | N        | 3       | S  | 45                | Sus. Barreto         | AN                   |         |    |    |                   | Susana Barreto     | 6º 3          | 3    | N  | 6  | S  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          | Crist. Gomes DIC    | 12º 6 | 3  | 6  | 6        | 6       | Jº Castro          | 10º 3 | N  | 3        | S       | 45                                  |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    | P. Osório/Ferraz  | 7º 3               | *S            | *4   | *N | *3 |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         | Susana Cró         | 12º 9 | S  | 45       | N       | 3                                   |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
| 5                                                                                                                                                                                                            | 11h50    | Paulo Lourenço      | 5º 3  | 6  | S  | 45       | N       |                    |       |    |          |         | Elvio Quintal                       | 5º 7               | S     | 4        | 5       | 4  | César Nicola      | 5º 5                 | 36                   | S       | 45 | N  | Elvio Quintal     | 5º 2               | 4             | S    | 4  | 6  |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 12h35    | Elvio Quintal       | 5º 7  | 45 | N  | 3        | S       |                    |       |    |          |         | César                               | 8º 4               | 4     | 6        | 3       | S  | Adérito Nóbrega   | 9º 4                 | N                    | 36      | S  | 45 | César Nicola      | 5º 8               | 6             | 5    | 3  | N  |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          | Adérito Nóbrega     | 9º 3  | S  | 45 | N        | 3       |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    | Crist. Caré       | 11º 4/5            | 1N            | 13   | 1S | 14 |    |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          | Venâncio Andrad     | 9º 9  | N  | 3  | S        | 45      |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
| 6                                                                                                                                                                                                            | 12h05    | Susana Cró ATG      | 12º 9 | G  | G  | G        | G       | Paulo+N. Lourenço  | 6º 4  | 3  | S        | 45      | N                                   | Ferraz/P. Lourenço | 6º 2  | 5        | 3       | S  | 6                 | Nuno Lourenço        | 6º 7                 | S       | 45 | N  | 36                | Paulo+N. Lourenço  | 6º 4          | 3    | N  | 6  | 5  |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 12h50    | Cristina Vieira DIC | 12º 6 | 3  | 6  | 6        | 6       | Jº Castro          | 10º 3 | N  | 3        | S       | 45                                  | Pedro Osório       | 7º 1  | 6        | N       | 6  | 5                 | Elvio Quintal        | 6º 9                 | 45      | N  | 36 | S                 | Susana Barreto     | 6º 5          | 5    | 6  | 4  | S  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         | Susana Cró         | 12º 9 | S  | 45       | N       | 3                                   | Ricardo Oliv.      | 11º 2 | 36       | S       | 4  | N                 | Crist. Caré ATG      | 12º 6                | G       | G  | G  | G                 | P. Osório/Ferraz   | 7º 3          | S    | 4  | N  | 3  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         | Jº Castro                           | 12º 2              | S     | 4        | N       | 3  | Susana Barreto    | AN                   |                      |         |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
| 6                                                                                                                                                                                                            | 12h35    | Nuno Lourenço       | 8º 7  | 45 | N  | 3        | S       | César Nicola       | 5º 8  | 45 | N        | 6       | S                                   | Pascoal Abreu      | 9º 6  | S        | 6       | 3  | S                 | César Nicola         | 5º 8                 | N       | 36 | S  | 45                | César Nicola       | 5º 5          | 6    | S  | 3  | N  |   |
|                                                                                                                                                                                                              | 13h20    | Adérito Nóbrega     | 9º 3  | S  | 45 | N        | 36      |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   | Adérito Nóbrega      | 9º 3                 | 36      | S  | 45 | N                 | Crist. Caré        | 11º 4/5       | N    | 3  | S  | 4  |   |
|                                                                                                                                                                                                              |          | Venâncio Andrad     | 9º 9  | N  | 3  | S        | 45      |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
| N   36   S   45 1º PERÍODO: 14 SET   12 OUT   9 NOV   7 DEZ (2 dias) 2º PERÍODO: 3 JAN (2 sem)   19 JAN   19 3º PERÍODO: 7 ABR   3 MAIO Tempo Espera: * 5' 26 OUTUBRO 2020                                   |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |
| LEGENDA: 15 - Pav. Sul (Ginás., Basq., Volei, Badm., T.Mesa); 1N - Pav. Norte (Basq., Volei., Badm., T.Mesa); 3 e 6 - Poliv. Ext. (And., Fut.); 4 e 5 - Poliv. Ext. (Basq., Volei); G - Ginásio; P - Paredes |          |                     |       |    |    |          |         |                    |       |    |          |         |                                     |                    |       |          |         |    |                   |                      |                      |         |    |    |                   |                    |               |      |    |    |    |   |

