



Daniela Marisa Caldeira Jacinto

# Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido no Centro Educativo dos Olivais no ano letivo de 2017/2018

O papel motivacional da Educação Física em jovens em processo tutelar educativo.

Setembro 2018



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Daniela Marisa Caldeira Jacinto

Nº 2017186666

Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido no Centro Educativo dos Olivais no ano letivo de 2017/2018

*O papel motivacional da Educação Física em Jovens em Processo Tutelar Educativo.*

Relatório de Estágio Apresentado à  
Faculdade de Ciências do Desporto e da  
Educação Física



**Esta obra deve ser citada como:**

Jacinto, D. (2018). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido no Centro Educativo dos Olivais no ano letivo 2017/2018. Relatório final de Estágio do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, Faculdade de Ciências do Desporto e da Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Eu, Daniela Marisa Caldeira Jacinto, aluna nº 2016186666 do MEEEBS da FCDEF-UC, venho declarar por minha honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da minha autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no art. 30.º do Regulamento Pedagógico da FCDEF (versão de 10 de março de 2009).

10 de Setembro de 2018

---

(Daniela Marisa Caldeira Jacinto)

**Obrigada por tudo o que me ensinaste e  
por tudo o que me permitiste alcançar,  
avô.**

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar, quero agradecer à minha família por todo o apoio ao longo deste percurso letivo, pois apesar das dificuldades, nunca me deixaram só.

Ao meu namorado por todo o apoio, todo o companheirismo e toda a confiança depositadas em mim, ao longo de todo este percurso. Obrigada por teres estado sempre comigo, ao meu lado e nunca me deixares desanimar nos momentos mais difíceis.

À minha colega de estágio Carolina Santos, que aceitou estagiar comigo mesmo sem me conhecer, a quem devo um obrigado por essa confiança e também, por todo o apoio e toda a ajuda com que pude contar da parte dela ao longo do ano. Desejo-te o melhor, Carolina.

Ao excelentíssimo professor Nuno Silva, que nos orientou ao longo do estágio neste ano letivo, tendo este sido o primeiro estágio da FCDEF no Centro Educativo dos Olivais. O meu muito obrigada por toda a sua ajuda ao longo de todo o ano professor.

À excelentíssima professora Natividade Telles, com quem fiquei no trabalho de assessoria, tendo sido extremamente amável e prestável ao longo de todo o ano.

Quero agradecer também à excelentíssima senhora doutora Ângela Portugal, por nos ter recebido de forma tão agradável e também por ter sido tão prestável ao longo do ano e interessada no nosso progresso.

Por fim, mas não menos importante, quero também agradecer à excelentíssima professora doutora Elsa Silva, que para além de nossa orientadora de estágio pela FCDEF, também esteve sempre presente para nos auxiliar ao longo do ano, transmitindo o seu conhecimento e guiando-nos pelas opções mais corretas ao longo deste grande e rápido percurso.

## Resumo

Como parte final do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, o Estágio Pedagógico tem como objetivo permitir uma experiência no ensino, sendo atribuída ao estagiário a função de professor ao longo de todo esse ano letivo, bem como a realização de todas as funções que correspondem a um professor. Sendo assim, este é o momento em que o aluno no papel de professor estagiário coloca em prática todos os conhecimentos que foi adquirindo ao longo do ano letivo e também ao longo de toda a sua licenciatura. É neste momento que nós estagiários, temos a noção e o contacto real com alunos e com tudo o que lhes está inerente. O relatório final de estágio consiste num documento onde é relatado tudo o que foi realizando ao longo de todo o ano letivo, bem como todas as aprendizagens e conhecimentos adquiridos durante esta etapa tão importante, sendo assim um documento imprescindível ao término do segundo ciclo de estudos, no presente Mestrado. Este relatório diz respeito ao estágio realizado no Centro Educativo dos Olivais, mais precisamente à turma de Instalador e Reparador de Computadores do Regime Fechado. Ao longo deste documento, serão encontradas várias informações acerca de toda esta etapa, sendo que mais especificamente uma primeira área abordará a contextualização da prática pedagógica desenvolvida, segunda área abordará a análise reflexiva a essa mesma prática pedagógica e a terceira área abordará o aprofundamento do tema-problema, que neste caso incidiu sobre o papel motivacional da Educação Física em Jovens em Processo Tutelar Educativo.

**Palavras-chave:** Educação Física. Jovens Institucionalizados. Processo Tutelar Educativo.



## **Abstract**

As the final part of the master's degree in teaching of physical education in basic and secondary education, the teacher training aims to enable an experience at teaching, being assigned to the trainee the job of teacher throughout this school year as well as carrying out all the functions that correspond to a teacher. So, this is the time when the student in the role of teacher trainee, puts into practice all the knowledge that has been acquired throughout the academic year and also throughout the degree. It is at this time that we have the concept, and the actual contact with students and with all everything inherent to them. The final report of training course, consists in a document where it is reported all was held throughout the school year, as well as all the learnings and knowledge gained during this step so important, being an essential document at the end of the second cycle of studies, in this master. This report concerns the training course held at the Education Center of the Olivais, more precisely the class of Installer and Repairer of Computers in closed regime. Throughout this document, will be found several information's about this whole step, and more specifically a first area will address the contextualization of pedagogical practice developed, the second area will address the reflective analysis to that pedagogical practice, and the third area will address the deepening of theme-problem, which in this case is focused on the motivational role of Physical Education in young people in the educational process.

**Key words:** Physical Education. Institutionalized youth. Educational Tutelary Process.

# Índice

1ª FASE – Contextualização da Prática Pedagógica Desenvolvida .....	2
1.1 O Contexto do local de Estágio .....	2
1.2 A Turma.....	3
1.3 O grupo de EF e as suas decisões .....	4
2ª FASE – Análise Reflexiva sobre a Prática Pedagógica.....	5
A – Área das Atividades de Ensino e Aprendizagem.....	5
2.1 Planeamento .....	5
2.1.1 Plano Anual .....	6
2.1.2 Unidades Didáticas .....	9
2.1.3 Planos de Aula.....	12
2.2 Realização.....	14
2.2.1 Instrução .....	14
2.2.2 Gestão .....	16
2.2.3 Clima/Disciplina.....	17
2.2.4 Decisões de ajustamento.....	19
2.3 Avaliações .....	19
2.3.1 Avaliação Diagnóstica.....	21
2.3.2 Avaliação Formativa.....	22
2.3.3 Avaliação Sumativa.....	23
2.3.4 Auto e Heteroavaliação .....	24
2.3.5 Avaliação da prática pedagógica e do processo de ensino .....	25
B – Área das Atividades de Organização e Gestão Escolar .....	25
C – Área das atividades de projetos e parcerias educativas .....	27
D – Área ético-profissional.....	28
3ª FASE – Aprofundamento do Tema-Problema .....	29
3.1 Enquadramento Teórico .....	29

3.2 Objetivos do estudo .....	31
3.3 Metodologia.....	31
3.4 Apresentação dos Resultados .....	33
3.5 Discussão dos Resultados.....	35
3.6 Limitações do estudo .....	38
4ª FASE – Conclusões.....	39
<b>Referências Bibliográficas</b> .....	41
<b>Anexos</b> .....	43

**Lista de Abreviaturas:**

**E.F.:** Educação Física

**FE:** Feedback

**PNEF:** Programa Nacional de Educação Física

**UD:** Unidade(s) Didática(s)

**CEO:** Centro Educativo dos Olivais

**FCDEF:** Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

## **Introdução**

O relatório final de estágio, é um dos documentos que compõem esta fase final neste ciclo de ensino. Este documento relata tudo o que foi realizado ao longo do ano letivo, bem como todos os conhecimentos que foram adquiridos através do estágio realizado. O estágio realiza-se em meio real, numa escola, onde é atribuída ao professor estagiário uma turma. Ao longo desse ano, o estagiário deverá colocar em prática os conhecimentos adquiridos ao longo dos ciclos de estudos anteriores, de forma a acompanhar a sua turma da melhor forma possível tendo sempre em conta as suas necessidades.

A oportunidade que os professores estagiários têm de colocar em prática os seus conhecimentos adquiridos, é muito importante, uma vez que permite-lhes ter alguma experiência na situação e saber o que fazer e como fazer. Desta forma, quando os professores estagiários passarem a professores, já saberão quais são as suas funções e o que lhes compete. Esta também é uma excelente oportunidade para os professores estagiários perceberem, que independentemente do domínio que têm sobre as matérias lecionadas ao longo do ciclo de estudos, a parte prática é sempre diferente e bastante exigente, o que provoca nos professores estagiários algumas sensações a que Tardif, (2002) denomina de choque de realidade.

Ao longo deste relatório de estágio, encontrar-se-ão descritos todos os tópicos inerentes a este estágio, tais como as expectativas iniciais, as vivências ao longo de todo o ano letivo e a reflexão crítica ao trabalho realizado ao longo do estágio no Centro Educativo dos Olivais. Para uma melhor orientação, todo o documento encontra-se dividido por diferentes fases que dizem respeito a diferentes aspetos ocorridos ao longo de todo o ano.

## 1ª FASE – Contextualização da Prática Pedagógica Desenvolvida

O momento do estágio pedagógico é aguardado por todos os alunos com grande expectativa, sendo este o momento mais importante de todo o mestrado. Este estágio, permite que os alunos tenham um contacto com a realidade e com todo o trabalho desenvolvido por um docente da disciplina de Educação Física, bem como com toda a burocracia que está inerente ao trabalho de um diretor de turma, sendo esta mais uma das várias experiências que os estagiários poderão realizar.

O momento inicial do estágio é um momento que traz consigo algum nervosismo e alguma ansiedade, pois como é a primeira vez que nós estagiários contactamos com a nossa futura realidade, temos sempre o receio de realizar algo que não seja o mais correto ou o mais apropriado. Para nos ajudarem a conquistar o nosso melhor, temos então dois professores que nos auxiliarão ao longo desta caminhada, sendo um deles o professor orientador do estágio e o outro professor, orientador pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (FCDEF).

Para além dos vários trabalhos que são necessários realizar para o estágio, destacamos o Plano de Formação Individual, onde constam os nossos objetivos com o estágio, o que pretendemos alcançar com este estágio, como o pretendemos fazer e alguns pontos fortes e fracos da nossa personalidade que possam ajudar-nos ou dificultar-nos a tarefa de lecionar.

### 1.1 O Contexto do local de Estágio

É importante clarificar que neste estágio realizado no Centro Educativo dos Olivais, algumas denominações serão específicas, pois a instituição onde o estágio foi realizado não é uma escola regular, mas sim uma instituição de Reinserção Social de jovens em medida tutelar de internamento. Segundo a legislação dos Centros Educativos, estes destinam-se exclusivamente aos seguintes fins:

- À execução da medida tutelar de internamento;
- À execução da medida cautelar de guarda em centros educativos;

- Ao internamento para realização de perícia sobre a personalidade quando incumba aos serviços de reinserção social;
- Ao cumprimento da detenção.

Os Centros Educativos apresentam três possibilidades de cumprimento de medida, que são as seguintes:

- Regime Aberto
- Regime Semi-Aberto
- Regime Fechado

Para qualquer um destes regimes, é o tribunal a decidir qual deles o jovem deverá cumprir, mediante as acusações a que o jovem está indiciado.

Para além de esta instituição ser um local onde os jovens estão a cumprir pena, têm na mesma, direito à educação, sendo que nos Centros Educativos existem vários cursos que dão equivalências aos anos de escolaridade de ensino regular, sendo eles do ensino básico – 2º e 3º ciclos - ou secundário. No Centro Educativo dos Olivais, encontramos os cursos de: Instalador e Reparador de Computadores (IRC); Jardinagem; Operador de Manutenção Hoteleira (OMH) e Operador de Acabamentos de Madeira, Mobiliário (OAMM) e Secundário. Cada um dos cursos está inserido num determinado regime, sendo que os jovens quando vão para regime fechado, vão pertencer ao curso que está atribuído a este regime, mas se o seu nível de estudos for inferior ou superior, esse mesmo jovem será colocado em aulas correspondentes ao seu nível de ensino, com a restante turma ou sozinho, dependendo da situação.

## 1.2 A Turma

Os jovens que compõem a turma de regime fechado do Centro Educativo dos Olivais (CEO), variam nas suas idades e em experiências de vida, sendo que neste caso em particular a caracterização da turma é muito abstrata. Esta, apenas é composta por jovens do sexo masculino, sendo que grande parte dos mesmos não têm qualquer afinidade ou gosto pelo ambiente e meio escolar. Mesmo assim, a Educação Física, era praticamente a única disciplina a que os jovens mais iam às aulas.

Podemos afirmar apenas que ao longo de todo o ano letivo, o número de jovens variou entre os 9 e os 5 rapazes por turma, dependendo de alguns fatores tais como: a mudança de jovens para outros centros, o término das medidas que tinham a cumprir e também a mudança de turma. Tudo isto fez com que o número de jovens que compunham a turma, nunca fosse uma constante ao longo do ano letivo.

### 1.3 O grupo de EF e as suas decisões

No que diz respeito ao grupo de Educação Física do Centro Educativo dos Olivais, este era composto por dois professores e pelas duas estagiárias. Assim que iniciámos o Estágio Pedagógico e que obtivemos toda a autorização necessária para entrarmos nas instalações, todos os professores, incluindo os professores do núcleo de Educação Física nos receberam da melhor forma possível, sendo que as explicações sobre o funcionamento da disciplina naquela instituição e o conhecimento de espaços e materiais disponíveis, nos foram dados especificamente pelos professores de Educação Física.

No início do ano letivo, nós estagiárias reunimo-nos com o professor orientador para desta forma, darmos início às nossas aulas e para escolhermos quais as matérias a iniciar. Foi-nos facultado por parte do professor orientador, um documento que continha os conteúdos programáticos (Anexo A) a serem abordados no CEO, realizado pelo grupo de Educação Física e baseado no Plano Nacional de Educação Física (PNEF). Também nos foi dito que seria possível lecionarmos outras modalidades que não estivessem contempladas no documento dos conteúdos programáticos, fornecido no início do ano.

No Centro Educativo dos Olivais, não existe a rotação de espaços que existe nas escolas. Nesta instituição, cada turma tem a sua aula de Educação Física o que faz com que o professor tenha todo o espaço e materiais disponíveis só para si. Mesmo que existam duas turmas a terem Educação Física à mesma hora, elas estão em espaços diferentes da instituição. Com todas estas características inerentes ao local de estágio, a nossa escolha das matérias a lecionar baseou-se principalmente no tempo meteorológico, pois os jovens dispõem de um espaço exterior onde também podem ter aulas de Educação Física, sendo que foi nossa preocupação que os jovens tivessem lá o máximo de aulas possíveis, não só para os motivarmos mais, mas também, para não estarem em mais um local fechado podendo aproveitar o bom tempo.

Relativamente à planificação das aulas, aos relatórios, unidades didáticas e plano anual, foi-nos transmitido que seria admissível a apresentação de trabalhos com um modelo em comum, ou que poderíamos optar pelo que nos fosse mais conveniente a cada uma.

## 2ª FASE – Análise Reflexiva sobre a Prática Pedagógica

Ao longo de todo o ano letivo, existiram várias áreas que foram fundamentais para o planeamento e bom funcionamento do respetivo ano letivo. Estas áreas de que falamos, são as seguintes: Atividades de ensino e aprendizagem; Atividades de Organização e Gestão Escolar; Projeto e parcerias educativas e atitude ético-profissional. Cada uma destas áreas tem os seus respetivos subtemas, que serão devidamente abordados.

