

Universidade do Minho
Instituto de Educação

António Miguel Magalhães Carvalho **Relatório de Estágio. As Atitudes dos alunos nas Aulas de Educação Física**

António Miguel Magalhães Carvalho

**Relatório de Estágio. As Atitudes dos alunos
nas Aulas de Educação Física**

UMinho | 2016

julho de 2016



Universidade do Minho
Instituto de Educação

António Miguel Magalhães Carvalho

Relatório de Estágio. As Atitudes dos alunos nas Aulas de Educação Física

Relatório de Estágio
Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos
Básico e Secundário

Trabalho realizado sob a orientação da
Professora Doutora Carla Marisa Maia Moreira

julho de 2016

Agradecimentos

O meu agradecimento vai para todas as pessoas que deram o seu contributo para ajudar a realização deste Dossier.

Em primeiro lugar a minha família, pais, irmão e namorada, que me ajudaram em todos os aspetos que estavam ao seu alcance, a minha namorada que me ajudou na realização deste trabalho; e aos meus pais que suportaram a mensalidade e também todas as deslocações para escola e estágio.

Também tenho que agradecer a minha Supervisora de estágio Carla Moreira, que esteve sempre presente para ajudar na realização deste trabalho e também na preocupação se o estágio estava a correr bem e se nos sentíamos bem com o local de estágio.

Não posso deixar de agradecer a minha orientadora Sara Alexandra que se mostrou sempre disponível na concretização das tarefas bem como no bom diálogo e ideologias transmitidas, também a minha turma que me respeitou desde o primeiro dia de aulas au ultimo, estiveram sempre dispostos em aprender e cooperar para o melhor funcionamento das aulas. Um muito obrigado pelo carinho que os alunos interlaçaram neste ano curricular.

Por final um muito obrigada as duas instituições que me acolhera, em primeiro à Universidade do Minho que transmitiu conhecimentos e conteúdos fundamentais para a minha formação, e em segundo ao Agrupamento de escolas de Fafe que permitiu coloca-los em prática.

A todos um grande **obrigado**.

Resumo

Relatório de estágio. Um estudo com alunos do segundo e terceiro ciclo de escolaridade acerca das atitudes dos alunos nas aulas de Educação Física.

O atual documento, relatório de estágio, implanta-se no 2º ciclo de estudos conducente ao grau de Mestre de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade do Minho, no qual pretende expor toda a prática de ensino supervisionada. Este, está estruturado em quatro áreas: Enquadramento Contextual da Prática de Ensino Supervisionada; Enquadramento Pedagógico; Participação na escola e Relação com a Comunidade Educativa e por fim a Formação e Investigação Educacional.

A área de enquadramento contextual da prática de ensino supervisionada encontra-se subdividida em três pontos: enquadramento pessoal, enquadramento institucional e por final a caracterização da turma. A área enquadramento pedagógico abrange a intervenção pedagógica na conceção, planeamento, realização e avaliação, sendo também aqui mencionadas as estratégias utilizadas, as dificuldades encontradas bem como outros pontos fundamentais para ano curricular. A área de participação na escola e relação com a comunidade educativa apresenta todas as atividades desenvolvidas pelo núcleo de estágio durante este ano curricular, indicando a realização das tarefas idealizadas por nós mesmos. Por final a área de formação e investigação educacional engloba o estudo das atitudes dos alunos face às aulas Educação Física efetuado aos alunos do segundo e terceiro ciclos de uma escola de Fafe.

A amostra foi constituída por 107 alunos do género feminino do segundo ciclo (5º e 6º ano) ao terceiro ciclo (7º, 8º, e 9º ano) de escolaridade. Aplicou-se o questionário Atitudes dos Alunos face à Educação Física (QAAEF) para avaliar as atitudes dos alunos; o estatuto socioeconómico foi avaliado através do questionário *Family Affluence Scale*. Os principais resultados demonstram que as alunas mostraram ter uma atitude favorável relativamente à disciplina de Educação Física.

Palavras-Chave: Educação Física; Atitudes; Estatuto Socioeconómico.

Abstract

Internship report: The Attitudes of Students in Physical Education Classes

Internship report. A study of students in the second and third educational cycle about the attitudes of students in physical education classes.

The current document, conducive cycle of studies to the degree of Master of Education of Physical Education in Basic and Secondary Educations of the University of the Minho is implanted in 2^o year in which it intends to display all practical of education supervised. This, is structured in four areas: practical Contextual framing of Education Supervised; Pedagogical framing; Participation in the school and Relation with the Educative Community e finally Formation and educational Inquiry.

The area of practical contextual framing of education supervised is subdivided in three points: personal framing, institutional framing and lastly the characterization of the group. The area pedagogical framing circumscribes the pedagogical intervention in the connection planning, accomplishment and evaluation, is mentioned the used strategies, the difficulties found as well as other basic points for curricular year here. The area of participation in the school and relation with the educative community shows to all the activities developed during the period of the internship, indicating the accomplishment of the tasks idealized by our group. The area of formation and educational inquiry shows to the study of the attitudes of the students (second and third cycle) toward Physical Education classes in a school of Fafe.

The sample was constituted by 107 girls belonging to the second cycle (5^o and 6^o year) to and third cycle (7^o, 8^o, and 9^o year) of schooling. The questionnaire "*Atitudes dos alunos face á Educação Física (QAAEF) e Estatuto socioeconómico*", was used to assessed the attitudes of adolescentes towards Physical Education classes. Family Affluence Scale measured the socioeconomic status. The results showed that adolescents had shown to have an attitude auspicious relatively to discipline of Physical Education.

Key-words: Physical education; Attitudes; Socioeconomic status.

Índice

Agradecimentos	III
Resumo	IV
Abstract	V
Introdução	8
Capítulo I.....	9
<i>Enquadramento Contextual da Prática de Ensino Supervisionada.....</i>	<i>9</i>
1.1– Enquadramento pessoal.....	10
1.2– Enquadramento Institucional	11
1.3– Caraterização da Turma	13
Capítulo II.....	14
<i>Enquadramento Pedagógico</i>	<i>14</i>
Organização e gestão do ensino e da aprendizagem	15
2.1 – Conceção.....	15
2.2 – Planeamento.....	17
2.3 – Realização	20
2.4 – Avaliação	23
Capítulo III.....	27
<i>Participação na Escola e Relação com a Comunidade Educativa</i>	<i>27</i>
3.1 - Atividades Organizadas pelo Núcleo de Estágio.....	28
3.1.2 - Festa de Natal Escolar	29
3.1.3 - Torneio de Andebol.....	29
3.1.4 - Prova de BTT	30
3.1.5 - Corta-Mato distrital.....	30
3.2 – Outras Atividades.....	31
Capítulo IV	32
<i>Formação e Investigação educacional</i>	<i>32</i>
INVESTIGAÇÃO E DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL	33
4.1- Revisão da Literatura	33
4.2 - Metodologia	37
4.2.1 - Questionário de Atitudes dos Alunos face á Educação Física (QADEF).....	38
4.2.2 - Estatuto Socioeconómico.....	39
4.2.3 - Variáveis.....	39
4-2-4 - Procedimento Estatístico.....	40
4.3 - Resultados	41
4.4 - Discussão dos Resultados.....	47
4.5 - Conclusões.....	49

Considerações Finais	50
Referencias bibliográficas.....	52
Anexos	55
Anexo 1: Pedido de Autorização	56
Anexo 2: Questionário	57
Anexo 3: Gestão de Unidades Curriculares.....	60
Anexo 4: Grelha de Vickers	62
Anexo 5: Plano de Aula.....	63
Anexo 6: Ficha de Reflexão da Aula de 24/05/2016	65

Índice de Quadros

Quadro 1 – Recursos temporais disponíveis.....	17
Quadro 2 – Caraterísticas descritivas da amostra.....	41
Quadro 3 – Valores médios obtidos pelos alunos nos itens do questionário de atitudes face à Educação Física.....	42
Quadro 4 – Análise das dimensões do questionário da atitude dos alunos face à Educação Física por ciclo de ensino.....	45
Quadro 5 – Análise das dimensões do questionário da atitude dos alunos face à Educação Física por Estatuto Socioeconómico.....	46

Introdução

O presente documento designa-se por relatório de estágio, surge no âmbito da unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada, que integra o ciclo de estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Universidade do Minho. O presente relatório insere-se no âmbito do Estágio Pedagógico do 2º ano do ciclo de estudo supracitado, que decorreu numa escola E,B 2.3 do Distrito de Braga.

A promoção de hábitos de vida saudáveis, nomeadamente a prática regular de atividade física, é uma das principais preocupações de um professor de Educação Física, e como tal deve deverá de ser inculcada nas aulas, potenciando atitudes positivas ns alunos, no sentido de estes adquirirem esses hábitos.

A atitude exerce impacto sobre as perceções dos alunos e também as suas sensibilizações, logo existe uma grande necessidade de obter resultados positivos na prática, eternizando a criação no futuro de hábitos de vida saudáveis e ativos (Pereira, 2008).

Achamos que seria primordial entender as atitudes e carências dos nossos alunos em relação à Educação Física de modo a conseguirmos entender estas atitudes na disciplina e na atividade física em geral.

Tal modo, é essencial compreender as atitudes dos alunos nas aulas de Educação Física numa escola E,B 2.3 do Distrito de Braga (amostra engloba alunos do 5º até ao 9º ano de escolaridade), e compreender o que estes pensam das aulas bem como se existe diferenças entre género e ano de escolaridade

Com este estudo desejámos perceber as atitudes dos nossos alunos face à Educação Física e tentar perceber a importância que lhe atribuem.

Capítulo I

Enquadramento Contextual da Prática de Ensino Supervisionada

1.1– Enquadramento pessoal

Tornar-me professor é um desejo tornado real e possível, um combinar de querer aprender e evoluir de modo a que possa ganhar competências e coerências para me tornar num profissional com competências e conhecimentos. Conhecimentos estes que adquiri ao longo do meu percurso académico como estudante, sendo o estágio o primeiro momento onde tentei colocar tudo em prática, transmitir os meus conhecimentos, mas, não posso deixar de referir que também aprendi muito, quer com as vivências, interesses e necessidades transmitidas pelos alunos quer com as barreiras e metas que fui quebrando e ultrapassando de forma a tornar-me um profissional inovador e reflexivo.

Acima de tudo, ser professor de Educação Física, atualmente assume um papel fundamental e de extrema importância, não só na transmissão dos conteúdos programáticos, mas também no combate á obesidade infantil e na promoção para uma vida ativa e saudável. Também poderemos tornar um modelo ou um exemplo a seguir caso os nossos alunos nos vejam como tal, os atos que provocamos e passamos para eles terão repercussões no futuro.

As minhas expectativas em relação ao presente ano letivo, foram fulcrais nas vivências que adquiri, nas experiências que obtive, mas também nos erros que poderei ter cometido, que serve de lição para corrigir e tornar-me num profissional melhor.

A relação com os meus alunos foi muito agradável e bastante positiva, onde foi essencial a promoção de interação entre professor-aluno e aluno-professor, comunicando expressando as ideias e opiniões.

Por fim, desejo ver como cumprido o meu objetivo, para que este possa ser usado como uma forma de transmissão de conhecimentos e aprendizagens e como fonte de inspiração para toda a comunidade escolar.

1.2– Enquadramento Institucional

A instituição onde desenvolvi a minha prática pedagógica situa-se na freguesia de Arões Santa Cristina, concelho de Fafe e faz parte do Agrupamento de Escolas de Fafe. A cidade é um espaço moderno, com apenas século e meio de existência na sua configuração atual. A par da sua arquitetura mais recente, impõe-se no centro histórico a "arquitetura dos brasileiros". Aqui se encontram os serviços públicos mais importantes, os bancos, a atividade comercial, as escolas (de primeiro e segundo ciclos, secundária e superior), bem como alguns equipamentos culturais e desportivos.

O Agrupamento é constituído por uma Escola Secundária (Escola Sede), e por cinco escolas Básicas.

A escola onde estagiei, dista cerca de 6 km do centro de Fafe e da Escola Sede do Agrupamento. O edifício escolar é de tipologia T16 e entrou em funcionamento em Outubro de 2004. É constituído, genericamente, por um bloco de dois pisos, unidos internamente, por longos corredores que dão acesso às salas de aula situadas no primeiro e segundo pisos, direitos e esquerdos.

Relativamente ao pessoal docente, o Agrupamento tem cerca de 210 professores organizados por departamentos curriculares, os quais são compostos pelos grupos de recrutamento correspondentes às diferentes áreas disciplinares que os integram. A percentagem de professores que estão ao serviço no Agrupamento há mais de 15 anos é bastante elevada. Cerca de metade dos professores situam-se na faixa etária dos 41-50 anos.

Ao nível de infraestruturas disponíveis para a prática de Educação Física, a escola possui um pavilhão desportivo, uma sala de ginástica, assim como um campo exterior. Sendo que nestes espaços existem ótimas condições para a prática das diversas modalidades quer a nível de material necessário para as mesmas quer a nível de espaço disponível para cada aula. A escola tem tradição no desporto escolar, nomeadamente nas modalidades de Ténis de Mesa, Futsal feminino e ainda BTT, sendo que a escola tem trabalhado de forma incondicional para a aquisição de mais alunos inscritos nas

modalidades bem como na melhoria das mesmas, deste modo trabalha no combate á obesidade infantil e também na promoção de uma vida saudável e ativa.

1.3– Caraterização da Turma

Considero pertinente descrever os aspetos fundamentais relativamente à turma na qual estive a lecionar.

A turma pertence ao 9º ano de escolaridade e é composta por 20 alunos (11 raparigas e 9 rapazes), com idades compreendidas entre os 14 e os 16 anos de idade. Neste grupo existem dois alunos de necessidades educativas especiais, cujo currículo está sujeito a adaptações curriculares. No entanto, este fator não se verifica na disciplina de Educação Física, uma vez que esses alunos não possuem qualquer limitação para a prática de qualquer modalidade lecionada na escola.

De realçar, que esta turma não mostra índices de maus comportamentos, desajustados à sala de aula, e tem como aspetos positivos ser uma turma tranquila, instruída e determinada, com muita disponibilidade motora para a realização das atividades propostas. Desta forma, não existiram dificuldades comportamentais e o clima evidenciado entre eles foi muito agradável.

Esta turma na atualidade, não pratica desporto escolar, uma vez que os horários não coincidem com os horários dos alunos, em alguns casos, a escola não tem desporto escolar até ao escalão em que a turma se insere. Contudo, esta turma possui uma forte percentagem de alunos que praticam atividade física, quer em clubes desportivos ou mesmo em atividades fora do contexto escolar. Embora a turma pertença a um nível socioeconómico baixo, este fator não impede com que os alunos pratiquem atividade física.

Capítulo II

Enquadramento Pedagógico

Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

A estrutura desta área visa divulgar toda a experiência pedagógica desenvolvida ao longo deste ano de estágio. Durante este capítulo irei refletir e abordar alguns conceitos que me acompanharam ao longo deste estágio, sendo fulcrais para uma prática pedagógica favorável.

Assim, durante o processo ensino-aprendizagem, noções como a conceção, planificação, a avaliação, a observação e a realização estiveram presentes para o êxito dos alunos.

2.1 – Conceção

Conceção é considerado um termo difícil de definir, ou seja, quando perguntamos a alguém qual é a sua conceção sobre algo, de um modo geral, queremos saber é o que a pessoa pensa sobre determinada coisa, que entendimento tem dessa coisa, qual é a forma como ela a vê ou encara.

Num sentido extenso, conceção pode indicar “todo o ato do pensamento que se aplica a um objeto” (Lallande , 1976, p. 161), ou o resultado desse ato, entendido assim como “a simples visão que temos das coisas que se apresentam ao nosso espírito” (Lallande, 1976, p. 161).

Quando entrei na escola onde iria estagiar, foram fornecidos pela professora cooperante alguns documentos tais como: regulamento interno, projeto educativo da escola e também o projeto curricular da turma). Assim, tornou-se mais fácil a ambientação ao meio, bem como a aquisição de conhecimentos acerca da turma pela qual estive responsável.

O trabalho inicial para este ano letivo levou a tomar conhecimento e uma análise do programa nacional de educação física. A orientadora de estágio foi primordial neste trabalho, concedendo documentos pertencentes à turma.

De acordo com os documentos fornecidos e os conhecimentos adquiridos adotei estratégias e meios que me permitiram ter uma resposta adequada face às exigências dos alunos, os objetivos traçados bem como as metas estipuladas pelo programa de educação física e pela escola, tendo sempre em conta a realidade da mesma. Deste modo procurei potencializar ao máximo os conhecimentos adquiridos enquanto estudante como também processos vivenciados, para transmitir e ajustar às dificuldades encontradas em cada aluno.

É de evidenciar que numas aulas iniciais foi realizado uma bateria de testes de condição física, com o objetivo de conhecer o aluno e o nível em que este se insere. Assim, conseguimos perceber o nível em que a turma se encontra, as maiores dificuldades encontradas pelos alunos. Com estes resultados procurei combater as lacunas reveladas, através da aplicação de progressões pedagógicas por forma a melhorar o rendimento dos alunos em cada modalidade.

2.2 – Planeamento

“A planificação é um importante auxiliar da prática pedagógica, contribuindo para o sucesso do processo ensino-aprendizagem, uma vez que permite ao docente fazer uma previsão do que poderá ser a sua aula, definindo o conjunto de objetivos, conteúdos, experiências de aprendizagem, assim como a avaliação.”

(Silva, D.B. 2013)

Para a gestão e o bom funcionamento do processo ensino-aprendizagem é imprescindível uma planificação orientada, como tal, ao longo da minha experiência pedagógica utilizei três tipos de planificação (planificação anual, unidades didáticas e planos de aulas). Durante a planificação dos mesmos tive sempre o cuidado em verificar o área disponível para as aulas e os respetivos materiais, para que os conteúdos programados fossem lecionados sem imprevistos.

O plano anual, de acordo com alguns autores, constitui o primeiro passo de planeamento e preparação do ensino. O plano anual iniciou com a divisão do ano letivo em três períodos e de seguida verificar o número de aulas previstas para cada período (quadro 1), de forma a dividir pelas respetivas modalidades.

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE FAFE
AULAS PREVISTAS – Ano letivo 2015/2016

Dias	1º Período	2º Período	3º Período	
	Nº de semanas	Nº de semanas	5º - 7º - 8º Ano Nº de semanas	6º - 9º Ano Nº de semanas
Segundas	13	10	8	7
Terças	12	10	10	9
Quartas	13	10	10	9
Quintas	13	11	10	9
Sextas	12	11	9	9

Quadro 1- Recursos temporais disponíveis

A planificação anual foi idealizada pelo Departamento de Educação Física do agrupamento de escolas de Fafe, tendo esta sido orientada pelos Programas Nacionais de Educação Física referentes aos diferentes ciclos de ensino.

O departamento de Educação Física decidiu que relativamente aos desportos coletivos, os alunos iriam abordar, neste ano curricular, Andebol, Basquetebol, Voleibol, Atletismo (corrida de estafetas) e Futebol, já para desportos individuais estariam presentes as modalidades de Ginástica de Solo, Atletismo (corrida de resistência, corrida de velocidade e salto em altura), Badminton e Ginástica de Aparelhos.

Desta forma, no primeiro período destinou-se a lecionação das modalidades de Ginástica de Solo, Andebol e Atletismo (corrida de resistência e salto em comprimento), no segundo período foram lecionadas o Badminton, Basquetebol e Voleibol, sendo que por fim, no terceiro período foram abordadas as modalidades de Futebol, Ginástica de Aparelhos e Atletismo (salto em altura e corrida de velocidade).

Foi necessário fazer uma adaptação de espaços livres para a lecionação de cada modalidade respetivamente. Após uma breve verificação notou-se que a escola procurou proporcionar um maior leque de espaços disponíveis para cada turma. Como tal a turma em causa tinha numa das aulas todo o pavilhão disponível e na outra aula era partilhado com mais uma turma. Mas, neste caso a escola prescinde de um campo exterior e ainda de uma sala de ginástica, espaços fundamentais para algumas modalidades.

Seguidamente elaborei as unidades didáticas inerentes a cada modalidade, de forma a que todo o processo ensino-aprendizagem estivesse organizado, mas, não obstante este planeamento poderia sofrer algumas alterações de acordo com o nível em que a turma se inseriu em cada modalidade. Para tal, nunca deixei de prescindir de uma avaliação diagnóstica, assim, no planeamento de todas as unidades didáticas deixava sempre uma primeira aula para verificar o nível da turma, bem como as determinantes técnicas onde os alunos encontravam maiores dificuldades e, assim poder ajustar de acordo com os objetivos propostos. Por fim surge o plano de aula, este foi realizado sempre de acordo com a sua função didática e os conteúdos a abordar, a

organização metodológica dos exercícios, a descrição dos critérios de êxito, o tempo de duração de cada exercício bem como o material necessário a utilizar.

No final de cada aula, realizei uma análise/reflexão da mesma, de forma a encontrar soluções para os problemas detetados como também enaltecer os exercícios que proporcionaram melhor empenho motor, assim passava a controlar e a regular melhor as aulas realizadas.

2.3 – Realização

A realização surge logo de seguida ao planeamento, ainda pertencente á área de organização e gestão do ensino e aprendizagem, de maneira a usar as diferentes dimensões da intervenção pedagógica.

Aquando o ingresso na escola estavam criadas e definidas regras, que posteriormente foram ajustados com a nossa orientadora, com vista a criar um elo de ligação entre os alunos, procurando promover um clima favorável para a aprendizagem, possibilitando adaptar, gerir e controlar a turma.

No início do meu estágio curricular senti algumas dificuldades, principalmente ao nível da liderança, resultado da minha inexperiência em adotar e adaptar de acordo com as vivências encontradas, a incapacidade de reagir e o tempo despendido nas transições. Mas, com o conhecimento da turma e de cada aluno em particular, tornou-se mais fácil a adaptação, a entreaajuda professor-aluno e aluno-professor, o tempo de empenho motor, a postura a adotar em cada momento de aula, o agrado dos alunos bem como os feedbacks a utilizar em cada momento da aula. Assim, com uma boa empatia entre professor-aluno todo o processo ensino-aprendizagem tornou-se mais fácil.

Contudo, a principal função delineada por mim durante a realização do estágio pedagógico passou por promover o maior rigor e competência nas tarefas propostas para cada aula, intervindo com feedbacks e criticas construtivas. Mas para atingir estes fatores acima enunciados foi necessário criar regras básicas de conduta e normas de sala de aula, sendo que a pontualidade, o respeito a entreaajuda, a autonomia e a atenção estavam presentes. Estas regras foram referidas e explicadas logo na primeira aula do ano letivo.

Os alunos pertencentes á turma de estágio, mostravam ter muito boas capacidades motoras, uma grande vontade de aprendizagem e excelentes competências para a prática das modalidades. Era uma turma muito educada,

respeitadora e com uma interação social muito positiva entre os alunos, com um espírito muito competitivo, mas saudável não existindo problemas nem conflitos, respeitando sempre as minhas decisões e a minha posição, estando sempre disponíveis para me ajudar e dar o seu contributo para o bom funcionamento da aula, fator que me agradou e favoreceu o meu papel enquanto professor. Uma vez que era apenas uma turma de 20 alunos não me deparei com muitas dificuldades em promover, em cada aula, o maior empenho motor de cada aluno. Este fator também foi possível devido à forma como a escola dividiu o tempo horário para cada turma, tendo sempre a possibilidade de conta, na maioria das aulas, com a totalidade do pavilhão gimnodesportivo só para a minha turma. Nas primeiras aulas, senti dificuldades em aproveitar todo o recinto disponível, mas, com a ajuda da professora cooperante consegui melhorar esse fator, aproveitando todo o espaço que tinha disponível para a realização da aula.

Com o passar do tempo procurei melhorar a forma como comunicava com os alunos através dos feedbacks, tentando passar sempre a informação curta, mas direta, de modo a captarem melhor o que lhes era proposto, como também dar feedbacks motivacionais, penso que nestas idades seja muito importante transmitir ao aluno quando realiza bem uma dada tarefa, assim procurar que o aluno continue num bom trabalho, sentindo que o seu esforço e dedicação foi devidamente compensado. Também recorri a alunos como agentes de ensino, procurando promover a sua autonomia, respeito e responsabilidade, este gesto teve efeito de modo a que assegurou a satisfação dos alunos na realização de tarefas como arbitrar, ajudar na arrumação de material, como também, na promoção de um bom funcionamento na sala de aula.

Relativamente à organização da aula, dividi sempre em três partes que considero fundamentais, a parte inicial, que engloba o aquecimento de modo a preparar o aluno e para a prática de atividade física prevenindo lesões musculares, a segunda parte como a parte fundamental, onde abordava todos os conteúdos programados para a aula e, por fim, a parte final como o retorno a calma, aqui os alunos recuperam do esforço e dispêndio energético da aula e ajudam sempre o professor na arrumação do material escolar.

A minha ligação com a escola contou para além da lecionação as aulas também com a observação das aulas do meu colega estagiário. Também participei no desporto escolar onde dava treinos a alunos do 5º ao 7º ano de escolaridade, na modalidade de badminton, acompanhando-os também nas competições entre outras escolas. Além disso, lecionei algumas aulas de dança a alunas que gostavam de dançar. Como a escola não tinha um clube de dança optei, com o consentimento da minha orientadora, por dinamizar aulas de dança. Estas aulas serviram para os alunos participarem nas festas escolares como a festa de natal e nas jornadas literárias.

2.4 – Avaliação

“A avaliação escolar é um meio e não um fim em si mesma; está delimitada por uma determinada teoria e por uma determinada prática pedagógica. Ela não ocorre num vazio conceitual, mas está dimensionada por um modelo teórico de sociedade, de homem, de educação e, conseqüentemente, de ensino e de aprendizagem, expresso na teoria e na prática pedagógica. (p. 122)”

Caldeira (1997)

A avaliação deve de ser utilizada como fator fundamental para o professor, de modo a que ajude a compreender e analisar o nível em que o aluno se insere, mas também deve de contribuir para o seu crescimento individual, de forma a verificar se as metas traçadas foram concretizadas com sucesso.

De acordo com o programa nacional de Educação Física, o sistema de avaliação na escola decorreu com os objetivos traçados por este, em cada ano escolar, na qual estão inerentes todos os pontos fundamentais para uma melhor observação/reflexão em contexto real.

No decorrer do processo de ensino-aprendizagem, recorri a todos os parâmetros de avaliação, desde a avaliação diagnóstica, avaliação formativa e também, a avaliação sumativa.

De acordo com as avaliações acima mencionadas irei explicar cada uma delas e quando as usei. A avaliação diagnóstica é constituída por uma sondagem e retrospeção da situação de desenvolvimento do aluno, dando-lhe elementos para verificar as suas competências, o que aprendeu e como aprendeu, tendo por objetivo verificar as suas dificuldades e posteriormente planificar para combater as dificuldades encontradas. Neste sentido Gil (2006), menciona “constitui-se num levantamento das capacidades dos estudantes em relação aos conteúdos a serem abordados, com essa avaliação, procura-se identificar as aptidões iniciais, necessidades e interesses dos estudantes com vistas a determinar os conteúdos e as estratégias de ensino mais adequadas”.

Na escola onde estagiei, este tipo de avaliação é normalmente usado pelos docentes de educação física, uma vez que nem todos transitam com a turma e como tal, têm a necessidade de recorrer a esta avaliação para verificar as potencialidades de cada turma, e também, obter um conhecimento dos alunos. Em todas as modalidades abordadas realizei sempre uma avaliação diagnóstica, contudo, inicialmente deparei-me com algumas dificuldades em definir quais os pontos a abordar e que conteúdos iria avaliar, mas com a ajuda da professora cooperante tornou-se mais fácil e com o decorrer do tempo consegui ter autonomia para usar os instrumentos de avaliação e tentar potencializar a aprendizagem dos meus alunos, com recurso aos valores obtidos por esta avaliação. Tentei adotar estratégias para melhorar a minha capacidade de observação e avaliação recorrendo essencialmente a opiniões e feedbacks fornecidos pela professora cooperante como também por aulas visualizadas.

De acordo com os parâmetros da escola, os critérios de avaliação foram divididos em três domínios: o domínio operatório/instrumental (motor), o domínio cognitivo e o domínio sócio-afetivo. O domínio operatório/ instrumental (motor) teria uma percentagem da avaliação sumativa de 65%. Esta percentagem estava dividida por dois parâmetros de avaliação, a avaliação sumativa prática que continha uma percentagem de 40% e o cálculo da avaliação sumativa prática vezes o número de aulas realizadas que divide pelo número de aulas dadas, este calculo tinha uma percentagem de 25% da nota, o que juntamente com os 40% perfaz o total de 65% do domínio operatório/instrumental (motor). O domínio cognitivo teve um peso de 15% da nota do aluno, neste domínio, o aluno era avaliado com teste, trabalho ou avaliação oral. Por fim, o domínio sócio-afetivo com uma percentagem de 20% da nota, este domínio estava dividido em três parâmetros de avaliação: empenho do aluno na aprendizagem (10%), organização do aluno na sua aprendizagem (5%) e por último o relacionamento interpessoal e do grupo (5%).

A avaliação formativa decorreu durante o ano curricular e em todas as unidades didáticas, aula após aula com a finalidade avaliar a qualidade de aprendizagem, localizar as dificuldades encontradas no processo de assimilação e produção do conhecimento e de registar as observações efetuadas no domínio cognitivo, socio afetivo e psicomotor.

Na visão de Wachowicz e Romanowski, (2003) “A avaliação formativa consiste na prática da avaliação continua realizada durante o processo de ensino e aprendizagem, com a finalidade de melhorar as aprendizagens em curso, por meio de um processo de regulação permanente. Professores e alunos estão empenhados em verificar o que se sabe, como se aprende o que não se sabe para indicar os passos a seguir, o que favorece o desenvolvimento pelo aluno da prática de aprender a aprender. A avaliação formativa é um procedimento de regulação permanente da aprendizagem realizado por aquele que aprende.”

Assim, ao longo de todo o processo de avaliação formativa, procurei também avaliar a forma como os alunos encaravam as aulas, como executavam as tarefas propostas e também se tinha capacidade para ultrapassar os obstáculos encontrados, procurei estar mais próximo dos alunos para ajudar e potencializar as suas capacidades motoras e no final poderem progredir.

Por fim, a avaliação sumativa, esta avaliação recorrida por mim no final de cada unidade didática, tinha como objetivo perceber se os planos traçados foram alcançados com sucesso classificando as aprendizagens de cada aluno. Assim Wachowicz e Romanowski, (2003) referem que “a avaliação sumativa manifesta-se nas propostas de abordagem tradicional, em que a condução do ensino está centrada no professor, baseia-se na verificação do desempenho dos alunos perante os objetivos de ensino estabelecidos no planeamento. Para examinar os resultados obtidos, são utilizados teste e provas, verificando quais objetivos foram atingidos considerando-se o padrão de aprendizagem desejável e, principalmente, fazendo o registro quantitativo do percentual deles.”