Anexo 6: Distribuição de Instalações

| Escola Básica dos 2.º e 3.º Ciclos Dr. Ângelo Augusto da Silva (Levada) |    |    |    |    |     |       |                                           |      |      |    |    |     |     |
|-------------------------------------------------------------------------|----|----|----|----|-----|-------|-------------------------------------------|------|------|----|----|-----|-----|
| Ano Letivo 2020/2021                                                    |    |    |    |    |     |       |                                           |      |      |    |    |     |     |
| Setembro 2020                                                           |    |    |    |    |     |       | Outubro 2020                              |      |      |    |    |     |     |
| 13 a 16 dias letivos                                                    |    |    |    |    |     |       | 21 dias letivos                           |      |      |    |    |     |     |
| 2ª                                                                      | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª | Sáb | Dom   | 2ª                                        | 3ª   | 4ª   | 5ª | 6ª | Sáb | Dom |
| 01                                                                      | 02 | 03 | 04 | 05 | 06  |       | 01                                        | 02   | 03   | 04 |    |     |     |
| 07                                                                      | 08 | 09 | 10 | 11 | 12  | 13    | 05                                        | 06   | 07   | 08 | 09 | 10  | 11  |
| 14                                                                      | 15 | 16 | 17 | 18 | 19  | 20    | 12                                        | 13   | 14   | 15 | 16 | 17  | 18  |
| 21                                                                      | 22 | 23 | 24 | 25 | 26  | 27    | 19                                        | 20   | 21   | 22 | 23 | 24  | 25  |
| 28                                                                      | 29 | 30 |    |    |     |       | 26                                        | 27   | 28   | 29 | 30 | 31  |     |
| Dezembro 2020                                                           |    |    |    |    |     |       | Janeiro 2021                              |      |      |    |    |     |     |
| 12 dias letivos                                                         |    |    |    |    |     |       | 20 dias letivos                           |      |      |    |    |     |     |
| 2ª                                                                      | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª | Sáb | Dom   | 2ª                                        | 3ª   | 4ª   | 5ª | 6ª | Sáb | Dom |
| 01                                                                      | 02 | 03 | 04 | 05 | 06  |       | 01                                        | 02   | 03   |    |    |     |     |
| 07                                                                      | 08 | 09 | 10 | 11 | 12  | 13    | 04                                        | 05   | 06   | 07 | 08 | 09  | 10  |
| 14                                                                      | 15 | 16 | 17 | 18 | 19  | 20    | 11                                        | 12   | 13   | 14 | 15 | 16  | 17  |
|                                                                         |    |    |    | 25 | 26  | 27    | 18                                        | 19   | 20   | 21 | 22 | 23  | 24  |
|                                                                         |    |    |    |    |     |       | 25                                        | 26   | 27   | 28 | 29 | 30  | 31  |
| Março 2021                                                              |    |    |    |    |     |       | Abril 2021                                |      |      |    |    |     |     |
| 15 dias letivos                                                         |    |    |    |    |     |       | 19 dias letivos                           |      |      |    |    |     |     |
| 2ª                                                                      | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª | Sáb | Dom   | 2ª                                        | 3ª   | 4ª   | 5ª | 6ª | Sáb | Dom |
| 01                                                                      | 02 | 03 | 04 | 05 | 06  | 07    | 01                                        | 02   | 03   | 04 |    |     |     |
| 08                                                                      | 09 | 10 | 11 | 12 | 13  | 14    | 05                                        | 06   | 07   | 08 | 09 | 10  | 11  |
| 15                                                                      | 16 | 17 | 18 | 19 | 20  | 21    | 12                                        | 13   | 14   | 15 | 16 | 17  | 18  |
| 22                                                                      | 23 | 24 | 25 | 26 | 27  | 28    | 19                                        | 20   | 21   | 22 | 23 | 24  | 25  |
| 29                                                                      | 30 | 31 |    |    |     |       | 26                                        | 27   | 28   | 29 | 30 |     |     |
| Junho 2021                                                              |    |    |    |    |     |       | Julho 2021                                |      |      |    |    |     |     |
| 6, 9 ou 20 dias letivos                                                 |    |    |    |    |     |       |                                           |      |      |    |    |     |     |
| 2ª                                                                      | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª | Sáb | Dom   | 2ª                                        | 3ª   | 4ª   | 5ª | 6ª | Sáb | Dom |
| 01                                                                      | 02 | 03 | 04 | 05 | 06  |       | 01                                        | 02   | 03   | 04 |    |     |     |
| 07                                                                      | 08 | 09 | 10 | 11 | 12  | 13    | 05                                        | 06   | 07   | 08 | 09 | 10  | 11  |
| 14                                                                      | 15 | 16 | 17 | 18 | 19  | 20    | 12                                        | 13   | 14   | 15 | 16 | 17  | 18  |
| 21                                                                      | 22 | 23 | 24 | 25 | 26  | 27    | 19                                        | 20   | 21   | 22 | 23 | 24  | 25  |
| 28                                                                      | 29 | 30 |    |    |     |       | 26                                        | 27   | 28   | 29 | 30 | 31  |     |
| Novembro 2020                                                           |    |    |    |    |     |       | Dezembro 2020                             |      |      |    |    |     |     |
| 21 dias letivos                                                         |    |    |    |    |     |       | 12 dias letivos                           |      |      |    |    |     |     |
| 2ª                                                                      | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª | Sáb | Dom   | 2ª                                        | 3ª   | 4ª   | 5ª | 6ª | Sáb | Dom |