### A – Área das Atividades de Ensino e Aprendizagem

De acordo com o Guia de Estágio 2017/2018, esta área concerne a *três grandes domínios profissionais da prática docente: Planeamento do Ensino, a Condução do Ensino-Aprendizagem (realização) e a Avaliação.*

#### 2.1 Planeamento

Esta tarefa realizada pelo professor, consiste em criar um guia para que ele mesmo se oriente ao longo de todo o ano letivo, nas suas funções a desempenhar. O planeamento realiza-se a nível macro, meso e micro, tendo em consideração que esta tarefa pode ser alterada/ajustada sempre que o docente considere relevante ou necessário, pois na prática o que foi planeado pode não resultar, devendo o docente proceder aos devidos ajustes tendo sempre em conta as necessidades dos seus alunos. É necessário que o professor faça uma correta seleção tanto a nível didático como a nível metodológico, daquilo que pretende transmitir aos seus alunos. Desta forma, consegue aproximar-se o mais perto possível do contexto em que está inserido, das necessidades das suas turmas e também conseguirá uma maior potencialização das capacidades motoras e cognitivas dos seus alunos.

Como partes constituintes de todo o planeamento, temos o plano anual de turma, que se considera a longo prazo por ser um documento redigido para todo o ano letivo,



durante uma grande extensão de tempo. A médio prazo temos as unidades didáticas, pois estas têm uma duração temporal mais curta que o documento anterior, e por fim, temos os planos de aula que se encaixam na linha temporal de curto prazo, pois são documentos redigidos para uma aula. Todo o trabalho que faz parte da grande tarefa que é o planeamento, deve ser orientado pelo PNEF, pelo regulamento interno do estabelecimento de ensino ou instituição e também pelo projeto educativo da escola, para que desta forma o docente consiga realizar as suas tarefas e consiga também, ir ao encontro dos objetivos da escola.

### 2.1.1 Plano Anual

Este documento caracteriza-se por contemplar uma visão geral de todo o ano letivo, de acordo com o local e os seus destinatários: os alunos. Esta tarefa é possível de ser realizada conjuntamente entre todo o grupo disciplinar, ou poderá em alguns casos, ser realizada pelo professor de Educação Física responsável. Como já foi referido no texto acima, este documento serve de guia orientador ao professor, mas não o obriga a segui-lo à risca, devendo o docente proceder a qualquer alteração do mesmo sempre que ache necessário, tendo sempre em conta a melhor opção para os seus alunos.

Seguindo as orientações dos conteúdos programáticos a lecionar naquele ano letivo e também as orientações do PNEF, o professor deverá então proceder à seleção dos conteúdos, de forma lógica e ponderada, sem esquecer as verdadeiras necessidades e capacidades da sua turma, para desta forma conseguir transmitir aos seus alunos através de um processo de ensino-aprendizagem exemplar, todas as matérias e conteúdos.

Para que um professor consiga realizar a sua tarefa da melhor forma possível, é necessário que este conheça os espaços onde irá trabalhar, bem como os materiais disponíveis para a prática. De seguida, o grupo de Educação Física deverá proceder à seleção das matérias a abordar para cada um dos anos. Neste caso, o grupo de Educação Física do Centro Educativo dos Olivais, reuniu-se no início do ano letivo onde selecionou quais as matérias a lecionar ao longo do ano, que estavam previamente assinaladas na folha de conteúdos programáticos. As matérias que contemplavam os conteúdos programáticos de Educação Física para o ano letivo 2017/2018, eram as seguintes:

- Futsal;

- Basquetebol;
- Andebol;
- Voleibol;
- Atletismo: corrida e saltos;
- Badminton;
- Ténis;
- Ginástica: solo, aparelhos;

Destas oito modalidades que foram apresentadas poderíamos escolhê-las a todas, ou substituir alguma modalidade, por outra que do nosso ponto de vista fosse mais interessante para os alunos. Neste caso cada estagiária procedeu à sua alteração, pessoalmente, tendo também em conta o local de aulas de cada uma das turmas, bem como os materiais disponíveis.

Na grande maioria das escolas, a escolha das matérias a abordar é muito influenciada pela rotação de espaços que existe, para que todos os professores possam usufruir de forma ordenada, de todos os espaços desportivos existentes. Deste modo, cada professor seleciona as suas matérias dependendo do espaço onde estará naquela altura. Segundo (Bom, et al., 2001, p. 22), *“Há escolas em que os planos de E.F. se organizam de maneira que cada turma passe por sucessivos conjuntos de aulas (...), nos diversos espaços, e em que cada espaço de aula corresponde à prática de determinada modalidade (matéria), consoante a dominante de cada instalação, construída muitas vezes sem a referência ao Programa nem às características da E.F..”* Esta organização de espaço de aulas, faz com que sejam dados blocos de matérias ao longo do ano letivo, dependendo do sítio onde cada professor se encontra e como tal, nesta organização o aluno não se encontra no centro do processo de ensino-aprendizagem, uma vez que se o professor achar necessário mais tempo ou mais prática de uma determinada modalidade, provavelmente não o poderá fazer porque já não se encontra nesse espaço.

No caso particular do Centro Educativo dos Olivais, as matérias não são escolhidas por rotações de espaços, mas sim pelo sítio onde cada turma tem as suas aulas, ou seja: a turma de regime fechado só sai um dia por semana para o pavilhão desportivo, onde está todo o material, sendo que no outro dia que tem de prática desportiva, realiza-

a no pavilhão existente na sua unidade, que é um pavilhão com dimensões muito mais reduzidas e sem qualquer tipo de material. Neste caso, é importante que o professor tenha em atenção a escolha das matérias para lhe facilitar as aulas, (visto que o professor tem de ir ao pavilhão desportivo buscar todos os materiais para a sua aula) optando assim por deixar as matérias com materiais mais pesados ou impossíveis de transportar, para o dia em que os jovens se dirigem ao pavilhão desportivo. Após a escolha das matérias a abordar, foram então definidos os objetivos para cada modalidade, tendo sempre como guia os objetivos estabelecidos no Plano Nacional de Educação Física, para o terceiro ciclo, entre o 8º e o 9º ano de escolaridade, visto que os jovens que constituíam as turmas não possuíam todos o mesmo nível de habilidades e conhecimentos, chegando mesmo a haver algumas diferenças notórias.

Devemos também incluir no plano anual o plano anual de atividades, para que estas estejam já definidas no início do ano letivo, orientado assim o professor no que diz respeito ao tempo. As atividades a assinalar deverão ser todas as atividades que já existem na escola, bem como as atividades promovidas pelo núcleo de estágio pedagógico, que neste caso foram “Magusto no CEO” e “Jogos Paralímpicos”. As estagiárias do CEO, participaram também nas atividades já organizadas pela instituição, tanto atividades antigas como atividades realizadas pela primeira vez, pois independentemente de não serem da responsabilidade das mesmas, são atividades de todo o núcleo de Educação Física da instituição.

No que diz respeito às estratégias de ensino essas também foram devidamente mencionadas no plano anual, assim como a justificação da escolha das mesmas. A parte mais complexa do plano anual, tratou-se dos objetivos finais, uma vez que como não sabíamos como iria ser a reação da turma ao longo do ensino da modalidade, ficámos com algum receio de exigir muito dos jovens e dessa forma, não lhes conseguirmos passar a informação necessária e fracassar no processo de ensino. De qualquer das formas este documento deverá ser sempre alterado, para aquilo que a turma mais necessita dentro de todas as possibilidades do professor.

## 2.1.2 Unidades Didáticas

*“As unidades didáticas são a substância do projeto curricular descrito no Plano Anual. Este projeto deve incluir um planejamento das matérias (UD) referindo-se os contributos específicos de cada uma delas para o desenvolvimento formativo dos alunos; deve igualmente conter indicações claras de como se relaciona cada matéria com o bloco anterior e com a caracterização da turma, e de como tal se repercute nos respetivos capítulos do documento.”* (Silva, Fachada, & Nobre, 2017, p. 38)

As unidades didáticas (UD) são mais um documento, que serve de guia ao professor ao longo do ano letivo. Neste documento o professor deverá contemplar toda a matéria a lecionar, durante determinada modalidade, e deverá fazê-lo de forma realista para que os seus alunos consigam captar a matéria que lhes é transmitida, levando-os assim a conseguirem alcançar os objetivos de aprendizagem daquela modalidade. Alguns autores como Bento (1987), afirmam que a unidade didática deverá responder a algumas questões: Para quê?, O quê?, Como?, Quando?, Com o quê?, sendo que desta forma o professor não deixará nenhum aspeto esquecido e estabelece assim os objetivos a alcançar bem como os conteúdos e estratégias utilizadas para a realização desses objetivos. Estas questões também ajudam o professor a ter um plano B, caso veja que os seus alunos não estão a conseguir acompanhar a matéria ou a conseguir os resultados esperados sendo que perante essas observações, o professor deverá recorrer à sua UD e ver o que é necessário alterar para conseguir ajustá-la às capacidades dos seus alunos.

Ao longo do processo de ensino, o professor também tem na UD devidamente assinalados os momentos de avaliação aos seus alunos, o que lhe permite realizar um balanço no final de toda a unidade didática sobre o trabalho planeado e realizado.

As unidades didáticas foram realizadas pelas professoras estagiárias, sendo que cada professora realizou a sua. Para a realização das mesmas, tomou-se como documento orientador o programa nacional de Educação Física e nas UD incluíram-se os seguintes aspetos: sequência e extensão dos conteúdos; justificação das opções tomadas; análises e reflexões das avaliações realizadas e conclusões das observações aos alunos.

A unidade didática é um documento que se realiza antes de o professor começar a lecionar essa modalidade. Desta forma, tornam-se difíceis algumas etapas na sua conceção, pois só com a observação do professor aos seus alunos é que o docente

consegue perceber o nível de desempenho dos mesmos, tendo então a avaliação diagnóstica um papel muito importante nesta fase. Esta avaliação diagnóstica, foi sempre realizada no início de cada modalidade, sendo que posteriormente cada UD foi reajustada às verdadeiras necessidades da turma. A observação inicial que se realiza aos alunos, permite ao professor perceber não só o nível de mestria que cada aluno tem, mas também auxiliar o docente na seleção de alunos por diferentes níveis de desempenho (introdutório, elementar e avançado). Para uma correta colocação de alunos por nível, optou-se por selecionar alguns gestos técnicos (relativos à modalidade a lecionar), que fossem correspondentes com cada nível apresentado. Ao longo da observação da professora estagiária, esta deveria preencher com uma cruz no local da ação desempenhada, sendo que no fim de toda a observação, cada aluno seria colocado num grupo de desempenho correspondente à observação total. Para a realização desta tarefa, as estagiárias contaram com as opiniões do professor orientador, de forma a conseguirem um maior sucesso na mesma, visto que a experiência auxilia muito no trabalho prático.

Na parte da extensão e sequência de conteúdos, a sua planificação foi mais “facilitada” visto que a avaliação diagnóstica auxiliou muito, uma vez que as professoras estagiárias já tinham na sua posse as capacidades da turma, mesmo que numa fase inicial. Na realização desta parte do documento, foi tido sempre em atenção a evolução gradual de conhecimentos e aprendizagens dos alunos, uma vez que as matérias foram lecionadas sempre do menos complexo para o mais complexo, sempre de forma progressiva e ao ritmo de cada nível de desempenho. Ao longo de todas as aulas os alunos foram questionados acerca das matérias anteriores, de forma a lembrarem o que tinham feito e os conhecimentos que tinham adquirido. Também houve o cuidado de inserir na parte da extensão de conteúdos as capacidades condicionais e coordenativas, de forma a promover o trabalho e desenvolvimento das mesmas, tanto através de exercícios específicos como exercícios de aquecimento, ou através de exercícios da modalidade.

No que diz respeito às estratégias de ensino, tentou-se realizar o máximo de exercícios que promovessem o convívio entre todos e a competição, uma vez que estes jovens têm características especiais e perdiam o interesse pela aula de forma muito rápida, caso não existisse algo que lhes despertasse interesse. Os exercícios analíticos foram realizados em situações onde foram mesmo necessários, mas sempre que possível foram evitados, pois os jovens perdiam muito o interesse pela aula, pela tarefa, começavam a realizar atividades fora da tarefa e nem se esforçavam para tentar fazer o melhor.

Relativamente aos modelos de ensino mais utilizados ao longo de todo o ano letivo, destacámos os seguintes: o modelo de ensino dos jogos para a compreensão, onde o objetivo principal passa por desenvolver a capacidade de jogo, através da sua compreensão tática. Desta forma, o jogo deixaria de ser um momento de aplicação de técnicas e passaria a ser um momento onde o professor e os alunos resolviam os seus problemas e tirariam as suas dúvidas, o que para os jovens do CEO era muito positivo, pois mantinha-os em situação de jogo por mais tempo, evitando as situações analíticas. Este modelo foi resultando muito bem, principalmente a partir do momento em que começou a ser aplicado com mais regularidade nas aulas. A postura dos jovens era mais positiva, o trabalho na aula e o empenho motor de cada um eram maiores, pois numa situação de jogo e tendo tão poucos jovens numa turma é quase impossível estar alguém sem realizar a tarefa, o que rentabiliza muito mais o tempo de prática de cada jovem durante a aula. O outro modelo utilizado, foi o modelo de responsabilidade pessoal e social onde se pretendia que os jovens assumissem a responsabilidade dos seus comportamentos e das suas atitudes. Este modelo era o mais indicado para a turma, não só pelas suas características, mas também por aquilo que todos os professores lhes tentavam transmitir diariamente. É importante referir que estes jovens estão nesta instituição, por terem cometido ações que são classificadas de crime segundo a lei, portanto, é de grande relevância conseguirmos que eles ganhem consciência das ações que tomam e das suas consequências, tanto positivas como negativas.

Terminada cada unidade didática, realizou-se sempre um balanço em forma de relatório onde as professoras estagiárias puderam perceber, se os objetivos que tinham traçado ao longo da modalidade se tinham cumprido, e se os seus alunos tinham conseguido algum tipo de progressão. Desta forma, conseguimos perceber se o planeamento realizado e aplicado na prática, e as posteriores avaliações aos alunos, permitiram que estes conseguissem progredir nas matérias e na aquisição de conhecimentos. Por outro lado, este balanço final também permitiu que nós professoras estagiárias conseguíssemos compreender o que tinha falhado ou acontecido de forma menos positiva, corrigindo assim esses aspetos na próxima unidade didática.

### 2.1.3 Planos de Aula

O plano de aula caracteriza-se como sendo um documento único, de curto prazo. Neste documento, o professor explicita tudo o que vai acontecer ao longo da sua aula desde o primeiro ao último minuto da mesma, seguindo sempre os documentos realizados anteriormente, como por exemplo a UD.

Este documento é essencial na prática pedagógica do docente, sendo que nos foi apresentado um modelo pelo professor orientador de estágio, ao qual poderíamos realizar as alterações que considerássemos necessárias, afinal este documento deve ser perceptível para cada professor. Desta forma, nós estagiárias escolhemos um documento já conhecido e ao qual estávamos habituadas, como sendo o nosso plano de aula para este ano letivo.

Como em qualquer plano de aula, existem alguns aspetos que deverão fazer parte do mesmo, sendo eles: objetivos da aula; objetivos específicos; descrição de tarefas; tempo de cada tarefa; tempo decorrido da aula; estratégias de organização; critérios de êxito; número de aula; número da UD; material necessário e também a identificação do professor, da turma, da escola e o local de aula. No final de cada plano de aula, existia ainda mais um campo, onde o professor estagiário realizou a justificação das opções tomadas na elaboração daquele documento. No final da aula realizada, o professor estagiário efetuou um relatório sobre a mesma onde pode anotar todos os aspetos referentes à mesma, obrigando-o assim a refletir sobre a sua prática e a repensar aspetos que não tenham tido tanto sucesso.

Relativamente ao decorrer de uma aula de Educação Física, esta caracteriza-se por três momentos que se dividem em parte preparatória, parte principal e parte final (Bento, 1998, p. 152). Apesar de serem três momentos distintos, são momentos que ao longo da aula acontecem de forma fluída e sem quebras. Na parte inicial da aula o professor aguarda pela chegada dos alunos, procedendo depois à preleção inicial e dando início ao aquecimento, não só como forma de realizar uma ativação geral do organismo dos alunos para a prática desportiva, mas também como forma de introduzir a matéria principal da aula. Ao longo da parte principal, o professor deverá realizar os exercícios que tem previstos para trabalhar a modalidade a lecionar. Neste momento, o professor transmite grande parte da informação da aula bem como de feedbacks direcionados à prática dos alunos, tendo em atenção à intensidade de cada um, pois é neste momento que se espera que os alunos atinjam o seu máximo. Por fim e não menos importante, encontra-

se a parte final da aula. Aqui, o professor realiza um retorno à calma de toda a turma e também alguns alongamentos, aproveitando também para realizar um balanço sobre a aula, questionando os alunos acerca dos conteúdos abordados e esclarecendo eventuais dúvidas que os alunos tenham. Deverá também dizer aos seus alunos quais serão os conteúdos a abordar na aula seguinte.

Os planos de aula foram sempre elaborados de forma a respeitar uma sequência lógica dos exercícios e também para que não existissem grandes quebras ou perdas de tempo entre transições (de exercícios). Dando continuidade à sequência lógica da escolha dos exercícios, também se teve em conta a sua complexidade, começando por exercícios mais simples até aos mais complexos. Nesta escolha privilegiaram-se exercícios de cooperação, e exercícios de competição, de forma a motivar os jovens ao longo de toda a aula.

Como já foi referido mais acima existem alguns aspetos que fazem parte do plano de aula, sendo que neste caso específico o objetivo da aula e a função didática, ocupam um papel muito importante, pois é segundo estes dois fatores que o professor escolhe os seus exercícios, indo assim ao encontro de todo o objetivo da aula e do objetivo da UD. Esta tarefa nem sempre foi fácil, pois por vezes não encontrámos os exercícios que gostaríamos ou encontrámos exercícios que não eram possíveis de realizar no nosso local de estágio. Os exercícios tiveram de ser muito bem pensados, sofrendo várias alterações para que funcionassem na turma e desta forma, conseguissem transmitir os conhecimentos e as práticas ideais aos jovens.

Nos exercícios em grupo, nós professoras estagiárias tivemos a tarefa de realizar os grupos antes da aula, pois ajudou-nos tanto em termos de tempo e controlo da turma, como em termos de trabalho entre todos. Como esta turma se caracterizava por um baixo número de alunos, foi mais fácil não só orientar toda a turma, mas também os jovens com diferentes níveis de habilidades motoras.

No final de cada aula, era realizada uma breve preleção entre estagiárias e professor orientador, com vista a expor os erros e as dificuldades sentidas ao longo da aula e o que poderíamos ter realizado de forma diferente. Toda esta análise nos auxiliou a melhorar a nossa prática pedagógica e a nossa interação com os jovens, de forma a conseguir chegarmos até eles e assim, tornar toda a prática de ensino-aprendizagem muito mais motivante e interessante. Estas preleções também nos ajudavam a melhorar os



planos de aula e conseqüentemente o decorrer das aulas lecionadas, mas não era por esta razão que as dúvidas diminuía ou deixavam de existir, pelo contrário, parecia que quanto mais aulas nós professoras estagiárias lecionávamos, mais dúvidas tínhamos.

Relativamente ao funcionamento das aulas de Educação Física, os jovens do Centro Educativo dos Olivais tinham duas aulas por semana, sendo uma delas de 105 minutos e a outra de 50 minutos. No princípio foi-nos difícil programar uma aula tão longa para os jovens, e algumas modalidades também se tornavam exaustivas durante tanto tempo, mas por outro lado, as aulas de 50 minutos também se tornavam curtas demais, uma vez que por razões de funcionamento do estabelecimento, os jovens chegavam muitas vezes atrasados, o que condicionava em muito esta aula. Como tal, para cada aula tivemos que tomar opções diferenciadas, sendo que na aula mais curta a parte inicial e a parte final foram encurtadas, deixando assim mais tempo na parte principal. Na aula de 105 minutos já não tivemos esta preocupação pois tínhamos tempo suficiente.

## 2.2 Realização

Esta etapa corresponde à aplicação na prática de tudo o que foi previamente planeado e estruturado, sendo que é neste momento que nós professoras estagiárias temos a real sensação do decorrer da aula e das aprendizagens que dela advêm, não só pela prática, mas também pela troca de experiências entre todos os intervenientes.

De seguida serão apresentadas as dimensões de intervenção pedagógica, que estão inerentes a uma aula: instrução, clima, gestão e disciplina.

### 2.2.1 Instrução

A instrução é uma dimensão da intervenção pedagógica elementar no processo de ensino-aprendizagem. Esta dimensão requer por parte do docente uma boa instrução ao longo da aula, uma vez que grande parte das aprendizagens realizadas pelos alunos são resultado da qualidade dessa mesma instrução. De forma a conseguir chegar a todos os alunos sendo o mais perceptível possível, o professor deverá apresentar um vasto leque de comportamentos e técnicas de intervenção que o ajudem no momento de fornecer informação aos alunos, tal como afirma Siedentop (1983).

A dimensão de intervenção pedagógica instrução, tem quatro técnicas que lhe estão intimamente ligadas: a preleção, o questionamento, o *feedback* (FB) e a demonstração. Todas estas técnicas devem ser articuladas entre si para que a aula funcione de forma correta.

A preleção deverá ser sucinta e objetiva, visto se trata de uma forma de transmitir conhecimento e informação aos alunos, é importante que os mesmos não fiquem com qualquer dúvida sobre o que lhes é pedido.

O questionamento tem como função envolver o aluno de forma ativa na aula, colocando-lhe questões que o obriguem a refletir ou a estar mais atento na sessão. Já para o professor, o questionamento auxilia-o a verificar os conhecimentos adquiridos pelos alunos ao longo da aula.

O *feedback*, trata-se de uma prática que deverá ser realizada pelo professor ao longo de toda a aula, com o objetivo de corrigir alguns erros nos alunos e orientá-los para uma correta prática desportiva. Esta ferramenta deverá ser bastante utilizada em todo o processo de ensino-aprendizagem, contendo conteúdos específicos de carácter descritivo ou prescritivo, podendo os *feedbacks* serem auditivos, visuais ou cinestésicos. Ao utilizar o *feedback*, o professor está também a fornecer orientações aos alunos das suas verdadeiras ações, ao longo da prática.

Relativamente à demonstração, esta pode acontecer tanto da parte do professor como da parte de algum aluno, caso a turma tenha algum aluno que seja capaz de realizar uma demonstração o mais próxima possível do que foi pedido pelo professor. Para facilitar a demonstração, o professor pode utilizar vídeos ou imagens, onde transmitirá de uma forma mais objetiva o exemplo das ações pretendidas. No nosso caso, nós professoras estagiárias não podíamos levar nenhum objeto para além do estritamente necessário à aula, sendo que se quiséssemos utilizar por exemplo o vídeo como demonstração, teríamos de o fazer com antecedência na sala de aula dos jovens.

Ao longo do nosso ano de estágio, enquanto professoras estagiárias apercebemo-nos de que os nossos *feedbacks* foram mudando gradualmente no decorrer das aulas lecionadas. Os primeiros *feedbacks* foram sempre mais vagos e com pouca informação “útil” para o aluno, mas também devido à nossa reflexão com o nosso professor orientador no final das aulas, fomos conseguindo melhorar a nossa prestação quanto aos *feedbacks* e quanto à informação transmitida através deles. Por vezes, apenas apontávamos os erros

que os alunos tinham cometido ao invés de salientar também as partes positivas e esse foi um dos muitos aspectos que alterámos nos nossos *feedbacks*. É de salientar que o conhecimento que nós professoras estagiárias tínhamos das matérias, também influenciava muito a qualidade das nossas intervenções ao longo da aula, pois quanto maior fosse esse conhecimento, mais precisos seriam os nossos *feedbacks* e as nossas correções, ajudando-nos assim a “filtrar” de forma mais precisa toda a informação que pretendíamos observar naquele momento.

O *feedback* não diz apenas respeito à observação e correção dos gestos técnicos errados dos alunos, sendo também necessário continuar a observar esse mesmo aluno para percebermos se ele entendeu o que lhe foi transmitido pelo professor e se conseguiu alterar a sua prática, caso contrário o professor deverá realizar um novo feedback mas tendo sempre em atenção se o aluno percebeu mesmo o que lhe foi pedido. Intimamente ligado ao *feedback* também está o questionamento, pois esta ferramenta é muito importante para o professor conseguir perceber se o aluno entendeu verdadeiramente o que foi pedido e também, é uma boa ferramenta para captar a atenção de um ou mais alunos ao longo da aula.

Relativamente ao *feedback*, destacamos que a relação professor-aluno e o ambiente de aula também são fatores muito importantes para auxiliar o professor a realizar um *feedback* mais preciso, pois se a turma tivesse um comportamento demasiado instável ou se existissem demasiadas dificuldades exteriores, esta tarefa poderia ficar mais condicionada, tendo o professor de desviar a sua atenção para um maior número de variáveis.

### 2.2.2 Gestão

Segundo Siedentop, (1983), *a gestão eficaz de uma aula consiste num comportamento do professor que produza elevados índices de envolvimento dos alunos nas atividades das aulas, um número reduzido de comportamentos inapropriados e, o uso eficaz do tempo de aula*. Ao longo de toda a aula, é importante que o professor controle o clima emocional da turma, a gestão do comportamento dos alunos e a gestão das situações de aprendizagem, para desta forma ter a sua turma com comportamentos dentro do esperado e potencializar assim a aprendizagem de todos. Relativamente ao

tempo de aula, atitudes como realizar a escolha do material, a gestão do tempo, organização da aula, bom planeamento e controlar o número de repetições de exercícios, podem também ajudar o professor no momento de rentabilizar este mesmo tempo de aula.

Neste campo, o planeamento também ocupa um papel importante, uma vez que quanto melhor for a sua realização, melhor será a gestão do professor sobre a aula. Nos planos de aula utilizados por nós estagiárias no CEO, estavam incluídos os tempos de cada exercício, bem como o momento exato em que deveriam acontecer. Também estavam contemplados os minutos necessários, para nós professoras estagiárias realizarmos as devidas instruções.

Como forma de reabilitar o tempo e ocupar os alunos para que não realizem tarefas de desvio, foi muito comum utilizarmos a ajuda dos jovens tanto para colocar o material no pavilhão, como para arrumá-lo devidamente. Desta forma, o professor consegue realizar estas tarefas de forma mais rápida, visto que é um grupo maior de pessoas a fazê-lo, criando assim uma rotina de trabalho na turma. Apenas o material utilizado logo ao início da aula, era colocado por nós, visto que ainda estávamos a aguardar a chegada dos alunos ao pavilhão. No que diz respeito aos jovens que estavam sem realizar a aula, isso só acontecia por baixa médica ou por castigo – sendo que por esta razão, os jovens não se apresentavam no pavilhão. Os jovens que não faziam aula por baixa médica, ajudavam as professoras no que podiam.

Relativamente à gestão de espaços de aula, esta foi feita da melhor forma possível, sendo que os jovens da turma de Instalador e Reparador de Computadores (IRC) tinham a aula de 105 minutos no pavilhão mais pequeno (o pavilhão da Unidade de Regime Fechado) e a aula de 50 minutos no Pavilhão Desportivo do CEO, podendo sempre que o tempo meteorológico o permitisse, realizar esta aula no campo exterior.

### 2.2.3 Clima/Disciplina

No que diz respeito a estas duas dimensões, a ligação de uma à outra mostrou-se bastante evidente para nós estagiárias, uma vez que se influenciam entre si, pois numa aula onde não exista disciplina, é muito difícil existir um clima propício à aprendizagem e ao trabalho. Para que as aulas funcionassem da melhor forma, foi-nos transmitido pelo nosso orientador de estágio que uma das estratégias que deveríamos adotar, seria a criação

de hábitos ou rotinas de trabalho, ao longo das aulas entre toda a turma. Desta forma, todos os alunos saberiam o que fazer e quando o fazer, resultando não só numa aula mais orientada e fluída, mas também seria uma grande ajuda para nós professoras estagiárias, pois fazer tudo sozinhas seria muito mais trabalhoso e perderíamos muito mais tempo de aula. Também é de salientar que os jovens chegavam ao pavilhão acompanhados pelo monitor responsável, sendo que uma das funções dele seria ter todos os jovens prontos e devidamente equipados à hora da aula. Os jovens também não estavam autorizados a mexer em material nenhum, sem a devida autorização do professor, caso contrário seriam penalizados não só na aula, mas na nota que lhes era atribuída ao final de cada aula – como medida de controlo de comportamentos, atitudes e trabalho realizados sempre no fim de cada aula.

Ainda relativamente aos comportamentos negativos que os alunos poderão apresentar nas aulas, estes são os comportamentos de desvio ou comportamentos fora da tarefa. Os comportamentos de desvio são os mais graves que os alunos podem cometer, sendo que o professor não os pode deixar passar em branco. Deverá punir devidamente os alunos que os realizem, para evitar ao máximo estas situações e para desencorajar qualquer outro aluno de também vir a ter tais comportamentos. Os comportamentos fora da tarefa, são comportamentos como por exemplo: falar com os colegas na fila de espera para o exercício; distrair-se com uma bola ou outro objeto utilizado na aula, entre outros. Estes comportamentos deverão ser ignorados pelo professor, sempre que tal não prejudique o aluno ou os colegas, caso contrário o professor deverá chamar à atenção desse mesmo aluno. No estágio realizado neste ano letivo no CEO, a turma de IRC apresentou ao longo do ano alguns comportamentos fora da tarefa, rapidamente resolvidos na hora após a intervenção da professora estagiária.

Apesar de os jovens estarem sempre acompanhados por um monitor e por um segurança, os seus comportamentos ao longo das aulas não foram de todo comportamentos negativos, nem mesmo nas aulas onde a presença do professor orientador não foi registada. Sendo assim, podemos afirmar que os jovens tiveram um comportamento dentro do esperado, considerado normal, tanto por nós estagiárias como pelo nosso professor orientador.

#### 2.2.4 Decisões de ajustamento

Este tópico, diz respeito a qualquer decisão que seja necessária alterar ao longo do processo de ensino, tendo em vista o benefício dos alunos. O professor poderá sentir a necessidade de alterar algum aspeto, que do seu entender não será o melhor para os seus alunos, devendo por isso proceder à correta alteração para algo que seja mais identificável tanto aos seus objetivos como à turma. Estes aspetos de que falamos neste tópico, acontecem por vezes “à última da hora”, como por exemplo o professor ter menos alunos a realizar aula do que o esperado; condições climatéricas adversas ou até mesmo material que já não está disponível. Neste sentido, o professor deverá ter a capacidade de ajustar a sua aula àquilo que é a sua realidade, não desperdiçando o tempo de prática dos alunos e mantendo-os em tarefa.

Ao longo do estágio curricular houve algumas decisões de ajustamento a serem tomadas, uma vez que existiram greves e outras atividades realizadas no Centro Educativo dos Olivais, que alterariam a rotina das aulas nesse dia. Desta forma, coube-nos a nós professoras estagiárias, realizámos o devido ajustamento para o que nos foi possível realizar.

No que diz respeito ao decorrer da aula as decisões de ajustamento que tivemos de tomar, diziam respeito à duração dos exercícios, números de repetições, tempos de descanso, alterações de grupos, entre outros. Estas alterações foram sendo mais fáceis de realizar à medida que o tempo foi passando e o nosso à vontade e conhecimento da turma também aumentaram.

Neste estágio pedagógico, chegámos à conclusão de que por mais planeada que uma aula seja, o professor deverá estar sempre atento a imprevistos, pois estas são situações muito comuns numa aula de Educação Física, e o docente deverá conseguir adaptar o que tinha planeado à sua realidade, não falhando assim com os seus alunos.

#### 2.3 Avaliações

Segundo Ribeiro, (1999, p. 75), *a avaliação pretende acompanhar o progresso do aluno, ao longo do seu percurso de aprendizagem, identificando o que já foi conseguido e o que está a levantar dificuldades, procurando ancontrar as melhores soluções*. Assim sendo, é importante que o professor tenha em atenção a evolução dos

seus alunos ao longo das aulas, realizando-o não só através da observação direta, mas também através de meios avaliativos que lhe permitam ter uma noção mais verdadeira do conhecimento adquirido até à data. Estas avaliações podem ser realizadas em vários momentos das unidades didáticas, e ao longo de todo o ano letivo. Com base nas suas observações e avaliações, o professor conseguirá perceber se o seu planeamento e a realização do mesmo, estão a ter os resultados pretendidos, e se a turma se encontra no nível esperado. Caso o professor venha a constatar que os seus alunos apresentam várias dificuldades, e não conseguem realizar determinada tarefa, ou nem mesmo sabem o que essa tarefa significa, é sinal de que o docente precisará de repensar a sua prática bem como a forma de como transmite o conhecimento aos seus alunos.

Para auxiliar o professor neste processo avaliativo, existem pelo menos três momentos em que o docente pode colocar esta ferramenta em ação: Avaliação Diagnóstica, que se realiza no início de uma unidade didática e onde o professor percebe em que nível de conhecimento se encontra a turma; Avaliação Formativa, que é realizada ao longo da unidade didática e tem como objetivo compreender se os alunos estão a evoluir de forma favorável e nas expectativas do professor, e por fim, a Avaliação Sumativa, que é realizada no final de cada unidade didática com o objetivo de verificar os conhecimentos adquiridos pelos alunos e quantificá-los numa escala avaliativa pré-definida pelo grupo de Educação Física.

Relativamente à avaliação das aprendizagens, é necessário ter em conta três domínios: psicomotor – que diz respeito ao plano do processamento informacional (psico), e a parte motora que diz respeito à facilidade ou dificuldade com que se realizam os gestos motores; cognitivo – conhecimentos de regras e formas de execução dos jogos; e sócio-afetivo – respeitante ao interesse, participação, empenho e espírito de entreajuda na aula. Os domínios cognitivo e psico-motor, estavam englobados numa única percentagem de 60%, sendo a sua avaliação feita nos momentos próprios para tal, e o domínio sócio-afetivo, englobava uma percentagem de 40% dividida em partes de 10% pelas suas áreas, sendo a sua avaliação feita todos os dias em cada aula.

Relativamente à auto-avaliação e hetero-avaliação, tal não se realizou visto que esta instituição tem um funcionamento próprio e estes métodos avaliativos não seriam de todo tão honestos, como se fossem realizados numa turma de uma escola de ensino regular. Como tal, também não se realizaram testes escritos de avaliação pois não iriam

produzir os resultados esperados, pelos professores. Todas estas informações, foram-nos facultadas pelo professor orientador no início do ano letivo.

### 2.3.1 Avaliação Diagnóstica

No início deste ano letivo, o nosso orientador de estágio ofereceu-nos a possibilidade de realizarmos as avaliações diagnósticas sempre no início de cada modalidade, ou fazendo-as todas numa única altura, por exemplo em uma ou duas aulas no início do ano letivo. A escolha da melhor forma de realizar a avaliação diagnóstica ficou à responsabilidade de cada estagiária, sendo que optámos por realizá-la sempre no início de cada modalidade.

Segundo Ribeiro, (1999, p. 79), *a avaliação diagnóstica pretende averiguar da posição do aluno face a novas aprendizagens que lhe vão ser propostas e a aprendizagens anteriores que servem de base áquelas, no sentido de obviar a dificuldades futuras e, em certos casos, de resolver situações presentes.* Tendo em conta esta citação e para um melhor resultado deste método de avaliação inicial, nós estagiárias elaborámos separadamente, uma grelha (Anexo D) que continha as várias situações que as professoras esperavam observar. Esta grelha, foi construída tendo em base os objetivos do PNEF, para o ano de escolaridade em que os jovens se encontravam. Desta forma, fomos capazes de situar os nossos alunos quanto à sua prática real, e colocá-los em grupos de nível, consoante os resultados. No meu caso, a grelha utilizada para realizar uma avaliação diagnóstica foi a mesma para realizar as restantes avaliações (formativa e sumativa), uma vez que desta forma, consegui analisar a evolução dos jovens face às aulas decorridas.

Para realizar estas grelhas avaliativas, nós estagiárias tivémos de dominar a modalidade em questão, para desta forma conseguirmos retirar as partes que considerámos mais importantes, em cada modalidade. Realizámos uma grelha simples, para que conseguíssemos preenche-la da forma mais rápida e correta, sem perder muito tempo. Os elementos que escolhemos para as nossas grelhas, foram elementos técnicos e táticos e componentes críticas, esperadas naquela modalidade tendo mais uma vez em conta, o ano de escolaridade dos jovens. A grelha de avaliação continha três níveis distintos: Introdutório, Elementar e Avançado, onde cada um continha os seus conhecimentos expectáveis.



Ao longo das primeiras avaliações diagnósticas, as dificuldades tanto a realizar as grelhas como a observar os jovens ao longo da aula, foram algumas. Contámos também com a ajuda do nosso professor orientador, e também a procura de mais informação sobre o tema, veio ajudar na hora de escolher o que colocar nas grelhas e na observação dos jovens. Para além de nos guiármos pelo PNEF, tivémos também que conhecer a turma, pois muitos dos jovens não estavam todos no mesmo grau de escolaridade, sendo que o que uns poderiam saber, outros poderiam não saber. Desta forma, fomos criando ao longo do ano as grelhas de avaliação sempre de acordo com a turma e o seu nível, pois como muitos jovens entravam e saíam da turma ao longo do ano, isso fazia com que as mesmas mudassem constantemente.

A parte mais importante ao longo destas aulas de avaliações diagnósticas, foi a reunião realizada no final da aula entre estagiárias e professor. Como não podíamos utilizar meios audiovisuais para gravar as aulas e revê-las mais tarde, a nossa reunião servia como uma forma rápida de revermos o que aconteceu e o que poderíamos melhorar numa próxima vez. Também contámos com a experiência do nosso professor orientador que nos facultou várias informações ao longo do ano, que nos ajudaram a melhorar a nossa postura e neste caso, quais os pontos onde nos deveríamos focar nestas observações.

Relativamente à postura do professor ao longo de uma aula de avaliação diagnóstica, esta deve ser uma postura interventiva, como noutra aula qualquer. O professor deverá na mesma fornecer vários feedbacks aos alunos, mesmo sendo uma aula de avaliação diagnóstica, pois não existe nenhuma aula onde não seja permitido corrigir um erro. Os feedbacks foram em menor número nas primeiras aulas de avaliação diagnóstica, pois como ainda estávamos a construir um clima de confiança com a turma e sendo esta a nossa primeira experiência no ensino, o nosso à vontade ainda não era o que gostaríamos que fosse e também o medo de dizer algo errado, era grande.

### 2.3.2 Avaliação Formativa

*A avaliação formativa pretende determinar a posição do aluno ao longo de uma unidade de ensino, no sentido de identificar dificuldades e de lhes dar solução.*

(Ribeiro, 1999, p. 84)

Neste sentido, é importante que o professor realize uma avaliação contínua não só ao longo de todo o ano, mas também ao longo da unidade didática, como forma de perceber vários aspetos importantes como a evolução dos seus alunos, se o seu método de ensino está a funcionar como o esperado e se os alunos estão no caminho que delineou. Caso o professor note que algo está a falhar, sendo que através de uma avaliação mais regular tem a oportunidade de perceber exatamente o que é que está a falhar, poderá então reajustar esse aspeto, tendo sempre em vista a aprendizagem dos seus alunos e as necessidades dos mesmos.

Como já foi referido anteriormente, as grelhas (Anexo E) para a avaliação formativa foram as mesmas utilizadas na avaliação diagnóstica, sendo que desta forma foi possível perceber qual a evolução dos jovens desde o início da modalidade. As avaliações foram realizadas no meio das unidades didáticas, apenas uma vez, visto que estas tinham uma duração curta devido às características dos jovens, uma vez que as unidades didáticas muito extensas os aborreciam e o trabalho nas aulas não era tão adequado. Estas grelhas foram preenchidas no final de cada aula (destacada para o efeito), tendo sempre sido observada toda a turma, visto que o seu número sempre foi reduzido. Também é importante referir, que nos casos em que os jovens por algum motivo não realizaram a aula que seria para avaliação da UD, ficaram com nota através das observações da professora ao longo das aulas e das avaliações formativas realizadas.

### 2.3.3 Avaliação Sumativa

Esta avaliação realiza-se no final de cada UD, com o objetivo de apreciar os conhecimentos dos alunos, ao longo de toda a matéria. Segundo Ribeiro, (1999, p. 89), *a avaliação somativa corresponde, pois, a um balanço final, a uma visão de conjunto relativamente a um todo sobre que, até aí, só haviam sido feitos juízos parcelares.*

No CEO, a avaliação sumativa não ocorreu como forma de teste escrito, como já havia sido mencionado neste documento. Para isso, os jovens realizaram jogo fomal, colocando em prática todos os conhecimentos adquiridos ao longo de toda a UD, tanto conhecimentos técnicos, táticos bem como as regras de jogo. Relativamente aos domínios cognitivo e psico-motor, estes foram avaliados sempre todas as aulas, não sendo exceção nas aulas de avaliação sumativa.

Para o registo das avaliações sumativas, foram utilizadas as mesmas grelhas das avaliações anteriores (diagnósticas e formativas). Nesta grelha, a professora inseriu em cada aspeto a avaliar um valor, que ia de 1 a 5, sendo o valor 1 correspondente a não executa, o valor 2 correspondente a executa com dificuldade, o valor 3 correspondente a executa de forma satisfatória, o valor 4 correspondente a executa de forma adequada e o valor 5 correspondente a executa corretamente. No final, cada jovem teve os seus valores somados, entrando esse número para a equação de notas, que foi definida no início do ano letivo.

- Fórmula para os 60%:  $0.6 \times ((x+x+x+x)/4) = Y$
- Fórmula para os 40%:  $0.1 \times Y + 0.1 \times Y + 0.1 \times Y + 0.1 \times Y = Z$

Relembrando, os 60% englobam o âmbito cognitivo e psico-motor e os 40% o âmbito sócio-afetivo.

De forma a conseguirmos melhorar a nossa tarefa de observação de todos os alunos, foi-nos explicado pelo nosso professor orientador que poderíamos trazer a tabela das avaliações sumativas, já com alguns dados preenchidos, aqueles que nos fossem mais óbvios e dos quais nós tivéssemos mais certezas, pois desta forma, pouparíamos mais tempo observando apenas o mais essencial, aproveitando assim para retificar algum valor que afinal não correspondesse à realidade.

#### 2.3.4 Auto e Heteroavaliação

Nesta área do processo avaliativo dos alunos, é-lhes pedido pelo professor, que procedam à sua avaliação, – autoavaliação - tendo em conta os conhecimentos que julgam que têm sobre a modalidade e também das suas prestações ao longo das aulas. Os alunos escolhem o valor que pensam que mais se adequa a eles e justificam a sua escolha. Também é pedido que avaliem os colegas – heteroavaliação – e que lhes atribuam uma nota, segundo a sua perspetiva enquanto colegas de turma. Como já foi mencionado mais acima, os jovens no Centro Educativo dos Olivais, não usufruíram deste tipo de avaliação pois concordámos que não iria produzir os efeitos que esperaríamos, podendo mesmo levar a alguns casos de mau estar entre jovens, no que diz respeito à heteroavaliação, mesmo esta sendo uma tarefa realizada em privado.

### 2.3.5 Avaliação da prática pedagógica e do processo de ensino

Para conseguirmos uma positiva evolução ao longo do nosso estágio, nós estagiárias realizámos sempre no final de cada aula uma reunião com o nosso professor orientador, de forma a esclarecermos tudo o que aconteceu durante a aula lecionada e também para nos ajudar a não cometer os mesmos erros. Estas reuniões tiveram um papel muito importante ao longo de todo o processo de prática pedagógica, uma vez que o olhar atento e experiente do nosso professor orientador nos guiou por soluções mais positivas e mais adequadas à turma. Também o facto de contarmos com a presença da nossa colega de estágio, nos levou a melhorar alguns detalhes que por vezes passavam despercebidos, sendo que a troca de opiniões também foi muito importante ao longo deste processo de aprendizagem.

No final de cada aula lecionada, para além da reunião com o professor orientador, nós estagiárias tínhamos a tarefa de realizar um relatório sobre a aula, onde deveríamos anotar todos os aspetos referentes à mesma, quer positivos, quer negativos. Este relatório serviria não só como sendo um elemento obrigatório do Dossiê de Estágio, mas também como uma introspeção que a professora estagiária realiza acerca da sua prática, com o objetivo de colmatar eventuais erros ou situações menos positivas.

Acerca das UD, estas também eram alvo de um relatório da nossa parte, devendo descrever os pontos positivos, os pontos negativos, se conseguimos atingir os objetivos estipulados e se o método de ensino foi o mais adequado para a turma, em suma, deveríamos realizar um balanço acerca de toda a UD e sobre tudo o que a compôs. Estes relatórios realizados às UD, serviram também como ferramenta para uma evolução da nossa parte, observando o que estava errado e aplicando soluções mais adequadas para o que era necessário.

### B – Área das Atividades de Organização e Gestão Escolar

Como parte integrante de todo o estágio pedagógico, coube a nós estagiárias acompanharmos um cargo de gestão de uma turma. Numa escola de ensino regular, esta tarefa seria desempenhada pelo diretor de turma, mas como o CEO é uma instituição diferente e com regras e funcionamentos diferentes, esta função tinha o nome de Mediador de Turma.

Para desempenhar esta função, estavam destacados apenas dois professores. Como existem cinco turmas no CEO, um professor tinha três turmas à sua responsabilidade e o outro professor duas turmas. Todas as semanas existiam tarefas a ser realizadas, como por exemplo: contagem e justificação de faltas; verificação do correto preenchimento das folhas de aula; verificação das folhas de aula devidamente assinadas pelo professor responsável; verificação das aulas lecionadas com as aulas que os jovens têm de ter; verificação das assinaturas de todos os jovens nas folhas de aula, entre outros. Estas informações eram enviadas semanalmente para os registos de Lisboa, para desta forma verificarem a regularidade de toda a situação, e se o ensino no CEO estava a correr como o esperado. Apesar de não existirem reuniões de pais, existiam reuniões mensais de avaliação e verificação da situação das turmas. Desta forma, todos os professores estavam a par de todos os assuntos respeitantes aos seus alunos, podendo assim oferecer uma prática de ensino mais adequada para cada um.

Todas estas tarefas que o professor mediador tinha de realizar, nós estagiárias também realizámos, o que nos permitiu ter a perfeita noção de todo o trabalho que um docente pode desempenhar num estabelecimento de ensino, para além das aulas.

Em relação a atividades realizadas pelo local de estágio, sem serem da nossa autoria ou responsabilidade, nós estagiárias, também participámos sempre que possível e auxiliámos os professores no que fosse necessário, inclusive, também escrevemos algumas notícias sobre essas atividades para serem publicadas no jornal do CEO.

No meio do ano letivo e no final, realizámos um relatório sobre o cargo de assessoria onde descrevemos as nossas expectativas iniciais, o que esperaríamos encontrar e se de facto a tarefa de assessoria estava a correr de acordo com o que nós tínhamos pensado. Também anotámos os conhecimentos adquiridos ao longo de toda esta tarefa tão importante, bem como a relevância deste cargo numa instituição desta natureza. Percebemos que apesar do CEO ser diferente em tudo de uma escola, algumas das tarefas desempenhadas pelos mediadores de turma eram as mesmas que um diretor de turma também desempenhava, à exceção das reuniões com os encarregados de educação. Também constatámos que esta função de mediador, não é possível sem a ajuda e colaboração de todos os professores, pois apesar de ser um o responsável, todos os outros também ocupam um papel importante para que tudo esteja dentro da legalidade, não atrasando assim a tarefa ao professor responsável, com tarefas por realizar.

## C – Área das atividades de projetos e parcerias educativas

Nesta secção, cabe ao professor estagiário adquirir habilidades na planificação, conceção, construção e avaliação de qualquer projeto educativo curricular. Como tal, os estagiários tinham que realizar pelo menos duas atividades que fossem da sua autoria, como parte do estágio pedagógico desenvolvido. Nós estagiárias, desenvolvemos duas atividades desportivas diferentes, onde demos a conhecer aos jovens alguns desportos e atividades que eles não conheciam e também alguns jogos que muito provavelmente já teriam jogado, mas que já não se lembrariam. Pretendemos dinamizar o gosto pela prática desportiva, a abertura dos horizontes sobre os vários desportos que se podem praticar e também quisemos promover o convívio, as boas relações interpessoais e oferecer boas lembranças da nossa passagem pelo CEO.

A nossa primeira atividade intitulou-se de “Magusto no CEO”. Foi do nosso interesse lembrar aos jovens a tradição do magusto, com as castanhas assadas. Para uma atividade que nos lembra a nossa infância, escolhemos os jogos tradicionais para a parte desportiva, uma vez que eles também pertenceram à infância de todos. As atividades que escolhemos foram as seguintes: corrida de andas; corrida de sacos; tração à corda; corrida de pés atados e salto à corda. Para a realização da atividade, veio uma turma de cada vez. Como as turmas não se podem juntar, enquanto uma delas estava no espaço exterior a realizar os jogos, a outra turma encontrava-se na churrasqueira a assar as castanhas. Ao fim de 40 minutos as turmas trocavam de funções. Neste dia, os jovens também tiveram a oportunidade de vender algumas compotas realizadas nas suas aulas, como parte do plano de estudos do curso em que estavam inseridos. Este dinheiro revertia para a turma, caso necessitassem de comprar algum material para fazer uma outra atividade. Podemos afirmar que esta primeira atividade foi um sucesso, visto que todos os jovens gostaram, não ocorreu nenhum incidente e tivemos também a participação de alguns professores e até, da senhora diretora nas atividades tradicionais com os jovens.

A segunda atividade que realizámos, foram os “Jogos Paralímpicos”. Com esta atividade, pretendemos consciencializar os jovens para as pessoas que vivem com deficiências motoras ou cognitivas, alertando-os que têm o poder de continuar a sonhar e têm o mesmo direito à vida e à aceitação que qualquer um de nós. Para isso, realizámos um conjunto de jogos para que os jovens conseguissem perceber um pouco, do que são as dificuldades das pessoas no dia a dia. As atividades escolhidas para este dia foram as seguintes: basquetebol em cadeira de rodas; voleibol sentado; *goalball* e *boccia*. Esta foi

mais uma atividade de sucesso, destacando o basquetebol em cadeira de rodas, o *boccia* e o *goalball*, que foram as atividades que os jovens mais gostaram.

Relativamente à planificação das atividades, esta foi feita por nós estagiárias, sendo que também passou pelo nosso professor orientador e pela senhora diretora, para termos a certeza de que tudo o que gostaríamos de realizar era possível. Tivemos em conta todos os aspetos da instituição, bem como as suas regras de segurança. Todas as atividades foram supervisionadas por seguranças, monitores, professores e também pela senhora diretora, que em vários momentos do dia marcou a sua presença. Para a atividade do magusto, tínhamos também planeado uma outra solução caso o tempo meteorológico não fosse favorável, o que não se veio a verificar. Nós estagiárias organizámo-nos de forma a conseguir todos os materiais necessários para as atividades, e também durante as atividades. Enquanto uma de nós explicava as atividades aos jovens e exemplificava, a outra organizava os jovens em grupos ou filas como fosse necessário. Supervisionámos sempre todos os jovens, auxiliámo-los a todos ao longo das duas atividades e fomos sempre encorajando todos os jovens a realizarem o melhor que conseguissem.

Em suma, podemos considerar que estas atividades foram bem-sucedidas, que conseguimos transmitir o pretendido para todos os jovens e também, que todos eles se divertiram, respeitaram e passaram momentos bastante agradáveis.

#### D – Área ético-profissional

Ao longo de todo o ano letivo, foi nosso compromisso demonstrar atitudes e comportamentos responsáveis, que transmitissem confiança aos jovens e maturidade. Como nós estagiárias fomos as únicas professoras de Educação Física no CEO, foi-nos alertado pela diretora sobre possíveis comportamentos que os jovens poderiam vir a ter, sendo que cabia a nós resolver a situação da melhor forma possível e avisar a diretora de tais comportamentos.

Ao longo da nossa prática pedagógica, nós professoras fomos demonstrando sempre assiduidade, pontualidade, motivação para trabalhar e dinamismo na instituição. Foi nosso objetivo passar estes valores também para as nossas turmas, como forma de motivar os jovens e de tentar que aos poucos fossem mudando as suas atitudes e escolhendo ações mais positivas. Todos os jovens que compunham as nossas turmas,

podiam falar connosco do que precisassem, caso se sentissem à vontade para tal. Nunca em momento algum, envergonhámos algum jovem ou o tratámos de forma desrespeitosa. Relativamente à nossa prática pedagógica, procurámos sempre evoluir ao longo das aulas, não só na forma de lecionar as aulas, como também na informação transmitida aos jovens.

No que diz respeito às atividades escolares da organização do CEO, participámos em todas as que estiveram ao nosso alcance, estando também sempre disponíveis para ajudar na sua preparação. Por outro lado, existiram atividades desportivas que não foram da nossa autoria, mas às quais prestámos a nossa ajuda na organização e na realização das mesmas. Todo o convívio e entreajuda que existiu entre nós estagiárias e os professores do CEO, fez com que a nossa integração fosse sempre mais fácil e agradável, o que nos motivou bastante ao longo de todo este estágio. Todo este convívio e partilha de informação, nos enriqueceu enquanto professoras estagiárias, tornando um simples momento de descontração numa troca e partilha de conhecimentos mútuos.

Para além de todas as atividades onde participámos no âmbito do local de estágio, também destacamos as atividades que foram organizadas por outros colegas nossos e por professores da nossa faculdade, nas quais também participámos, como foi o caso da Oficina de Ideias e o caso do Fórum Internacional das Ciências da Educação Física. Em ambas as atividades nós estagiárias estivemos presentes e realizámos uma apresentação conjunta.

### 3ª FASE – Aprofundamento do Tema-Problema

#### 3.1 Enquadramento Teórico

Uma vez que o nosso estágio ocorreu numa instituição com características particulares, não se assemelhando de todo a uma escola, decidimos aproveitar esta oportunidade para explorar um tema que ainda nos pareceu ser pouco abordado.

Assim que iniciámos o Estágio no Centro Educativos dos Olivais, notámos logo uma diferença no comportamento, na postura e até mesmo nas atitudes de alguns jovens. Notámos que estas posturas e atitudes, se deviam não só ao facto de estarem a cumprir a medida decretada pelo tribunal, mas também por parecer que já nem eles próprios tinham esperanças de conseguir uma vida melhor.



Amado et al (2003), afirmam que sendo Portugal um país com grande número de crianças institucionalizadas, é de grande importância darmos o devido valor aos lares de acolhimento, pois estes locais desempenham uma grande função nas vertentes social e educativa. Desta forma, estas casas preocupam-se em encaminhar jovens e crianças para uma vida correta, com o objetivo de que não se encontrem nunca numa vida criminosa ou fora da lei. Uma vez que as crianças que se encontram nestes locais, vêm de famílias problemáticas, é importante cuidar delas de forma a que não sigam os exemplos observados em casa e também, de forma a perceberem que elas têm todas as oportunidades para seguirem com a sua vida, da melhor forma possível. Respeitante a este assunto, é importante esclarecer que um lar educativo ou casa de acolhimento, não é o mesmo que um centro educativo. Uma casa de acolhimento, recebe crianças e jovens em perigo. Para tal, segundo o Instituto da Segurança Social, uma criança ou jovem encontra-se em perigo quando (nº 2 do art.º. 3 da Lei nº142, de 8/9 – 2ª alteração à Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo):

- Abandono ou vive entregue a si própria;
- Maus tratos físicos ou psíquicos;
- Vítima de abusos sexuais;
- Falta de cuidados ou afeição;
- É obrigada a atividades ou trabalhos excessivos/inadequados;
- Sujeita a comportamentos que afetem gravemente a sua segurança/equilíbrio emocional;
- Comportamentos/atividades/consumos que afetem a sua saúde, segurança, formação, educação ou desenvolvimento.

Todos estes comportamentos descritos que podem colocar uma criança em perigo, foram algumas das causas que levaram a que alguns jovens chegassem ao Centro Educativo dos Olivais. Alguns deles vinham de famílias disfuncionais, onde os exemplos não eram os mais corretos, ou até mesmo onde os pais não estavam presentes. Muitos destes jovens foram seguindo os exemplos que viam em casa, ou foram entre grupos de amigos tendo ações que são puníveis, segundo a lei portuguesa. Desta forma, foram institucionalizados em centros educativos, como medida aplicada pelo tribunal, uma vez que os crimes que cometeram aconteceram até aos 16 anos de idade.

Assim como as casas de acolhimento, que recebem jovens e crianças em perigo e lhes oferecem uma realidade mais satisfatória, nos centros educativos, apesar de os jovens estarem a cumprir a sua pena, também lhes é proporcionado viver uma realidade mais positiva: os jovens aprendem a realizar tarefas como jardinagem, manutenção hoteleira, madeiras e mobiliários e computadores. Para além das aulas práticas, os jovens têm aulas de português, matemática e caso existam jovens nesse nível escolar, também existe uma turma de ensino secundário com as respetivas disciplinas. Nos centros educativos os jovens encontram aqui uma oportunidade de mudar de vida, aprendendo uma arte que poderão aplicar no mundo do trabalho e ganhando a consciência do que é o mais correto e o menos correto. É importante salientar, que um centro educativo é em tudo diferente de uma casa de acolhimento, apesar de em ambos os locais, as pessoas responsáveis terem a preocupação de encaminhar os jovens para o melhor que eles consigam fazer.

Desta forma, nós estagiárias em conjunto com os nossos professores orientadores, decidimos abordar o tema da Educação Física e da situação escolar dos jovens, tentando perceber a visão daqueles jovens sobre a escola e, principalmente, sobre a educação física, tentando que os resultados deste estudo contribuam para que cada aula daquela disciplina seja, para eles, um momento de liberdade.

### 3.2 Objetivos do estudo

O objetivo deste estudo foi perceber qual a visão de escola e, mais aprofundadamente, de educação física que os alunos tinham quer das suas vivências anteriores à sua institucionalização quer agora dentro do centro educativo. Dentro da visão respeitante à educação física, quisemos saber as suas perceções sobre a unidade curricular propriamente dita, a professora e os conteúdos da matéria.

### 3.3 Metodologia

A metodologia utilizada foi essencialmente qualitativa, tendo sido usada a entrevista e a respetiva análise de conteúdo para a recolha dos dados.

## Instrumentos

Utilizámos focus group, ou grupos de discussão. *Este é um método de investigação social já consolidado, que assume a forma de uma discussão estruturada que envolve a partilha progressiva e a clarificação dos pontos de vista e ideias dos participantes.* (QREN, A Avaliação do Desenvolvimento Socioeconómico, Manual Técnico).

Concordámos que este seria o melhor instrumento a aplicar visto que a entrevista se realiza em grupo, indo assim ao encontro das nossas necessidades, uma vez que tínhamos que os jovens em entrevistas individuais se sentissem mais intimidados, e não tivessem respostas tão sinceras como em grupo.

Esta entrevista teve 12 questões que foram elaboradas partindo de blocos temáticos, para objetivos e posteriormente para as questões. Desta forma, conseguimos elaborar questões mais precisas sem fugir ao objetivo principal.

## Materiais

Sendo parte importante de toda a entrevista, foram utilizados os seguintes materiais:

- Computador;
- Microfones;

A sessão de entrevista foi realizada numa das salas da Unidade de Regime Fechado, onde se encontravam estes alunos. Todos os materiais utilizados na entrevista, pertenciam ao CEO uma vez que não é permitido o uso de outros materiais que não sejam do centro.

Em anexo (F) encontra-se, o documento com as questões utilizado para a entrevista.

## Procedimentos

Esta entrevista foi realizada na sala de aula dos jovens e conduzida pelo professor orientador Nuno Silva, uma vez que a entrevista apresentava questões sobre as aulas e a professora de Educação Física, o que não permitia que fosse realizada por nós.

Aquele professor teve ainda como vantagens conhecer e ser conhecido dos alunos, mas não lhes estar a lecionar disciplina.

Esta entrevista foi realizada numa única vez, em dezembro, antes da pausa letiva para as férias de Natal. Após a entrevista o ficheiro áudio foi-nos disponibilizado para que pudéssemos proceder à sua transcrição. Também é importante salientar que algumas respostas não foram perceptíveis, devido ao barulho de fundo, que apesar de não ter sido constante, interferiu na gravação. Ao processo de transcrição seguiu-se o de categorização, para o qual seguimos um método semântico.

## Amostra

A amostra do nosso estudo é composta pelos oito jovens do género masculino da turma I. R. C., à data da entrevista. A idade dos jovens variava entre os 15 e os 17 anos de idade, sendo que apesar de pertencerem à mesma turma na aula de Educação Física, existiam disciplinas que tinham em separado, dependendo do grau de escolaridade em que cada um se encontrava.

### 3.4 Apresentação dos Resultados

Para um melhor entendimento dos resultados apresentados, encontram-se aqui transcritas as questões colocadas aos jovens. Relativamente às mesmas, todos os jovens responderam, sendo que o professor entrevistador teve o cuidado de pedir um a um para que respondessem. Mais uma vez, não foi possível transcrever todas as respostas dadas, devido ao intenso barulho de fundo que não permitiu que a gravação ficasse perceptível.

Questões:

Opinião sobre a escola e a Educação Física

1 - Qual a imagem que têm da Escola (no geral), o que pensam da Escola?

2 - Que imagem têm da Educação Física?

3 - E em relação ao CEO? (Utilidade futura; que influência na forma de estar/pensar)

Opinião sobre as aulas de Educação Física

4 - O que mais gostam nas aulas?

5 - O que menos gostam?

6 - O que gostariam que fosse alterado?

Opinião sobre a professora de Educação Física

7 - O que mais gostam?

8 - O que menos gostam?

9 - O que gostariam que fosse alterado?

Opinião sobre as matérias das aulas de Educação Física

10 - O que mais gostam?

11 - O que menos gostam?

12 - O que gostariam que fosse alterado?

Segundo a tabela de análise de conteúdos construída para esta entrevista (que se encontram em anexo G), podemos afirmar que os jovens no que diz respeito à questão da experiência escolar fora do CEO, afirmaram que não gostavam de ir à escola (quatro desses alunos) sendo que apenas três jovens afirmaram gostar de ir às aulas, enquanto que um quarto jovem afirmou que gostava e não gostava, sendo que já faltava mais às aulas. Quanto às aulas dentro do CEO, os alunos partilham todos da mesma opinião, afirmando que como são obrigados a ir às aulas, não têm outra alternativa senão ir, caso contrário são avaliados negativamente e serão castigados.

Relativamente à questão da Educação Física (ainda quando frequentavam a escola), os jovens afirmaram na sua totalidade que esta era a disciplina preferida e uma das únicas que costumavam frequentar. Mencionaram também as modalidades que mais gostavam e aquelas que menos gostavam, sendo que o futebol o andebol e o basquetebol estão entre as favoritas.

No que diz respeito às aulas de Educação Física, já no CEO, os alunos afirmaram que o que mais gostavam era de poderem aliviar algum stress que traziam acumulado, através da prática de exercício físico. Afirmaram também que gostavam dos jogos que eram realizados, da dinâmica das aulas, por esta ser diferente das outras disciplinas e também do facto de nós professores e estagiárias, convenceremos os jovens a fazerem aula mesmo que eles estivessem em baixo, ou seja, gostavam que nós nos preocupássemos com eles. Já relativamente ao que menos gostam, os jovens referiram algumas modalidades, sendo a ginástica e o basquete as menos apelativas. Também mencionaram que não gostavam de confusões, ou seja, de mal-entendidos que por vezes pudessem surgir no meio de uma competição, de um jogo. Os jovens também afirmaram que gostariam de ver os professores a realizar aula com eles, de modo a que para além de explicarmos o que queremos, podíamos também mostrar-lhes como se faz e o que queremos exactamente que façam, bem como afirmaram que mais tempo de aula seria benéfico, bem como mais trabalho de força.

Na parte que diz respeito à professora estagiária, os alunos afirmaram que a professora era simpática, prestável, que sabia falar com os jovens e que era paciente. Já nos aspetos que menos gostam, os alunos disseram que não gostavam quando a professora apitava, e nos aspetos a mudar, afirmaram que a professora se devia enervar mais e que deveria ser um pouco mais autoritária.

Acerca das matérias de Educação Física, um jovem afirmou que gostava de ginástica, particularmente da parte dos trampolins para fazer os saltos mortais, já outro jovem afirma que gosta de todas as modalidades, sendo que os restantes gostam de tudo, mas mais de futebol, e por fim, também afirmaram que gostariam que as aulas fossem metade de uma modalidade e metade de outra. Dos aspetos que menos gostam, um jovem afirmou que não gosta de exercícios de força, sendo que outro colega responde exactamente o oposto, afirmando que as aulas deveriam ser mais intensas. Apenas um jovem afirmou que a ginástica era um bocado complicada. Os restantes colegas não se pronunciaram sobre esta questão.

### 3.5 Discussão dos Resultados

Após a apresentação dos resultados, passamos então à sua discussão.

Relativamente à opinião sobre a escola que os jovens tinham antes de virem para o CEO, as respostas foram equilibradas, pois quatro jovens afirmaram que gostavam de ir à escola e outros quatro afirmaram o contrário. Segundo as suas opiniões dadas na entrevista, alguns desses jovens que afirmaram não gostar das aulas, disseram que um dos motivos para que tal acontecesse, era o facto de os próprios professores perderem a esperança neles, facto que os marcou e que fez também com que eles demonstrassem cada vez mais desinteresse. Por vezes, esses jovens como eram associados às más companhias com que conviviam, eram alvo de tratamentos desiguais por parte de alguns docentes, quando na realidade só queriam que um professor conseguisse confiar neles. Já os jovens que afirmaram gostar das aulas, justificaram o seu fraco rendimento escolar com o aumento da idade e a menor supervisão parental, bem como com algumas companhias de outros colegas, com hábitos mais regulares de faltas escolares. A partir do momento em que entraram para o CEO, os jovens gostando ou não da escola, não tiveram outra opção a não ser frequentar todas as aulas, pois este é um dos requisitos que são obrigados a cumprir nesta instituição.

Respeitante à disciplina de Educação Física, a grande maioria dos jovens afirmou ser a disciplina preferida, sendo praticamente uma das únicas que costumava frequentar. Ora, encontramos aqui uma boa forma de conseguir controlar estes alunos ou até mesmo de tentar perceber o que se passa com eles, através da Educação Física. Visto que a escola é para todos, é importante que o sistema escolar se aproxime dos seus alunos, e também que os motive para as aulas, o que nem sempre acontece. Sendo a escola por vezes o único momento agradável, na vida de muitas crianças e jovens, é importante que eles se sintam integrantes e capazes de cumprir com os objetivos.

*O Programa do XXI Governo Constitucional estabelece como uma das prioridades da ação governativa a aposta numa escola inclusiva onde todos e cada um dos alunos, independentemente da sua situação pessoal e social, encontram respostas que lhes possibilitam a aquisição de um nível de educação e formação facilitadoras da sua plena inclusão social. (Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de junho )*

No que diz respeito aos gostos dos jovens nas aulas de Educação Física, afirmaram que como esta aula é diferente das restantes e como os professores costumam trazer sempre coisas novas e diferentes, as aulas não se tornam aborrecidas. Também mencionaram que gostam da atenção que recebem por parte dos docentes, mesmo quando não se sentem na melhor forma. Relativamente ao que menos gostavam, a grande maioria

apontou algumas modalidades como sendo as menos preferidas, sendo que dois jovens mencionaram que não gostavam de conflitos nem de confusões. É de salientar que os jovens também afirmaram que gostariam de ter mais tempo de aula, o que seria uma boa ideia, caso fosse possível, pois também existe o fator do ganho de massa gorda. De acordo com as respostas dos jovens, podemos afirmar que a prática de exercício físico nestes locais é muito importante, pois não só ajuda a promover o convívio como também oferece um momento lúdico diferente de todos os outros e mais apelativo para todos, o que também os ajuda a passar o tempo de medida.

A opinião dos jovens acerca da professora foi muito positiva, destacando o facto de os jovens repararem que quando a professora estagiária tinha dúvidas, não se sentia inibida de as colocar ao seu orientador. Desta forma, os jovens sentiam-se confiantes, pois sabiam que a professora lhes respondia sempre da forma mais correta. Também afirmaram que esta sua atitude mostrava humildade. Relativamente às coisas que alterariam na professora, os alunos responderam que gostavam que a professora fosse mais diretiva, para que lhe tivessem mais respeito. Através desta resposta, podemos perceber a sua necessidade de atenção, que sabendo que se estão a comportar de forma inapropriada, continuam a fazê-lo esperando que o professor os repreenda.

Por fim, relativamente às suas opiniões acerca das matérias abordadas, nas que mais gostavam e nas que menos gostavam, os jovens referiram em cada caso as suas preferências, sendo que poucos jovens (apenas 2) disseram efetivamente o que é que não gostavam de realizar nas aulas. Na pergunta sobre o que gostariam de abordar nas aulas de Educação Física, os jovens não deram nenhuma resposta, o que por um lado pode significar que os jovens não têm assim um conhecimento tão grande sobre as várias modalidades desportivas possíveis de lecionar, ou então, que as modalidades que gostariam de aprender não são possíveis de realizar na instituição onde se encontram.

Como podemos constatar ao longo da entrevista, as experiências escolares dos jovens foram na sua maioria negativas, sendo que alguns jovens apontavam que não iam às aulas porque se juntavam com o grupo de amigos e iam para outros lados, faltando às aulas. Segundo (Oliveira Martins, 1992, p. 41), *a escola é um locus fundamental de educação para a cidadania, de uma importância cívica fundamental, não como uma “antecâmara para a vida em sociedade”, mas constituindo o primeiro degrau de uma caminhada que a família e a comunidade enquadram*. Desta forma, considerando a escola um pilar tão essencial à construção da cidadania de um jovem, é de grande importância



que esta se apresente como algo positivo e apelativo para todos, de forma a que os jovens se sintam parte integrante da mesma, podendo assim reduzir os comportamentos de risco e abandono escolar.

Os comportamentos negativos foram-se repetindo tantas vezes, que chegaram a uma altura em que os jovens iam para a escola, mas não iam às aulas, sendo que também manifestaram que não sentiram grande apoio de outros professores ou preocupação com eles. Esta falta de ligação dos alunos com a escola, criou uma apatia em relação à mesma, ao ponto de a escola não ter qualquer significado para alguns dos alunos. Por outro lado, temos jovens que apesar de faltarem às aulas, afirmaram que tudo aquilo que sabiam era graças à escola e que se não tivessem ido pelo menos a essas aulas, nem isso saberiam. Num patamar mais positivo, encontramos alunos que gostaram da escola, que iam às aulas e que até tinham uma boa empatia com os professores, mas quando começaram a estudar nos cursos profissionais, começaram a faltar às aulas e o seu percurso escolar começou a regredir. A ligação que os alunos criam com as escolas e com as aulas é muito importante: para além de toda a motivação ou desmotivação que possa advir, esta ligação auxilia os alunos no seu percurso escolar, apesar das dificuldades de cada um. Claro que se um aluno sente que tem mais dificuldades e que o professor não lhe dispensa atenção ou pelo menos a atenção que seria necessária e se a escola não cria métodos para auxiliar os seus alunos a melhorarem as suas dificuldades, este mesmo aluno facilmente perde a sua motivação, o seu interesse e rapidamente cria uma imagem e um sentimento negativos em relação à escola, sendo este um processo muito mais difícil de mudar.

### 3.6 Limitações do estudo

Ao longo deste estudo, deparámo-nos com algumas situações que não nos foram possíveis de realizar, transformando-se assim em limitações do nosso trabalho realizado.

Antes da entrevista necessitámos de alguns dados pessoais dos alunos, para realizarmos uma correta e completa caracterização sociodemográfica da amostra. Como parte de uma das medidas de segurança e proteção de dados/informações do CEO, estas informações acerca dos jovens, não nos foram possíveis de ser transmitidas, pelo que apenas pudemos registar a idade.

No momento da entrevista, também apontamos como limitação a falta de instalações apropriadas para o mesmo, uma vez que algumas informações ficaram impercetíveis devido a barulhos de fundo. Também não foi possível realizar uma filmagem, visto que este pedido também punha em causa a proteção de identidade dos jovens.

Para o futuro sugerimos uma melhor escolha na instalação eleita para a entrevista, de forma a anular as dificuldades por nós encontradas e assim, preservar toda a informação transmitida pelos jovens, da melhor forma possível. Recomendamos também, a importância de pedir aos jovens que respondam na sua vez, para que desta forma todas as respostas fiquem gravadas, não resultando em diálogos sobrepostos.

#### 4ª FASE – Conclusões

No início deste ano letivo, as expectativas iniciais foram algumas sendo que o facto de sermos as primeiras estagiárias de Educação Física, a realizarmos estágio pedagógico neste local, teve uma grande importância nesse aspeto. Olhando agora para tudo o que aconteceu ao longo deste ano, posso afirmar que esta experiência me trouxe muito mais riqueza de conhecimentos e aprendizagens para a vida do que eu alguma vez imaginei. Assim que soube que existia a possibilidade de estagiar neste Centro, quis de imediato abraçar esta oportunidade, sendo que fiquei a conhecer uma realidade que até à data era completamente desconhecida para mim e, simultaneamente, a oportunidade de passar algum conhecimento para os alunos e de viver bons momentos com a turma.

Todo o trabalho desempenhado ao longo deste ano letivo me revelou que esta área é de facto a minha área de interesse, sendo o ensino uma ferramenta muito importante que qualquer professor tem nas suas mãos e que lhe oferece a possibilidade de ajudar imensos alunos das mais variadas formas.

O Centro Educativos dos Olivais, encontra-se equipado com alguns materiais desportivos, sendo que a sua maioria já são bastante antigos e com grandes sinais de desgaste, mas como o financiamento não consegue cobrir todas as necessidades, nós professoras estagiárias fizemos o melhor que conseguimos com tudo o que existia. Relativamente a todos os professores com quem nos cruzámos ao longo do ano, foram todos muito prestáveis e interessados por nós e pelo nosso estágio. Foram também

partilhando algumas experiências pessoais aquando dos seus momentos de estágio, o que tornou o ambiente muito mais agradável e de confiança entre todos.

As turmas às quais lecionámos eram, relativamente, bem comportadas, sendo mais notório o melhor comportamento numa turma do que da outra. De qualquer forma, os jovens tinham que cumprir com as regras estipuladas para as aulas, de forma a terem avaliações positivas no fim de cada uma delas e não ficarem de castigo. Este aspeto, também nos ajudou imenso a conseguir o controlo da turma.

Desta forma, chegámos ao final do ano letivo com laços de trabalho criados com a grande maioria do pessoal docente e não docente, que integra o Centro Educativo dos Olivais. Todas estas pessoas foram relevantes no nosso dia a dia, tornando a nossa função de professoras estagiárias mais agradável de realizar. Sentimos sempre muita empatia por parte de todos e foi-nos sempre dito que estaríamos à vontade para pedir ou falar qualquer coisa que fosse necessário.

Relativamente à nossa evolução na prática pedagógica, ela foi possível graças aos momentos de reflexão tanto em conjunto no final das aulas, como em casa, realizando os relatórios. O trabalho dos nossos professores orientadores, desenvolvido connosco, também nos auxiliou muito na busca de melhores soluções para os problemas que nos eram apresentados. O facto de não estagiarmos sozinhos também se veio a mostrar um pormenor muito importante, uma vez que nós estagiárias nos apoiámos muito uma na outra, o que tornou esta tarefa mais positiva, pois sabíamos que tínhamos alguém com quem contar.

## Referências Bibliográficas

- Allal, L., Cardinet, J., & Perrenoud, P. (1986). *A Avaliação Formativa num Ensino Diferenciado*. Coimbra: Almedina.
- Amado, J., Ribeiro, F., Limão, I., & Pacheco, V. (2003). *A escola e os alunos institucionalizados*. Lisboa: Departamento da Educação Básica.
- Bento, J. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bom, L., Costa, F., Jacinto, J., Cruz, S., Pedreira, M., Rocha, L., . . . Carvalho, L. (2001). *Programa Nacional de Educação Física Escolar, Ensino Básico*.
- Carvalho, L. M. (Junho de 2017). *Avaliação das aprendizagens em Educação Física*. Obtido em 28 de Agosto de 2018, de Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física: <https://boletim.spef.pt/index.php/spef/article/view/163/150>
- Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de junho. (s.d.).
- Direção Geral da Educação. (s.d.). *Legislação*. Obtido de <http://www.dge.mec.pt/legislacao>
- Grupo Oceano. (s.d.). *Manual de Educação Física e Desportos*. Barcelona: MMII EDITORIAL OCEANO.
- Instituto da Segurança Social, I. (27 de Setembro de 2017). *Guia Prático - Medidas de Promoção e Proteção e Apoios Sociais - Crianças e Jovens em Situação de Perigo*. Portugal.
- Januário, C. A. (1992). O pensamento do professor. *Relação entre as decisões pré-interativas e os comportamentos interativos de ensino em Educação Física*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana. Obtido em 28 de Agosto de 2018, de [file:///C:/Users/Daniela/Downloads/Tese\\_D94\\_Carlos\\_Janu%C3%A7rio\\_\\_Rs.pdf](file:///C:/Users/Daniela/Downloads/Tese_D94_Carlos_Janu%C3%A7rio__Rs.pdf)
- Lisboa, P.-G. D. (2001). *Procuradoria-Geral Distrital de Lisboa*. Obtido de [http://www.pgdlisboa.pt/leis/lei\\_mostra\\_articulado.php?artigo\\_id=542A0149&nid=542&tabela=leis&pagina=1&ficha=1&so\\_miolo=&nversao=](http://www.pgdlisboa.pt/leis/lei_mostra_articulado.php?artigo_id=542A0149&nid=542&tabela=leis&pagina=1&ficha=1&so_miolo=&nversao=)
- Luckesi, C. (1990). *Filosofia da Educação*. São Paulo: Cortéz.

- Mendonça Martins, D. S., & Carvalho, C. (s.d.). *A identidade vocacional de jovens institucionalizados em centros educativos: Um olhar na (re)educação em Portugal*. Obtido de <http://www.reveduc.ufscar.br/index.php/reveduc/article/view/652/289>
- Oliveira Martins, G. (1992). *Europa - Unidade e diversidade, educação e cidadania*.
- Paulo, R. (2015). *Adaptação, avaliação e prescrição do exercício*. Castelo Branco: Instituto Politécnico de Castelo Branco.
- Piéron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas*. Barcelona : INDE.
- Pinto, J. (2004). *A Avaliação em Educação: da linearidade dos usos à complexidade das práticas*. Setúbal: Escola Superior de Educação de Setúbal.
- Programa Nacional de Educação Física Escolar, Ensino Básico*. (2001). Ministério da Educação.
- Quadro de Referência Estratégico Nacional. (s.d.). *A Avaliação do Desenvolvimento Socioeconómico, Manual Técnico*. Lisboa.
- Ribeiro, L. (1999). *Avaliação da Aprendizagem*. Lisboa : Texto Editora.
- Rouet, M. (1975). *Dicionário de Cultura Física*. Lisboa: Edições 70, Lda.
- Siedentop, D. (1983). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Villa Street: Mayfield Publishing Company.
- Silva, E., Fachada, M., & Nobre, P. (2017). *Guia de Estágio Pedagógico e Relatório de Estágio 2017/2018*. Coimbra.
- Tardif, M. (2002). *Saberes docentes e a formação profissional*. . Petrópolis: Vozes.
- Vianna, H. M. (2000). *Avaliação Educacional. Teoria, Planejamento, Modelos*. São Paulo: Ibrasa.

## **Anexos**

Anexo A – Conteúdos Programáticos do CEO

# **Centro Educativo dos Olivais**



### **Disciplina de Educação Física**

- Conteúdos Programáticos
- Planificação



# AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MARTIM DE FREITAS

## CENTRO EDUCATIVO DOS OLIVAIS

DISCIPLINA DE: EDUCAÇÃO FÍSICA

ANO LECTIVO:

2017/2018

Unidade / Matéria		Conteúdos
<b>Capacidades Motoras</b>	<b>Condicionais Coordenativas</b>	Desenvolvimento das capacidades motoras <i>condicionais</i> e <i>coordenativas</i> : Resistência, Força, Flexibilidade, Velocidade, Orientação, Equilíbrio, Ritmo, Reação, Diferenciação, Encadeamento
<b>Jogos Desportivos Coletivos</b>	<b>Andebol</b>	Principais regras Situação de jogo (reduzido e condicionado) <b><u>Ataque</u></b> Passe (de ombro, de pulso e picado) Receção Drible (de proteção e de progressão) Remate (em apoio e em salto) Mudanças de direção em drible Fintas Desmarcações Ocupação equilibrada do espaço <b><u>Defesa</u></b> Interceção Desarme Bloco simples composto Marcação individual Marcação zonal Deslocamentos defensivos Ação do Guarda-redes (posição base e deslocamentos)
	<b>Basquetebol</b>	Principais regras Situação de jogo (reduzido e condicionado) <b><u>Ataque</u></b> Passe (de peito, picado e ombro) Receção Drible (de proteção, de progressão e com mudanças de direção) Paragem (a um e a dois tempos) Rotação Aclaramento Passe e corte Posição básica ofensiva (tripla ameaça) <b><u>Defesa</u></b> Posição básica defensiva Ressalto defensivo

		<p>Lançamento (em apoio, na passada e em salto)</p> <p>Ressalto ofensivo</p> <p>Ocupação equilibrada do espaço</p>	<p>Defesa ao jogador com bola (pressão) e ao jogador sem bola (sobre marcação e ajuda)</p> <p>Noção do lado forte e lado fraco</p>
	<b>Futsal</b>	<p>Principais regras</p> <p>Situação de jogo (reduzido e condicionado)</p> <p style="text-align: center;"><b><u>Ataque</u></b></p> <p>Passes (pé e cabeça)</p> <p>Recepção (parte interior do pé e planta do pé)</p> <p>Condução de bola (peito do pé, parte interior e exterior do pé, planta do pé)</p> <p>Remate (pé e cabeça)</p> <p>Dribles</p>	<p>Fintas</p> <p>Desmarcações</p> <p>Ocupação equilibrada do espaço</p> <p style="text-align: center;"><b><u>Defesa</u></b></p> <p>Marcação ao jogador com bola (contenção) e ao jogador sem bola (cobertura)</p> <p>Interceção</p> <p>Ação do guarda-redes</p>
	<b>Voleibol</b>	<p>Principais regras</p> <p>Situação de jogo (reduzido e condicionado)</p> <p style="text-align: center;"><b><u>Ataque</u></b></p> <p>Passes (de frente e de costas)</p> <p>Serviço (por baixo e por cima)</p> <p>Remate</p> <p>Em apoio em suspensão</p>	<p style="text-align: center;"><b><u>Defesa</u></b></p> <p>Manchete</p> <p>Bloco</p>
<b>Ginástica</b>	<b>Solo</b>	<p><b>Elementos Gímnicos</b></p> <p>Rolamento engrupado à frente</p> <p>Rolamento engrupado à retaguarda</p> <p>Rolamento à frente saltado</p> <p>Apoio facial invertido de cabeça</p> <p>Apoio facial invertido de braços (com ajuda na fase terminal)</p>	<p>Roda</p> <p>Rodada</p> <p><b>Posições de equilíbrio</b></p> <p>Avião</p> <p>Vela</p> <p><b>Posições de flexibilidade</b></p> <p>Ponte</p>
	<b>Aparelhos</b>	<p><b>Plinto</b></p> <p>Salto de eixo (plinto transversal)</p> <p>Salto entre-mãos (plinto transversal)</p>	<p>Salto engrupado</p> <p>1/2 Pirueta vertical</p> <p>Pirueta vertical</p>



		<b>Minitrampolim</b> Salto em extensão (vela)	Carpa de pernas afastadas Carpa de pernas juntas
<b>Atletismo</b>	<b>Corridas</b>	<b>Velocidade</b> Fases da corrida <b>Estafetas</b> Transmissão ascendente	Transmissão descendente <b>Resistência</b> Técnica de Corrida
	<b>Saltos</b>	<b>Altura</b> Técnica de tesoura Técnica de Fosbury Flop	
<b>Raquetes</b>	<b>Badminton</b>	Principais regras Situação de jogo (reduzido, condicionado e formal - singulares e pares) Posição Base Deslocamentos Pega da raquete Pega do volante Batimentos (Clear, Lob e Drive)	Serviço (curto e comprido) Amorti Remate (Smash)
	<b>Ténis</b>	Principais regras Situação de jogo (reduzido, condicionado e formal - singulares e pares) Posição Base Deslocamentos Pega da raquete	Batimentos (Direita, Esquerda, Volei e Lob) Serviço (por baixo e por cima)

**Observações:**

A programação das matérias será efetuada após a afixação da rotação dos espaços e avaliação inicial.

A professora estagiária

---

(Carolina Santos)

A professora estagiária

---

(Daniela Caldeira)

O professor

---

(Miguel Santos)

O professor

---

(Nuno e Silva Barroso)

Anexo B – Modelo de plano de aula

Plano Aula			
Professor(a):		Data:	Hora:
Ano/Turma:	Período:	Local/Espaço:	
Nº da aula:	U.D.:	Nº de aula / U.D.:	Duração da aula:
Nº de alunos previstos:		Nº de alunos dispensados:	
Função didática:			
Recursos materiais:			
Objetivos da aula:			

Tempo		Objetivos específicos	Descrição da tarefa / Organização	Componentes Críticas	Critérios de Êxito	Estratégias / Estilos / Modelos de Ensino
T	P					
<b>Parte Inicial da Aula</b>						
<b>Parte Fundamental da Aula</b>						
<b>Parte Final da Aula</b>						

<b>Fundamentação/Justificação das opções tomadas (tarefas e sua sequência):</b>

## Anexo C – Modelo de relatório de aula

<b>RELATÓRIO DA AULA</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Gestão:</li> <li>• Clima:</li> <li>• Disciplina:</li></ul>

Nota: Este documento encontra-se sempre anexado ao respetivo plano de aula.

Tabela de Avaliação Diagnóstica do Andebol

<p><b>NÍVEL INTRODUTÓRIO</b></p> <p><b>Jogo oposição 1+3 X 3+1</b> (meio campo, marcação direta)</p> <p>1. Circulação de bola. 2. Passe ou drible para uma progressão rápida. 3. Assume posição defensiva. 4. (GR): Enquadra-se com a bola para impedir o golo.</p>	<p><b>NÍVEL ELEMENTAR</b></p> <p><b>Jogo oposição 1+5 X 5+1</b> (defesa à zona ou 1+3 x 3+1)</p> <p>1. Ocupação equilibrada do espaço. 2. Passe, remate ou drible em função da situação. 3. Flutuação. 4. (GR): Inicia o ataque.</p>	<p><b>NÍVEL AVANÇADO</b></p> <p><b>Jogo de oposição 1+5 X 5+1</b> (Av. In. Ou 1+3 X 3+1)</p> <p>1. Executa entradas, procurando linhas de passe ou remate. 2. Utiliza fintas para desenquadrar o adversário. 3. Bloco. 4. (GR): Colabora com a defesa</p>
---	--	---

Nº	Nomes	I <sub>1</sub>	I <sub>2</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>2</sub>	E <sub>3</sub>	E <sub>4</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>2</sub>	A <sub>3</sub>	A <sub>4</sub>	Nível
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
10												

Avaliação Formativa no Andebol

<p><b>NÍVEL INTRODUTÓRIO</b></p> <p><b>Jogo oposição 1+3 X 3+1</b> (meio campo, marcação direta)</p> <p>1. Circulação de bola. 2. Passe ou drible para uma progressão rápida. 3. Assume posição defensiva. 4. (GR): Enquadra-se com a bola para impedir o golo.</p>	<p><b>NÍVEL ELEMENTAR</b></p> <p><b>Jogo oposição 1+5 X 5+1</b> (defesa à zona ou 1+3 x 3+1)</p> <p>1. Ocupação equilibrada do espaço. 2. Passe, remate ou drible em função da situação. 3. Flutuação. 4. (GR): Inicia o ataque.</p>	<p><b>NÍVEL AVANÇADO</b></p> <p><b>Jogo de oposição 1+5 X 5+1</b> (Av. In. Ou 1+3 X 3+1)</p> <p>1. Executa entradas, procurando linhas de passe ou remate. 2. Utiliza fintas para desenquadrar o adversário. 3. Bloco. 4. (GR): Colabora com a defesa</p>
---	--	---

Nº	Nomes	I <sub>1</sub>	I <sub>2</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>2</sub>	E <sub>3</sub>	E <sub>4</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>2</sub>	A <sub>3</sub>	A <sub>4</sub>	Nível
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
10												

Anexo F – Grelha de Avaliação Sumativa

Tabela de Avaliação Sumativa do Andebol

<p><b>NÍVEL INTRODUTÓRIO</b></p> <p><b>Jogo oposição 1+3 X 3+1</b> (meio campo, marcação direta)</p> <p>1. Circulação de bola. 2. Passe ou drible para uma progressão rápida. 3. Assume posição defensiva. 4. (GR): Enquadra-se com a bola para impedir o golo.</p>	<p><b>NÍVEL ELEMENTAR</b></p> <p><b>Jogo oposição 1+5 X 5+1</b> (defesa à zona ou 1+3 x 3+1)</p> <p>1. Ocupação equilibrada do espaço. 2. Passe, remate ou drible em função da situação. 3. Flutuação. 4. (GR): Inicia o ataque.</p>	<p><b>NÍVEL AVANÇADO</b></p> <p><b>Jogo de oposição 1+5 X 5+1</b> (Av. In. Ou 1+3 X 3+1)</p> <p>1. Executa entradas, procurando linhas de passe ou remate. 2. Utiliza fintas para desenquadrar o adversário. 3. Bloco. 4. (GR): Colabora com a defesa</p>
---	--	---

Nº	Nomes	I <sub>1</sub>	I <sub>2</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>2</sub>	E <sub>3</sub>	E <sub>4</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>2</sub>	A <sub>3</sub>	A <sub>4</sub>	Nível
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
10												

## Anexo G – Tabela de Questões da Entrevista

<b>Blocos Temáticos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Questões</b>
Opinião sobre a Escola e a EF	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conhecer a ideia que os jovens têm sobre a escola, fora do CEO</li> <li>- Conhecer a ideia que os jovens têm sobre a EF, fora do CEO</li> <li>- Conhecer a ideia que os jovens têm da Escola, no CEO</li> <li>- Conhecer a ideia que os jovens têm da EF, no CEO</li> <li>- Saber se o CEO mudou a perspectiva que os alunos tinham sobre a Escola e a EF</li> <li>- Perceber qual a utilidade futura da escola para estes jovens, vem como a sua importância</li> </ul>	<p>Qual a imagem que têm da Escola (no geral), o que pensam da Escola?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vivências</li> <li>- Sentimentos em relação à Escola</li> </ul> <p>Que imagem têm da Educação Física?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vivências</li> <li>- Sentimentos</li> </ul> <p>[fora do CEO e dentro do CEO] E em relação ao CEO?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilidade futura &gt; que influência na forma de estar/pensar</li> <li>- Importância na escola (para que serve)</li> </ul>
Opinião sobre as Aulas de EF	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar o que os alunos mais gostam e menos gostam nas aulas, suas dinâmicas, formato da aula, etc. não em relação a matérias</li> <li>- Perceber o que os alunos gostariam de ver melhorado nas aulas</li> </ul>	<p>O que mais gostam nas aulas?</p> <p>O que menos gostam?</p> <p>O que gostariam que fosse alterado?</p>
Opinião sobre a professora de EF	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compreender o que os alunos pensam da forma como a professora aborda as aulas, forma de abordar os jovens e as matérias.</li> <li>- Identificar possíveis melhorias que os alunos consideram que a professora devia implementar para melhorar a sua prestação</li> </ul>	<p>O que mais gostam?</p> <p>O que menos gostam?</p> <p>O que gostariam que fosse alterado?</p>
Opinião sobre as matérias das aulas de EF	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar quais as matérias que os alunos mais gostam e menos gostam nas aulas e que gostariam que fossem abordadas.</li> </ul>	<p>O que mais gostam?</p> <p>O que menos gostam?</p> <p>O que gostariam que fosse alterado?</p>



## Anexo H – Tabela de análise de conteúdos

Nota: Devido à sua formatação, esta tabela encontra-se na página seguinte.

Temas	Categorias	Sub categorias	Indicadores	Unidades de registo
Escola e Educação Física	Opinião sobre a Escola	Fora do CEO	Positivos	J – “Eu ia às aulas, fui sempre às aulas. Só quando entrei para o curso profissional é que não.” N – “Gostava e não gostava de ir às aulas.” I – “Gostava de ir às aulas e gostava de tirar boas notas.” F – “Gostei e não gostei (...) era sempre “aquela” pessoa da turma.”
			Negativos	L - “Não gostava muito de ir à escola” N – “Fingia que ia para escola, mas não ia. Não gostava de ir à escola.” A – “Juntava-me com o grupo de amigos e não íamos às aulas.” R – “Não gosto da escola. Não ia à escola.”
	Dentro do CEO		L – “Aqui não temos a opção de gostar ou não gostar, temos de vir.” N. – “As aulas aqui dentro à algumas que são fixas, outras são uma seca.” J – “Aqui a escola é um bocadinho como a sopa, ninguém gosta, mas temos que ir.” N – “Aqui nós somos obrigados (...) Mas gosto de vir às aulas (...) vejo utilidade na escola para o meu futuro.” A – “Mudei a minha maneira de ver a escola, para melhor desde que aqui estou.” I – “Acho bem que sejamos obrigados, só nos faz bem.” R – “Acho que isto é bom (...) Saímos daqui com um curso já feito, com algo.” F – “Aqui a escola é boa porque aqui nós fazemos mesmo a escola, lá fora não conseguia fazer nada.”	
	Opinião sobre a EF	Fora do CEO		F – “Tive sempre 5 e 4, não gostava de tudo.” R – “Também costumava ter 4 e 5, eram as únicas aulas que eu gostava.”

				<p>I – “gostava de futebol, de basquetebol (...)”</p> <p>A – “Eu acho que a nível geral, todos os alunos gostam de EF.”</p> <p>N – “Também gostava, eram as aulas que mais me empenhava.”</p> <p>L – “Olhe eu nas aulas de EF gostava, eram as únicas aulas em que às vezes ia.”</p>
Aulas de EF	Opinião acerca das aulas	O que mais gostam		<p>J – “Na aula de EF nós podemos descarregar aquela raiva que temos e aquele stress.”</p> <p>F – “Os jogos, as estagiárias ensinam bem.”</p> <p>R – “Da aula em si, basicamente.”</p> <p>I – “Gosto da aula, porque os stores trazem sempre alguma coisa para nos diferenciar as aulas das outras.”</p> <p>A – “Gosto de trabalhar nas aulas, pouca conversa e mais exercício.”</p> <p>N – “Gosto da parte do ensaio para o natal.”</p> <p>N – “(...) gosto que os professores venham falar conosco para nós participarmos, mesmo quando estamos em baixo.”</p> <p>L – “Gosto de tudo o que fazemos nas aulas de EF.”</p>
		O que menos gostam		<p>L – “Não gosto de ginástica (...)”</p> <p>N – “Não gosto lá muito de basquete.”</p> <p>J – “O que eu menos gosto é da confusão.”</p> <p>N – “Não gosto de trabalho de força nem dos castigos.”</p> <p>A – “Acho que as aulas deveriam ser mais puxadas (...) podíamos fazer mais atividades durante a mesma aula.”</p> <p>R – “Gosto de tudo, menos de quando há conflitos com os colegas.”</p> <p>F. – “Não gosto das confusões.”</p>
		O que gostavam que fosse alterado		<p>A – “Mais trabalho de força. Devíamos ter mais tempo de aula.”</p>

				I - “Por vezes os professores também podiam participar e mostrar-nos como é feito.”
Professora de EF	Opinião acerca da professora	O que mais gostam		J – “Simpática, é muito prestável, é atenciosa (...) quando tem dúvidas não tem vergonha de perguntar a si (prof. Nuno).” N – “Simpática, sabe dar uma aula.” L – “Sabe falar conosco, sabe dar a aula” I – “A stora é muito paciente.” N – “Gosto da voz da professora. É muito corajosa.” R - “Já disseram tudo. Não alterava nada na professora.” F. – “É simpática, sabe dar a aula.”
		O que menos gostam		J – “Não gosto dos apitos.” L – “Às vezes apita demais.”
		O que gostavam que mudasse		A – “Acho que a professora devia ser mais autoritária.” I – “A professora devia de se enervar para o pessoal não fazer pouco dela.”
Matérias de EF	Opinião acerca das matérias abordadas	O que mais gostam		F. – “Ginástica, saltar no trampolim, eu por acaso gosto, comecei a fazer saltos mortais e gosto disso. Gosto de exercícios de força.” R. – “Gosto de todas as modalidades.” J - “Gostava que as aulas fossem metade, metade, para não cansar.” A – “Gosto um bocado de tudo, mas gosto mais de futebol.”
		O que menos gostam		N. – “Não gosto do trabalho de força.” L – “Ginástica é assim um bocado complicado.”
		O que gostariam de abordar		Não responderam

## Anexo I – Respostas dos jovens à entrevista

### **A imagem que os alunos têm da escola**

#### **1 – A imagem da escola de um modo geral**

L. – Não gostava muito de ir à escola, lá fora não éramos obrigados a ir à escola. Ia mais à escola para ver as raparigas e para estar no intervalo. Mas se não tivesse ido à escola não sabia metade das coisas que sei. Nem tudo foi mau.

N. – Fingia que ia para escola, mas não ia. Não gostava de ir à escola, era uma seca. Não tenho boas recordações da escola.

J. – A escola é importante, também ia à escola para ver as raparigas e os amigos. Sei tudo por causa da escola, quase tudo. Eu ia às aulas, fui sempre às aulas. Só quando entrei para o curso profissional é que não. Tenho um sentimento positivíssimo em relação à escola. Sempre gostei da escola.

N. – Eu gostava de ir à escola e também ia às aulas. Tenho boas vivências. Gostava e não gostava de ir às aulas. Gostava do recreio, mas não gostava das aulas.

A. – Na primária não queria saber daquilo, no 5º ano, tive uns meses dedicado e depois desisti, eu ia à escola, mas não ia às aulas. Juntava-me com o grupo de amigos e não íamos às aulas.

I. – Gostava de ir às aulas e gostava de tirar boas notas. Gostava dos professores, os professores gostavam de mim. Nunca estive aqui na escola em Portugal. Não me aceitaram nas escolas, por causa do meu currículo.

R. – Não gosto da escola. Não ia à escola. Dizia à minha mãe que ia. Não é por eu não gostar e não ir, que vou dizer que não é uma coisa boa, faz-nos bem e ensina-nos muita coisa, torna-nos mais adultos.

F. – Gostei e não gostei. Gostava de ir à escola quando estava com o pessoal a fumar, também não ia às aulas, sobrava sempre tudo para mim, era sempre “aquela” pessoa da turma... comecei a ir a certos sítios.... Deixei de ir à escola.

#### **2 – Vivências em termos da EF**

F. – Tive sempre 5 e 4, não gostava de tudo, não gostava de voleibol.

R. – Também costumava ter 4 e 5, eram as únicas aulas que eu gostava.

I. – Tirava 6C (na Inglaterra), gostava de futebol, de basquetebol, era mais futebol porque a nossa escola fazia muitos campeonatos de futebol. Mas ensinavam outras coisas, não era só futebol.

A. – Eu acho que a nível geral, todos os alunos gostam de EF. Também sempre gostei de EF, no último ano, as aulas não eram muito produtivas pq o pessoal não trazia equipamento para fazer aula. Mas sempre gostei de EF.

N. – Também gostava, eram as aulas que mais me empenhava. Jogava um pouco de tudo.

J. – Também sempre gostei muito de EF, andei quase sempre na mesma escola. Mas era muito “fixe”, a minha professora dava ginástica, portanto, dava bem para fazer ginástica, dávamos tudo. Os conteúdos eram interessantes.

N. – Tinha vezes que gostava, outras vezes que não gostava, às vezes era uma seca.

L. – Olhe eu nas aulas de EF gostava, eram as únicas aulas em que às vezes ia, jogava uma bolita, vias as raparigas de leggings e calçõeszitos, e pronto, os professores também eram fixes, normalmente os professores de EF são os mais fixes. Foram sempre aulas muito variadas.

### **3 – Em relação ao centro educativo como escola – Acha que tem alguma utilidade futura? Alterou de algum modo a vossa maneira de ver a escola?**

L. – Aqui não temos a opção de gostar ou não gostar, temos de vir. Se fosse um colégio aberto, talvez os professores dessem aulas para as “moscas”, mas já que temos de vir...

N. – As aulas aqui dentro à algumas que são fixes, outras são uma seca. Temos que falar muito tempo. Vejo a escola da mesma forma que vejo lá fora, aqui dentro temos de ir às aulas. Consigo ver alguma utilidade nas disciplinas que temos.

J. – Aqui a escola é um bocadinho como a sopa, ninguém gosta, mas temos que ir. Os conteúdos são fáceis, são acessíveis, por isso tem outra motivação. Se o stor fosse às outras escolas, nós éramos apontados como os alunos que nunca passam, e nós somos uma recolha dessas escolas todas, porque aqui estamos todos juntos, os maus todos viemos para aqui. Portanto, uma turma de 30 bem-comportados com um estabilizador. Aqui são 8 estabilizadores... ajuda na parte da professora a explicar, porque somos menos.

N. – Aqui nós somos obrigados, vimos tudo bem, não vimos, somos avaliados. Mas gosto de vir às aulas, às aulas que gosto mais, e vejo utilidade na escola para o meu futuro.

A. – Mudei a minha maneira de ver a escola, para melhor desde que aqui estou. Decidi ter outros objetivos na minha vida, e antes nem pensava nisso. A nível geral, a escola aqui é boa.

I. – Eu vim para aqui e disseram que era obrigatório vir à escola, e eu fiquei a pensar: “O que é que vai ser? Eu sou um burro do caraças”. Por um lado, é bom a escola ser obrigatória, porque se não fosse, nenhum de nós tirava o ano que estamos a tirar, depois é que vi que nem o 6º ou o 7º ano tenho. Acho bem que sejamos obrigados, só nos faz bem.

R. – Acho que isto é bom, porque se pudesse ter a oportunidade de não ir à escola, eu não ia. Saímos daqui com um curso já feito, com algo.

F. – Aqui a escola é boa porque aqui nós fazemos mesmo a escola, lá fora não conseguia fazer nada, não ia às aulas, não estudava... aqui já consigo e temos ajuda. Eu quero fazer o 9º ano, porque para o que eu quero preciso do 9º ano.

#### **4 – O que é que vocês mais gostam das aulas de EF?**

J. – Quando eu entrei aqui era só homens, só o prof Nuno é que nos dava aulas. Na aula de EF nós podemos descarregar aquela raiva que temos e aquele stress. O espaço é que é pequeno.

F. – Os jogos, as estagiárias ensinam bem.

R. – Da aula em si, basicamente.

I. – Gosto da aula, porque os stores trazem sempre alguma coisa para nos diferenciar as aulas das outras. Usam técnicas que outros professores não usam. Os professores de EF vão logo ajudar um aluno que não saiba, em vez de o aluno estar à espera.

A. – Gosto de trabalhar nas aulas, pouca conversa e mais exercício. Gosto de me esforçar, gosto que haja competição, mas por vezes não é competição saudável.

N. – Gosto da parte do ensaio para o natal, gosto quando os professores explicam as dúvidas para todos.

N. – Eu gosto de tudo nas aulas de EF. Gosto das competições que fazemos na aula de EF, gosto que os professores venham falar conosco para nós participarmos, mesmo quando estamos em baixo.

L. – Gosto de tudo o que fazemos nas aulas de EF.

### **5 – O que é que menos gostam nas aulas de EF?**

L. – Não gosto de ginástica... gosto de futebol, andebol, agora cambalhotas e isso não gosto muito.

N. – Não gosto lá muito de basquete.

J. – O que eu menos gosto é da confusão. Confusão entre os meus colegas, porque eu sou um jovem muito pacífico.

N. – Não gosto de trabalho de força nem dos castigos.

A. – Acho que as aulas deveriam ser mais puxadas, como mais trabalho de força, que nos fizessem ficar mais cansados no final da aula. Estamos muito tempo parados, podíamos fazer mais atividades durante a mesma aula.

R. – Gosto de tudo, menos de quando há conflitos com os colegas.

F. – Não gosto das confusões.

### **6 – Gostavam que alguma coisa fosse alterada?**

A. – Mais trabalho de força. Devíamos ter mais tempo de aula.

I. – Por vezes os professores também podiam participar e mostrar-nos como é feito.

### **7 – Em relação à professora de EF?**

#### **O que mais gostam e o que menos gostam?**

J. – Simpática, é muito prestável, é atenciosa e nota-se que tem muito para aprender, mas que quer aprender, e quando tem dúvidas não tem vergonha de perguntar a si (prof. Nuno) e isso é humilde. Não gosto dos apitos.

N. – Simpática, sabe dar uma aula. Está sempre pronta para ajudar.

L. – Sabe falar conosco, sabe dar a aula, às vezes apita demais.



I. – A stora é muito paciente. A professora devia de se enervar para o pessoal não fazer pouco dela, porque ela começa a falar e o pessoal começa logo a falar. A professora é muito fixe, muito simpática, muito paciente, muito corajosa.

N. – Gosto da voz da professora. É muito corajosa, mas os apitos fazem muito barulho.

A. – Acho que a professora devia ser mais autoritária. É uma pessoa paciente, humilde, às vezes também dou sugestões e também aceita as sugestões.

R. – Já disseram tudo. Não alterava nada na professora. Alterava os exercícios por circuito.

F. - É simpática, sabe dar a aula.

**8 – Em relação às matérias que já foram dadas o que é que alteravam? O que é que mais gostam? O que é que menos gostam?**

F. – Ginástica, saltar no trampolim, eu por acaso gosto, comecei a fazer saltos mortais e gosto disso. Gosto de exercícios de força, de futebol também.

R. – Gosto de todas as modalidades, por isso, não alterava nada.

J. – Gosto de ginástica e de basquete. Gostava que as aulas fossem metade, metade, para não cansar.

I. – Nós começámos a jogar à bola e depois basquete, mas ficámos mais tempo a jogar basquete do que futebol. Gostava de aprender mais sobre futebol e gostava de ter mais tempo sobre futebol.

A. – Gosto um bocado de tudo, mas gosto mais de futebol. Gostava que houvesse mais variedade de matérias, que a aula fosse mais produtiva, que trabalhássemos mais.

N. – Não gosto do trabalho de força. Gostava que fossem abordadas várias matérias na mesma aula.

N. – Gosto do andebol, mais do que do futsal. Uns gostam de uma coisa e outros gostam de outra, então metade de uma aula fazia-se uma coisa e na outra metade outra coisa.

L. – ginástica é assim um bocado complicado. Gosto de andebol, de basquete e também de futsal.





Anexo L – Certificado de participação na ação de formação Programa Fitescola

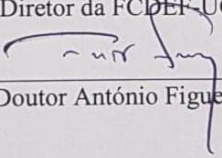


**CERTIFICADO**

**Ação de formação - Programa FITescola**

Para os devidos efeitos se declara que **Daniela Marisa Caldeira Jacinto** participou na **Ação de Formação – Programa FITescola**, organizada pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, que teve lugar no dia 15 de setembro de 2017. A formação teve a duração de cinco horas.


O Diretor da FCDEF UC

  
\_\_\_\_\_  
(Prof. Doutor António Figueiredo)

www.sprc.pt

JOVENS PROFESSORES

# que futuro?

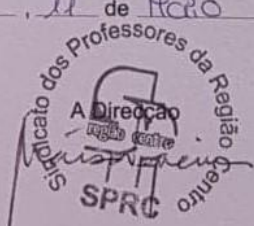



## Certificado de Participação


O Sindicato dos Professores da Região Centro certifica que

Daniela Marisa Caldera Jacinto  
participou no Encontro de Reflexão "Jovens Professores: que futuro?",  
realizado no dia 11 de Maio de 2018.

Coimbra, 11 de Maio de 2018



 SINDICATO DOS PROFESSORES DA REGIÃO CENTRO

 membro da FENPROF