Para a avaliação de cada modalidade realizei um documento em que abrangia todos os aspetos técnico táticos abordados nas aulas quer em modalidades individuais com também nas coletivas e em situações de jogo. Esta avaliação não se resume apenas à aptidão demonstrada pelo aluno, mas sim ao processo de evolução que o mesmo obteve ao longo de todo este processo. Sempre que realizada esta avaliação, os alunos antes da aula tinham o conhecimento de todas as componentes que seriam avaliados da modalidade em questão. No final de cada período letivo, cada aluno realizou

individualmente a sua autoavaliação, neste sentido o principal objetivo seria perceber o nível em que o aluno considera estar, como também, a consciência dos critérios que este veio a apresentar ao longo de todo o ano letivo.

Capítulo III

Participação na Escola e Relação com a Comunidade Educativa

De acordo com a escola, o departamento de Educação Física bem como o núcleo de estágio realiza um plano e atividades para o ano letivo, no qual visa incentivar os alunos para a prática de atividade física, bem como a criação de eventos desportivos. Após as reuniões que decorreram no início do ano letivo, o Departamento de Educação Física e o núcleo de estágio definiu que os estagiários tinham como principal responsabilidade realizar eventos como a festa de natal, o corta-mato concelhio e distrital e ainda um torneio de andebol masculino e outro feminino.

3.1 - Atividades Organizadas pelo Núcleo de Estágio

3.1.1 – Corta Mato Concelhio

O grupo de Educação Física do Agrupamento de Escolas de Fafe, sugeriu realizar um corta mato concelhio, onde estiveram presentes todas as escolas de Fafe. Esta foi a primeira vez que se realizou esta atividade concelhia no parque da cidade de Fafe.

A atividade deu início por volta das 9.30h, no dia onze de Novembro, sendo que os alunos de todas as escolas competiam por escalões e também por género. Os alunos, professores e auxiliares cooperantes tiveram ainda direito a um reforço alimentar.

A entrega de prémios foi efetuada da seguinte forma, primeiro por escola, onde os três primeiros de cada escalão foram coroados com uma medalha e de seguida entre todas as escolas.

O Agrupamento de escolas de Fafe obteve uma grande adesão, com muitos alunos participantes. A nível individual é de salientar que a escola em si, obteve bastantes alunos no pódio.

3.1.2 - Festa de Natal Escolar

O Agrupamento de escolas de Fafe decidiu realizar uma festa de natal no dia dezassete de dezembro, onde estiveram presentes todos os alunos e professores da escola, como também a Diretora do agrupamento de escolas de Fafe. Como esta atividade coincidia com uma das propostas desportivas da associação de estudantes, foi decidido que a colaboração na organização da mesma atividade deveria de ser ajudada pelo núcleo de estágio.

A festa teve inicio por volta das dez horas da manhã e terminou pelas doze horas e trinta minutos. Nesta festa o núcleo de estágio foi convidado a atuar, dando uma aula de zumba para toda a comunidade escolar. Os preparativos iniciaram cerca de dois meses antes da festa. Esta preparação dependia da minha disponibilidade na qual tinha que dar, uma vez por semana aulas de zumba, de forma a ensinar os alunos a coreografia que iriam apresentar na respetiva festa.

O principal objetivo desta atividade foi essencialmente promover um bom ambiente escolar, onde toda a comunidade inserida poderia participar na festa. Também com a realização de uma aula de zumba, procuramos promover a prática desportiva quer em alunos quer em professores. De ressaltar que esta atividade para além de ter corrido muito bem, obteve uma grande adesão.

3.1.3 - Torneio de Andebol

O torneio de Andebol realizou-se numa das escolas de Fafe nos dias sete e vinte e um de Abril para todos os 9º anos de escolaridade. Este torneio realizou-se durante as duas tardes nas datas mencionadas, na qual todas as turmas tinham que competir entre si, e no final venceria a turma que obteve maior pontuação.

O núcleo de estágio ficou encarregue da estruturação e operacionalização do torneio, sendo que o principal objetivo desta atividade foi promover a prática desportiva

desta modalidade, interagirem entre si bem como promover relações de bem-estar e entreaajuda.

Esta atividade teve a divulgação de cartazes alusivos ao evento, cujo os alunos interessados preencheram uma ficha de inscrição por turma e género e autorização dos encarregados de educação. Para a realização de um torneio conciso e claro, este obteve ainda um regulamento da prova e no final de cada partida, os alunos tinham ao seu dispor a tabela classificativa.

3.1.4 - Prova de BTT

A prova de BTT realizou-se, no dia dezasseis de abril, numa das escolas de Fafe, durante toda a manhã, com direito a almoço para os participantes e respetiva comunidade escolar. Estiveram presentes várias escolas da região Norte, sendo que esta prova contabilizava para o campeonato de desporto escolar de BTT, na qual todas as escolas competiam entre si por género e por escalão.

Nesta prova, o núcleo de estágio ficou encarregue de distribuir dorsais e também participou na organização e gestão dos participantes na fase de partida da prova como também, na meta de chegada, na qual registávamos o número do dorsal por ordem de chegada dos participantes.

3.1.5 - Corta-mato Distrital

O corta-mato Distrital realizou-se nas pistas gémeos castro em Guimarães, onde estiveram presentes os alunos com melhores classificações no corta-mato concelhio em cada escola. O Agrupamento de escolas de Fafe também esteve presente com a participação de bastantes alunos selecionados para a prova.

A atividade teve início por volta das 9.30h, no dia quatro de fevereiro, sendo que os alunos de todas as escolas competiam por escalões e também por género. Os alunos, professores e auxiliares cooperantes tiveram ainda direito a um reforço alimentar.

A entrega de prémios foi efetuada da seguinte forma, primeiro por escola, onde os três primeiros de cada escalão foram coroados com uma medalha e de seguida entre todas as escolas.

3.2 – Outras Atividades

Para além das atividades atrás mencionadas, o núcleo de estágio participou ainda em outros tipos de eventos que decorreram ao longo do ano letivo, eventos que estavam ligados ao desporto escolar e em outras atividades presenciadas por nós. As Jornadas da Matemática foi umas das atividades na qual o núcleo de estágio participou. Nesta atividade cada professor estagiário ficou responsável por vigiar uma sala constituída por um grupo de alunos.

Um outro evento que teve a nossa participação no dia quinze de Março, foi a ida com os alunos à visualização do filme “o pianista”. Neste dia tivemos a responsabilidade de acompanhar os alunos ao auditório.

Relativamente ao desporto escolar, participamos no torneio de ténis de mesa, realizado na escola de estágio. Uma vez que fazia parte do desporto escolar, acompanhei os meus atletas nesta prova. No final desta prova importa ressaltar a boa organização da mesma. Relativamente aos meus atletas, estes realizaram uma prova fantástica, obtiveram uma boa classificação acabando, por alguns alunos passarem à próxima fase da prova.

Capitulo IV

Formação e Investigação educacional

INVESTIGAÇÃO E DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL

Tema da investigação: As atitudes dos alunos nas Aulas de Educação Física.

4.1- Revisão da Literatura

O conceito “atitude” levou investigadores a preocuparem-se em avaliar os alunos, nos seus pensamentos e suas posturas que influenciam, ao longo dos anos escolares, as aprendizagens adquiridas e desenvolvidas.

Como a maior parte dos conceitos abstratos, o conceito de atitude deriva do Latim *Aptus*, passando por *aptitude* que traduzia um estado subjetivo ou um estado mental de preparação para a ação (Allport, 1935). A atitude não é diretamente observável, mas pode ser inferida através das respostas observáveis (Eagly & Chaiken, 1993).

Na atualidade, bem como no nosso quotidiano o conceito de atitude está muito presente, quer no trabalho, na escola bem como na sociedade em que nos inserimos e como refere Allport (1935) in Amaral (2009:22) “a atitude é como um estado de disposição mental e nervosa que, ao ser organizado pela experiência, exerce influência direta sobre as respostas do indivíduo a todos os objetos e situações com os quais ele está relacionado”. Assim, a atitude representa uma tendência para uma pessoa/aluno apresentar uma determinada conduta ou comportamento, fatores que vão de encontro a definições descritas por vários autores como Oliveira (2003) que define atitude “como uma força, o esquema adquirido, que leva o sujeito a comportar-se de uma determinada maneira e exprime a orientação geral, positiva ou negativa face ao objetivo da representação”.

Neste âmbito, Thomas (1989) adjudica ao termo atitude o seguinte significado: *Trata-se de uma disposição que prepara o individuo para agir, (...), mas esta disposição não é visível. Interior, ela apenas se manifesta na presença do objeto sobre o qual a atitude se orienta.*

Lima (2004) salienta o manifesto das atitudes obtido de várias formas expresso pelo

juízo avaliativo que se exterioriza através de respostas avaliativas. Estas respostas podem ser **cognitivas** (pensamento, ideias, opiniões, crenças ao objeto de atitude), **afetivas** (relacionam-se com as emoções e sentimentos provocados pelo objeto da atitude) e **comportamentais** (reportam-se aos comportamentos ou intenções em que as atitudes se podem manifestar).

Deste modo, Lima (2004) mencionou que as atitudes pressupõem de três zonas onde o indivíduo pode inserir a sua própria posição: zona de aceitação, que inclui as crenças que o indivíduo considera aceitáveis; zona de rejeição, que são as crenças que o indivíduo considera inaceitáveis e a zona de não comprometimento onde o indivíduo pretende obter uma posição neutra relativamente a uma crença, isto é, não tem uma posição favorável nem desfavorável.

Também Verdugo (1995) citou a definição de atitude como *“uma ideia carregada de emoção que predispõe a um conjunto de ações face a um determinado tipo de situações sociais.”* Neste contexto encontrou três componentes de atitude, sendo a ideia a componente cognitiva, a emoção como a componente afetiva, e por fim, a predisposição para a ação como a componente comportamental.

Assim sendo, a componente cognitiva refere-se ao conjunto de pensamentos, ideias, crenças, opiniões ou perceções acerca do objeto, que se encontram representadas na memória dos indivíduos e onde é possível distinguir antecedentes e consequentes cognitivos; componente afetiva relaciona-se com as emoções e sentimentos na presença de um objeto e que levam o sujeito a aproximar-se (se positivos) ou a afastar-se (se negativos); está ligada às necessidades e motivações; componente comportamental traduz-se nas reações de um sujeito relativamente ao objeto da atitude (Verdugo, 1995).

Rivoire (2006) refere que a pessoa expressa, por vezes, de forma inconsistente atitudes e comportamentos. Triandis (1974) referiu que a presença da componente afetiva bem como a componente afetiva não garante a ocorrência da componente comportamental.

Ao analisarmos os motivos que nos leva a abranger este tema aos alunos e às aulas de Educação Física, prende-se com o facto de percebermos a finalidade de promover

procedimentos favoráveis e feedbacks positivos favoráveis à atividade física e à saúde como refere Carlson (1995, cit por Brandão 2002:43) *de uma evidência que sugere uma relação positiva entre os sentimentos desfavoráveis para com a disciplina de Educação Física e a ausência de participação em atividades físicas fora da escola.*

Por outro lado, deparamo-nos que ao conhecer as atitudes dos alunos relativamente à disciplina de Educação Física, esta pode ser fundamental para nós enquanto professores, uma vez que este instrumento permite obter informações importantes tais como se o aluno gosta ou não da disciplina de Educação Física. A partir deste ponto, podemos pensar em estratégias de modificar e melhorar essas mesmas atitudes. O estudo efetuado por Pereira, P., Carreiro da Costa, F., & Diniz, J. (2009) refere que grande parte das investigações efetuadas sobre as atitudes dos alunos relativamente à Educação Física, mostram resultados favoráveis nas respetivas atitudes e os alunos consideram a disciplina muito importante para a sua formação global.

As atitudes dos alunos podem ser influenciadas e modificadas por nós enquanto professores. As atitudes não são inalteráveis, ao longo do tempo e com um processo de aprendizagem, estas podem ser alteradas. Morissette & Gingras (1994) defendem que a planificação, a intervenção e a avaliação assumem um papel determinante na aprendizagem de uma determinada atitude, ou seja, as atitudes aprendem-se e alteram-se.

Stelzer, Ernest, Fenster & Langford (2004) utilizaram 1107 alunos de quatro países: República Checa, Áustria, Inglaterra, e os Estados Unidos da América para poderem comparar as atitudes dos alunos face à Educação Física. Verificou-se que a generalidade dos alunos possui uma atitude positiva no que diz respeito à disciplina de Educação Física, sendo que os alunos do sexo masculino evidenciam uma atitude mais favorável do que os alunos do sexo feminino.

No mesmo âmbito surge o estudo de Santos (2001), efetuados a 49 alunos do 9º ano de escolaridade do nosso país. Este verificou que os alunos têm uma atitude positiva face à disciplina de Educação Física e consideram-na como importante para a sua formação global.

Noutro estudo realizado por Carreiro da Costa e Leal (1997), a 257 alunos verificou-se que os alunos mais novos apresentam uma atitude mais favorável relativamente à disciplina de Escola e à Educação Física comparativamente aos restantes. Neste mesmo estudo, foi evidenciado, mais uma vez, que os alunos do sexo masculino revelam uma atitude mais positiva face à Educação Física comparativamente ao sexo feminino, mas em contrapartida verificou que a atitude relativamente à escola, os alunos do sexo masculino apresentam uma atitude mais negativa.

Pereira (2008) mostra-nos um estudo onde examinou 198 alunos do nono ano de escolaridade relativamente às atitudes na disciplina de Educação Física, e verificou que apenas metade dos alunos concorda que a Educação Física é importante para a sua formação e que esta disciplina é tão importante quanto as outras disciplinas. O mesmo não acontece no estudo efetuado por Brandão (2002), este realizou um estudo com 420 jovens do 12º ano de escolaridade, o qual tinha como objetivo compreender as atitudes e sua importância dos alunos face à disciplina de Educação Física. Regra geral, os alunos manifestaram uma atitude favorável relativamente à disciplina, no entanto, a Educação Física quando comparada com outras disciplinas é a menos importante para os alunos.

Objetivo Geral do Estudo

O objeto do nosso estudo centraliza-se em compreender, nos alunos do 2º e 3º ciclos de escolaridade, quais os motivos principais e secundários para a prática de Educação física.

Objetivos Específicos

- Verificar se os motivos principais se alteram em função do ano de escolaridade.
- Verificar se os motivos principais se alteram em função do género.

4.2 - Metodologia

Amostra

O estudo foi realizado numa escola pública do concelho de Fafe e contou com a colaboração de 104 estudantes do sexo feminino, com idade média de 12,5 anos. As alunas em estudo frequentam do 5º ao 9º ano de escolaridade, sendo que 32,7% das alunas pertencem ao segundo ciclo e 67,3% das alunas pertencem ao terceiro ciclo de escolaridade.

Instrumento utilizado

O **inquérito por questionário** é a principal ferramenta de medida por nós utilizado, este instrumento fundamenta-se num conjunto de perguntas dirigidas a um conjunto de indivíduos (inquiridos).

Procedimentos

Inicialmente contactamos as direções das instituições que iriam colaborar no estudo, solicitando a autorização para a recolha dos dados. Após isto, o preenchimento dos questionários sobre os dados sociodemográficos e sobre as atitudes dos alunos face à Educação Física ocorreu no final de uma aula de Educação Física, tendo sido explicado aos alunos o propósito do estudo e a confidencialidade do mesmo. Foram necessários

10 minutos de aula para formalizar a recolha de dados.

Após a explicação do objetivo do questionário aos alunos, foi apresentada a sua forma de preenchimento (nomeadamente no que se refere ao esclarecimento de dúvidas, para que se verificasse uma maior coerência possível na sua resolução). O preenchimento do questionário decorreu durante uma semana, do dia onze ao dia quinze de Janeiro, no início das aulas de Educação Física com a presença do professor e respetivos estagiários. O preenchimento do mesmo decorreu sempre que possível, num ambiente calmo e sereno, demorando entre dez a quinze minutos.

A recolha dos questionários foi efetuada na mesma altura da sua aplicação.

4.2.1 - Questionário de Atitudes dos Alunos face à Educação Física (QAAEF)

Em relação ao questionário utilizado nesta investigação para medir as atitudes dos alunos, aplicou-se o Questionário de Atitudes dos Alunos face à Educação Física (QAAEF) que foi utilizado e validado por Pereira, Costa e Diniz (2009). A utilização deste questionário prende-se no facto de já estar validado para a população portuguesa, sendo que a amostra utilizada para essa mesma validação foram os estudantes, assemelhando-se dessa forma à amostra que irá também por nós foi utilizada.

Assim, esta ferramenta é composta por 10 itens, dos quais 7 reportam-se ao “gosto pela Educação Física e suas matérias” e “satisfação/prazer nas aulas da disciplina”, enquanto que os restantes 3 se referem à “importância da Educação Física”. Dos 10 itens do questionário, 7 estão formulados na positiva e 3 na negativa.

Para cada item existem cinco possibilidades de resposta, diferenciadas nos seguintes termos: 1 – discordo totalmente, 2 – discordo, 3 – nem concordo nem discordo, 4 – concordo e 5 – concordo totalmente. Sendo assim a pontuação da escala pode variar entre os 10 e os 50 pontos.

4.2.2 - Estatuto Socioeconómico

O estatuto socioeconómico (ESE) foi avaliado através do questionário *Family Affluence Scale* (Currie et al., 2008). Este é composto por quatro questões: “Tens um quarto só para ti?” Sendo que à resposta “não” era atribuído 0 pontos e à resposta “sim” era atribuído 1 ponto; “A tua família tem carro próprio?” (Não, 0 pontos, Sim 1 ponto; Sim, dois ou mais 2 pontos); “Quantos computadores têm em casa?” (Nenhum 0 pontos, um, 1 ponto, dois, 2 pontos, mais do que dois 3 pontos); e “Durante os últimos 12 meses quantas vezes saíste de férias com a tua família?” (Nunca, 0 pontos, uma vez, 1 ponto, duas vezes, 2 pontos, três ou mais, 3 pontos; para as análises descritivas, de uma escala ordinal de três pontos foi composta, com a seguinte recodificação da escala: 0 a 6 = 0 (baixo ESE), 7 = 1 (ESE médio) e acima de 8 = 2 (ESE elevado).

4.2.3 - Variáveis

As variáveis independentes desta investigação são: sexo, ano curricular e o ESE.

No que respeita ao ano curricular em que os alunos se encontram matriculados, este estudo contemplou 5 anos de escolaridade, nomeadamente: 5^o, 6^o, 7^o, 8^o e 9^o anos. Estes anos foram selecionados para a nossa investigação, pois objetivamos abranger na nossa amostra tanto ao segundo ciclo como ao terceiro ciclos de escolaridade. Quanto ao ESE este encontra-se dividido em baixo, médio e alto.

Relativamente às variáveis dependentes, estas foram utilizadas para as comparações de médias, as duas dimensões deste constructo (“gosto pela Educação Física e suas matérias” e “satisfação/prazer nas aulas da disciplina”; “importância da Educação Física”) e com a soma dos 10 itens da escala, também se avaliou a atitude de uma forma geral, ou seja, se esta é positiva ou negativa em relação à Educação Física.

4.2.4 - Procedimentos Estatísticos

A análise estatística do estudo foi realizada com recurso ao programa informático *Social Package for the Social Sciences* (SPSS) para o Windows, versão 22.0. Foi estabelecido o nível de significância de 5% ($p < 0,05$).

Fez-se um estudo exploratório dos dados para que se avaliassem os pressupostos essenciais da análise estatística. A estatística descritiva das variáveis resultou da média e desvio-padrão de cada uma das variáveis observadas. O teste *t de Student* para amostras independentes foi utilizado para determinar diferenças entre variáveis contínuas. Para a comparação das médias resultantes da análise das dimensões do questionário da atitude dos alunos face à Educação Física, por ciclo de ensino recorreu-se à análise de variância (Anova).

4.3 - Resultados

Os resultados do estudo que iremos apresentar são referentes às atitudes dos alunos face à disciplina de Educação Física. Para tal, apresenta-se vários quadros com o numero de alunos, a média de cada resposta e também o desvio padrão.

De seguida, apresenta-se no quadro 1 os resultados referentes às caraterísticas descritivas da amostra.

Quadro 2 - Caraterísticas descritivas da Amostra

Tabela 1		Caraterísticas descritivas da amostra
		Total
Nº		104
Idade (média, DP)		12,5 ±1,5
Ciclo	2º Ciclo	34 (32,7)
	3º Ciclo	70 (67,3)
ESE n(%)	Baixo	76 (73,1)
	Médio	17 (16,3)
	Alto	11 (10,6)

Relativamente ao quadro 2, das caraterísticas descritivas da amostra, verificamos que o numero total de alunas em estudo são cento e quatro, com uma média de idade de 12,5. Existe uma maior quantidade de alunas do terceiro ciclo (70 alunas) comparativamente ao segundo ciclo (34 alunas) e o ESE que predomina neste estudo é o baixo, com uma percentagem significativa (73,1%) comparativamente aos restantes.

Quadro 3 - Valores médios obtidos pelos alunos nos itens do questionário de atitudes face à Educação Física, por estatuto socioeconómico e ciclo de ensino

Ciclo	ESE	Nº	Média	DP		
2º Ciclo	ESE Baixo	P1	26	4.54	.905	
		P2	26	4.54	.582	
		P3	26	4.73	.452	
		P4	26	4.62	.637	
		P5	26	4.46	.582	
		P6	26	4.38	.852	
		P7	26	1.85	1.461	
		P8	26	4.08	1.129	
		P9	26	1.38	1.023	
		P10	26	2.23	1.583	
	ESE Médio	P1	2	4.50	.707	
		P2	2	5.00	.000	
		P3	2	4.50	.707	
		P4	2	5.00	.000	
		P5	2	4.00	.000	
		P6	2	5.00	.000	
		P7	2	1.00	.000	
		P8	2	5.00	.000	
		P9	2	2.50	2.121	
		P10	2	2.00	1.414	
			P1	6	4.83	.408
			P2	6	4.67	.516
			P3	6	4.83	.408

	ESE Alto	P4	6	5.00	.000
		P5	6	4.83	.408
		P6	6	4.50	.837
		P7	6	1.00	.000
		P8	6	4.50	.548
		P9	6	1.00	.000
		P10	6	1.33	.516

Ciclo	ESE	Nº	Média	DP	
3º Ciclo	ESE Baixo	P1	50	4.58	.575
		P2	50	4.10	.647
		P3	50	4.52	.544
		P4	50	4.62	.635
		P5	50	4.04	.669
		P6	50	4.18	.850
		P7	50	1.42	.575
		P8	50	4.32	.587
		P9	50	1.58	.702
		P10	50	2.08	.829
	ESE Médio	P1	15	4.40	.507
		P2	15	4.07	.704
		P3	15	4.33	.724
		P4	15	4.53	.640
		P5	15	4.13	.743
		P6	15	3.80	.941

		P7	15	1.87	1.060
		P8	15	4.07	.884
		P9	15	2.20	1.082
		P10	15	2.07	1.100
	ESE Alto	P1	5	4.20	.837
		P2	5	4.40	.548
		P3	5	3.80	1.304
		P4	5	4.20	1.095
		P5	5	3.60	1.342
		P6	5	3.20	1.643
		P7	5	1.80	.837
		P8	5	4.40	.548
		P9	5	2.20	1.095
		P10	5	1.80	.837

Através da análise do quadro 3, verificámos que no segundo ciclo e no ESE baixo, estão inseridos vinte e seis alunos e a questão com maior concordância (P3) está inserida na dimensão “gosto pela Educação Física e suas matérias” e “Satisfação/Prazer nas aulas”. Relativamente ao ESE médio, no qual estão inseridos apenas dois alunos, não verificamos uma diferença significativa relativamente às questões com maior concordância, o mesmo não acontece com a questão com menor concordância (P7) que sobressai comparativamente às restantes também inserida na dimensão “gosto pela Educação Física e suas matérias” e “Satisfação/Prazer nas aulas”. No que se refere ao ESE alto com seis alunos inseridos, sendo as questões com maior (P4) e menor concordância (P7 e P9) também estão inseridos na dimensão do “gosto pela Educação Física e suas matérias” e “Satisfação/Prazer nas aulas”.

Relativamente ao terceiro ciclo, dos alunos de ESE baixo onde se insere o maior

numero de alunos (cinquenta) assinalam a questão com maior (P4) e menor (P7) concordância pertencem à dimensão “gosto pela Educação Física e suas matérias” e “Satisfação/Prazer nas aulas”. No que diz respeito ao ESE médio as questões com maior (P4) e menor (P7) concordância também se inserem na mesma dimensão referida anteriormente. Por fim, e com apenas cinco alunos inseridos no ESE alto verificamos que nas questões com maior concordância obtivemos a mesma média na dimensão da “importância dada pelos alunos a Educação Física” (P2) e na dimensão “gosto pela Educação Física e suas matérias” e “Satisfação/Prazer nas aulas”. O mesmo fator verifica-se nas questões com menor importância na qual a questão P10 insere-se na dimensão “importância dada pelos alunos à Educação Física” e a questão P7 insere-se na dimensão “gosto pela Educação Física e suas matérias” e “Satisfação/Prazer nas aulas”.

Quadro 4 - Análise das dimensões do questionário da Atitude dos Alunos face à Educação Física por ciclo de ensino

		Média ± DP	T Teste
Importância da EF	2º Ciclo	10.9 ± 1.8	0.220
	3º Ciclo	10.4 ± 1.0	
Gosto pela EF e suas matérias	2º Ciclo	26.0 ± 2.7	0.020
Satisfação/Prazer nas Aulas	3º Ciclo	24.9 ± 2.1	

T-test < 0.05

O quadro 4 mostra-nos que existem diferenças estatisticamente significativas ($p < 0.05$) nas alunas do segundo ciclo na dimensão do gosto pela Educação Física e suas matérias e Satisfação/Prazer nas aulas comparativamente com alunas do terceiro ciclo.

Quadro 5 - Análise das dimensões do questionário da Atitude dos Alunos face à Educação Física por Estatuto Socioeconómico

	F	P
Importância da EF	0.167	0.846
Gosto pela Ef e suas matérias	0.425	0.655
Satisfação/Prazer nas Aulas		

P-Anova < 0.05

Na análise do quadro 5, verificámos que não existem diferenças estatisticamente significativas nos resultados obtidos relativamente à importância da Educação Física e ao Gosto pela Educação Física e suas matérias e Satisfação/Prazer nas Aulas, por ESE.

4.4 - Discussão dos Resultados

Os resultados obtidos neste estudo, permitem-nos verificar que a generalidade das alunas possui uma atitude positiva relativamente à disciplina de Educação Física. Também verificamos que a maioria das alunas demonstram ter satisfação/prazer nas aulas de Educação Física. Estes resultados vão no mesmo sentido de outros estudos mencionados na revisão da literatura (Santos, 2001; Pereira, 2008). Pereira (2012), explica que a principal razão de os alunos terem uma atitude favorável nesta disciplina remete-se ao fato de esta ser na sua maioria prática e com um grande elemento lúdico, o que diverge das restantes disciplinas ditas teóricas.

No que concerne à análise das dimensões do questionário da Atitude dos Alunos face à Educação Física por ciclo de ensino, verificámos que os alunos do segundo ciclo em média dão maior importância à Educação Física e ao Gosto pela Educação Física e suas matérias e satisfação/ prazer nas aulas comparativamente às alunas do terceiro ciclo. Estes resultados tornam-se evidentes nos resultados obtidos no segundo ciclo comparativamente ao terceiro ciclo com uma diferença estatisticamente significativa, no Gosto pela Educação Física e suas matérias e satisfação/ prazer nas aulas. Assim, podemos concluir que estes resultados são influenciados pelo ano de escolaridade. Esta conclusão vai de encontro com os dados obtidos em estudos anteriores, nos quais se conclui que as atitudes favoráveis para com a Educação Física diminuem ao longo dos anos de escolaridade (Duarte, 1992 – 9º, 11º e 12º ano; Delfosse et al., 1997 – alunos com 12 e 15 anos de idade; Leal e Carreiro da Costa, 1997 - alunos do 2º e 3º ciclo do ensinos básico e ensino secundário; Vidal, 2001 – 8º ao 12º ano).

No que se refere à influência do ESE nas atitudes face à Educação Física, não verificámos diferenças estatisticamente significativas, quer em alunos do segundo ciclo quer em alunos do terceiro ciclo de escolaridade. Assim, podemos concluir que o ESE não tem influência sobre as atitudes dos alunos face à educação física. Outras investigações realizadas vão de encontro aos resultados obtidos neste estudo (Aktop, 2010; Pereira, 2008; Pereira, Carreiro da Costa & Diniz, 2000).

Como limitações a este estudo, consideramos que a amostra poderia ser mais

numerosa, abranger outras escolas, realizar a distinção entre o meio rural e o meio urbano e entre uma escola pública de uma escola privada. Estes são alguns fatores que deverão de ter em conta em futuras investigações.

4.5 - Conclusões

Desta forma, depois do tratamento e análise dos resultados obtidos podemos concluir que:

- Na generalidade, as alunas demonstram ter uma atitude favorável relativamente à disciplina de Educação Física;
- As alunas revelam gostar da disciplina como também têm prazer/satisfação nas aulas de Educação Física;
- Embora as alunas considerem importante a Educação Física, este item é de menor proporção comparativamente ao gosto pela disciplina e suas matérias e a satisfação e prazer nas aulas;
- O ciclo de ensino apresenta influências relativamente ao gosto pela Educação Física e suas matérias e satisfação/ prazer nas aulas, ou seja, as alunas do género feminino do segundo ciclo, apresentaram melhores resultados comparativamente às alunas do terceiro ciclo ($p < 0.05$);
- Relativamente ao ESE, este não parece influenciar as atitudes das alunas face à disciplina de Educação Física.

O presente estudo permitiu compreender as atitudes e opinião dos alunos do sexo feminino face à disciplina de Educação Física. Estes resultados permitem que possamos intervir de forma mais eficiente no processo de aprendizagem e evolução do aluno, de forma a ser possível a alteração de determinados pensamentos e ideologias dos alunos com a finalidade de estes expressarem atitudes mais positivas e favoráveis ao longo do percurso escolar.

Considerações Finais

O estágio profissional foi para mim um concretizar de de um sonho, uma experiência nova e única de lecionar aulas de Educação Física. Proporcionou a oportunidade de colocar em prática todos os conteúdos por mim adquiridos na vida acadêmica, e adquirisse mais competências e aprendizagens enquanto professor.

O primeiro contato com os alunos foi o iniciar de uma nova fase, a transição de um meio em que eu era “o aluno” para um meio no qual me tornara professor, e várias foram as mudanças que surgiram ao longo do tempo. Começando com a minha postura na aula, a forma como lidava com os alunos, as estratégias adotadas para um melhor funcionamento na aula, este era o momento em que, enquanto professor, coloquei todas as minhas aprendizagens adquiridas ao longo do meu percurso escolar em prática. Procurei ter sempre bastante cuidado com a forma como planeava e preparava as aulas, tendo sempre em conta o nível da turma e as suas dificuldades, as progressões pedagógicas adotadas tiveram em consideração combater estas dificuldades e fazer com que estes alunos obtivessem maior sucesso na realização das tarefas.

Para alcançar ao sucesso nas aulas realizadas, não posso deixar de referir a importância da elaboração diária do portefólio de estágio. Este continha todas as informações que necessárias para cada aula, servia também de fonte para ultrapassar algumas dúvidas por mim encontradas. Também no final de cada aula realizava uma reflexão da mesma, com esta reflexão conseguia verificar os pontos positivos e os menos positivos de cada aula, para que na próxima aula conseguisse combater algumas lacunas encontradas. Desta forma, este dossiê serviu de meio para demonstrar todo o meu progresso ao longo deste ano letivo.

Embora este ano de estágio tenha corrido muito bem e ter adquirido muitas e novas aprendizagens, tenho a noção de que ainda tenho um longo caminho a percorrer para me tornar “bom professor”, um professor de referência.

A turma que me foi atribuída durante este ano, mostrou sempre o maior respeito e vontade de aprender, demonstrou sempre bom comportamento que estes apresentaram ao longo do ano. Logo, não me deparei com muitas dificuldades em

controlar a turma, procurei promover, sempre que possível, aulas dinâmicas, com bastante empenho motor.

Guardo assim, o desejo de poder usufruir desta vontade e prazer de lecionar, acreditando sempre que esta será uma nova etapa da minha vida. Como tal, não posso deixar de acompanhar a evolução do contexto escolar, bem como alargar o meu leque de conhecimento de forma contínua e sistemática, a fim de me tornar num professor ainda melhor.

Referências bibliográficas

- Allport, G. W. (1935). *Attitudes In M. Fishbein (Ed.) Readings in attitude theory and measurement*. New York, Jonh Wiley & Sons, Inc.
- Aktop, A. (2010). *Socioeconomic status, physical fitness, self-concept, attitude toward physical education, and academic achievement of children. Percept Mot Skills*. 110 (2):531-546.
- Amaral, J. (2009). *Atitude dos Alunos sem deficiência face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física. Estudo Exploratório das Atitudes dos Alunos do 9º ano de Escolaridade*. Universidade de Coimbra. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física.
- Brandão, D. (2002). *Expectativas e Importância Atribuída à Disciplina de Educação Física: Estudo comparativo por género nos alunos do 12.º Ano de Escolaridade das Escolas Secundárias do Concelho de V. N. de Gaia*. Dissertação apresentada com vista a obtenção do grau de mestre em Ciências do Desporto no âmbito do Mestrado de Desporto de crianças e jovens. Porto: FCDEF-UP
- CALDEIRA, Anna M. Salgueiro. *Avaliação e processo de ensino- aprendizagem*. Presença Pedagógica, Belo Horizonte, v. 3, p. 53-61, set./out. 1997. Resinificando a avaliação escolar. Comissão Permanente de Avaliação Institucional: UFMG-PAIUB. Belo Horizonte: PROGRAD/UFMG, 2000. p. 122-129 (Cadernos de Avaliação, 3).
- Delfosse, C., Ledent, M., Carreiro da Costa, F., Telama, R., Almond, L., Cloes, M. & Piéron, M. (1997). *Les Attitudes de Jeunes Européens à l'égard de l'école et du Cours d'Éducation Physique*. *Sport*, 159/160, 96-105.
- Duarte, A. (1992). *Contributo para o estudo das atitudes dos alunos face à disciplina de educação física: O caso da região do grande Porto*. Dissertação de Doutoramento não publicada. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto.

- Leal, Carlos & Carreiro da Costa, Francisco (1997). *A Atitude dos Alunos Face à Escola, à Educação Física e alguns Comportamentos de Ensino do Professor*, *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física* 15/16, 113-125
- Eagly, A. H., & Chaiken, S. (1993). *The psychology of attitudes*. Orlando, Ted Buchholz.
- GIL, Antonio Carlos. *Didática do ensino superior*. São Paulo: Atlas, 2006. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4a edição, São Paulo. Atlas, 2002.
- Lallande, A. (1976). *Vocabulaire technique et critique de Philosophie*. Paris: PUF.
- Lima, L. (2004). *Atitudes: Estrutura e Mudança In Psicologia Social*. Serviço de Educação e Bolsas. Fundação Calouste Gulbenkian.
- Morissette, D. & Gingras, M. (1994). *Como Ensinar Atitudes: Planificar, Intervir, Avaliar*. Lisboa: Edições Asa
- Oliveira, V. (2003). *Atitude dos professores face à inclusão das crianças autistas*. Tese de Mestrado, Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana, Lisboa.
- Pereira, P. Carreiro da Costa, F. & Diniz, J. (2000). *O Pensamento e Ação do aluno em Educação Física. In Intervención en conductas motrices significativas*, 12, 561-573.
- Pereira, P. (2008). *Os Processos De Pensamento Dos Professores E Alunos Em Educação Física*. Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de Doutor em Ciências da Educação na especialidade de Análise e Organização de Situações de Educação. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa – FMH.
- Pereira, P., Carreiro da Costa, F., & Diniz, J. (2009). *As Atitudes dos Alunos Face à Disciplina de Educação Física: Um Estudo Plurimetodológico*. *Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física*, 34, pp. 83-94.
- Pereira, P. (2012). *Processos Psico-Pedagógicos da Aprendizagem (Na educação Física)*. Loures: Lusociência.

- Rivoire, E. (2006). *“A Contribuição da Psicologia Social para a Teoria e a Prática da Actividade de Relações Públicas”*. Dissertação de Mestrado apresentado à Faculdade de Comunicação Social da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.
- Romanowski, Joana Paulim, Wachowicz, Lílian Anna. *Processos de ensinagem na universidade: Pressupostos para as estratégias de trabalho em aula*. In: ANASTASIOU, Lea das Graças Camargo. SC: UNIVILLE, 2003.
- Silva, D. B. (2013). *A importância da planificação do processo ensino-aprendizagem*. Porto: Porto Editora.
- Triandis, H. C. (1974). *Actitudes y cambios de actitudes*. Barcelona: Toray.
- Thomas, R. (1989). *O educador desportivo: atitude e função*. In Thill, E. et all. Manual do Educador Desportivo: ciências humanas aplicadas ao desporto. Lisboa: Dinalivro
- Verdugo, M., Jerano,c. & Arias, B. (1995). *“Actitudes Sociales y profesionales Hacia las Personas con Discapacidad: Estrategias de evaluación e Intervención”*. In Verdugo, M. (dir.) *Personas con Discapacidad* (pp.79-143). Madrid: Sigli XXI Editores.
- Santos, F. (2001). *Da Importância dos Conteúdos na Atitude dos Alunos Face à Aula de Educação Física*. Tese de Mestrado. Porto: UP-FCDEF
- Stelzer, J., Ernst, J., Fenster, M. & Langford, G. (2004). *Attitudes toward physical education: A study of high school students from four countries –Austria, Czechrepublic, England, and USA*. College Student Journal, 38, 2, pp 171-178.

Anexos

Anexo 1: Pedido de Autorização

Exma. Sra. Diretora, do Agrupamento de Escolas de Fafe

Assunto: Pedido de autorização para entrega de questionários.

Fafe, 11 de Janeiro de 2016.

O grupo de estagiários de Educação Física da escola de Arões, vêm por este meio solicitar a colaboração da V. Prestigiada instituição, no sentido de realizar a entrega e respetiva recolha de questionários para fins de investigação relativos à unidade curricular de Projeto de investigação do Mestrado em ensino de Educação Física nos ensinos Básicos e Secundários da Universidade do Minho.

Os dados recolhidos serão confidenciais e, em momento algum, os participantes serão identificados, acrescentando ainda sob compromisso de honra que o funcionamento da instituição não será posto em causa.

O objetivo central desta solicitação, prende-se com a importância de entregar os questionários a duas turmas de cada ano curricular (5º ao 9º ano) da escola de Arões Sta. Cristina, no âmbito de uma investigação subjugada ao tema “As atitudes que levam à prática da atividade física nos 2º e 3º ciclos de escolaridade”.

Por motivos éticos e deontológicos, assumimos desde já o compromisso de no final da investigação devolver os questionários preenchidos pelos alunos caso a escola solicite.

Anexo:

Com os meus melhores cumprimentos,

Os estagiários:

António Carvalho

Luís Pereira

Anexo 2: Questionário

Estimado Destinatário

Este questionário enquadra-se numa investigação no âmbito da tese de Mestrado em Educação Física no Ensino Básico e Secundário, realizado na Universidade do Minho. Os resultados obtidos serão utilizados apenas para fins académicos (Tese de Mestrado) sendo o seu propósito, perceber qual a atitude dos alunos perante a disciplina de Educação Física, ao longo do 2º e 3º Ciclo.

Não existem respostas certas ou erradas. Por isso solicitamos que responda de forma espontânea e sincera a todas as questões. Obrigado pela sua colaboração.

1. DADOS BIOGRÁFICOS

1.1 – DADOS PESSOAIS (ALUNO)

Sexo _____ Ano/Turma: _____ Data de Nascimento: ___/___/___
Freguesia: _____ Concelho: _____ Nacionalidade: _____

1. Questionário “ Atitudes dos Alunos face à Educação Física ” (QAAEF)

Itens	
1 - Costumo divertir-me nas Aulas de Educação Física	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	
Discordo	
Discordo totalmente	
2 - A Educação Física é uma disciplina importante para a minha formação global	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	
Discordo	
Discordo totalmente	
3 - Gosto da disciplina de Educação Física	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	

Discordo	
Discordo totalmente	
4 - Parece que nas aulas de Educação Física o tempo passa rapidamente	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	
Discordo	
Discordo totalmente	
5 - Gosto das matérias (Andebol, Ginástica, Futebol, etc.) da disciplina de Educação Física	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	
Discordo	
Discordo totalmente	
6 - A Educação Física é uma das minhas disciplinas preferidas	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	
Discordo	
Discordo totalmente	
7 - Normalmente aborreço-me nas aulas de Educação Física	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	
Discordo	
Discordo totalmente	
8 - A Educação Física é tão importante quanto as outras disciplinas	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	
Discordo	
Discordo totalmente	
9 - Geralmente desejo que as aulas de Educação Física terminem depressa	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	
Discordo	
Discordo totalmente	
10 - Comparativamente às outras disciplinas, a Educação Física é uma das menos importantes para a minha formação global	
Concordo Totalmente	
Concordo	
Nem discordo nem concordo	
Discordo	
Discordo totalmente	

2. Questionário “Estatuto Socioeconómico”

1 – Tens um quarto para ti ?		
Sim		
Não		
2 – A tua família tem carro próprio ?		
Nenhum		
Um		
Dois		
Mais de dois		
3 – Quantos computadores tens em casa ?		
Nenhum		
Um		
Dois		
Mais de dois		
4 – Tens acesso à internet em casa ?		
Sim		
Não		
5 – Durante os últimos 12 meses, quantas vezes saíste de férias com a tua família ?		
Nunca		
Uma vez		
Dois Vezes		
Três ou mais vezes		

Anexo 3: Gestão de Unidades Curriculares

Unidade	Conteúdos/Domínios	N.º de aulas
Apresentação	<ul style="list-style-type: none"> - Regulamento da disciplina - Critérios de avaliação da disciplina 	1
Testes Diagnósticos (TD)	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidades Físicas (Força superior, média e inferior, Flexibilidade, Velocidade, Resistência) - Situação de exercícios critério (destreza óculo-pedal e óculo-manual); <ul style="list-style-type: none"> - Destreza gímnica (exercícios critério); - Final das aulas (hábitos higiénicos). - Domínio socio-afetivo (Saber Estar nos TD); - Domínio Cognitivo (Saber ao longo dos TD). 	6
Ginástica de Solo	<ul style="list-style-type: none"> - Identificação da unidade, regras de segurança e transporte de material; <ul style="list-style-type: none"> - Rolamento à frente engrupado; - Rolamento à frente de pernas afastadas; - Rolamento à retaguarda engrupado; - Rolamento à retaguarda pernas afastadas; <ul style="list-style-type: none"> - Roda; - Posições de equilíbrio: - Pino de cabeça, apoio facial invertido; avião e vela. <ul style="list-style-type: none"> - Posição de flexibilidade: ponte e sapo. <ul style="list-style-type: none"> - Saltos e voltas; - Sequência gímnica. 	9
Atletismo	<ul style="list-style-type: none"> - Identificação da unidade. - Corridas de resistência: <ul style="list-style-type: none"> - Frequência cardíaca; - Salto comprimento. 	9
Andebol	<ul style="list-style-type: none"> - Identificação da unidade e principais regras; <ul style="list-style-type: none"> - Passe/receção; - Drible/condução/finta; - Remate/Finalização; - Marcação/Desmarcação. - Situações de jogo reduzido (6 x 5; 6 x 6 ; 7 x 6 ;7x7) <ul style="list-style-type: none"> - Situação de jogo formal; - Conhecimento de regras. 	11
Badminton	<ul style="list-style-type: none"> - Identificação da unidade e principais regras; - Batimentos simples : Lob; Clear; Serviço; Drive; Remate. <ul style="list-style-type: none"> - Jogo formal – singulares e pares; 	9
Basquetebol	<ul style="list-style-type: none"> - Identificação da unidade e principais regras; - Passe/receção; 	11

	<ul style="list-style-type: none"> - Drible; - Marcação/Desmarcação; - Lançamento; - Situações de jogo reduzido: 3x3, 4x4 ½ campo; - Situações de jogo formal. 	
Voleibol	<ul style="list-style-type: none"> - Identificação da unidade e principais regras; - Serviço; - Passe; - Manchete; - Remate; - Amortie; - Bloco; - Situações de jogo reduzido – 3x3; 4x4; - Situação de jogo formal; 	12
Futebol	<ul style="list-style-type: none"> - Identificação da unidade e principais regras; - Passe/recepção; - Drible/condução/finta; - Finalização; - Marcação/Desmarcação; - Situações de jogo reduzido – 3x3, 4x4; - Situação de jogo formal. 	9
Ginástica de Aparelhos	<ul style="list-style-type: none"> - Identificação da unidade, regras de segurança e transporte de material; - Saltos no Minitrampolim; - Saltos no Boque. 	7
Atletismo	<p>Saltos: Salto em altura. Corridas: Velocidade e estafetas.</p>	9
Condição Física	<ul style="list-style-type: none"> - Força, resistência, flexibilidade. 	Ao longo do ano
Outras Atividades:	<ul style="list-style-type: none"> - Plano Anual de Atividades. - Avaliação Cognitiva e autoavaliação 	6

Anexo 4: Grelha de Vickers

Unidade didática

Andebol

Grelha de Vickers

Aula Nº		1/2	3	4/5	6	7/8	9/10			
		Duração	90'	45'	90'	45'	90'	90'		
Conteúdos	Ações Técnicas	Sensibilidade a Modalidade			TE	E	E	E	AS	
		Passe/Receção		AD	TE	E	E	E	AS	
		Deslocamentos			TE	E	E	E	AS	
		Remate em Apoio		AD	TE	E	E	E	AS	
		Remate em Suspensão		AD		TE	E	E	AS	
	Ações Táticas	Ofensivas	Diferenciação dos Papeis		AD	TE	E	E	E	AS
			Ocupação dos espaços		AD	TE	E	E	E	AS
		Defensivas	Diferenciação dos Papeis		AD	TE	E	E	E	AS
			Ocupação dos espaços		AD	TE	E	E	E	AS
	Formas de Jogo	5x5		AD			TE	E	AS	
7x7						TE	AS			
Cultura Desportiva	História		✓							
	Regras da Modalidade		✓	✓	✓	✓	✓	✓		
	Terminologia		✓	✓	✓	✓	✓	✓		
	Regras de Segurança		✓	✓	✓	✓	✓	✓		
Condição Física	Capacidades Condicionais	Força		Todos os conceitos devem ser aplicados, demonstrados e exercitados ao longo de toda a Unidade Didática						
		Flexibilidade								
		Velocidade								
		Resistência								
		Destreza								
		Agilidade								
	Capacidades Coordenativas	Coordenação Motora								
		Equilíbrio								
Conteúdos Psicossociais	Coordenação óculo-manual		Todos os conceitos devem ser aplicados, demonstrados e exercitados ao longo de toda a Unidade Didática							
	Orientação Espacial									
	Concentração									
	Autonomia									
Respeito										
Empenho										
Motivação										

Anexo 5: Plano de Aula

➤ Plano de Aula

Unidade Didática	Basquetebol	Instalação	Pavilhão Desportivo
Aula nº	49	Data	28/01/2016
Aula da UD	2/8	Ano/Turma	9ªA
T. Horário	45 Minutos	Nº Alunos	20
Hora Inicial	9h15min	Professor Estagiário	António Carvalho
Hora Final	10h00min	Professor Orientador	Sara Araújo

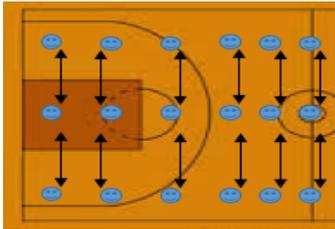
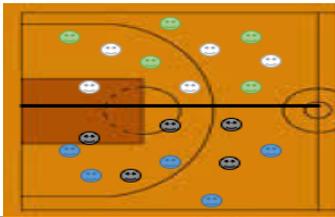
Material Didático

Coletes; Bolas;
Sinalizadores.

Função Didática

Transmissão/Exercitação

Parte da aula	🕒	Conteúdos	Objetivos Específicos	Organização Metodológica	Critérios de Êxito
Inicial	10'	<ul style="list-style-type: none"> - Registo de assiduidade; - Breve informação acerca dos conteúdos a abordar entre outros assuntos relacionados com a aula. - Ativação Geral e Específica - Jogo lúdico “ caça-gelo”; 	<ul style="list-style-type: none"> - Instruir aos alunos os conteúdos lecionados para a aula; - Ativação do sistema cardiovascular - Ativar os sistemas cardiovascular, muscular e articular; - Cumprir as regras do jogo. 	<p>Os alunos realizam aquecimento específico para a modalidade Basquetebol.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dispostos em meia-lua os alunos alongam segundo as indicações do professor. (alongar os grandes grupos musculares).  <p>- Atividade lúdicas no qual três dos alunos terão que apanhar os restantes colegas, estes ficam em forma de gelo até que algum dos colegas passe por entre as suas pernas.</p> 	<p>Alunos concentrados, participam e retêm a informação dada pelo professor;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizar ativação cardiorrespiratória. - Mobilizar as principais estruturas musculares e articulações, preparando os alunos para a prática desportiva. - Cumprir as regras de jogo. - Executar exercícios de alongamentos.

Fundamental	10'	- Exercitação dos Gestos Técnicos: Passe picado; Passe de peito; Drible de progressão.	- Cooperação na execução dos gestos técnicos. - Analisa e interpreta de forma simplificada a realização das atividades;	- Turma dividida em grupos de 3, os alunos do meio progridem em drible de um lado para o outro, executando os vários tipos de passe que o professor vai indicando (sempre em movimento): Passe de peito; Passe Picado. Ao apito os alunos trocam de posição. 	Passe de Peito - bola à altura do peito, esta é arremessada frontalmente na direção do alvo. Neste movimento os polegares é que darão a força ao passe e as palmas das mãos deverão apontar para fora no final do gesto técnico. Passe picado - extensão dos braços para a frente e para baixo de modo a fazer ressaltar a bola no solo; Bola deve de bater no solo a 2/3 do colega. Receção: ir ao encontro da bola, recebê-la com as duas mãos e manter a posse de bola. Drible – manter sempre o contacto com a bola o mais próximo possível.
	10'	Situação de Jogo reduzido	- Aplicação das determinantes técnicas abordadas em situação de jogo reduzido	- A turma dividida em 4 grupos de 5 alunos executa o “jogo dos 5 passes “, quando atingem os 5 passes esse grupo tem a possibilidade de lançar a bola ao cesto sem opositor. 5 passes equivalem a 1 ponto, se o aluno encestar a equipa ganha mais 1 ponto. Vence a equipa que adquirir maior pontuação. 	-Passar a bola sem drible; -Desmarcar-se para receber a bola; -Cumprir as regras de jogo.
Final	5'	-Retorno à calma	-Alunos arrumam o material e executam os exercícios de alongamento. -Professor faz o balanço da aula.	- Retorno a calma; 	-Alunos executam as tarefas dadas pelos professores; - Aquisição de conhecimento; concentração; participação

Anexo 6: Ficha de Reflexão da Aula de 24/05/2016

➤ Ficha de Reflexão da Aula	
Estagiário: António Carvalho	Data: 24/05/2016
Unidade Didática: Futebol	Duração da Aula: 90 Minutos
Ano/Turma: 9ºA	

A presente aula teve como função didática exercitação e consolidação de situação de finalização, situação de jogo reduzido e jogo formal de Futebol.

Iniciei a aula por realizar um bom aquecimento específico para a modalidade. De seguida organizei os alunos em dois grupos para realizarem um exercício de finalização. Decidi dividir desta forma para que os alunos obtivessem menos tempo de espera e mais tempo de empenho motor, e assim todos os alunos passaram pelas estações pretendidas. De seguida realizei situação de jogo reduzido em que estes tinham as mesmas regras de um jogo formal, mas num campo mais reduzido e com balizas mais pequenas.

Na segunda parte da aula, os alunos consolidaram o jogo formal, inicialmente divididos entre géneros e posteriormente em equipas mistas.

Esta aula teve muito tempo de empenho motor, os alunos estiveram em constante movimento, logo não existiu tempo para comportamentos desviantes. Assim os conteúdos foram lecionados com sucesso.