| 01                                                                      | 02 | 03 | 04 | 05 | 06  | 07    | 01                                        | 02   | 03   | 04 | 05 | 06  | 07  |
| 08                                                                      | 09 | 10 | 11 | 12 | 13  | 14    | 08                                        | 09   | 10   | 11 | 12 | 13  | 14  |
| 15                                                                      | 16 | 17 | 18 | 19 | 20  | 21    | 15                                        | 16   | 17   | 18 | 19 | 20  | 21  |
| 22                                                                      | 23 | 24 | 25 | 26 | 27  | 28    | 22                                        | 23   | 24   | 25 | 26 | 27  | 28  |
| 29                                                                      | 30 |    |    |    |     |       | 29                                        | 30   |      |    |    |     |     |
| Janeiro 2021                                                            |    |    |    |    |     |       | Fevereiro 2021                            |      |      |    |    |     |     |
| 20 dias letivos                                                         |    |    |    |    |     |       | 17 dias letivos                           |      |      |    |    |     |     |
| 2ª                                                                      | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª | Sáb | Dom   | 2ª                                        | 3ª   | 4ª   | 5ª | 6ª | Sáb | Dom |
| 01                                                                      | 02 | 03 | 04 | 05 | 06  | 07    | 01                                        | 02   | 03   | 04 | 05 | 06  | 07  |
| 08                                                                      | 09 | 10 | 11 | 12 | 13  | 14    | 08                                        | 09   | 10   | 11 | 12 | 13  | 14  |
| 15                                                                      | 16 | 17 | 18 | 19 | 20  | 21    | 15                                        | 16   | 17   | 18 | 19 | 20  | 21  |
| 22                                                                      | 23 | 24 | 25 | 26 | 27  | 28    | 22                                        | 23   | 24   | 25 | 26 | 27  | 28  |
| 29                                                                      | 30 |    |    |    |     |       | 29                                        | 30   |      |    |    |     |     |
| Março 2021                                                              |    |    |    |    |     |       | Abril 2021                                |      |      |    |    |     |     |
| 15 dias letivos                                                         |    |    |    |    |     |       | 19 dias letivos                           |      |      |    |    |     |     |
| 2ª                                                                      | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª | Sáb | Dom   | 2ª                                        | 3ª   | 4ª   | 5ª | 6ª | Sáb | Dom |
| 01                                                                      | 02 | 03 | 04 | 05 | 06  | 07    | 01                                        | 02   | 03   | 04 |    |     |     |
| 08                                                                      | 09 | 10 | 11 | 12 | 13  | 14    | 05                                        | 06   | 07   | 08 | 09 | 10  | 11  |
| 15                                                                      | 16 | 17 | 18 | 19 | 20  | 21    | 12                                        | 13   | 14   | 15 | 16 | 17  | 18  |
| 22                                                                      | 23 | 24 | 25 | 26 | 27  | 28    | 19                                        | 20   | 21   | 22 | 23 | 24  | 25  |
| 29                                                                      | 30 | 31 |    |    |     |       | 26                                        | 27   | 28   | 29 | 30 |     |     |
| Maio 2021                                                               |    |    |    |    |     |       | Junho 2021                                |      |      |    |    |     |     |
| 21 dias letivos                                                         |    |    |    |    |     |       | 6, 9 ou 20 dias letivos                   |      |      |    |    |     |     |
| 2ª                                                                      | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª | Sáb | Dom   | 2ª                                        | 3ª   | 4ª   | 5ª | 6ª | Sáb | Dom |
| 01                                                                      | 02 | 03 | 04 | 05 | 06  | 07    | 01                                        | 02   | 03   | 04 | 05 | 06  | 07  |
| 08                                                                      | 09 | 10 | 11 | 12 | 13  | 14    | 08                                        | 09   | 10   | 11 | 12 | 13  | 14  |
| 15                                                                      | 16 | 17 | 18 | 19 | 20  | 21    | 15                                        | 16   | 17   | 18 | 19 | 20  | 21  |
| 22                                                                      | 23 | 24 | 25 | 26 | 27  | 28    | 22                                        | 23   | 24   | 25 | 26 | 27  | 28  |
| 29                                                                      | 30 |    |    |    |     |       | 29                                        | 30   |      |    |    |     |     |
| Total de dias letivos, por dias de semana                               |    |    |    |    |     |       | Total de dias letivos, por dias de semana |      |      |    |    |     |     |
| 5º Ano                                                                  | 2ª | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª  | Total | 1ª P                                      | 2ª P | 3ª P |    |    |     |     |
| 6º Ano                                                                  | 2ª | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª  | Total | 1ª P                                      | 2ª P | 3ª P |    |    |     |     |
| 7º Ano                                                                  | 2ª | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª  | Total | 1ª P                                      | 2ª P | 3ª P |    |    |     |     |
| 8º Ano                                                                  | 2ª | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª  | Total | 1ª P                                      | 2ª P | 3ª P |    |    |     |     |
| 9º Ano                                                                  | 2ª | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª  | Total | 1ª P                                      | 2ª P | 3ª P |    |    |     |     |
| 10º Ano                                                                 | 2ª | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª  | Total | 1ª P                                      | 2ª P | 3ª P |    |    |     |     |
| 11º Ano                                                                 | 2ª | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª  | Total | 1ª P                                      | 2ª P | 3ª P |    |    |     |     |
| 12º Ano                                                                 | 2ª | 3ª | 4ª | 5ª | 6ª  | Total | 1ª P                                      | 2ª P | 3ª P |    |    |     |     |

RO Agosto 2020

## Anexo 7: Planeamento Anual





| Plano de Aula n     |                                       |                 |                |          |
|---------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------|----------|
| Unidade Didática:   | Ano/Turma:                            | Nº de alunos:   | Data:          | Hora:    |
|                     | Instalação:                           |                 | Plano de aula: | Duração: |
| Recursos materiais: |                                       |                 |                |          |
| Objetivos Gerais:   |                                       |                 |                |          |
| Conteúdos/objetivos | Descrição da Organização/ Estratégias | Esquema Gráfico | Duração        |          |
|                     |                                       |                 | T E            | T A      |
| Parte Inicial       |                                       |                 |                |          |
|                     |                                       |                 |                |          |
| Parte Fundamental   |                                       |                 |                |          |
|                     |                                       |                 |                |          |
| Parte Final         |                                       |                 |                |          |
|                     |                                       |                 |                |          |

|              |
|--------------|
| Sumário:     |
| Observações: |

Anexo 8: Modelo do Plano de Aula

### AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA DE BADMINTON

|    |  | Executa as habilidades técnicas (clear e lob) de forma apropriada | Realiza o serviço curto e comprido | Realiza a posição base | Desloca-se e posiciona corretamente os apoios antecipando a queda do volante | Diferencia os tipos de pega e utiliza-os corretamente |
|----|--|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 1  |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 2  |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 3  |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 4  |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 5  |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 6  |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 7  |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 8  |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 9  |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 10 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 11 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 12 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 13 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 14 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 15 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 16 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 17 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 18 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 19 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 20 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 21 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 22 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 23 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |
| 24 |  |                                                                   |                                    |                        |                                                                              |                                                       |

### Anexo 9: Grelha de Avaliação Diagnóstica de Badminton

|    |  | Conhecimentos | Responsabilidade | Empenho/part.auton. | Respeito/cooperação |
|----|--|---------------|------------------|---------------------|---------------------|
| 1  |  |               |                  |                     |                     |
| 2  |  |               |                  |                     |                     |
| 3  |  |               |                  |                     |                     |
| 4  |  |               |                  |                     |                     |
| 5  |  |               |                  |                     |                     |
| 6  |  |               |                  |                     |                     |
| 7  |  |               |                  |                     |                     |
| 8  |  |               |                  |                     |                     |
| 9  |  |               |                  |                     |                     |
| 10 |  |               |                  |                     |                     |
| 11 |  |               |                  |                     |                     |
| 12 |  |               |                  |                     |                     |
| 13 |  |               |                  |                     |                     |
| 14 |  |               |                  |                     |                     |
| 15 |  |               |                  |                     |                     |
| 16 |  |               |                  |                     |                     |
| 17 |  |               |                  |                     |                     |
| 18 |  |               |                  |                     |                     |
| 19 |  |               |                  |                     |                     |
| 20 |  |               |                  |                     |                     |
| 21 |  |               |                  |                     |                     |
| 22 |  |               |                  |                     |                     |
| 23 |  |               |                  |                     |                     |
| 24 |  |               |                  |                     |                     |

Legenda: ++ (5)  
+ (4)  
em branco (3)  
- (2)

### Anexo 10: Grelha da Avaliação Formativa

| Nível /<br>Menção                  | Intervalo<br>percentual | CrITÉrios                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nível 5 –<br>Muito Bom             | 90% – 100 %             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- O aluno realiza <b>sempre</b> o exercício, sem paragens;</li> <li>- O aluno executa o exercício <b>sempre</b> de forma correta (execução técnica);</li> <li>- O aluno executa o exercício <b>sempre</b> com ritmo e harmonia;</li> </ul>                      |
| Nível 4 – Bom                      | 70% – 89 %              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- O aluno realiza <b>muitas vezes</b> o exercício, sem paragens;</li> <li>- O aluno executa o exercício <b>muitas vezes</b> de forma correta (execução técnica);</li> <li>- O aluno executa o exercício <b>muitas vezes</b> com ritmo e harmonia;</li> </ul>    |
| Nível 3 –<br>Suficiente            | 50% – 69 %              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- O aluno realiza <b>algumas vezes</b> o exercício, sem paragens;</li> <li>- O aluno executa o exercício <b>algumas vezes</b> de forma correta (execução técnica);</li> <li>- O aluno executa o exercício <b>algumas vezes</b> com ritmo e harmonia;</li> </ul> |
| Nível 2 –<br>Insuficiente          | 20% - 49%               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- O aluno realiza <b>algumas vezes</b> o exercício, sem paragens;</li> <li>- O aluno executa o exercício <b>algumas vezes</b> de forma correta (execução técnica);</li> <li>- O aluno executa o exercício <b>algumas vezes</b> com ritmo e harmonia;</li> </ul> |
| Nível 1 –<br>Muito<br>Insuficiente | 0% – 19%                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- O aluno <b>nunca</b> realiza o exercício, sem paragens;</li> <li>- O aluno <b>nunca</b> executa o exercício de forma correta (execução técnica);</li> <li>- O aluno <b>nunca</b> executa o exercício com ritmo e harmonia;</li> </ul>                         |

### Anexo 11: Critérios de Avaliação Final do 2º Período

| Nº |  | Nome do aluno |  | Domínio Atitudinal: 25% |                                    |          |                                    |              |                       |          | Domínio Cognitivo/Psicomotor: 75%     |                                         |                                    |  |  |                                      |                         |                                                   |                   |       | Nota                                  |                |                  |       |                |            |
|----|--|---------------|--|-------------------------|------------------------------------|----------|------------------------------------|--------------|-----------------------|----------|---------------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------|--|--|--------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------|-------------------|-------|---------------------------------------|----------------|------------------|-------|----------------|------------|
|    |  |               |  | Responsabilidade        |                                    |          | Empenho / participação / autonomia |              | Respeito / cooperação |          | Média Ponderada do Domínio Atitudinal | Teste / Trabalho de Grupo / Outros: 15% |                                    |  |  | Média Ponderada do Domínio Cognitivo | Domínio Psicomotor: 60% |                                                   |                   |       | Média Ponderada do Domínio Psicomotor | Nota calculada | Nota arredondada | Nível | Auto-avaliação | Nota Final |
|    |  |               |  |                         |                                    |          |                                    |              |                       |          |                                       |                                         |                                    |  |  |                                      |                         |                                                   |                   |       |                                       |                |                  |       |                |            |
|    |  |               |  | Pontualidade            | Realização de tarefas (inclui TPC) | Material | Empenho                            | Participação | Autonomia             | Respeito |                                       | Cooperação                              | 1. Teste / Trab. de Grupo / Outros |  |  |                                      |                         | 5. Trabalho Aula / E. Motor / Habilidades Motoras | 6. Aptidão Física |       |                                       |                |                  |       |                |            |
|    |  |               |  | 2%                      | 2%                                 | 2%       | 3%                                 | 2%           | 2%                    | 8%       |                                       | 4%                                      | 15,0%                              |  |  |                                      |                         | 15,0%                                             | 50,0%             | 10,0% |                                       |                |                  |       |                |            |

## Anexo 12: Parâmetros de Avaliação Final de cada Período