

**Universidade do Minho**  
Instituto de Educação

Helder José Fernandes Ribeiro

**Relatório de estágio. A relação entre as competências motoras dos alunos, as classificações finais na Educação Física e as percepções dos professores. Um estudo exploratório no 12<sup>o</sup> ano de escolaridade**

Relatório de estágio. A relação entre as competências motoras dos alunos, as classificações finais na Educação Física e as percepções dos professores. Um estudo exploratório no 12<sup>o</sup> ano de escolaridade

Helder José Fernandes Ribeiro

UMinho | 2017

março de 2017



**Universidade do Minho**  
Instituto de Educação

Helder José Fernandes Ribeiro

**Relatório de estágio. A relação entre as competências motoras dos alunos, as classificações finais na Educação Física e as perceções dos professores. Um estudo exploratório no 12<sup>o</sup> ano de escolaridade**

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

Trabalho realizado sob a orientação do  
**Professor Doutor César Augusto Meira de Sá**

março de 2017

**Nome**

Helder José Fernandes Ribeiro

**Cartão de Cidadão**

1359926

**Correio eletrónico**

ribeirohelder3@gmail.com

**Título**

Relatório de estágio. A relação entre as competências motoras dos alunos, as classificações finais na Educação Física e as perceções dos professores. Um estudo exploratório no 12º ano de escolaridade.

**Orientador**

Professor Doutor César Augusto Meira de Sá

**Ano de conclusão**

2017

**Designação do curso**

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO INTEGRAL DESTES RELATÓRIOS APENAS PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE DECLARAÇÃO ESCRITA DO INTERESSADO, QUE A TAL SE COMPROMETE.

Universidade do Minho, \_\_\_ / \_\_\_ / 2017

Assinatura:

---

## **AGRADECIMENTOS**

A elaboração deste relatório de estágio não teria sido possível sem a amizade o companheirismo e as palavras de incentivo de muitas pessoas. Desta forma, dedico este espaço para agradecer a todas as pessoas envolvidas neste processo.

Em primeiro lugar, um agradecimento especial ao meu orientador de relatório, Professor Doutor César Sá pela sua orientação, disponibilidade, dedicação e paciência durante todo este processo. Agradeço-lhe por me acompanhar neste processo de forma profissional, pelas sugestões dadas, para que o trabalho fosse elaborado da melhor forma.

Aos meus pais, pelo esforço e dedicação ao longo desta etapa. Pelos momentos de apoio, de carinho, de amor e pelas palavras de coragem. Agradeço-lhes por me ajudarem na concretização de um sonho.

À Joana por toda a paciência dedicada para me apoiar ao longo de todo o processo e pelas palavras de coragem, por toda a sua dedicação. Agradeço também compreensão nos momentos em que estive mais ausente.

Igualmente importante foi a orientação do docente cooperante, Professor Pedro Cunha, onde agradeço apoio e dedicação. Pela partilha das suas experiências e conhecimentos que foram fundamentais no processo de estágio.

Gostaria ainda de agradecer ao meu colega de estágio, pelo companheirismo, pela amizade, o apoio e pelas palavras de incentivo.

Por fim, agradeço a todos os Professores, que enriqueceram este trabalho com as suas opiniões, pelo tempo e paciência disponibilizada para o preenchimento do inquérito. E a todos os alunos que participaram, para que pudesse recolher um maior número de informação para enriquecer o meu trabalho.

A todos, o meu muito obrigado.

## RESUMO

### **RELATÓRIO DE ESTÁGIO. A RELAÇÃO ENTRE AS COMPETÊNCIAS MOTORAS DOS ALUNOS, AS CLASSIFICAÇÕES FINAIS NA EDUCAÇÃO FÍSICA E AS PERCEÇÕES DOS PROFESSORES. UM ESTUDO EXPLORATÓRIO NO 12º ANO DE ESCOLARIDADE.**

Este relatório de estágio tem como objetivo primordial, apresentar o percurso que desenvolvi durante o ano letivo 2014/2015 como professor estagiário. Neste relatório está descrita toda a minha experiência e evolução pessoal e profissional, o enquadramento da prática de ensino supervisionada onde constam as minhas expectativas pessoais e o enquadramento com o meio institucional. No decorrer do documento demonstro a forma como procurei realizar a gestão do processo ensino-aprendizagem, a participação com o meio, com a descrição das atividades desenvolvidas e realizadas ao longo do ano letivo. De seguida apresentarei o desenvolvimento da investigação efetuada durante o ano letivo onde pretendi avaliar o desempenho motor dos alunos do 12º ano, e compará-lo com os resultados globais da disciplina de educação física e com a percepção dos docentes de educação física. O desempenho motor foi avaliado na modalidade de voleibol, através de filmagens autorizadas e recorrendo a grelhas de observação focadas em exercícios analíticos, em jogo reduzido e jogo formal. Os resultados globais foram recolhidos junto dos serviços de secretaria com autorização da direção e a percepção dos docentes foi realizada através de uma entrevista semi-estruturada. O estudo contou com uma amostra de 19 alunos e 10 docentes. Os resultados demonstraram baixos níveis de competências motoras na amostra, em que apenas 30% atingiu o sucesso, sendo no género feminino a taxa bastante inferior. Os resultados globais revelaram-se inflacionados em relação às competências motoras e a percepção dos docentes a explicar estes resultados, com poucos docentes a acompanhar o programa, a conhecer as normas de referência para o sucesso e a considerar em excesso o domínio sócio afetivo e menos o domínio motor.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física, estágio, desempenho motor, resultados globais, percepção dos docentes.

## **ABSTRACT**

### **INTERNSHIP REPORT: THE RELATIONSHIP BETWEEN THE STUDENTS MOTOR SKILLS, THE FINAL CLASSIFICATIONS IN PHYSICAL EDUCATION AND THE TEACHERS' PERCEPTIONS. AN EXPLORATORY STUDY ON THE 12th GRADE.**

The main objective of the internship report is to present the process that was developed during the school year of 2014/2015 as a trainee teacher. In this report is described my evolution, the framework for teaching practice supervised which contains my personal expectations and the framework with the institutional environment. In the course of the document is evident the form of management of the teaching-learning process, participation with the environment, with the description of the activities developed and implemented throughout the school year. Finally the development of research conducted during the school year I intended to assess students' motor performance of the 12 th grade, compared with the overall results of the discipline of physical education and the perception of physical education teachers. The motor performance was evaluated on the volleyball modality, through duly authorized shooting and with the support of observation grids in analytical exercises, in small and formal game play, the overall results were collected from the secretarial services after authorization of the direction and perception of the teachers was conducted through a structured interview. The study included a sample of 19 students and 10 teachers. The results showed low levels of motor skills, with only 30% reaching the success, and the female gender with lower success. The overall results were shown inflated related with motor skills and teachers' perception to explain these results, with few teachers following the program, to know the reference standards for success and over-emphasize the socio-affective domain and less motor domain.

**KEYWORDS:** Physical Education, internship, motor performance, overall results, teachers' perception.

# ÍNDICE

AGRADECIMENTOS .....	iii
RESUMO .....	iv
ABSTRACT .....	v
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	vii
ÍNDICE DE TABELAS .....	viii
LISTA DE ANEXOS.....	vii
Introdução.....	1
CAPÍTULO I.....	2
ENQUADRAMENTO CONTEXTUAL DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA .....	2
1.1 Enquadramento Pessoal .....	3
1.2 Enquadramento Institucional.....	4
1.2.1. Caraterização do Meio .....	4
1.2.2. Caraterização da Escola.....	4
1.2.5. Caraterização da turma.....	6
CAPÍTULO II .....	7
REALIZAÇÃO DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA .....	7
2.1. Área 1 – Organização e gestão do ensino e da aprendizagem.....	8
2.1.1. Conceção .....	8
2.1.2. Planeamento .....	10
2.1.3. Realização .....	12
2.1.4. Avaliação .....	14
2.2. Área 2 – Participação na escola e relação com a comunidade.....	17
2.2.1. Atividades organizadas e realizadas.....	17
2.3. Área 3 – Investigação e desenvolvimento profissional .....	19

2.3.1. Introdução .....	19
2.3.2. Revisão da Literatura .....	21
2.3.3. Objetivos .....	27
2.3.4 Material e Métodos .....	28
a) Amostra.....	28
b) Instrumentos e recolha de dados .....	28
c) Procedimentos .....	30
2.3.5 Resultados.....	31
2.3.6. Discussão dos resultados.....	44
2.3.7. Conclusões.....	48
3. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	50
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	51
ANEXOS .....	54

## **LISTA DE ANEXOS**

**Anexo 1-** Planeamento 2º Período

**Anexo 2-** Planeamento Unidade Didática Badminton

**Anexo 3-** Plano de Aula

**Anexo 4 -** Reflexão do Plano de Aula

**Anexo 5 -** Grelha de análise dos princípios de execução das habilidades

**Anexo 6 -** Guião da entrevista semi-estruturada da perceção dos docentes de Educação Física

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>GRÁFICO 1.</b> DISTRIBUIÇÃO DOS GÊNEROS DA AMOSTRA.....	28
<b>GRÁFICO 2.</b> NÍVEIS DE SUCESSO DA AMOSTRA EM GERAL .....	32
<b>GRÁFICO 3.</b> NÍVEIS DE SUCESSO DA AMOSTRA POR GÊNEROS.....	33
<b>GRÁFICO 4.</b> NÍVEIS DE SUCESSO DA AMOSTRA EM GERAL, SITUAÇÃO DE JOGO E EXERCÍCIOS ANALÍTICOS.....	34
<b>GRÁFICO 5.</b> RESULTADOS DA AMOSTRA POR NÍVEIS DE EXECUÇÃO.....	35
<b>GRÁFICO 6.</b> MÉDIA DOS EXERCÍCIOS DAS COMPETÊNCIAS MOTORAS GERAL E POR GÊNERO .....	36

## ÍNDICE DE TABELAS

<b>TABELA 1.</b> NOTAS FINAIS DO 3º CICLO NO ANO LETIVO 2013/2014 .....	31
<b>TABELA 2.</b> NOTAS FINAIS DO ENSINO SECUNDÁRIO NO ANO LETIVO 2013/2014 .....	32
<b>TABELA 3.</b> DADOS BIOGRÁFICOS DOS ENTREVISTADOS.....	37
<b>TABELA 4.</b> NOÇÃO/ OBJETIVOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	38
<b>TABELA 5.</b> PERCEÇÃO SOBRE A CARGA HORÁRIA .....	38
<b>TABELA 6.</b> CONHECIMENTO DOS PROGRAMAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	39
<b>TABELA 7.</b> CUMPRIMENTO DO PROGRAMA DE EDUCAÇÃO FÍSICA .....	39
<b>TABELA 8.</b> CONHECIMENTO DAS NORMAS PARA O SUCESSO EM EDUCAÇÃO FÍSICA.....	40
<b>TABELA 9.</b> PERCEÇÃO DOS NÍVEIS DE COMPETÊNCIA MOTORA.....	40
<b>TABELA 10.</b> MELHORIA DAS COMPETÊNCIAS MOTORAS DURANTE O PERCURSO EDUCATIVO .....	41
<b>TABELA 11.</b> ATRIBUIÇÃO DE NÍVEIS NEGATIVOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA .....	41
<b>TABELA 12.</b> PERCEÇÃO DAS MÉDIAS DAS NOTAS EM EDUCAÇÃO FÍSICA.....	42
<b>TABELA 13.</b> CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA.....	43

## **Introdução**

O presente relatório de estágio enquadra-se na unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada do curso de Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, do Instituto de Educação da Universidade do Minho. Este documento resulta da necessidade de narrar e refletir acerca das atividades desenvolvidas e aprendizagens realizadas ao longo do ano letivo 2014/2015, enquanto professor estagiário de Educação Física, numa Escola Secundária situada em Barcelos. Este relatório de estágio descreve o meu trajeto enquanto professor estagiário durante a Prática de Ensino Supervisionada nas diferentes componentes, pessoal, institucional, pedagógica e científica. O objetivo será descrever e refletir em cada um destes elementos toda a informação que considero fundamental para o entendimento dos meus atos, determinações, conceções e metodologias adotadas.

A observação, reflexão e autoavaliação são características importantes em qualquer âmbito mas têm especial valor na área de ensino pois, o professor como principal interveniente no processo de ensino-aprendizagem não se deve limitar a uma comunicação unilateral e expositiva, deve preocupar-se com a transmissão do saber e de lições que os alunos possam aplicar ao longo da sua vida, bem como, criar as condições de ensino e aprendizagem necessárias para o sucesso dos seus alunos.

Este relatório está estruturado em dois capítulos: o capítulo I – Enquadramento Contextual da Prática de Ensino Supervisionada - está repartido entre as expectativas pessoais e o enquadramento institucional; o capítulo II – Realização da Prática de Ensino Supervisionada - está repartido em três áreas: na área 1 é representada a minha intervenção como professor estagiário, na área 2 é apresentada a minha relação com a comunidade, e na área 3 é apresentado o meu estudo de investigação realizado na escola onde lecionei, sob o título “A relação entre as competências motoras dos alunos, as classificações finais na Educação Física e as perceções dos professores. Um estudo exploratório no 12º ano de escolaridade.”

Os objetivos da investigação a que me propus refletem as minhas maiores preocupações enquanto professor estagiário: a evolução do desempenho motor dos alunos e a avaliação. A avaliação é um tema de bastante discussão no ensino devido à sua subjetividade principalmente na educação física. Pretendi então estimular e desmistificar este assunto, tentando perceber os pressupostos por de trás da avaliação.

**CAPÍTULO I**  
**ENQUADRAMENTO CONTEXTUAL DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA**

## **1.1 Enquadramento Pessoal**

Desde sempre a atividade física e o desporto acompanharam o meu desenvolvimento, e daí me ter formado em Desporto e Lazer. O prazer pela atividade física esteve sempre presente ao longo de toda a minha vida. Enquanto miúdo aproveitava todos os tempos livres para brincar, sobretudo no recreio da escola e na rua com os meus amigos sempre de uma forma lúdica, onde jogava futebol, voleibol, andava de bicicleta, sempre procurando a diversão.

Ao longo do meu percurso escolar procurei sempre estar envolvido em experiências desportivas quer em eventos de desporto escolar, quer em torneios de futebol, basquetebol e voleibol.

Ao ingressar no ensino superior, foi lógica para mim a escolha pela área do desporto.

No final na Licenciatura iniciei esta nova etapa, na Universidade do Minho, sendo que ser professor de Educação Física era um dos meus objetivos.

Ao longo do meu percurso académico tive sempre em foco os meus objetivos, e tentei seguir sempre o melhor caminho para os atingir no entanto tinha a consciência de que não tinha muitos dos elementos necessários que me serviriam de suporte para esta nova etapa, lecionar educação física. Porém, sempre me dediquei para aumentar as minhas competências e aprendizagens.

Posto isto, foi necessário da minha parte um esforço acrescido em relação a muitos colegas que se prepararam e fundamentaram para lecionar, no entanto, também sei que fui capaz de ultrapassar esta nova jornada.

Sozinho seria um percurso muito difícil, mas foi bom contar com o apoio dos meus colegas estagiários, e dos professores orientadores.

Surgiram inúmeras dificuldades, e por vezes nada fáceis de superar, mas também é um dos objetivos deste ano de estágio, passarmos pela experiência real numa escola, e aprendermos com os outros e com os erros.

## **1.2 Enquadramento Institucional**

### **1.2.1. Caraterização do Meio**

O concelho de Barcelos tem uma área de 378,9 km<sup>2</sup>, distribuída, administrativamente, por 61 freguesias e uma população de 119 563 habitantes em 2013, sendo uma das cidades mais antigas do país, tendo relatos desde o século XIII. Desde cedo é uma cidade habitada por povos com vestígios em várias zonas da cidade. Aproximadamente no ano de 1177, Barcelos pelas mãos de D. Afonso Henriques recebeu a carta de foral e em 1227 e em 1928, Barcelos foi elevada a categoria de cidade.

Segundo dados do município, quando á educação, ao nível do ensino superior está instalado um Instituto Politécnico, existem seis escolas públicas, com ensino secundário, um conservatório de música, quatro escolas profissionais, oito Escolas Básicas (2º e 3º ciclo), noventa e sete escolas do primeiro ciclo e setenta e oito estabelecimentos dedicados ao ensino pré-escolar. Barcelos é servido dos seguintes colégios: Colégio Didálvi (2º, 3º ciclo e Secundário), Colégio La Salle e o Colégio Menino de Deus (1º Ciclo). De referir que existe neste município uma taxa de analfabetismo de 7% e uma taxa de abandono escolar de 3% e baixo número de Licenciados.

A nível desportivo, de destacar 3 clubes: Gil Vicente FC, Basquete CB; Hóquei CB.

Existem várias infraestruturas que propiciam a prática desportiva pelo concelho, no entanto não são aproveitadas.

### **1.2.2. Caraterização da Escola**

A minha Prática de Ensino Supervisionado decorreu numa escola secundária do concelho de Barcelos.

A escola abrange o 3º ciclo e o ensino secundário com o ensino regular, ensino profissional e ensino vocacional.

A escola é constituída por 120 docentes dos quais 11 são de Educação Física, 2 professores do Ensino Especial, 25 assistentes operacionais e 13 assistentes técnicos. Quanto à população discente a escola é constituída por 11 turmas do 3º ciclo correspondendo a 234 alunos e por 38 turmas do secundário correspondendo a 933 alunos, constituindo um total de 1167 alunos.

A escola está atualmente a passar por obras de requalificação, devido ao estado de degradação em que se encontrava. No entanto, encontram-se em funcionamento praticamente todos os espaços e a funcionalidade dos serviços (serviços administrativos, cantina, bar, reprografia, papelaria e biblioteca escolar).

Relativamente às condições de aprendizagem dos alunos na disciplina de Educação Física, o pavilhão gimnodesportivo tem as dimensões de aproximadamente 40m de comprimento por 28m de largura, proporcionando a utilização de três espaços de aula em simultâneo. O pavilhão é ladeado por uma bancada, e possui cinco balneários. O mesmo dispõe ainda de várias arrecadações, um gabinete para os professores com balneário. Havendo ainda no interior uma sala multiusos inerente ao pavilhão com cerca de 15m de largura por 28m de comprimento, e uma sala de espelhos para aulas de dança. No exterior existem dois campos de voleibol, um de basquetebol, um campo de futebol de 5 sintético, uma pista de atletismo e uma caixa de areia para salto em comprimento.

Apesar de existirem todos estes espaços, as condições não são as ideais, pois o pavilhão gimnodesportivo encontra-se em obras, sendo assim retirados três espaços. O problema maior coloca-se ainda quando chove, ficando assim as aulas reduzidas ao multiusos e à sala de dança, que por vezes chegam a albergar seis turmas em simultâneo.

### **1.2.5. Caracterização da turma**

A turma que me foi atribuída pertence ao 12º ano do curso de Humanidades, e é constituída por 20 alunos.

A caracterização da turma foi elaborada de acordo com a ficha de caracterização elaborada pelo núcleo de estágio. Dos 20 alunos, 13 são raparigas e 7 rapazes onde a média de idades é de 17 anos. Destes, 2 já reprovaram uma vez no seu percurso escolar. Relativamente à distância casa-escola, um terço da turma reside a mais de 10 km da escola. No que diz respeito à ocupação de tempos livres, ver TV, ouvir música, jogos de computador, pesquisas na web, estar nas redes sociais e praticar desporto são as atividades favoritas.

A nível de desporto, 8 alunos já praticaram ou praticam desporto federado, dos quais 5 no futebol, 2 no karaté e 1 no ténis.

**CAPÍTULO II**  
**REALIZAÇÃO DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA**

## **2.1. Área 1 – Organização e gestão do ensino e da aprendizagem**

### **2.1.1. Conceção**

Sabendo da importância da Educação Física para o desenvolvimento integral dos jovens, antes de elaborar qualquer planeamento e estabelecer objetivos específicos nas diversas matérias, tive a necessidade de ter em conta as finalidades definidas pelo Programa Nacional de Educação Física, sendo este o documento de orientação fundamental para o planeamento. Os objetivos do programa passam por:

- Desenvolver os níveis de aptidão física, na perspetiva da melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar;
- Aprofundar os conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades motoras;
- Alargar os limites dos rendimento motor em trabalho muscular diversificado (variações de duração, intensidade e complexidade);
- Promover a compreensão e aplicação de princípios e atitudes relativos à organização e participação nos diferentes tipos de atividades físicas, valorizando a iniciativa e a responsabilidade pessoal, a cooperação e a solidariedade.
- Fomentar o gosto pela prática regular das atividades físicas e reforçar a sua importância como fator de saúde ao longo da vida;
- Assegurar o aperfeiçoamento de um conjunto de matérias, que garanta o desenvolvimento multilateral e harmonioso dos jovens, tais como:
  - As atividades físicas desportivas nas suas dimensões técnica, tática, regulamentar e organizativa;
  - As atividades físicas expressivas (danças), nas suas dimensões técnica, composição e interpretação;
  - As atividades físicas de exploração da Natureza, nas suas dimensões técnica, organizativa e ecológica;
  - Os jogos tradicionais e populares.

No entanto, e sendo este documento apenas para orientação, para que o planeamento fosse bem elaborado, com conteúdo e adaptado aos alunos, foi necessário conhecer o meio: perceber quais as condições que a escola oferecia, encarar e ter conhecimento da realidade existente na escola e sua comunidade.

No que ao funcionamento da escola diz respeito, desde o primeiro momento que o professor cooperante se mostrou disponível para nos explicar todos os pontos e esclarecer todas as dúvidas que eventualmente surgissem ao longo do percurso.

O projeto educativo e o regulamento interno da escola também foram essenciais para a caracterização da mesma. Relativamente à caracterização do meio envolvente, esta foi feita em conjunto com núcleo de estágio. Depois de ter contacto com estas realidades, faltava o contacto com a minha turma.

Inicialmente foi feita uma caracterização da turma, com o propósito de conhecer o seu passado socioeconómico e desportivo, para melhor adaptar os objetivos do programa. Para complementar esta análise, reuni com o professor cooperante e observando a planificação realizada no ano anterior, foi possível perceber qual o nível em que os alunos se encontravam.

Posto isto, iniciei a análise dos conteúdos a abordar. Após todas estas etapas, pude dar o passo seguinte, o do planeamento sabendo, à partida, que estavam reunidas todas as condições para que este fosse o planeamento mais ajustado às necessidades da turma.

### **2.1.2. Planeamento**

Tendo em conta todos os pressupostos referidos na conceção, ao falar em planeamento em Educação Física refiro-me ao planeamento anual da disciplina (anexo 1), ao planeamento das unidades didáticas (anexo 2) e ao planeamento das respetivas aulas (anexo 3). O planeamento de todo o processo de ensino foi realizado com a devida antecedência, tendo em conta a análise e reflexão do Programa Nacional de Educação Física e do planeamento proposto pelo departamento de Educação Física da escola. Como se tratava de uma turma do 12º ano, onde os alunos têm a opção de escolher algumas modalidades, elaborei o planeamento inicial deixando essas escolhas em aberto.

Por isso, as decisões da constituição curricular, e segundo as indicações presentes no programa, deveriam ser garantidas em conjunto, por mim e pelos meus alunos, selecionando assim no plano da turma os temas que compõem o seu currículo, escolha essa que deve ser e foi limitada de modo a garantir o desenvolvimento de competências variadas, como indicado no programa nacional.

Como foi do encargo de cada estagiário a disposição e organização dos conteúdos pelo período, na composição do planeamento periódico tive em conta o desenvolvimento das modalidades em questão mas também a melhoria da aptidão física e das capacidades físicas, bem como das principais funções e valores que devem ser trabalhados na disciplina de Educação Física. O planeamento das unidades didáticas é uma ferramenta preciosa na medida em que orienta o professor quanto à sua ação ao longo do período já que estas não são lecionadas continuamente devido à rotação dos espaços.

Nem sempre aquilo que planeei e elaborei foi alcançado da forma como pretendia, ou a recetividade dos alunos não foi a esperada, mas os sucessos que pude verificar foram mais que satisfatórios, e auxiliaram-me a crescer como profissional.

Tendo em conta as competências pedagógicas que são reconhecidas, a disciplina de Educação Física deve dar oportunidades educativas variadas e complementares, promovendo a melhoria da aptidão física, a adaptabilidade aos diferentes tipos de atividade e interesse para continuar a aprender e descobrir. Contudo, nunca podemos ocultar que uma das principais

funções do professor de Educação Física é também de desenvolver no aluno, capacidades físicas e cognitivas, modificando atitudes e comportamentos sociais concordantes com os nossos valores culturais, e desta forma cumprir os objetivos definidos pelo Ministério da Educação.

Considero que a Unidade Didática deve ser uma orientação para o professor, no entanto não deve ser considerada totalmente “rígida”, pois ao longo do processo de ensino surgem situações às quais não pudemos antecipar, que fazem com que o professor tenha de se adaptar, que tenha de reorganizar e modificar as Unidades Didáticas, sendo por isso flexíveis, consoante as exigências das situações.

Na generalidade, as Unidades Didáticas constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos, etapas claras e bem distintas de ensino-aprendizagem.

Os planos de cada aula, seguem exatamente o mesmo pensamento das unidades didáticas, a elaboração consoante os objetivos propostos e também a sua flexibilidade.

### **2.1.3. Realização**

É na prática de ensino supervisionada onde se observa maior potencial de aprendizagem e onde existe a expectativa de uma maior evolução no estagiário. É na intervenção pedagógica, isto é, em contacto e interação com os alunos, que se podem potenciar as aprendizagens recolhidas no curso de formação e vivenciar/experimentar muitas outras.

Esta diferenciação torna-se essencial uma vez que um bom plano de aula não garante que os alunos alcancem os objetivos propostos para a aula. Podemos dizer que a intervenção pedagógica é uma das fontes, se não a principal, no processo ensino-aprendizagem.

Para Sidentop (1983) a intervenção pedagógica rodeia diferentes dimensões do ensino identificadas e relacionadas com as dimensões de instrução, gestão/organização, clima relacional e disciplina.

“Compete ao professor planear, organizar e controlar o processo ensino-aprendizagem. As técnicas de intervenção pedagógica podem ajudá-lo no cumprimento desta tarefa, permitindo-lhe melhorar a sua intervenção pedagógica, logo, praticar um ensino mais eficaz” (Aranha, 2004).

A instrução compreende na sua dimensão, todos os processos de interação utilizados pelo professor para transmitir informação para o aluno, ou turma. No início do estágio esta era uma das dimensões da intervenção pedagógica na qual me sentia menos seguro, e sabia que ia ter obstáculos o que acabou por acontecer logo nas aulas iniciais. Estas dificuldades deveram-se ao fato de ser inexperiente, contudo, foram logo estabelecidas estratégias para resolver estas falhas de modo a não condicionar as aprendizagens dos alunos e o meu progresso enquanto professor. As minhas dificuldades prendiam-se com o fornecimento de feedbacks aos alunos. Embora tivesse a perceção do momento em que os devia fornecer demorava um pouco o que retirava a pertinência do mesmo. Outra das dificuldades encontradas foi a capacidade de fornecer feedbacks a grupos. No número de feedbacks fornecidos encontrei outra dificuldade, os feedbacks ministrados por mim eram insuficientes, prejudicando assim a minha intervenção na dimensão da instrução. Sendo assim, passei a observar aulas dos restantes professores do grupo de educação física. Com as estratégias de superação e com um esforço constante para ultrapassar estas dificuldades, senti que estava a progredir e que as minhas aulas adquiriam

cada vez mais qualidade. Deste modo a minha instrução passou a ser mais competente, muito embora ainda tenha de continuar a evoluir.

Outra área importante é a gestão organizacional, onde consta cada estratégia utilizada pelo professor de forma a conseguir ocasionar mais e melhor o tempo de empenhamento motor. Quando se fala em gestão não é apenas a gestão do tempo, mas também a gestão dos recursos existentes e espaços. Uma boa gestão da aula prende-se com a capacidade utilizar todas as estratégias possíveis para promover o sucesso dos alunos.

O estabelecimento de regras logo no início de o ano, combinar sinais para reunião dos alunos ou para chamar a atenção e a criação de rotinas devem ser prioridades do professor, uma vez que através destes mecanismos se consegue atingir uma gestão mais cuidada, transformando desta forma a nossa aula mais atrativa e interessante.

Na dimensão disciplina, o objetivo é obter por parte dos alunos uma conduta apropriada, ou seja, um aluno disciplinado é aquele que cumpre todas as regras propostas e tem a conduta indicada perante todo o processo ensino-aprendizagem. Neste parâmetro não tive dificuldades, uma vez que os alunos não criaram problemas nesta categoria. Embora e como é normal foram surgindo conversas paralelas, mas uma breve chamada de atenção era suficiente.

Na dimensão clima relacional trata-se sobretudo das medidas que se destinam a promover uma relação positiva dos alunos entre si, do professor com cada um dos alunos e dos alunos com as atividades propostas. Embora, nesta área tudo tenha decorrido dentro da normalidade, nem sempre existiu um clima ótimo de aprendizagem. No início, em algumas aulas, sempre que eram propostos exercícios analíticos, surgia alguma desmotivação e falta de empenho o que prejudicava a aprendizagem. Para a resolução deste problema procurei inovar em alguns exercícios de modo a tornarem-se mais interessantes para os alunos, bem como diversas conversas de forma a aperceberem-se o quanto é importante a disciplina para o seu desenvolvimento. Mais uma vez para uma evolução mais rápida foi necessário a observação de aulas de professores experientes, de modo a ver como é que eles resolvem estes tipos de situações, bem como o apoio permanente do professor cooperante, e as leituras por mim realizadas sobre o tema.

#### **2.1.4. Avaliação**

A avaliação é um instrumento regulador do processo de ensino-aprendizagem, através do qual se torna possível descrever os conhecimentos, as atitudes e as aptidões que os alunos vão adquirindo ao longo de um determinado tempo, bem como as dificuldades por eles reveladas. É através da colheita de informação que suporta uma avaliação integradora e prática, que o professor procede aos ajustes necessários às suas estratégias de ensino que facilitem auxiliar os alunos a resolver as suas dificuldades na obtenção dos conteúdos delineados.

A avaliação tem como objetivos apoiar o processo educativo, fomentar o sucesso dos alunos, certificar as diversas aprendizagens e competências adquiridas pelo aluno e contribuir para a melhoria e qualidade do sistema educativo. Em Educação Física, a avaliação assenta na criação de objetivos a atingir pelos alunos para o ano letivo ou matéria de ensino. Estes objetivos estão definidos institucionalmente, a nível governamental, através do PNEF, com objetivos anuais e de ciclo de estudos.

Segundo o programa os alunos de vem ser avaliados usando como referência para o sucesso na educação física, três áreas de avaliação próprias da Educação Física: A - Atividades Físicas (Matérias), B - Aptidão Física e C – Conhecimentos.

O departamento de educação física da escola em questão opta por três domínios, descritos por Bento (2003): cognitivo, socio afetivo e psicomotor. O domínio cognitivo é avaliado ao longo de todas as aulas recorrendo-se ao questionamento e sem prova escrita, no início e na parte final de cada aula. Numa primeira fase, este questionamento é dirigido, procurando-se ao longo das aulas recolher dados de todos os alunos. Após todos os alunos serem questionados, a avaliação do domínio cognitivo prossegue, mas a resposta à questão passava pela iniciativa do aluno e não pela nomeação do professor. O domínio socio afetivo (valores e atitudes) é avaliado ao longo de todas as unidades didáticas, através dos aspetos descritos nos critérios de avaliação, ao qual é conferida extrema importância. O domínio psicomotor (aquisição e aplicação de conhecimentos práticos) é avaliado em função do desempenho motor de cada aluno, no decorrer de cada unidade didática, recorrendo para tal à avaliação formativa e avaliação sumativa. Desta forma, a avaliação das unidades didáticas decorrem em três momentos: no

início, durante e no fim do processo, recorrendo, respetivamente, à avaliação diagnóstica, formativa e sumativa.

A avaliação pode ser agrupada, em três dimensões: Diagnóstica, Formativa e Sumativa. Consideramos deste modo que não existe uma avaliação, mas sim avaliações, que se interligam e completam mutuamente, estando diretamente dependentes umas das outras ao procurarmos sucesso na aprendizagem dos nossos alunos.

A avaliação diagnóstica consiste na recolha de dados que permita ao professor definir o ponto de partida da aprendizagem dos alunos. Trata-se de verificar os conhecimentos iniciais dos alunos, a fim de realizar as adaptações que se considerem necessárias aos programas educativos. Definiram-se assim, com base nos resultados derivados da avaliação diagnóstica, a posição de partida dos alunos face às matérias a lecionar, bem como o grau de consolidação das aprendizagens anteriores, base para as novas. Foi também após a recolha destes dados que foram estipulados os objetivos a alcançar por cada nível de desenvolvimento motor, havendo uma adequação às capacidades cognitivas e processuais dos alunos. Para a sua realização e implementação recorreu-se a uma ficha elaborada por mim para o efeito, utilizando para tal a primeira aula de cada unidade didática. Esta recolha de dados permitiu-me enquadrar os alunos nos diferentes níveis de desempenho motor. Consegui assim agrupar os alunos por níveis, procedendo à criação das estratégias necessárias e adequadas a cada nível, promovendo um ensino diferenciado.

A avaliação formativa consiste na recolha sistemática de dados sobre o desempenho dos alunos, a fim de “determinar a posição do aluno ao longo de uma unidade de ensino, no sentido de identificar dificuldades e lhes dar solução” (Ribeiro, 1999). Esta avaliação tem, essencialmente, uma função reguladora do processo de ensino-aprendizagem, na medida em que, através dos dados nela recolhidos, o professor procede às alterações necessárias para conduzir os alunos ao sucesso.

Através desta função da avaliação foi possível identificar os sucessos e as dificuldades dos alunos durante a unidade didática e utilizar estes dados para indicar ao aluno o nível de desempenho em que se encontrava e até onde poderia chegar com trabalho e empenho. Com os resultados obtidos nesta avaliação pudemos verificar se as tarefas apresentadas, as estratégias de ensino, os estilos de ensino, os feedbacks e os objetivos eram os mais indicados

para os grupos de nível. O processo de recolha de dados, realizado ao longo das aulas, era registado em documentos elaborados por mim. Estes registos foram efetuados em pontos-chave das Unidades Didáticas, sensivelmente a meio, através de uma avaliação formativa formal durante uma aula. Nas demais aulas, o registo foi concebido de forma informal. Esta estratégia auxiliou a redefinição de algumas estratégias de ensino, assim como alguns objetivos finais que, por vezes, eram demasiado ambiciosos, e outras vezes, não eram ambiciosos o suficiente.

A avaliação sumativa é normalmente associada ao final de um período de tempo, como sejam o final de uma UD, período letivo ou ano letivo, trata-se de uma avaliação comprovadora, que visa determinar o domínio de alguns objetivos, previamente definidos, atribuindo-lhes um valor, geralmente quantitativo. Desta forma, este tipo de avaliação é a apreciação daquilo que ocorreu, do que se obteve no final do processo de aprendizagem. Ribeiro (1990) diz que “a avaliação sumativa procede a um balanço de resultados no final de um segmento de ensino-aprendizagem, acrescentando novos dados aos recolhidos pela avaliação formativa e contribuindo para uma apreciação mais equilibrada do trabalho realizado”. Nas aulas onde a função didática foi a avaliação sumativa, o objetivo centrou-se fundamentalmente na observação direta de tarefas realizadas, com um nível de exigência adequado aos conhecimentos e desempenho dos alunos da turma, efetuando o respetivo registo. Este registo era de seguida comparado com os critérios de êxito de cada nível de desempenho, situando-se o aluno não só num nível mas atribuindo-lhe um valor numérico, certificativo.

Apesar da Educação Física ser uma disciplina fundamentalmente prática, fundamentalmente porque existem conteúdos teóricos e de funcionamento que os alunos aprendem ao longo das aulas, existem alunos que, por motivos de saúde, estão medicamente impedidos de realizar as aulas práticas. No entanto estes mesmos alunos não podem ficar sem avaliação. Esta avaliação teve por base o acompanhamento das aulas, a elaboração de um dossier para cada unidade didática, no qual constam os conteúdos dados em cada aula e uma apreciação crítica pessoal.

## **2.2. Área 2 – Participação na escola e relação com a comunidade**

### **2.2.1. Atividades organizadas e realizadas**

Como vim a constatar ao longo deste estágio, o papel do professor não se resume somente a lecionar aulas, existem outras responsabilidades inerentes a esta profissão. Como professor estagiário, apoiado pelo Departamento de Educação Física e pela restante comunidade escolar, tive a responsabilidade de participar e dinamizar atividades que promovessem a atividade física associada a hábitos de vida saudável. Assim, tive a oportunidade de participar em inúmeras atividades, não só como cooperante mas também como organizador, juntamente com os meus colegas de estágio, pelo que irei aqui dar destaque a algumas delas.

- Introdução ao rapel;
- Aula de pilates;
- Apoio na Educação Física.

Ao longo de todo o ano letivo foram realizadas as aulas de pilates e de apoio na educação física. Estas aulas tinham a duração de uma hora, e praticadas uma ou duas vezes por semana. A aula de pilates era direcionada a toda a comunidade escolar, e contou sempre com a presença de alunos, professores e funcionários. Cooperar na dinamização destas aulas foi uma mais-valia, pois além de ser uma área em que detinha poucos conhecimentos e poder enriquecer o meu currículo, foi importante perceber a relevância de uma atividade onde participam os diferentes intervenientes da comunidade educativa, e a forma como fortalecem as relações e propiciam o bom ambiente.

Quanto às aulas de apoio na educação física, não teve o sucesso que pretendíamos, no entanto pensamos que é um dos caminhos a seguir. Durante o ano letivo contamos com a presença assídua de dois alunos com bastantes dificuldades na modalidade de ginástica de solo, e que de acordo com o testemunho dos próprios, não teriam conseguido sem a nossa ajuda.

A Atividade de Rapel decorreu num evento realizado na escola onde decorreu o estágio. O evento é destinado principalmente aos alunos do agrupamento que visitam a escola pela primeira vez. O espaço escolhido para a instalação da atividade foi uma varanda, por cima do anfiteatro da escola. Este espaço era próximo da sala dos professores e de acesso condicionado,

passando apenas elementos do staff, ou os alunos intervenientes e que participariam na atividade.

A preparação desta atividade foi inteiramente concebida pelos alunos estagiários, e com material fornecido por um patrocinador, angariado também pelos mesmos alunos. Esta atividade atingiu o sucesso pretendido com cerca de 80 participantes. Com resultado positivo que obtivemos desta atividade, conseguimos demonstrar a importância das atividades de exploração da natureza nas escolas e o impacto que estas têm nos alunos, sendo uma forma de os cativar na prática da atividade física.

## **2.3. Área 3 – Investigação e desenvolvimento profissional**

### **A RELAÇÃO ENTRE AS COMPETÊNCIAS MOTORAS DOS ALUNOS, AS CLASSIFICAÇÕES FINAIS NA EDUCAÇÃO FÍSICA E AS PERCEÇÕES DOS PROFESSORES. UM ESTUDO EXPLORATÓRIO NO 12º ANO DE ESCOLARIDADE.**

#### **2.3.1. Introdução**

O desenvolvimento das capacidades motoras é um dos objetivos do Programa Nacional de Educação Física. Assim sendo, a Educação Física nas escolas, tem a obrigação de desempenhar um papel extremamente importante na otimização das habilidades e competências motoras dos alunos.

O estudo, que levamos a efeito sobre “A relação entre as competências motoras dos alunos, as classificações finais na Educação Física e as perceções dos professores. Um estudo exploratório no 12º ano de escolaridade” teve como principal objetivo de investigação, aferir o desempenho motor dos alunos de uma turma do 12º ano de escolaridade na modalidade de voleibol, e confrontar estes resultados com as notas da disciplina de EF do ano anterior. Para complementar este estudo procuramos também conhecer qual a perceção dos professores comparativamente ao desempenho motor dos alunos e aos resultados globais da disciplina de EF.

A disciplina de Educação Física é obrigatória no sistema educativo português desde o 1º até ao 12º ano de escolaridade e exibe uma forte componente voltada para o desenvolvimento motor dos alunos.

O programa de educação física define e organiza objetivos para cada ciclo de estudos, de forma a que os alunos tenham evolução no seu desempenho motor, no entanto existem muitas variáveis que vão condicionar a execução destes objetivos, desde os recursos espaciais e materiais disponíveis para a prática que variam de escola para escola, até a aprendizagem que estes vivenciaram durante os ciclos de estudo.

A escolha da modalidade recaiu no Voleibol pois esta modalidade está contemplada nos programas oficiais desde o 5º ano de escolaridade, exigindo uma fase de introdução prolongada para possibilitar o jogo com características formais e técnicas. Por outro lado, apresenta um grande potencial de desenvolvimento global, pela capacidade de posicionamento para adaptação às trajetórias da bola e pelo próprio deslocamento sem controlo visual do solo, que nas suas variantes técnicas constitui um distinto recurso de aprimoramento do controlo motor.

Quanto à estrutura da investigação, numa primeira etapa realizou-se a revisão da literatura, que permite o enquadramento teórico do estudo, de seguida apresentam-se o problema, os objetivos e a metodologia usada. No seguimento, definiu-se a amostra, os instrumentos e os procedimentos de recolha de dados. Clarificados todos estes processos, apresentam-se os resultados e conseqüente discussão dos mesmos, e por fim as conclusões.

### **2.3.2. Revisão da Literatura**

O estudo sobre a avaliação em Educação Física e sobre as competências motoras dos alunos não é novo, e existem várias visões sobre o que é avaliar e de como se avalia.

A avaliação na educação física é uma necessidade, tanto para o professor como para o aluno. A avaliação proporciona ao professor adquirir conhecimentos de forma a qualificar/quantificar as aprendizagens realizadas pelo aluno.

A avaliação pode ser considerada como um instrumento que facilita as intervenções pedagógicas do professor, para que este possa ajustar as suas estratégias às hipóteses de aprendizagem dos alunos (Boggino, 2009).

Para Luckesi (1998), o processo de ensino-aprendizagem depende da avaliação, é através dos resultados que se observam informações consideráveis sobre a aprendizagem dos alunos, potenciando assim, um desenvolvimento e crescimento dos mesmos, através deste instrumento que é a avaliação.

Porém, a avaliação não pode ser vista apenas como uma atribuição de nota, na verdade este processo tem como objetivo encontrar as dificuldades dos alunos de forma a intervir antecipadamente, melhorando assim a sua aprendizagem (Carvalho, 2016).

Na opinião de Hoffmann (2000), existem incoerências entre a teoria e a prática, proporcionando uma separação entre a educação e a avaliação. Estas duas situações não podem ser observadas em separado; na verdade, eles andam juntos, com uma única intenção: o de investigar e refletir sobre a ação pedagógica.

Na Educação Física, segundo Darido (1999), a postura que o professor muitas vezes adota na sua prática profissional é a que quantifica as capacidades físicas, competências motoras e conhecimentos. Os resultados conseguidos são depois, confrontados com uma tabela que, muitas vezes, não se adequa à realidade do aluno, ou do contexto onde se insere.

A avaliação pode ser entendida como um processo de recolha, análise e produção de informação, que permite a formulação de um juízo avaliativo, indicado de forma qualitativa ou

quantitativa, dependendo da função e das finalidades da avaliação, que nos transporta para um processo de tomada de decisões diferentes (Barreira & Pinto (S.D.); Ferreira, 2007).

Problemas importantes a resolver são os do professor, como por exemplo o pouco conhecimento, o insuficiente domínio dos critérios de avaliação, o pouco treino de observação, o não aceitar a avaliação como um componente estruturante do processo de ensino e de aprendizagem (Comédias, 2005).

Atualmente, os jovens cada vez têm maior déficit de capacidades motoras (Andrade, 2006; Maforte, 2007), talvez por pouca atividade física, isto, porque substituem os tempos livres com atividades inertes como jogar computador e ver televisão. Esta postura perante o exercício físico por parte dos jovens afeta todo o seu desenvolvimento da coordenação motora. As aulas de Educação Física constituem para os alunos um conjunto de oportunidades de participação em atividades físico-motoras e desportivas, promovendo, entre outras, o desenvolvimento motor. Estas experiências orientadas e planeadas adequadamente podem ser de extrema importância para o desenvolvimento integral das crianças/jovens e para o início da prática regular de atividade física, no presente e no futuro.

A coordenação motora é essencial para todas as crianças e adolescentes uma vez que é na fase de desenvolvimento que há mais assimilação de movimentos e conteúdos, isto porque a coordenação motora os acompanhará para toda a vida. A coordenação é vista como uma aptidão de construir as ações motoras e, ainda, a aptidão de transformar ações motoras já completamente trabalhadas.

A avaliação estabelecida nas escolas, rege-se por normas e encontram-se em documentos oficiais, nos normativos da avaliação, nos conteúdos programáticos, nos objetivos do ano e nas competências de nível de ensino (Ferreira, 2007).

Com o Programa Nacional de Educação Física pretende-se evidenciar as linhas de desenvolvimento e o percurso do aluno ao longo dos diferentes anos escolares, assim como facilitar a organização e estruturação do trabalho a realizar pelo professor. No entanto, cabe ao professor selecionar os objetivos específicos, as soluções pedagógicas e as metodologias mais adequadas para que os alunos possam desfrutar dos benefícios reais da prática de atividade física. Os Programas Nacionais de Educação Física apresentam uma estrutura vertical (do 1º ao

12º ano de escolaridade). São compostos por objetivos de ciclo que constituem as principais referências no processo de avaliação dos alunos e que, naturalmente, aumentam o seu grau de complexidade conforme o ciclo de ensino.

Os objetivos de ciclo constituem as principais referências no processo de avaliação dos alunos, incluindo o tipo de atividade em que devem ser desenvolvidas e demonstradas atitudes, conhecimentos e capacidades, comuns às áreas e subáreas da Educação Física e as que caracterizam cada uma delas. Considera-se que o reconhecimento do sucesso é representado pelo domínio/demonstração de um conjunto de competências que decorrem dos objetivos gerais. O grau de sucesso ou desenvolvimento do aluno na Educação Física corresponde à qualidade revelada na interpretação prática dessas competências nas situações características. Os critérios de avaliação estabelecidos pela escola, pelo Departamento de Educação Física e pelo professor permitem determinar, concretamente esse grau de sucesso. Neste processo de construção do sistema de avaliação cabe ao Departamento de Educação Física definir claramente quando se considera que o aluno está apto a aprender um nível mais exigente do programa, isto é, explicitar os critérios que permitem interpretar o modo de participação dos alunos nas atividades, e concluir que o aluno cumpre determinada etapa da aprendizagem de uma dada matéria.

Segundo o programa a finalidade da Educação Física visa solidificar e aprofundar os conhecimentos e competências referentes aos processos de elevação e manutenção das capacidades motoras e também a melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar.

Os objetivos do programa de Educação Física para todos os grupos são: a) desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas; b) aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física; c) aprendizagem dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais, extraescolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas. (Programa Nacional de Educação Física, 2001)

O conteúdo das matérias está dividido em três níveis: a) Introdutório - habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a aptidão específica ou preparação de base; b) Elementar - domínio da matéria nos seus elementos principais com carácter mais formal,

relativamente aos modelos de prática e organização da atividade; c) Avançado - correspondente ao nível superior que poderá ser atingido no âmbito da disciplina de Educação Física.

Segundo o programa nacional de educação física, para alcançar o sucesso no ensino secundário, o aluno deve no mínimo alcançar as aprendizagens definidas nos três domínios descritos no seguinte quadro:

<p><b>Actividades Físicas</b> - o aluno, nas matérias seleccionadas, evidencia competências de</p> <p style="text-align: center;"><b>3 Níveis Introdutório</b> <b>3 Níveis Elementar</b></p>
<p><b>Aptidão física</b> – o aluno encontra-se na Zona Saudável de Aptidão Física (b)</p>
<p><b>Conhecimentos (...)</b>– o aluno revela os conhecimentos definidos pelo Departamento de Educação Física, relativos aos objectivos do Programa do Ensino Secundário</p>

Figura 1. Norma referência para o sucesso em EF (Secundário)

Fernandes (2005), diz que a avaliação é classificada por alguns autores como alternativa, sendo relatada como uma avaliação que se fundamenta em princípios que advêm do cognitivismo, do construtivismo, da psicologia social e das teorias sócio-culturais e sócio-cognitivas, onde a função principal passa por regular e melhorar as aprendizagens dos alunos, colocando em prática as competências dos mesmos, melhorando-as.

O voleibol surge no programa de Educação Física na área das atividades físicas desportivas e no grupo dos jogos desportivos e coletivos. Aparece como uma área obrigatória e com objetivos explicados para a modalidade. A modalidade é sugerida desde o 1º ciclo, com uma fase de introdução. É contínua nos restantes ciclos onde é aprimorada a nível motor e técnico. No ensino secundário, mais concretamente no 11º e 12º ano, a educação física tem integrado para estes anos, 2 modalidades de jogos desportivos coletivos, uma da ginástica ou uma de atletismo, dança e 2 de outras restantes. Nestes anos as matérias surgem como

opções, sendo da escolha dos alunos as matérias curriculares onde se pretendem aperfeiçoar. O voleibol pode ser uma dessas escolhas.

Para Gallahue e Ozmun (2001), o desenvolvimento motor é parte de todo o comportamento humano. O desenvolvimento cognitivo, o desenvolvimento afetivo e o desenvolvimento motor estão relacionados.

O desempenho motor torna-se assim fundamental no crescimento dos jovens, possibilitando uma percepção sobre o próprio, aflorando sentimentos que permitam elevar a autoestima e a motivação. (Palma, Camargo & Pontes, 2012).

Neto (2006) aponta como fatores que podem influenciar o desenvolvimento motor: a alteração do espaço físico disponível para os jogos (antes o exterior e as ruas, atualmente espaços interiores e com alto grau tecnológico); o aumento da insegurança e da proteção parental, (aumentou o “medo” dos pais em deixarem as crianças saírem à rua brincar com os amigos sem supervisão, assim como o controle nos percursos de casa para a escola e vice-versa); e a maior organização/controle do tempo infantil com atividades institucionalizadas (desportivas, artísticas e religiosas). Estes fatores fazem com que o tempo, realmente livre para a “exploração” de jogos ou atividades lúdicas, também exerçam influência sobre o nível de desenvolvimento motor das crianças.

O papel do Professor de Educação Física passa assim, entre outros aspetos, por trabalhar e potenciar as capacidades motoras dos alunos, trabalhando-as a partir de níveis de desenvolvimento motores mais baixos, aprimorando-as e procurando atingir níveis de competências motoras aceitáveis e definidas com as orientações curriculares para a disciplina.

Existem alguns estudos realizados em contexto escolar e em várias modalidades sobre o nível de desempenho motor dos alunos, os quais parecem indicar que o desempenho motor dos alunos se encontra em níveis bem mais baixos do que seriam expectáveis tendo em consideração o ano escolar e os programas nacionais para a disciplina.

Matos (2016), num estudo sobre o desempenho motor na modalidade de voleibol, constatou que apenas 37% da amostra atingiu o sucesso, e apresentaram níveis de desempenho motor abaixo do expectável. Na comparação entre géneros, os rapazes apresentaram taxas de sucesso superiores às raparigas.

Silva (2014), num estudo sobre o nível de desempenho motor na ginástica, obteve resultados que verificaram que a amostra não atingia as competências motoras, que seriam desejáveis e propostos pelo programa nacional.

Marinho (2014), num estudo acerca do nível de desempenho motor na modalidade de ginástica em alunos do 12º ano dos cursos profissionais, os alunos apresentaram níveis de desempenho motor baixos, sendo que nos exercícios analíticos existiram níveis superiores de desempenho quando comparados com os exercícios em sequência. Os alunos atingiram os objetivos que o programa de EF prescrevia na ginástica de aparelhos, o mesmo não se verificou na ginástica de solo.

Gonçalves (2012), no estudo do nível de desempenho motor na modalidade de ginástica em alunos no 7º ano de escolaridade apresentou resultados que demonstram que mais de metade da amostra não atinge os níveis de desempenho motor expectáveis.

Oliveira (2012), na modalidade de voleibol, verificou que 23% da amostra não atingia o sucesso, com níveis de desempenho motor abaixo do esperado. Revelam que nos exercícios analíticos o nível de desempenho motor apresenta-se mais elevado quando comparado com situações de jogo. Na comparação entre géneros os rapazes apresentaram níveis de desempenho motor superior quando comparados com as raparigas.

Carvalho e Gonçalves (2011), num estudo onde abordam temas como o programa nacional de educação física e os manuais escolares, verificaram que os professores não conheciam adequadamente os programas oficiais da disciplina de educação física

### **2.3.3. Objetivos**

#### **Objetivo geral:**

Avaliar o desempenho motor dos alunos do 12º ano, e compará-lo com os resultados globais da disciplina de educação física e com a percepção dos docentes de educação física

#### **Objetivos específicos:**

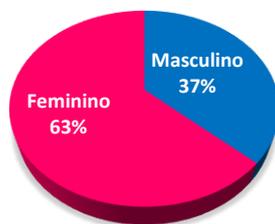
- Identificar o nível de desempenho motor dos alunos de uma turma do 12º ano de escolaridade, na modalidade de voleibol;
- Analisar as percepções dos professores de educação física, relativas ao desempenho motor dos alunos na disciplina de educação física;
- Identificar as classificações finais na disciplina de educação física, na escola onde se realizou o estudo.
- Comparar o nível de desempenho motor dos alunos de uma turma do 12º ano, na modalidade de voleibol, entre géneros.
- Comparar o nível de desempenho motor dos alunos de uma turma do 12º ano, na modalidade de voleibol, com as percepções que os professores de Educação Física têm sobre as mesmas;
- Comparar o nível de desempenho motor dos alunos de uma turma do 12º ano, na modalidade de voleibol, com as classificações na disciplina de Educação Física;

### 2.3.4 Material e Métodos

#### a) Amostra

O estudo foi realizado numa Escola Secundária/3 situada em Barcelos. A escola apresenta condições favoráveis para a prática de EF e em particular para a modalidade de Voleibol, e desta forma foram proporcionadas as condições para a realização do estudo.

A amostra para a avaliação do desempenho motor no voleibol foi constituída por 19 indivíduos de ambos os sexos e de nacionalidade portuguesa, 7 rapazes e 12 raparigas de uma turma do 12º ano de escolaridade, com idades compreendidas entre os 17 e os 18 anos.



*Gráfico 1. Distribuição dos géneros da amostra*

Para compreender o nível de desempenho/competências motoras dos alunos que frequentavam a escola onde decorreu este estudo, foram analisadas as classificações finais na disciplina de educação física (notas do 3º período) de todos os alunos que frequentaram a disciplina no ano anterior, ou seja, identificaram-se as classificações finais de 872 alunos.

As entrevistas contaram com a participação de 10 professores de educação física do mesmo departamento, com idades entre os 37 e os 55 anos.

#### b) Instrumentos e recolha de dados

Na recolha dos dados foi usada uma análise estruturada com o objetivo identificar e quantificar o desempenho motor dos alunos assim como o nível de desempenho motor na modalidade de voleibol.

Para avaliar e identificar o desempenho motor, utilizou-se uma grelha focada que possibilitou uma observação estruturada. Esta grelha foi elaborada por mim e pelo meu parceiro

de estágio sob a instrução do nosso orientador, tendo em ponderação as componentes críticas de cada gesto técnico, definidos pelo programa nacional.

A grelha de observação foi organizado pelas habilidades técnicas, sendo que, para cada uma, foram selecionados, segundo o programa nacional, os critérios de êxito avaliados quantitativamente de 1 a 4 em que:

- 1- Não executa
- 2- