



**Universidade do Minho**  
Instituto de Educação

José Maurício Sousa Silva

**Relatório de Estágio: Qual a opinião dos  
professores e alunos de Educação Física  
sobre as aulas de 45 e 90 minutos na  
escola pública?**



**Universidade do Minho**  
Instituto de Educação

José Maurício Sousa Silva

**Relatório de Estágio: Qual a opinião dos  
professores e alunos de Educação Física  
sobre as aulas de 45 e 90 minutos na  
escola pública?**

Mestrado em Ensino de Educação Física nos  
Ensinos Básico e Secundário

Trabalho realizado sob a orientação do  
**Professor Doutor António Camilo Teles Nascimento Cunha**

outubro de 2016

## Agradecimentos

Este momento é dedicado a todas as pessoas que ao longo da minha vida, estiveram sempre ao meu lado, viram-me crescer e que acreditam em mim.

Aos meus pais por toda a confiança e apoio que depositaram em mim ao longo deste percurso académico, por todos os conselhos que me deram, vocês são um orgulho enorme para mim.

Ao Filipe e ao Élvio, por serem dois irmãos maravilhosos e por terem um lugar especial no meu coração. A saudade muitas vezes foi um motor para a conclusão deste trabalho. Agradeço também à minha família que sempre me amparou e preocupou-se comigo durante estes anos de ensino superior.

Agradeço à minha namorada, Cristina, pela pessoa essencial que é para mim e pela ajuda que me tem dado em tudo.

À Professora Manuela Ribeiro, minha cooperante de estágio, pela receptividade na escola, orientação, partilha de experiências e principalmente pela amizade demonstrada ao longo do ano lectivo. A experiência demonstrada para comigo foi um exemplo que irei guardar na minha memória.

Ao Professor Doutor António Camilo Cunha, orientador de estágio, por todo o acompanhamento e retificação que demonstrou na orientação deste relatório de estágio.

Agradeço ao meu amigo e colega de estágio Rúben pela partilha de conhecimento, amizade e empenho ao longo deste ano lectivo. Aos meus grandes amigos de licenciatura e de mestrado, pelo acolhimento e amizade verdadeira neste caminho pelo Norte do país. Aos amigos de sempre um muito obrigado por tudo!

# RELATÓRIO DE ESTÁGIO. QUAL A OPINIÃO DOS PROFESSORES E ALUNOS DO 2º CICLO DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE AS AULAS DE 45 E 90 MINUTOS NA ESCOLA PÚBLICA.

Maurício Silva,

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário - Universidade do Minho, 2016

## Resumo

O presente relatório de estágio pretende descrever e analisar todos os procedimentos executados durante o ano de estágio curricular numa escola do distrito de Braga. O ser professor, neste caso de Educação Física, consiste num percurso de transmissão e absorção de conhecimentos teóricos e práticos, valores e deveres que serão fundamentais para o desenvolvimento saudável e feliz dos alunos. O professor é um orientador no caminho dos alunos, cabe-nos a nós conduzir o aluno durante o seu percurso escolar, através de métodos e instrumentos próprios e capazes de levar o aluno ao sucesso escolar. Na escola onde integrei o meu estágio acompanhei uma turma de 5º ano sub orientação da professora responsável, desenvolvi juntamente com outros estagiários e professores de Educação Física e de outras áreas, atividades constantes no plano anual de atividades da escola, acompanhei também um aluno com necessidades especiais do 5ºano, onde desempenhei o cargo de tutor. O relatório divide-se em três partes: a primeira diz respeito à organização e gestão do processo de ensino e da aprendizagem; a segunda parte diz respeito à participação na escola e relação com a comunidade; a terceira parte diz respeito à investigação e desenvolvimento profissional. Nesta última parte de investigação o objetivo foi analisar a opinião dos professores de educação física e alunos do 2º ciclo sobre a duração das aulas que os primeiros lecionam e os segundos usufruem, percebendo assim se os níveis de satisfação correspondem às expectativas de ambos os grupos de controlo. Verificamos que o género não é determinante na adoção de comportamentos diferenciados quanto à forma como percebem a Educação Física. A carga horaria da disciplina de Educação Física deveria ser ampliada, esta é a opinião dos alunos inquiridos. Os professores consideram o aumento da carga horária no 2º ciclo, necessário e fundamental para um correto cumprimento das metas da atividade física.

**Palavras-chave:** Educação Física; Estágio; Professores; Alunos; Escola Pública.

# PRATICUM REPORT. WHAT IS THE OPINION OF TEACHERS AND STUDENTS OF THE 2ND CYCLE OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES ON 45 AND 90 MINUTES IN PUBLIC SCHOOL.

Maurício Silva,

Master's degree in Teaching Physical Education in Basic and Secondary Education – University of Minho 2016

## **Abstract**

This internship report is to describe and analyze all the procedures performed during internship in a school district of Braga. Being a teacher, in this case of Physical Education, is a route of transmission and absorption of theoretical and practical knowledge, values and duties that are essential to the healthy and happy development of the students. The teacher is a mentor on the student's journey, it is up to us to lead the student during their school career, through methods and instruments able to bring the student to school success. The internship report it's a mean to scrutinize the work throughout this academic year and acquired throughout my academic and professional career as well. In the school where I joined my internship I accompanied a group of 5<sup>th</sup> year under guidance of the responsible teacher, developed together with other trainees and teachers of physical education and other areas, activities included in the annual plan of school activities, also accompanied a 5<sup>th</sup> year student with special needs where I played the role of tutor. The report is divided into three parts: the first concerns the organization and management of the teaching process and learning; the second part concerns the participation in school and community relations; the third part concerns the research and professional development. In the latter part of research the aim was to analyze the opinion of physical education teachers and students of the 2nd cycle of the duration of the classes that the firsts teach and the seconds enjoy as they realize if the levels of satisfaction correspond to the expectations of both groups control. We found that gender is not a determining factor in the adoption of different behaviors as to how they perceive physical education. The hourly charge of Physical Education should be expanded, this is the opinion of surveyed students. Teachers consider the increased workload in the 2nd cycle, necessary and essential for the correct fulfillment of the goals of physical activity.

**Key-words:** Physical Education, Internship; Teachers; Students; Public school

# ÍNDICE

Agradecimentos .....	iii
Resumo.....	iv
Abstrat.....	v
Lista de Tabelas .....	ix
Lista de anexos .....	x
Lista de Abreviaturas.....	xi
Introdução.....	13
Capitulo I .....	14
1. Enquadramento da Prática de Ensino Supervisionada .....	15
1.1. Enquadramento Pessoal.....	15
1.2. Enquadramento Institucional.....	16
CAPITULO II.....	18
2. Enquadramento Pedagógico da Prática de Ensino.....	19
2.1. Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem .....	19
2.1.1. Conceção .....	19
2.1.2. Planeamento .....	20
2.1.3. Realização.....	21
2.1.4. Avaliação.....	21
2.2. Participação na Escola e Relação com a Comunidade .....	23
2.3. Investigação e Desenvolvimento Profissional.....	25
2.3.1. Introdução .....	25
2.3.2. Revisão da Literatura.....	26
2.3.3. Metodologia e Procedimentos.....	28
2.3.3.1. Problema do Estudo .....	28
2.3.3.3. Objetivo Geral do Estudo .....	28
2.3.3.4. Objetivos Específicos do Estudo.....	28
2.3.3.5. Caracterização do Estudo .....	29
2.3.3.6. Caracterização da Amostra.....	29
2.3.3.7. Instrumentos e Procedimentos de Recolha dos Dados.....	29
2.3.3.8. Procedimentos de análise .....	29
2.3.4. Apresentação e Interpretação dos Resultados .....	31
2.3.5. Conclusões.....	46
3. Considerações Finais .....	47

4. Referências Bibliográficas.....	49
5. Anexos .....	52



## Lista de Tabelas

**Tabela 1** – Frequência absoluta ( $n$ ) e relativa (%) de sujeitos quanto à caracterização escolar.

**Tabela 2** – Frequência absoluta ( $n$ ) e relativa (%) de sujeitos quanto aos aspectos relevantes da disciplina de Educação Física.

**Tabela 3** – Frequência absoluta ( $n$ ) e relativa (%) de sujeitos quanto à justificação do número de blocos semanais de aulas de Educação Física.

**Tabela 4** – Frequência absoluta ( $n$ ) e relativa (%) de sujeitos quanto à opinião dos alunos (raparigas e rapazes) sobre a disciplina de Educação Física.

**Tabela 5** – Tabulação cruzada 2x2.

**Tabela 6** – Tabulação cruzada 4x2.

**Tabela 7** – Comparação raparigas *vs* rapazes quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

**Tabela 8** – Comparação raparigas *vs* rapazes quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

**Tabela 9** – Comparação alunos do 5º ano *vs* alunos do 6º ano quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

**Tabela 10** – Comparação alunos do 5º ano *vs* alunos do 6º ano quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

**Tabela 11** – Frequência absoluta ( $n$ ) e relativa (%) de sujeitos quanto à opinião dos alunos (5º e 6º ano) sobre a disciplina de Educação Física.

## **Lista de anexos**

**Anexo 1** – Plano de aula

**Anexo 2** – Reflexão de aula

**Anexo 3** – Relatório atividade Páscoa

**Anexo 4** – Questionário alunos

**Anexo 5** – Questionário professores

## Lista de Abreviaturas

AF – Atividade Física

DE – Desporto Escolar

EF – Educação Física

RE – Relatório de Estágio

PES – Prática de Ensino Supervisionada

OMS – Organização Mundial de Saúde



## Introdução

O Relatório de Estágio (RE) Profissional insere-se na disciplina de Prática de Ensino Supervisionado (PES), no âmbito do estágio profissional de ensino supervisionado de Educação Física (EF), e identifica-se como um documento que engloba pensamentos e reflexões de um dos momentos mais importantes do processo de modelação pessoal enquanto professor e aluno.

O presente documento engloba todas as ações teórico-práticas desenvolvidas ao longo do ano de estágio, onde irei refletir sobre os aspetos positivos e negativos inerentes a este processo de formação, que contribuíram para que pudesse evoluir enquanto professor de EF. Assim, encaro todas as aprendizagens fulcrais para atingir o sucesso necessário nesta área específica. Proponho-me também a refletir e expor informações que ache pertinentes a contar neste relatório.

A primeira fase deste RE corresponde ao enquadramento pessoal, que consiste numa descrição individual sobre as minhas experiências tanto pessoais como académicas, que contribuem para o meu crescimento e desenvolvimento enquanto pessoa envolvida na comunidade onde estou inserido.

O segundo momento desta dissertação compõe o enquadramento institucional, onde constam os objetivos a que me propôs neste ano letivo, as minhas aspirações e as funções que me foram atribuídas. Ainda nesta fase apresentarei o meio onde estive envolvido, a escola e a turma, seguindo sempre uma sequência lógica e organizada. Este processo de ensino-aprendizagem engloba também as aulas lecionadas à turma e as atividades realizadas juntamente com o núcleo de estágio e com o departamento de EF.

O ponto quatro do RE acomoda o enquadramento pedagógico que consiste no desenvolvimento científico de um tema à minha escolha. Será então nesta fase desenvolvido o tema “Qual a opinião dos professores e alunos do 2º ciclo de Educação Física sobre as aulas de 45 e 90 minutos na escola pública?” tendo por base uma investigação sólida e científica, indispensável para a compreensão e avaliação correta deste tema. Nesta parte da investigação será necessário seguir uma metodologia pré-definida, e concebida para o sucesso de um projeto desta envergadura.

Por fim, num último capítulo serão apresentadas as conclusões e considerações finais retiradas da investigação e do relatório de estágio, onde será refletido todo o processo que estive envolvido e perspetivas futuras inerentes à minha área de formação.

## Capitulo I

# 1. Enquadramento da Prática de Ensino Supervisionada

## 1.1. Enquadramento Pessoal

*"A mente que se abre a uma nova ideia nunca mais volta ao seu tamanho original." (Albert Einstein)*

Eu, José Maurício Sousa Silva, nasci na Ilha da Madeira a 10 de Abril de 1992. Até entrar no ensino superior vivi sempre no concelho da Calheta, onde frequentei a Escola Básica e Secundária da Calheta a cerca de 30km da cidade do Funchal.

No ano de 2011 ingressei no Instituto Politécnico de Viana do Castelo a norte do país, na Escola Superior de Desporto e Lazer, concluindo a licenciatura em Desporto e Lazer nos três anos seguintes. Após o sucesso da licenciatura e sentindo a necessidade de aprofundar e solidificar o meu conhecimento na área da EF, candidatei-me ao mestrado em ensino de EF nos ensinos básico e secundário na Universidade do Minho, onde acabei por ser colocado.

Ao longo destes 5 anos de formação académica ocorreram várias mudanças na minha vida. Ter saído da minha área de conforto foi sem dúvida a mudança mais significativa, o fato de distanciar-me da minha família e amigos não foi uma experiência fácil. No entanto foi nesse momento que defini alguns objetivos que tinham de ser cumpridos nesta nova fase da minha vida. Hoje posso afirmar que os consegui cumprir com sucesso, através da minha dedicação e apoio de muitas pessoas, tornei-me uma pessoa mais autónoma, independente e responsável.

No decorrer destes anos ocupei-me não só com a minha formação, mas também fiz parte da Associação de Estudantes da ESDL e consegui conciliar a licenciatura e mestrado com trabalho a part-time em diversos sítios. No fim da licenciatura realizei um estágio curricular no Clube de Ténis de Braga, talvez foi esse contacto com o clube, com a cidade e com as próprias pessoas desta região que me motivou a ficar nesta conceituada Universidade do Minho.

O primeiro ano de mestrado foi sem dúvida um período importante de preparação para o estágio, foi o ano em que podemos obter o máximo de conhecimento de ensino/aprendizagens sobre o "ser professor", a disciplina de EF atual, o método de preparação das aulas, entre outras temáticas que estão inerentes a este processo do ensino de EF.

Foi então necessário colocar em prática, através da sabedoria adquirida e aliada às ferramentas e métodos de trabalho implícitos para esta etapa, todo um trabalho desenvolvido com critério e evoluindo com os recursos humanos que me acompanharam neste estágio curricular.

## 1.2. Enquadramento Institucional

A escola onde estou foi construída em 1997, tem sido, desde sempre, um espaço destinado ao serviço público que dá resposta ao artigo 1º da Lei de Bases do Sistema Educativo:

*«Concretiza o direito à educação que se exprime pela garantia de uma permanente ação formativa orientada para favorecer o desenvolvimento global da personalidade, o progresso social e a democratização da sociedade».*

Esta Escola situa-se no distrito de Braga, que se transformou, nos últimos anos, “numa cidade dentro da cidade”. A proliferação de prédios, de grandes superfícies comerciais e de lojas dos mais variados ramos do comércio e da restauração, a par da abundância de agências bancárias, de zonas de diversão e de escolas, acabaram por conferir a esta zona da cidade um grande dinamismo. Do antigo espaço rural quase nada resta. Os desafios que a escola enfrenta no que respeita às características morfofuncionais da sua área de influência são aqueles que resultam do aumento do número de habitantes que se traduz na subida da população escolar. De fato, no primeiro ano de funcionamento, 1997/98, foi frequentada por 350 alunos, no presente ano letivo é frequentada por cerca de 1000 alunos, criando uma situação de sobrelotação.

Estes alunos estão distribuídos por 45 turmas, incluindo cinco turmas de Educação Bilingue para alunos surdos, o que torna mais complexa a gestão dos espaços.

A razão de existir da Escola começa e acaba no aluno. Daí, a escola servir, com satisfação, as crianças e os jovens que a procuram. Desde que começam a frequentá-la até ao momento em que a abandonam, os alunos recebem a “instrução formal”, mas também uma “imagem de marca cultural”. É na união destes elementos que os alunos encontram o fortalecimento das competências necessárias ao desempenho de papéis socialmente úteis. A escola pede aos seus alunos que sejam responsáveis, participativos, estudiosos e exigentes, uma vez que para construir um futuro promissor e com bases sólidas é fundamental esforço, dedicação.

Por sua vez, a Escola, chama a si a responsabilidade de responder de forma eficiente a todas as solicitações e necessidades dos alunos no âmbito da sua formação integral. Só “uma escola que aprende” pode responder assim.

A turma pela qual sou responsável é do 5º ano. Esta turma é constituída por 29 alunos, 14 do sexo feminino e 15 do sexo masculino, todos com idades compreendidas entre os 10-15 anos. De modo geral é uma turma complicada de trabalhar, devido ao facto de serem muitos alunos e quase todos iniciantes no 2º ciclo. Em relação às capacidades motoras dos alunos, verifico que estas são muito divergentes, havendo alunos que apresentam muitas dificuldades de coordenação, destreza e agilidade e outros que estão num nível normal/bom, apresentando desempenhos muito interessantes.

Existe um caso particular de uma aluna que nunca compareceu nas aulas, seria a aluna com mais idade da turma (15 anos). Outros dois casos, são dois alunos rapazes repetentes. Um desses alunos ao longo do ano dificultou em muito as aulas, devido ao seu comportamento inadequado, no entanto, no 3º período o aluno apresentou um comportamento bem melhor e os seus níveis de desempenho na aula também melhoraram. Houve dois alunos que no 2º período anularam a matrícula devido a mudança de residência familiar.

Um ultimo caso particular, diz respeito a um aluno obeso mórbido, que apresentou ao longo do ano muitas dificuldades na realização das aulas, exigindo muitas vezes uma atenção especial, não só pela dificuldade que tinha em realizar os exercícios, como também apresentava um comportamento indesejável para com os outros alunos.

Esta turma, tem um bloco de noventa minutos à terça-feira (11h45-13h15) e um bloco de quarente e cinco minutos à sexta-feira (12h30-13h15). Relativamente a faltas dadas pelos alunos, foi sempre uma turma que apresentou um número elevado de faltas de presença ou material. Os alunos que não realizavam aula prática, era-lhes entregue um pequeno relatório onde tinham de descrever os exercícios e objetivos implementados na aula e entregar no fim da aula ao professor.

## CAPITULO II

## 2. Enquadramento Pedagógico da Prática de Ensino

### 2.1. Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem

Este momento do relatório de estágio é destinado à descrição e reflexão detalhada de toda a prática pedagógica realizada durante o ano letivo. O RE pretende descrever todos os processos inerentes à sua realização, desde a fase inicial, que começa com o seu planeamento, que de seguida será implantado durante todo o ano letivo. Por fim, será feita uma avaliação de forma a perceber quais os aspetos que podem ser melhorados e quais os que estão bem.

#### 2.1.1. Conceção

*“A organização planificada e coordenada das atividades humanas, a direção pedagógica de pessoas e grupos de pessoas são uma condição imprescindível do desenvolvimento racional de personalidades”. (Bento, 2003, p. 13)*

Segundo o dicionário da Língua Portuguesa, por conceção entende-se a habilidade de esclarecer e de criar, neste caso específico referimo-nos à conceção do ensino de EF baseado nos objetivos enquanto área disciplinar, sendo este sempre orientado pelo Currículo Nacional e pelos Programas desenvolvidos pela instituição escolar.

É nesta primeira fase que foi apresentado o local de estágio, as instalações, os professores acompanhantes e com que turmas iríamos trabalhar. Partindo destas informações, devemos então dar início ao processo de conhecimento dos recursos humanos e materiais com que tínhamos à nossa disposição para o ano letivo, de forma a organizar cuidadosamente o início da fase mais importante do mestrado em ensino de EF.

O início de um ano letivo escolar, enquanto professor, implica a análise de alguns documentos, como por exemplo o programa nacional de EF do 2 ciclo, os conteúdos que têm de ser abordados no 5ºano, o regulamento interno da escola, projetos educativos e curriculares, entre outros exemplos que sejam importantes e sirvam de auxílio nesta fase de ensino-aprendizagem. Todos estes conteúdos serviram de suporte não só no início como no decorrer do ano letivo.

## 2.1.2. Planejamento

O planejamento consiste em “planejar as componentes do processo de ensino e aprendizagem nos diferentes níveis da sua realização” (Bento, 2003, p. 15), ou seja, é a sugestão do professor para o processo de ensino, no qual se definem as decisões e as reflexões para que este seja positivo e atinja o nível desejado.

O processo de planejamento deve ter uma estrutura sólida e organizada, estando sujeito a alterações se necessário. Nesta fase é determinante implementar todas as estratégias e princípios inerentes ao sucesso desta atividade. O professor deve utilizar os conhecimentos teóricos adquiridos na sua formação, orientando-se pelas *guide-lines* atuais, de forma a manter atualizado o ensino/aprendizagem quer dos alunos mas também do próprio professor.

Para o sucesso da tarefa pedagógica aqui referenciada, existem fatores que precisam ser considerados para atingir os objetivos pretendidos. O programa de EF nesta fase serve de apoio para que o planejamento seja estruturado de acordo com o ano de escolaridade que se irá lecionar e também de acordo com as capacidades dos alunos verificadas através da avaliação diagnóstica.

Segundo Bento (2003), o planejamento do ensino deve ser organizado em três fases: 1) Planejamento anual, 2) Planejamento da Unidade Didática, 3) Planejamento da aula.

O planejamento anual consiste numa perspetiva global do ano letivo, onde se enquadram as condições locais que o professor encontra. Perante este cenário o professor deve idealizar normativas programáticas que se adequem às capacidades da turma. Nesta fase, deve estar delineados os objetivos gerais que o professor pretende para laborar da melhor forma a turma. Para delinear estes objetivos o professor deve ter em conta os seguintes aspetos: adaptação do programa às condições locais, a carga horária da turma, a ordem e os tempos necessários para cada unidade didática, a criação de pontos de controlo e de avaliação das aprendizagens, existência de festas e atividades escolares, entre outros.

A segunda fase correspondente ao Planejamento da Unidade Didática está definida por Bento (2003, pp.60) como documentos que *procuram garantir a sequência lógico-específica e metodológica da matéria, e organizar as atividades do professor e dos alunos por meio da regulação e orientação da ação pedagógica, endereçando às diferentes aulas um contributo visível e sensível para o desenvolvimento dos alunos*, isto é, dar ordem e sentido às aprendizagens, conferindo às aulas os seus objetivos e funções específicas. Posto isto, a concessão das aulas deve seguir uma sequência lógica, os

conteúdos programados para os alunos devem ser transmitido, exercitados, repetidos e aperfeiçoados para que estes consigam o sucesso desejado, melhorando as suas capacidades.

A realização de uma unidade didática implica que esteja ao alcance dos alunos, varia consoante a exigência e complexidade das meterias de ensino.

### **2.1.3. Realização**

Nesta fase de realização tive de observar algumas aulas dos meus colegas estagiários. Esta tarefa englobou uma observação sistemática das aulas, onde foi necessário observar a organização das atividades, seleção das atividades, interação professor aluno e gestão da aula.

Na reunião de avaliação do 1º período foi-me proposto que acompanhasse um aluno da minha turma, aluno esse que tem alguns problemas de comportamento para além de ser um jovem obeso. Todas as semanas reunia durante 45 minutos com o aluno, onde acompanhava a sua evolução nas outras disciplinas, através de um diálogo pouco formal, visualiza algumas vezes os cadernos das outras disciplinas e proporcionava-lhe algumas atividades motoras nas instalações da escola, geralmente no pavilhão ou no campo exterior. O aluno ao longo do ano corrigiu algumas atitudes, e melhorou o seu desempenho. Nas aulas de EF mostrou algumas vezes determinação e espírito de equipa. Foi um momento de estágio com que me comprometi livremente em conselho de turma, que considero agora uma experiencia enriquecedora e que pode ser objeto de análise, por parte das entidades competentes neste campo da intervenção e planeamento da disciplina de EF na nossa escola pública.

### **2.1.4. Avaliação**

A avaliação aplicada à educação surgiu por Tyler (1949) considerado por muitos o pai da avaliação educacional. Para o autor este processo consiste numa comparação constate entre os resultados dos alunos ou o seu desempenho com os objetivos previamente definidos. A forma de avaliação destes alunos foi definida em reunião com o departamento de EF do agrupamento de escolas correspondente.

Relativamente à minha avaliação pessoal para com os alunos foi realizada da seguinte maneira, todas as aulas realizava um plano de aula previamente definido e no fim da aula uma reflexão com os aspetos positivos e aspetos a melhorar. Nessa reflexão constava também algumas notas importantes que eu pudesse ter retirado da aula ou dos alunos. Estes dois momentos (plano de aula e reflexão)

permitem ao professor fazer reajustamentos na planificação das aulas seguintes, definir mais rigorosamente o ponto de partida da próxima aula, fazer balanços úteis para futuras planificações, entre outros (Bento, 2003).

Existem várias formas de analisar as aulas de EF, seja com o objetivo de avaliar os alunos ou o professor. O registo em fichas de observação próprias para as aulas de EF, meios audiovisuais, elaborar um documento de apoio às aulas onde constem todas as informações dos alunos, entre outros.

Além disso os critérios devem ser implementados com justiça para que todos consigam atingir potencialmente o sucesso, não colocando metas nem muito difíceis nem muito facilitadoras. A avaliação pode ser de três tipos:

- Inicial/diagnóstica: O seu objetivo passa por identificar o real valor dos alunos de forma a definir objetivos/metabolismos de aprendizagem, assim como o processo de aprendizagem, suas metodologias e estratégias;
- Intermédia/formativa: O seu objetivo passa por regular e orientar o processo para o seu propósito final, identificando e resolvendo eventuais dificuldades apresentadas pelos alunos;
- Final/sumativa: O seu objetivo é fazer a síntese do processo, classificando o produto final, ou seja, as aprendizagens obtidas ao longo de uma etapa.

Segundo os critérios acima referidos, estes foram aplicados ao longo do ano letivo no início de cada período ou modalidade. Foi sempre realizada uma análise diagnóstica para perceber em que condições poderia trabalhar com os alunos e que dificuldades é que poderiam apresentar ao lecionar a modalidade. A avaliação intermédia surge no decorrer de cada período escolar, onde é feito um balanço de cada aluno, para perceber onde pode melhorar e o que deve manter, para que na última fase de avaliação, a final, consiga atingir os objetivos propostos.

Enquanto professor estagiário de EF, foi necessário adotar uma postura adequada, face à heterogeneidade da turma. As estratégias utilizadas foram fundamentais para uma melhor abordagem com os alunos, tanto na forma de organização dos exercícios, posicionamento no espaço de aula, promovendo uma melhor comunicação e correção das lacunas que pudessem surgir nesse contexto.

Saliento que a avaliação é um processo contínuo, não podendo ser só observável no final de cada unidade didática lecionada. A evolução, performance e sentido de responsabilidade nas aulas de EF são consideradas diariamente no ato da realização (ou não) da disciplina.

## 2.2. Participação na Escola e Relação com a Comunidade

O professor de EF tem um papel delicado neste contexto da relação com a comunidade escolar, para além de lecionar a sua disciplina é também um agente de promoção de estilos de vida saudáveis, promovendo a AF para os alunos e restante comunidade. Assim, quando se tratam de atividades extracurriculares onde o professor de EF está envolvido, é importante que esse promova o gosto e a importância da prática de AF e desporto resultando em dispêndio energético e contribuindo para a obtenção de benefícios como por exemplo, a autoestima, redução de doenças cardiovasculares, saúde e bem-estar, prevenção da obesidade, obtenção de resultados, motivação...

Como professor estagiário na escola e integrado no núcleo de EF, fui promotor de algumas atividades realizadas para a escola, assumindo uma postura responsável, motivadora e ativa nas atividades onde estive envolvido.

**Torneio de andebol** – Realizado no dia 5 de Novembro para as turmas de 6º e 7º ano, o torneio iniciou-se às 8h30 e acabou às 18h, havendo uma pausa de 2h horas para os participantes e organização almoçarem. Neste dia não houve aulas de EF as turmas que teriam aulas ficaram a assistir nas bancadas aos jogos.

Cada equipa era formada no máximo por 10 alunos, onde todos eles teriam obrigatoriamente de jogar pelo menos uma das partes. O jogo tinha a duração de 10 minutos, 5 minutos cada parte.

O sistema competitivo utilizado foi o seguinte: 12 equipas divididas em dois grupos (A e B) onde passariam à segunda fase as 2 melhores equipas de cada grupo. Nas meias-finais que colocava frente a frente o 1º classificado do grupo A contra o 2º do grupo B e 1º classificado do grupo B contra o 2º do grupo A. Os vencedores disputariam a final do torneio, no último jogo da tarde.

A arbitragem ficou a cargo dos alunos mais velhos com conhecimento sobre a modalidade e sobre as regras. A equipa de arbitragem era formada por dois árbitros de campo e um árbitro de mesa que cronometrava o tempo e controlava o marcador, sempre com a supervisão dos professores de EF.

**Corta mato** – No dia 16 de Dezembro a concentração dos alunos nas imediações do pavilhão gimnodesportivo ficou marcada para as 9h, e como previsto, decorreu até as 13h. Os alunos participantes na atividade teriam direito a um dorsal de identificação, lanche e estavam dispensados das aulas na parte da manhã.

Os alunos que não participaram tiveram oportunidade de assistir à prova ao longo dos espaços disponíveis para o efeito.

Os escalões existentes eram os seguintes: Infantis A; Infantis B; Iniciados e Juvenis. Na classificação final o género masculino era diferenciado do feminino em todos os escalões. Os 3 primeiros classificados de cada escalão irai participar e representar a sua escola no campeonato distrital de cortamato escolar.

Cada professor tinha a sua tarefa específica a desempenhar, desde a montagem do percurso, entrega de dorsais, tratamento informático das classificações, fiscais e controlo de voltas, responsáveis na partida e na chegada do percurso. Alguns alunos da escola foram também colaboradores na atividade.

**Atividade Pascoa** - No dia 4 de Abril comemorou-se o dia do Agrupamento de Escolas. O presente relatório tem por objetivo descrever a uma atividade realizada pelo grupo de estagiários da escola correspondente à atividade de escalada que se realizou no ginásio da escola. O Grupo de estágio Maurício, Rúben e Joana em colaboração com a professora Manuela Ribeiro foram os responsáveis pela atividade.

Neste dia as atividades realizaram-se em diferentes espaços da escola. A área da EF ocupou dois espaços (pavilhão e ginásio). Os alunos do 4º ano realizaram a atividade no pavilhão, orientados pela professora Manuela, o professor Rui e a professora Guilhermina e os de 2º e 3º ciclo a atividade de escalada no ginásio.

Inicialmente os alunos iriam ter oportunidade de realizar uma atividade de rapel no exterior, mas devido às más condições climatéricas não foi possível realiza-la.

A atividade iniciou-se às 8h30 e acabou às 13h. Neste dia as turmas que tinham EF de manhã realizaram as atividades propostas.

## 2.3. Investigação e Desenvolvimento Profissional

### 2.3.1. Introdução

O presente estudo de investigação, realizado na PES no ano letivo 2015/2016, insere-se no âmbito do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário regido pela Universidade do Minho, onde tem como tema “qual a opinião dos professores e alunos do 2º ciclo de Educação Física sobre as aulas de 45 e 90 minutos na escola pública”.

É de conhecimento público que as aulas de EF para muitos jovens são o único momento da semana onde realizam AF. Sabemos *à priori* que os professores também partilham desta opinião. Para o autor Camilo Cunha (2012), na sua definição de Educação Física (da escola) consiste no ensino de regras, normas, comportamentos para preparar o futuro. Perante estes fatores, consideramos de importância elevada que a duração do tempo de aula seja ampliada ou um aumento da carga horaria semanal da disciplina seja analisado.

O estudo é constituído por uma amostra de 4 professores de uma escola do Distrito de Braga e por 72 alunos dessa mesma escola. Os alunos frequentam o 2º ciclo de escolaridade. O género masculino e feminino está presente tanto nos professores como também nos alunos.

Posto isto, na realização deste estudo, temos como objetivo geral, conhecer a importância que os professores e alunos dão às aulas de 45 e 90 minutos, e compreender também quais as vantagens e desvantagens da duração das aulas de educação física.

Relativamente aos objetivos mais específicos pretendemos analisar se as aulas de EF são rentáveis, ou seja, se correspondem ao pretendido pelos alunos e professores e se cumprem com as recomendações mínimas de AF diária, propostas pela OMS. Será também intuito nosso, verificar se existem diferenças de opiniões entre os géneros (masculino e feminino) e entre os anos (5º e 6º ano).

### 2.3.2. Revisão da Literatura

#### A importância da Educação Física e Desporto Escolar nas escolas

São vários os alertas que têm chamado a atenção para o problema das crianças de hoje não realizarem AF no dia-a-dia, quer em atividades escolares, quer em atividades de participação voluntária, espontâneas ou organizadas, de forma a obter benefícios para a saúde. No entanto é na disciplina de EF que a maior parte das crianças têm o primeiro contato com atividades físicas desportivas, sendo fundamental para a sua relação inicial com o desporto.

A EF nas escolas será um fator determinante para o desenvolvimento e crescimento saudável das crianças nas nossas escolas, para isso a prática pedagógica deve estar orientada para sistematizar os benefícios da AF, centrando-se no seu valor educativo, pedagogicamente orientada para o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno, tornando-a intensa, saudável, gratificante e culturalmente significativa (ME/PNEF, 2001:4).

A sistematização das “variáveis de ensino” tem permitido uma análise séria às relações entre as suas características, no sentido de compreender a influência sobre o comportamento dos alunos, mas também estuda a “própria atividade” (o processo) que se espraia entre o que provem do professor e o que é apropriado pelo aprendiz, tornando assim viável averiguar o desenvolvimento das aprendizagens (De Landshere, 1976).

Desta forma, cabe aos professores ter a responsabilidade de conduzir os alunos nas suas aprendizagens, através dos instrumentos que têm à sua disposição, possibilitando novas experiências lúdicas nas aulas de EF e assim contribuir para o desenvolvimento da personalidade de crianças e adolescentes. Ao situar EF no meio escolar, é importante por em prática todos os benefícios que esta disciplina acrescenta no comportamento saudável de crianças e jovens.

Ao analisarmos as medidas que têm sido tomadas nos últimos anos, observamos que a escola não se tenha apercebido nem consciencializado da mais-valia que tem ao seu dispor e que tão mal a tem utilizado, refiro-me, naturalmente à EF e também ao Desporto Escolar (DE), depois de tantos autores já o terem comprovado esta questão de harmonizar o desporto na educação.

Pelo jogo se desenvolvem as aptidões sociais: a necessidade de colaborar e de ser solidário, o amor pela verdade, a lealdade na luta, o espírito de equipa. O desportista bem orientado adquire hábitos de convívio e de camaradagem, de simpatia e de compreensão pelos outros homens e de disciplina interior sem a qual não se triunfa. (Santos, 1982).

É necessário perceber que os alunos são motivados para a prática desportiva em parte pelo que se passa na sociedade onde estão inseridos (dentro e fora da escola), tendo sempre por base as atitudes e posições das estruturas que regulam e implementam as atividades físicas desportivas (Sarmiento, 2004).

### **Estudos do género**

Segundo alguns estudos que têm vindo a ser efetuados acerca desta temática da duração das aulas de EF, recentemente no Brasil, na região de Pelotas um estudo intitulado “Intensidade e duração dos esforços físicos em aulas de educação física” publicado na Revista de Saúde Pública, constatou que o tempo das aulas de AF é reduzido, sendo que as atividades moderadas a vigorosas ocupam um tempo demasiado curto, o que não corresponde com os mínimos definidos pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

As pessoas em idade escolar, deveriam efetuar 60 minutos de AF diária de intensidade moderada a vigorosa; a maior parte da AF deverá ser de natureza aeróbia; AF diária para além dos 60 minutos mínimos resultará em benefícios extra para a saúde dos praticantes; pelo menos 3 vezes por semana, a AF deverá integrar exercícios que permitam fortalecer os músculos e os ossos. (OMS, 2012)

Relativamente a questão do gosto dos alunos pela EF, fator importante para o desenvolvimento do tema, Krouscas (1999), num estudo que envolveu 348 alunos americanos do ensino básico, concluiu que os alunos, na sua maioria, gostam da disciplina de EF, no entanto, o gosto pela disciplina diminui consoante aumenta o ano de escolaridade, sendo esta diminuição mais evidente nas raparigas do que nos rapazes.

### **2.3.3. Metodologia e Procedimentos**

#### **2.3.3.1. Problema do Estudo**

Em face da problemática vamos considerar como problema do nosso estudo: Qual a opinião dos professores/alunos sobre as aulas de Educação Física de 45 minutos e 90 minutos na escola pública?

#### **2.3.3.2. Questões de Estudo**

- Quais as representações dos professores sobre as aulas de Educação Física de 45 minutos e 90 minutos?
- Quais as representações dos alunos sobre as aulas de Educação Física de 45 minutos e 90 minutos?
- Existem diferenças de representação entre os professores e alunos, quanto às aulas de Educação Física de 45 minutos e 90 minutos?
- Existem diferenças de representação entre alunos do género masculino e género feminino quanto às aulas de Educação Física de 45 minutos e 90 minutos?

#### **2.3.3.3. Objetivo Geral do Estudo**

Como objetivo geral do nosso estudo consideramos: conhecer a importância (representações) que os professores e alunos dão às aulas de 45 minutos e 90 minutos – vantagens e desvantagens.

#### **2.3.3.4. Objetivos Específicos do Estudo**

- Perceber se o tempo de Educação Física corresponde ao pretendido pelos professores e alunos;
- Analisar se aulas de Educação Física, são rentáveis e se correspondem aos objetivos de AF mínimos propostos pela OMS e outras instituições relevantes;
- Verificar se existem diferenças de opiniões/representações entre os géneros;
- Contribuir para um melhor conhecimento desta realidade;

- Fornecer eventuais informações que possam contribuir para uma modificação (ou não) deste sistema horário.

#### **2.3.3.5. Caracterização do Estudo**

O presente estudo é de natureza exploratório, convocando a metodologia quantitativa/qualitativa – descritiva e comparativa. O levantamento dos dados foi realizado numa escola do distrito de Braga a três turmas diferentes, duas de 5º ano e uma do 6º ano de escolaridade, no ano civil de 2016. Os professores inquiridos também lecionam as aulas nessa mesma escola. Após os objetivos e procedimentos do estudo estarem definidos e obtidas as autorizações necessárias à aplicação dos questionários, os alunos e professores foram então inquiridos.

#### **2.3.3.6. Caracterização da Amostra**

A amostra é constituída por um grupo de 4 docentes de EF de uma escola do Distrito de Braga e por 72 alunos dessa mesma escola. As idades compreendidas dos professores são entre os 48 e os 61 anos, e os alunos integram idades compreendidas entre os 10 e os 15 anos.

#### **2.3.3.7. Instrumentos e Procedimentos de Recolha dos Dados**

Os professores e alunos inquiridos foram avaliados através da aplicação de um questionário. O questionário dos alunos foi diferente do dos professores, tendo em conta as diferentes posições que cada um integra na escola.

O questionário foi aplicado no mês de Fevereiro e no mês de Março foram analisados os resultados.

#### **2.3.3.8. Procedimentos de análise**

Todos os cálculos foram realizados no SPSS 20.0. Nele, fizemos várias análises descritivas e comparativas. Assim, consideramos:

- A análise exploratória de dados incidiu sobre a frequência absoluta ( $n$ ) e relativa (%) para as variáveis qualitativas, e sobre média (M) e desvio-padrão (DP) para as variáveis quantitativas.

- Na comparação entre duas amostras independentes foi efetuada pelo teste  $U$ /Mann-Whitney.

NA verificação da existência de relações de independência entre duas variáveis qualitativas, foi efetuada pelo teste de independência do quiquadrado de Pearson ( $\chi^2$ ), por intermédio do procedimento de tabulação cruzada (*crosstabs*). O nível de significância estatístico adotado foi de 5% ( $\alpha=0.05$ ) – Nível adotado nas ciências do comportamento.

## 2.3.4. Apresentação e Interpretação dos Resultados

### i) Apresentação e Interpretação dos Resultados – Alunos

No nosso estudo procuramos verificar a opinião e níveis de satisfação dos alunos e professores de EF sobre a duração das aulas de EF.

Algumas das principais limitações do nosso estudo prenderam-se com a reduzida dimensão da amostra quer de rapazes quer de raparigas, o facto de todos os sujeitos pertencerem à mesma escola e desta forma poderem ser condicionados por desconhecimento de alternativas (e.g., professores, metodologias de ensino, espaços destinados à prática de ensino, recursos materiais, existência de apoios, etc.) e não existência de estudos que tivessem utilizado o mesmo instrumento de recolha de dados.

#### 2.3.4.1. Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto à caracterização escolar.

Variáveis	RAPARIGAS ( <i>n</i> =32)		RAPAZES ( <i>n</i> =40)	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
+ Ano de escolaridade				
5º ano	22	68,8	26	65,0
6º ano	10	31,3	14	35,0
+ Consideras a disciplina de Educação Física importante?				
Sim	31	96,9	40	100,0
Não	1	3,1	–	–
+ De 1 a 5 qual a classificação que atribuis à disciplina de Educação Física?				
1	–	–	–	–
2	1	3,1	–	–
3	–	–	3	7,5
4	6	18,8	6	15,0
5	25	78,1	31	77,5
+ Quantas aulas de Educação Física tens por semana?				
1 Aula de 90 minutos e 1 de 45 minutos	32	100	40	100
2 Aulas de 90 minutos	–	–	–	–
+ Achas que a Educação Física deveria ter dois blocos semanais de 90 minutos como o Português e a Matemática?				
Sim	28	87,5	35	87,5
Não	4	12,5	5	12,5

Tabela 1 – Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto à caracterização escolar.

A Tabela 1 apresenta a frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto a alguns indicadores escolares.

Verifica-se que quer em raparigas quer em rapazes a maioria frequenta o 5º ano de escolaridade (raparigas: *n*=22; 68,8%; rapazes: *n*=26; 65%).

Verificamos que tanto as raparigas como os rapazes, na sua globalidade, consideram a disciplina de EF importante no seu currículo, observando também que mais de 75% dos alunos atribui uma classificação de «5» à disciplina, havendo assim uma concordância positiva entre estes dois tópicos. Este dado vai de encontro ao registado por Silva (2014) com alunos do ensino secundário, e por Silva (2015) com alunos do 3º ciclo do ensino básico. Assim, os nossos resultados parecem demonstrar que a importância muito favorável que os alunos atribuem à EF é um fator cultural e educacional que dista de idades bastante jovens, porventura da infância quando os alunos tiveram a disciplina de Expressão Físico-Motora, para além de ser intuitivo que a prática de atividade física é promotora da saúde.

A maioria das raparigas (*n*=25; 78,1%) e dos rapazes (*n*=31; 77,5%) atribui a classificação «5» à disciplina de EF. Apenas uma rapariga (3,1%) atribuiu a classificação «2» e três rapazes (7,5%) que atribuíram a classificação «3». Os restantes, nos dois grupos, atribuíram a classificação «4».

Quanto à estrutura dos blocos das aulas de EF, todas as raparigas (*n*=32; 100%) e dos rapazes (*n*=40; 100%) têm «1 aula de 90 minutos e 1 aula de 45 minutos por semana».

Quando questionados sobre se a EF deveria ter dois blocos semanais de 90 minutos, à semelhança do que acontece com as disciplinas de Português e Matemática, a maioria dos alunos referiu que «Sim» (raparigas: *n*=28; 87,5%; rapazes: *n*=35; 87,5%), o que leva a crer que, independentemente do género, todos consideram a EF tão importante como essas duas disciplinas consideradas nucleares. Os alunos claramente que percebem que só com aulas de 90 minutos é possível haver rendimento desportivo-motor e benefícios na saúde e bem-estar individual, uma vez que a excelência do gesto desportivo necessita de infinitas repetições que só se consegue com treino. Paralelamente, já nestas idades os jovens percebem a necessidade de se envolverem no desporto, não apenas como “descarregar” de energias, mas também como meio de socialização. De notar a mesma frequência relativa nos dois grupos.

### 2.3.4.2. Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto aos aspetos relevantes da disciplina de Educação Física.

Variáveis	RAPARIGAS		RAPAZES	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
+ SIM, considero a disciplina de Educação Física importante, porque:				
Ajuda nas tarefas diárias	1	3,1	—	—
Defendo "mente sã em corpo são"	—	—	1	2,5
Desenvolvimento físico/exercitar o corpo/melhorar as capacidades físicas/fortalece o corpo	5	15,6	6	15,0
É a minha disciplina preferida	—	—	1	2,5
É a minha profissão futura	1	3,1	1	2,5
É divertido	1	3,1	—	—
Estimula o espírito de sacrifício	1	3,1	—	—
Faz bem à saúde	15	46,9	13	32,5
Faz parte das disciplinas e pretendo ter boa nota a todas	—	—	1	2,5
Ficar em forma/manter a forma	5	15,6	9	22,5
Melhora a relação com os outros	—	—	1	2,5
O desporto faz falta/praticar desporto	—	—	2	5,0
Os alunos desfrutam das atividades	—	—	1	2,5
Se aprende sobre desportos	5	15,6	5	12,5
Descontra/relaxa	—	—	2	5,0
Se pode fazer exercício na escola	1	3,1	1	2,5
Não respondeu	1	3,1	—	—
+ NÃO considero a disciplina de Educação Física importante, porque:				
Não tenho motivação para a disciplina de EF	1	3,1	—	—

Tabela 2 – Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto aos aspetos relevantes da disciplina de Educação Física.

Pela Tabela 2, verifica-se que apenas um aluno (para o efeito uma rapariga) não considera a disciplina de EF importante, afirmando não ter motivação para esta disciplina.

Nos restantes casos, verifica-se uma multiplicidade de razões. De notar que devido à possibilidade de cada sujeito apontar a razão que bem entendesse, tal gerou um número de respostas superior à dimensão de cada grupo. Nas raparigas, revelam-se as seguintes razões:

- Faz bem à saúde (n=15; 46,9%)
- Melhoria das capacidades motoras (n=5; 15,6%)
- Melhoria e manutenção da forma física (n=5; 15,6%)
- Aprendizagem de desportos (n=5; 15,6%)

Nos rapazes, as razões mais invocadas são:

- Faz bem à saúde (n=13; 32,5%)
- Melhoria e manutenção da forma física (n=9; 22,5%)
- Melhoria das capacidades motoras (n=6; 15%)
- Aprendizagem de desportos (n=5; 12,5%)

Ou seja, raparigas e rapazes têm um padrão comum de razões, partilham da mesma opinião, o que denota que não existe diferença entre os géneros e responde assim a um dos objetivos do estudo. Porque quando se fala em proficiência motora, saúde, bem-estar individual e necessidade de estreitar relações e melhorar o espírito de equipa, não há diferenças de género.

2.3.4.3. Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto à justificação do número de blocos semanais de aulas de Educação Física.

Variáveis	RAPARIGAS		RAPAZES	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
+ SIM, acho que a Educação Física deveria ter dois blocos semanais de 90 minutos como o Português e a Matemática, porque:				
A disciplina de Educação física é importante	1	3,1	—	—
A EF é igual às outras disciplinas	6	18,8	5	12,5
Aprendermos mais desportos	—	—	1	2,5
Combate o sedentarismo	1	3,1	—	—
É a minha disciplina preferida	4	12,5	—	—
É importante para manter a forma	—	—	1	2,5
É preciso fazer exercício físico	1	3,1	—	—
É preciso mais tempo para a aula de EF	6	18,8	—	—
É preciso mais tempo para a aula de EF/mais tempo útil de aula	—	—	8	20,0
É tão importante como Português ou Matemática	2	6,3	2	5,0
Faz bem à saúde	7	21,9	4	10,0
Fica-se em melhor forma física/melhora as capacidades físicas	2	6,3	—	—
Melhora a concentração	—	—	1	2,5
Pode aprender mais	—	—	2	5,0
Porque gosto de EF/gosto de praticar desportos	—	—	5	12,5
Relaxa das outras aulas	—	—	1	2,5
Se melhoram as capacidades físicas	—	—	2	5,0
Seria mais divertido	—	—	1	2,5
Temos um melhor desempenho físico e mental	—	—	1	2,5
Todos os alunos gostam	—	—	1	2,5
Não respondeu	1	3,1	—	—
+ NÃO acho que a Educação Física deva ter dois blocos semanais de 90 minutos como o Português e a Matemática, porque:				
A carga horária é suficiente	2	6,3	1	2,5
Não é tão importante como Português e Matemática	1	3,1	1	2,5
Não faz falta	—	—	1	2,5
Porque cansa bastante	1	3,1	—	—
Precisamos de mais tempo para outras áreas	—	—	1	2,5
Não respondeu	—	—	1	2,5

Tabela 3 – Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto à justificação do número de blocos semanais de aulas de Educação Física.

A Tabela 3 mostra as razões apresentadas pelos alunos para responderem se acham ou não que a EF deveria ter dois blocos semanais de 90 minutos, tal como acontece com as disciplinas de Português e a Matemática. Também aqui era possível dar respostas múltiplas.

Nas raparigas destacam-se as seguintes razões:

- Faz bem à saúde (*n*=7; 21,9%)
- A EF é igual às outras disciplinas (*n*=6; 18,8%)
- É preciso mais tempo para a aula de EF (*n*=6; 18,8%)

Nos rapazes, as principais razões são:

- É preciso mais tempo para a aula de EF/mais tempo útil de aula (n=8; 20%)
- A EF é igual às outras disciplinas (n=5; 12,5%)
- Porque gosto de EF/gosto de praticar desportos (n=5; 12,5%)

Consta assim, que os dois géneros entendem que a carga horária semanal da disciplina de EF deveria ser ampliada, tal como defende a OMS, os alunos em idade escolar deveriam ter AF pelo menos 3 vezes por semana. Posto isto, e pelas razões já mencionadas anteriormente, consideramos que não existe qualquer relação entre os géneros, havendo sempre uma opinião similar entre eles e onde o comportamento dos sujeitos é equivalente.

Entre aqueles que não acham que disciplina de EF deva ter dois blocos de 90 minutos por semana, observa-se que “a carga horária é suficiente”, “não é tão importante como Português e Matemática”, “não faz falta”, “cansa bastante” e “precisamos de mais tempo para outras disciplinas”. Todavia, ainda que sem expressão quantitativa, a frequência de alunos considerada nas respostas não deverá ser desprezível, mas motivo de preocupação por parte dos agentes responsáveis pela educação desportivo-motora.

#### 2.3.4.4. Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto à opinião dos alunos (raparigas e rapazes) sobre a disciplina de Educação Física.

Tabela 4 – Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto à opinião dos alunos (raparigas e rapazes) sobre a disciplina de Educação Física.

TD – totalmente desacordo; AA – Algum acordo; BA – bastante de acordo; TA – totalmente de acordo

Variáveis	RAPARIGAS								RAPAZES							
	TD		AA		BA		TA		TD		AA		BA		TA	
	<i>N</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>N</i>	%	<i>N</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
A EF é uma boa disciplina	—	—	1	3,1	2	6,3	<b>29</b>	<b>90,6</b>	—	—	1	2,5	3	7,5	<b>36</b>	<b>90,0</b>
A EF é mais importante que o resto das disciplinas	10	31,3	14	43,8	7	21,9	1	3,1	14	35,0	<b>18</b>	<b>45,0</b>	5	12,5	3	7,5
O professor de EF preocupa-se mais por nós que os outros professores	6	18,8	6	18,8	<b>11</b>	<b>34,4</b>	9	28,1	8	20,0	8	20,0	<b>12</b>	<b>30,0</b>	<b>12</b>	<b>30,0</b>
As aulas de EF melhoram o meu estado físico e de espírito	—	—	—	—	3	9,4	<b>29</b>	<b>90,6</b>	1	2,5	2	5,0	6	15,0	<b>31</b>	<b>77,5</b>
As aulas de EF podem ser melhoradas	7	21,9	9	28,1	6	18,8	<b>10</b>	<b>31,3</b>	8	20,0	12	30,0	6	15,0	<b>14</b>	<b>35,0</b>
O número de horas de aulas de EF semanais é suficiente	<b>9</b>	<b>28,1</b>	<b>9</b>	<b>28,1</b>	5	15,6	<b>9</b>	<b>28,1</b>	<b>15</b>	<b>37,5</b>	10	25,0	2	5,0	13	32,5
Com o professor de EF tenho melhor relação que com o resto dos professores	5	15,6	4	12,5	<b>12</b>	<b>37,5</b>	11	34,4	8	20,0	11	27,5	7	17,5	<b>14</b>	<b>35,0</b>
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos teóricos	<b>12</b>	<b>37,5</b>	11	34,4	4	12,5	5	15,6	12	30,0	<b>14</b>	<b>35,0</b>	5	12,5	9	22,5
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos práticos	3	9,4	5	15,6	<b>12</b>	<b>37,5</b>	<b>12</b>	<b>37,5</b>	3	7,5	9	22,5	12	30,0	<b>16</b>	<b>40,0</b>
Faço grandes progressos nas minhas aprendizagens em Educação Física	—	—	2	6,3	7	21,9	<b>23</b>	<b>71,9</b>	—	—	1	2,5	17	42,5	<b>22</b>	<b>55,0</b>

Pela Tabela 4 observa-se que a maior frequência de sujeitos, dos dois sexos, se situa nas opções de resposta “bastante de acordo” e “totalmente de acordo”. A opção de resposta “totalmente desacordo” regista, genericamente, as frequências mais baixas. Neste caso, as exceções são nas variáveis “O número de horas de aulas de EF semanais é suficiente” nos dois sexos, e “Em EF deveríamos ter mais conhecimentos teóricos” nas raparigas. Ou seja, rapazes e raparigas entendem que a carga horária semanal da disciplina de EF deveria ser ampliada, e as raparigas discordam da necessidade de dedicar mais tempo à componente teórica da disciplina de EF.

As frequências mais relevantes em cada questão, em cada grupo, estão assinaladas a **negrito**.

Nos dois grupos, com exceção das questões “A EF é uma boa disciplina”, “As aulas de EF melhoram o meu estado físico e de espírito” e “Faço grandes progressos nas minhas aprendizagens em EF”, com elevadas frequências de resposta na opção “totalmente de acordo”, nas restantes questões as respostas estão distribuídas pelas várias opções de resposta.

O símbolo tracejado (—) significa que não houve respostas.

Quando comparados os anos de escolaridade (5º e 6º ano), note-se que a maior experiência escolar dos alunos do 6º ano associado ao conhecimento da escola e dos professores, estará na base do entendimento que estes têm quanto ao terem uma melhor relação com o professor de EF do que com os restantes professores. Os alunos de 5º ano não têm a mesma visão nesta variável, precisamente por terem menos tempo de frequência na escola. Esta situação parece-nos normal, na medida que a confiança melhora-se com o aumento do conhecimento sobre um qualquer fenómeno, para o efeito a escola e o seu corpo docente.

#### 2.3.4.5. Análise descritiva e comparativa

Análise da tabulação cruzada 2x2

Variáveis	$\chi^2$	$p$
<b>Consideras a disciplina de Educação Física importante?</b>	1,268	0,444
<b>Achas que a Educação Física deveria ter dois blocos semanais de 90 minutos como o Português e a Matemática?</b>	0,001	1,000

Tabela 5 – Tabulação cruzada 2x2

A Tabela 5, uma tabulação cruzada 2x2, observa-se que nas duas variáveis,  $p > 0,05$ , ou seja não-significativo, pelo que a um nível de significância de 5% não existem evidências estatisticamente significativas para afirmar que os grupos (raparigas e rapazes) em relação a cada uma das variáveis não são independentes. Assim, concluímos que não existe relação entre ser rapariga ou rapaz e o considerar

importante a disciplina de EF, bem como o considerar que a EF deveria ter dois blocos semanais de 90 minutos como o Português e a Matemática. De notar que devido ao facto dos pressupostos terem sido violados, o valor  $p$  apresentado refere-se ao teste exato de Fisher.

#### 2.3.4.6. Análise da tabulação cruzada 4x2

Variáveis	$\chi^2$	$p$
A EF é uma boa disciplina.	0,066	1,000
A EF é mais importante que o resto das disciplinas.	1,631	0,712
O professor de EF preocupa-se mais por nós que os outros professores.	0,157	0,984
As aulas de EF melhoram o meu estado físico e de espírito.	3,218	0,431
As aulas de EF podem ser melhoradas.	0,276	0,964
O número de horas de aulas de EF semanais é suficiente.	2,710	0,449
Com o professor de EF tenho melhor relação que com o resto dos professores.	4,805	0,187
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos teóricos.	0,734	0,865
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos práticos.	0,836	0,837
Faço grandes progressos nas minhas aprendizagens em Educação Física.	3,679	0,211

Tabela 6 – Tabulação cruzada 4x2

A Tabela 6, está agrupada por classes, uma tabulação cruzada 4x2, observa-se que em todas as variáveis,  $p > 0,05$ , ou seja não-significativo, pelo que a um nível de significância de 5% não existem evidências estatisticamente significativas para afirmar que os grupos (raparigas e rapazes) em relação a cada uma das variáveis não são independentes. Assim, concluímos que não existe relação entre as respostas dadas a cada uma das variáveis e o ser rapariga ou rapaz. De notar que algumas variáveis não cumpriram os pressupostos de aplicação rigorosa do teste do quiquadrado de independência de Pearson, pelo que o valor  $p$  apresentado refere-se à simulação de Monte Carlo.

**2.3.4.7. Análise comparativa raparigas vs rapazes - quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.**

Variáveis	Raparigas	Rapazes	Comparação RPG vs RPZ		
	<i>Mean Rank</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
De 1 a 5 qual a classificação que atribuis à disciplina de Educação Física?	36,77	36,29	631,5	-0,133	0,894

Tabela 7 – Comparação raparigas vs rapazes quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

Na Tabela 7, observa-se que a um nível de significância de 5% não existem evidências de diferenças significativas entre os sexos quanto à classificação que atribuem à disciplina de EF. Ou seja, independentemente do sexo, o comportamento dos sujeitos é similar.

**2.3.4.8. Análise comparativa raparigas vs rapazes - quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.**

Variáveis	Raparigas	Rapazes	Comparação RPG vs RPZ		
	<i>Mean Rank</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
A EF é uma boa disciplina.	36,61	36,41	636,5	-0,077	0,938
A EF é mais importante que o resto das disciplinas.	37,50	35,70	608,0	-0,389	0,698
O professor de EF preocupa-se mais por nós que os outros professores.	36,63	36,40	636,0	-0,047	0,962
As aulas de EF melhoram o meu estado físico e de espírito.	39,27	34,29	551,5	-1,549	0,121
As aulas de EF podem ser melhoradas.	35,94	36,95	622,0	-0,212	0,832
O número de horas de aulas de EF semanais é suficiente.	37,72	35,53	601,0	-0,462	0,644
Com o professor de EF tenho melhor relação que com o resto dos professores.	38,59	34,83	573,0	-0,789	0,430
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos teóricos.	34,39	38,19	572,5	-0,801	0,423
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos práticos.	36,56	36,45	638,0	-0,024	0,981
Faço grandes progressos nas minhas aprendizagens em Educação Física.	39,45	34,14	545,5	-1,263	0,207

Tabela 8 – Comparação raparigas vs rapazes quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

A Tabela 8 mostra que a um nível de significância de 5% não existem evidências de diferenças significativas entre os sexos quanto a um conjunto de variáveis relacionadas com a disciplina de EF. Ou seja, o género não é determinante na adoção de comportamentos diferenciados quanto à forma como percebem a EF.

2.3.4.9. Análise comparativa 5º ano vs 6º ano - quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

	5º ano	6º ano	Comparação 5º ano vs 6º ano		
	<i>Mean Rank</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
De 1 a 5 qual a classificação que atribuis à disciplina de Educação Física?	34,63	40,25	486,0	-1,484	0,138

Tabela 9 – Comparação alunos do 5º ano vs alunos do 6º ano quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

As Tabelas 9 e 10, utilizam o teste *U* Mann-Whitney para comparar alunos do 5º ano vs alunos do 6º ano.

Na Tabela 9, observa-se que a um nível de significância de 5% não existem evidências de diferenças significativas entre os anos de escolaridade quanto à classificação que atribuem à disciplina de EF. Ou seja, independentemente do ano de escolaridade que frequentam (5º ou 6º), o comportamento dos sujeitos é similar.

2.3.4.10. Análise (interpretação) comparativa 5º ano vs 6º ano - quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

	5º ano (n=48)	6º ano (n=24)	Comparação 5º ano vs 6º ano		
	<i>Mean Rank</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>U</i>	<i>Z</i>	<i>p</i>
A EF é uma boa disciplina.	34,75	<b>40,00</b>	492,0	-1,953	0,050*
A EF é mais importante que o resto das disciplinas.	34,79	39,92	494,0	-1,050	0,294
O professor de EF preocupa-se mais por nós que os outros professores.	33,30	42,90	422,5	-1,903	0,057
As aulas de EF melhoram o meu estado físico e de espírito.	33,50	<b>42,50</b>	432,0	-2,656	0,008*
As aulas de EF podem ser melhoradas.	<b>40,88</b>	27,75	366,0	-2,609	0,009*
O número de horas de aulas de EF semanais é suficiente.	36,78	35,94	562,5	-0,169	0,866
Com o professor de EF tenho melhor relação que com o resto dos professores.	33,13	<b>43,25</b>	414,0	-2,012	0,044*
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos teóricos.	37,01	35,48	551,5	-0,306	0,759
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos práticos.	35,75	38,00	540,0	-0,454	0,650
Faço grandes progressos nas minhas aprendizagens em Educação Física.	34,78	39,94	493,5	-1,162	0,245

Tabela 10 – Comparação alunos do 5º ano vs alunos do 6º ano quanto à classificação que atribuem à disciplina de Educação Física.

A Tabela 10 mostra que a um nível de significância de 5% nas variáveis “A EF é uma boa disciplina” ( $U=492$ ;  $p=0,05$ ), “As aulas de EF melhoram o meu estado físico e de espírito” ( $U=432$ ;  $p=0,008$ ) e “Com o professor de EF tenho melhor relação que com o resto dos professores” ( $U=414$ ;  $p=0,044$ ) existem evidências de diferenças estatisticamente significativas entre os anos de escolaridade, motivado pela classificação média (*mean rank*) mais elevado dos alunos do 6º ano de escolaridade. Observando a Tabela 11 percebe-se que o grau de concordância é mais elevado entre os alunos do 6º ano. Já na variável “As aulas de EF podem ser melhoradas” ( $U=366$ ;  $p=0,009$ ) as diferenças entre os anos de escolaridade devem-se à classificação média mais elevada dos alunos do 5º ano de escolaridade, ou seja (pela Tabela 11), os alunos do 5º ano são mais concordantes com a mudança ao passo que os alunos do 6º ano discordam que a mudança pudesse induzir uma melhor qualidade das aulas.

Os alunos de 5º ano afirmam que as aulas de EF não precisam de ser melhoradas, visto que, estes alunos não têm experiência no contacto com aulas estruturadas. Vêm do ensino básico onde tinham um titular de turma que lhes proporcionava mais tempo de contacto, e agora têm vários professores. O inverso acontece com os alunos de 6º ano, uma vez que já têm experiência no 2º ciclo, partilham da opinião que as aulas de EF podem ser melhoradas.

### 2.3.4.11. Interpretação da Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto à opinião dos alunos (5º e 6º ano) sobre a disciplina de Educação Física.

Tabela 11 – Frequência absoluta (*n*) e relativa (%) de sujeitos quanto à opinião dos alunos (5º e 6º ano) sobre a disciplina de Educação Física.

Variáveis	5º ano ( <i>n</i> =48)								6º ano ( <i>n</i> =24)							
	TD		AA		BA		TA		TD		AA		BA		TA	
	<i>N</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>N</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
A EF é uma boa disciplina	—	—	2	4,2	5	10,4	<b>41</b>	<b>85,4</b>	—	—	—	—	—	—	<b>24</b>	<b>100,0</b>
A EF é mais importante que o resto das disciplinas	<b>19</b>	<b>39,6</b>	18	37,5	9	18,8	2	4,2	5	20,8	<b>14</b>	<b>58,3</b>	3	12,5	2	8,3
O professor de EF preocupa-se mais por nós que os outros professores	<b>13</b>	<b>27,1</b>	10	20,8	12	25,0	<b>13</b>	<b>27,1</b>	1	4,2	4	16,7	<b>11</b>	<b>45,8</b>	8	33,3
As aulas de EF melhoram o meu estado físico e de espírito	1	2,1	2	4,2	9	18,8	<b>36</b>	<b>75,0</b>	—	—	—	—	—	—	<b>24</b>	<b>100,0</b>
As aulas de EF podem ser melhoradas	4	8,3	16	33,3	10	20,8	<b>18</b>	<b>37,5</b>	<b>11</b>	<b>45,8</b>	5	20,8	2	8,3	6	25,0
O número de horas de aulas de EF semanais é suficiente	<b>16</b>	<b>33,3</b>	12	25,0	5	10,4	15	31,3	<b>8</b>	<b>33,3</b>	7	29,2	2	8,3	7	29,2
Com o professor de EF tenho melhor relação que com o resto dos professores	12	25,0	10	20,8	12	25,0	<b>14</b>	<b>29,2</b>	1	4,2	5	20,8	7	29,2	<b>11</b>	<b>45,8</b>
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos teóricos	<b>16</b>	<b>33,3</b>	15	31,3	8	16,7	9	18,8	8	33,3	<b>10</b>	<b>41,7</b>	1	4,2	5	20,8
Em EF deveríamos ter mais conhecimentos práticos	6	12,5	10	20,8	12	25,0	<b>20</b>	<b>41,7</b>	—	—	4	16,7	<b>12</b>	<b>50,0</b>	8	33,3
Faço grandes progressos nas minhas aprendizagens em Educação Física	—	—	3	6,3	17	35,4	<b>28</b>	<b>58,3</b>	—	—	—	—	7	29,2	<b>17</b>	<b>70,8</b>

TD – totalmente desacordo; AA – Algum acordo; BA – bastante de acordo; TA – totalmente de acordo

Pela Tabela 11 observa-se que a maior frequência de sujeitos, dos dois anos de escolaridade, se situa nas opções de resposta “bastante de acordo” e “totalmente de acordo”.

De notar que nas questões “A EF é uma boa disciplina” e “As aulas de EF melhoram o meu estado físico e de espírito” a totalidade dos alunos do 6º ano de escolaridade responderam estarem “totalmente de acordo”.

Nas raparigas, a opção de resposta “totalmente desacordo” regista as frequências mais altas nas questões “A EF é mais importante que o resto das disciplinas”, “O professor de EF preocupa-se mais por nós que os outros professores”, “O número de horas de aulas de EF semanais é suficiente” e “Em EF deveríamos ter mais conhecimentos teóricos”.

Relativamente aos conhecimentos teóricos e práticos da disciplina, é natural que não haja diferenças porque os alunos já associam a EF como uma disciplina essencialmente prática, daí não acharem necessários mais conhecimentos teóricos e darem clara preferência ao domínio da prática desportivo-motora.

Nos rapazes, a opção de resposta “totalmente desacordo” regista as frequências mais altas nas questões “As aulas de EF podem ser melhoradas” e “O número de horas de aulas de EF semanais é suficiente”.

As frequências mais relevantes em cada questão, em cada grupo, estão assinaladas a **negrito**.

O símbolo tracejado (-) significa que não houve respostas.

## ii) Apresentação e interpretação dos Resultados - Professores

Fazendo uma *análise de conteúdo* aos resultados do questionário dos professores verificamos que todos os sujeitos consideram que a disciplina de EF é importante no desenvolvimento da criança. Todos os sujeitos consideram “muito importante” a classificação que atribuem à disciplina de EF.

Relativamente ao facto da disciplina de EF deveria ter dois blocos semanais de 90 minutos como o Português e a Matemática, 3 sujeitos (75%) consideram que “sim” e apenas 1 que “não”. Entre os docentes que referiram “SIM”, destacam-se as seguintes razões: Para haver mais tempo de exercício; Porque desenvolve competências capazes de serem utilizadas noutras áreas disciplinares, indo de encontro com o trabalho desenvolvido por Bento (2003) e pela OMS (2007).

Entre os docentes com resposta “NÃO”, a razão invocada foi: Deveria ter 3 blocos semanais de 70 minutos.

Quanto à questão se consideram que as aulas de 45 minutos são produtivas/rentáveis, 3 docentes afirmaram que “não” e 1 que não respondeu. Entre os docentes que referiram “NÃO”, estes, consideram estas aulas pouco produtivas e não promove a exercício.

Em relação à questão de concordar se no 2º ciclo do ensino básico os alunos deveriam ter dois blocos de 90 minutos de EF, 3 docentes considera que “sim” e 1 não respondeu. Entre os docentes que referiram “NÃO”, destacam-se as seguintes razões: Para combater o sedentarismo e os perigos para a saúde; Para que haja mais tempo de exercício; Porque é fundamental investir na AF; Para acompanhar a motivação natural dos alunos, ajudando-os a desenvolverem competências físicas.

Quando questionados sobre o número de aulas de EF que um aluno do 2º ciclo tem que frequentar na escola onde lecionam, a totalidade dos docentes referiu “1 aula de 90 e 1 de 45 minutos por semana”.

Contudo, quando questionados sobre quantas aulas por semana acredita serem o ideal no 2º ciclo, 2 sujeitos indicaram “2 aulas de 90 minutos por semana”, invocando as seguintes razões: no aumento da carga horária estão razões como o combate ao sedentarismo, consolidação de conteúdos programáticos, potenciar a prática desportiva, melhor desenvolvimento motor e conseqüente melhor qualidade de vida, culminando no incremento de benefícios que a AF acrescenta nas crianças e para que cumpramos com as recomendações da OMS, que neste momento se encontram abaixo da média recomendada.

Dois sujeitos indicaram também “Mais de 2 aulas de 90 minutos por semana”, apresentando as seguintes razões: Para combater o sedentarismo; Por razões de saúde pública; Para incrementar os benefícios da AF segundo a OMS; Respeitar as recomendações da OMS, razões estas semelhantes às apresentadas no parágrafo anterior.

Questionados acerca do Sistema de Educação aumentar o número de horas semanais na disciplina de EF, a globalidade da amostra referiu que “sim”, porque entendem ser o adequado: Para desenvolver o repertório motor; Para potenciar a prática desportiva; Para produzir uma melhoria na qualidade de vida; Benefício para o aluno; Para melhorar a saúde

Na ótica dos docentes, o Ministério da Educação sabe da importância de aumentar a carga horária da disciplina de EF no 2º ciclo, e não fazê-lo consideram incompreensível que esta medida ainda não ter sido tomada.

Acerca da posição dos docentes sobre se a EF deveria contar para a média final do 12º ano, foram registadas as seguintes opiniões: A média final do 12º ano deveria ser a média de todas as disciplinas do currículo de cada aluno; Deveria contar para a média final de acesso ao ensino superior; Para os alunos que pretendem seguir um curso de desporto deverá contar na mesma percentagem das outras disciplinas; para os alunos que não seguem desporto deverá contar apenas 50%.

### **2.3.5. Conclusões**

Os resultados deste estudo demonstraram algumas conclusões. Todavia, a observação destas deve ter em conta o número reduzido da amostra dos professores e os alunos frequentarem todos a mesma escola.

Relativamente as respostas dos alunos podemos dizer que:

- O género não é determinante na adoção de comportamentos diferenciados quanto à forma como percebem a EF;

- Os alunos do 6º ano têm uma visão mais aprofundada sobre as aulas de EF, do que os alunos do 5º ano. Tal acontece, devido a um maior conhecimento da realidade escolar no 2º ciclo.

- Os jovens percebem que a necessidade de se envolverem no desporto é uma forma de socialização, aprendizagem e superação de objectivos, o que tal acontece também na disciplina de EF.

- A carga horaria da disciplina de EF deveria ser ampliada, esta é a opinião dos alunos inquiridos;

Relativamente às respostas dos professores podemos dizer que:

- Os professores consideram o aumento da carga horária no 2º ciclo, necessário e fundamental para um correto cumprimento das metas da AF;

- Na opinião dos professores o aumento do tempo de aula proporcionaria mais tempo de exercitação e conseqüente desenvolvimento de competências, capazes de serem utilizadas noutras áreas;

- O aumento do tempo de aula é visto como: combate ao sedentarismo, consolidação de conteúdos programáticos, potenciar da prática desportiva e melhor desenvolvimento motor;

- As aulas de 45 minutos são consideradas pelos docentes, pouco produtivas e não promovem a exercitação;

- É importante que sejam tomadas medidas, para que os benefícios mencionados no estudo sejam postos em prática, salvaguardando o crescimento saudável dos alunos.

### **3. Considerações Finais**

É um misto de sensações o culminar desta etapa, a mais importante da minha formação académica. Foi um ano de muito trabalho, dedicação, aprendizagem e evolução constante, onde tive oportunidade de crescer a nível pessoal e profissional, acompanhado por pessoas aplicadas e excelentes companheiras de estágio. Tenho noção que este foi o meu último ano enquanto estudante universitário, e neste momento são inúmeras as memórias que me passam a frente dos olhos. É com um aperto no coração, que vou ter saudades destas vivências que marcaram a minha vida e moldaram-me enquanto pessoa que sou hoje.

O principal sentimento é de concretização pessoal. Era meu objetivo chegar a este patamar, sem paragens e no tempo certo, felizmente consegui. O caminho não foi fácil, este ano de estágio implicou muitas horas de planeamento, aplicação e reflexão.

O estágio permitiu colocar em prática toda a formação adquirida ao longo do primeiro ano de mestrado. Com o apoio do meu colega de estágio e da professora cooperante consegui atingir com sucesso os objetivos que nos tinham proposto. Durante o ano letivo foi necessário lidar com diferentes dilemas dos alunos, muitas vezes pela sua desmotivação ou distração na realização dos exercícios propostos. Apesar disso, tentei sempre arranjar estratégias para que os alunos estivessem sempre focados na transmissão de conteúdos e respetiva aprendizagem.

O professor de EF não é só responsável pelo lecionar das suas aulas. Ao longo do ano letivo são delineadas tarefas juntamente com o departamento de EF para as atividades com a comunidade escolar. Nas ações onde estive envolvido, cumpri com sucesso e refleti sobre os aspetos que futuramente pudessem ser melhorados. Cabe ao professor ser capaz de analisar estas ações, uma vez que também desempenha um papel de promotor para outras áreas inerentes à EF.

Concluindo, considero que a PES e a elaboração deste RE permitiram adquirir e corrigir alguns comportamentos que enquanto professor têm de ser levados em conta. Planear, aplicar e refletir são critérios fundamentais para atingir o sucesso dos alunos, e para que o professor possa progredir nos seus métodos de ensino.

No término deste caminho, julgo que seria otimista demais, pensar em encontrar em breve um lugar na docência desta área, no entanto mantenho o foco e a esperança que as oportunidades irão aparecer a seu tempo. Resta-me acreditar num futuro promissor para mim enquanto professor de EF e que tenha sempre a capacidade de aprender e aceitar a mudança como fator essencial de aprendizagem.

#### 4. Referências Bibliográficas

Bento, J. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física*. (pp. 13-107). Lisboa: Livros Horizonte.

Camilo Cunha A. (2012). Educação Física/Desporto: Caminho para uma Ética Universal – O Multicultural e a Escola em Análise. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*. V. 2 (pp.70-74)

De LandSheere, G. (1976) *Avaliação Contínua e Exames – Noções de Docimologia*. Coimbra: Livraria Almedina.

Ferreira, M. (2015). *Prática de Ensino Supervisionada: a construção de uma Identidade Profissional*. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Jacinto, J; Comédias, J.; Mira, J. & Carvalho L. (2001). *Ensino Básico 3º ciclo – Programa Educação Física (Reajustamento)*. Lisboa: Ministério da Educação

Santos, J. (1982). *Ensaio sobre Educação – I, A Criança o que é?* Coleção Biblioteca do Educador Profissional, Livros Horizonte.

Sarmento, P. (2004) *Pedagogia do Desporto e Observação*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Silva, D.J.L. (2014): Relação estatística entre a motivação, prática desportiva e a classificação obtida em algumas disciplinas escolares – estudo com alunos do ensino secundário. *Revista Schola*, nº 22 (pp. 43-61).

Silva, D.J.L. (2015): Relação estatística entre a motivação, prática desportiva e a classificação obtida em algumas disciplinas escolares – estudo com alunos do 3º ciclo do ensino básico. *Revista Schola*, nº 23 (pp. 64-82).

Tyler, R. (1949). *Basic Principles of Curriculum and Instruction*. Chicago: University of Chicago.  
(1976), *Princípios Básicos de Currículo e Ensino*. Porto Alegre: Globo.

World Health Organization. (2007). *Steps to health - A european framework to promote physical activity for health*. Copenhagen: World Health Organization - Regional Office for Europe.

## 5. Anexos

### Anexo 1 – Plano de aula



GOVERNO DE  
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
E CIÊNCIA



Universidade do Minho  
Instituto de Educação

1º Período - Plano de Aula nº18		
Professor Estagiário: Maurício Silva	Professor Cooperante: Manuela Ribeiro	
Ano e turmas: 5º4	Alunos: 28	Data: 6/11/2015
Unidade Didáctica: Ginástica	Plano da Unidade Didáctica: 2 de 4	Hora: 12:30 – 13:15
Função Didáctica: Ginástica de solo		
Local: Ginásio	Duração: 45min	
Material: Colchões		
Objectivo Geral: Exercitar os elementos: rolamento à frente; rolamento à retaguarda; apoio facial invertido; avião; ponte.		

	T	Objectivo Específico	Conteúdos	Descrição/Organização	Estratégias	Crítérios de Êxito
PARTE INICIAL	5'	Aumentar a temperatura corporal para o exercício físico.	Corrida e mobilização articular.	Corrida a volta do espaço definido pelo professor. Exercícios dinâmicos.	- Os alunos devem cumprir com os exercícios propostos.	- Bom clima entre os alunos; - Activação cardio-respiratória
PARTE FUNDAMENTAL	25'	Exercitar os elementos gímnicos propostos.	Transmissão/ Exercitação	<b>Estação 1</b> – rolamento à frente <b>Estação 2</b> – rolamento à retaguarda <b>Estação 3</b> – Apoio facial invertido <b>Estação 4</b> – Avião <b>Estação 5</b> – Ponte	- Os alunos são divididos em 6 grupos (4/5 elementos) pelas varias estações. - Executam os exercícios respectivos a cada estação durante 4 minutos e depois passam para a estação seguinte.	- Realizar os exercícios conforme as indicações do professor, utilizando a técnica correta.
PARTE FINAL	5'	Retorno à calma	Alongamentos	- Os alunos executam os exercícios propostos pelo professor e esclarecem dúvidas. - Arrumar o material.	Alunos em meia-lua à frente do professor.	Postura correcta; Estar atento; Esclarecer dúvidas.
	10'	Cuidar da Higiene Pessoal	Banho		Relembrar sempre os alunos da importância do banho, depois do exercício físico.	Os alunos tomam banho e cuidam da sua higiene pessoal após a aula.

## Anexo 2 – Reflexão de aula

### Reflexão da Aula

Refletindo sobre a aula lecionada, os objetivos foram cumpridos com sucesso. O empenho dos alunos foi evidente, visto ser uma modalidade de que gostam bastante.

Salientar o facto das aulas de 45 minutos serem pouco rentáveis, os alunos acabam por ter muito pouco tempo de aula, o que condiciona a aprendizagem.

Referir também que houve um aluno que demonstrou incumprimento de regras durante a aula e conseqüente falta de comportamento.

## Anexo 3 – Relatório Atividade Páscoa



GOVERNO DE  
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
E CIÊNCIA



Universidade do Minho  
Instituto de Educação

### Relatório Atividade Páscoa

**Data:** 4 de Abril

**População alvo:** Turmas do 4º, 5º, 6º e 7º anos de escolaridade.

**Género:** Masculino e Feminino

**Organização:** Departamento de Educação Física da Escola e Grupo de Estagiários da Escola.

#### 1. Introdução

No dia 4 de Abril comemorou-se o dia do Agrupamento de Escolas. O presente relatório tem por objetivo descrever a uma atividade realizada pelo grupo de estagiários da escola de correspondente à atividade de escalada, que se realizou no ginásio da escola. O Grupo de estágio Maurício, Rúben e Joana em colaboração com a professora Manuela Ribeiro foram os responsáveis pela atividade.

## **2. Desenvolvimento**

Neste dia as atividades realizaram-se em diferentes espaços da escola. Em Educação Física foram ocupados os dois espaços (pavilhão e ginásio). Os alunos do 4º ano realizaram a atividade no pavilhão, orientados pela professora Manuela, o professor Rui e a professora Guilhermina e os de 2º e 3º ciclo a atividade de escalada no ginásio.

Inicialmente os alunos iriam ter oportunidade de realizar uma atividade de rapel no exterior, mas devido às más condições climatéricas não foi possível realiza-la.

A atividade iniciou-se às 8h30 e acabou às 13h. Neste dia as turmas que tinham E.F de manhã realizaram as atividades propostas.

## **3. Aspetos Positivos**

- Todos os alunos tiveram oportunidade de realizar a atividade mais do que uma vez.
- Para muitos dos alunos do 2º ciclo foi a primeira vez que tiveram contacto com uma experiência deste género.
- A divisão das duas atividades em espaços diferentes facilitou a organização dos alunos. Os elementos da organização também estavam bem distribuídos.
- Na escalada o Rúben e a Joana deram segurança aos alunos que escalavam e o Maurício colocava o arnês e orientava os alunos.

## **4. Notas**

- Nada a acrescentar. Os alunos estavam bem distribuídos pelos espaços e em grupos pequenos. Tivemos sempre professores suficientes para o número de alunos que participaram nas atividades.

**Realizador por:** Maurício Silva

12/04/2016

**Anexo 4 – Questionário alunos**

Universidade do Minho – Instituto de Educação

Este questionário destina-se à recolha de informação para um estudo que tem como objectivo principal compreender a motivação dos alunos no âmbito da disciplina de Educação Física. A sua utilização tem fins estritamente científicos, como tal, para garantir a confidencialidade dos dados, todas as respostas serão anónimas e em momento algum serão transmitidas a outras pessoas.

**Caracterização Pessoal do Aluno**

1. Sexo: Feminino\_\_ Masculino\_\_

2. Idade: \_\_\_\_

3. Escola: \_\_\_\_\_

4- Ano: \_\_\_\_

1. Considera a disciplina de Educação Física importante?

Sim\_\_ Não\_\_

Porquê? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2. De 1 a 5 qual a classificação que atribuías à disciplina de Educação Física ?

1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_ 5\_\_

3. Quantas aulas de Educação Física por semana?

\_\_ 1 Aula de 90 minutos e 1 de 45 minutos

\_\_ 2 Aulas de 90 minutos.

4. Acha que a Educação Física deveria ter dois blocos semanais de 90 minutos como o Português e a Matemática?

Sim\_\_ Não\_\_

Porquê\_\_\_\_\_

Para conhecermos algo mais sobre a Educação Física, assinala a resposta que consideras mais adequada.

1: Total desacordo 2: Algum acordo 3: Bastante de acordo 4: Totalmente de acordo

1 – A E.F. é uma boa disciplina

2 – A E.F. é mais importante que o resto das disciplinas.

3 – O professor de E.F preocupa-se mais por nós que os outros Professores.

4 – As aulas de E.F melhoram o meu estado físico e de espírito.

5 – As aulas de E.F podem ser melhoradas.

6 – O numero de horas de aulas de E.F semanais é suficiente.

7 – Com o professor de E.F tenho melhor relação que com o resto dos Prof.

8– Em E.F. deveríamos ter mais conhecimentos teóricos.

9– Em E.F. deveríamos ter mais conhecimentos práticos.

10-Faço grandes progressos nas minhas aprendizagens em Educação Física?

1) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

2) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

3) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

4) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

5) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

6) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

7) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

8) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

9) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

10) 1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

Universidade do Minho – Instituto de Educação

Este questionário destina-se à recolha de informação para um estudo que tem como objectivo principal compreender a motivação dos alunos no âmbito da disciplina de Educação Física. A sua utilização tem fins estritamente científicos, como tal, para garantir a confidencialidade dos dados, todas as respostas serão anónimas e em momento algum serão transmitidas a outras pessoas.

**Caracterização Pessoal do Professor**

1. Sexo: Feminino\_\_ Masculino\_\_
2. Idade: \_\_\_\_
3. Escola: \_\_\_\_\_
- 4- Anos de docência: \_\_\_\_

1. Considera a disciplina de Educação Física importante no desenvolvimento da criança?

Sim\_\_ Não\_\_

2. De 1 a 5 qual a classificação que atribuías à disciplina de Educação Física? ( o número 1 corresponde a **nada importante** e o número 4 a **muito importante**)

1\_\_ 2\_\_ 3\_\_ 4\_\_

3. Acha que a Educação Física deveria ter dois blocos semanais de 90 minutos como o Português e a Matemática?

Sim\_\_ Não\_\_

Porquê \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4. Considera as aulas de 45 minutos produtivas/rentáveis?

Sim\_\_ Não\_\_

Porquê \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

---

---

5. Concorda que no 2º ciclo (5º e 6º) os alunos deveriam ter dois blocos de 90 minutos de Educação Física?

Sim\_\_ Não\_\_

Porquê\_\_\_\_\_

---

---

---

6. Na sua escola quantas aulas de Educação Física tem um aluno que frequente o 2º ciclo?

\_\_ 1 Aula de 90 minutos e 1 de 45 minutos por semana

\_\_ 2 Aulas de 90 minutos por semana.

7. Quantas acredita que seriam o ideal no 2º ciclo?

\_\_ 1 aula de 90 minutos por semana.

\_\_ 2 aulas de 90 minutos por semana.

\_\_ Mais de 2 aulas de 90 minutos por semana.

Porquê\_\_\_\_\_

---

---

---

8. Acha que o Sistema de Educação deveria aumentar o número de horas semanais na disciplina de E.F?

Sim\_\_ Não\_\_

Porquê\_\_\_\_\_

---

---

---

9. Na sua opinião, o Ministério da Educação sabendo da importância que a E.F tem na formação de um aluno, deveria reorganizar a duração das aulas no 2º ciclo?

Sim\_\_ Não\_\_

Porquê\_\_\_\_\_

---

---

---

10. Sobre a educação Física contar para a média final do 12º ano. Qual a sua posição?

Porquê?\_\_\_\_\_

---

---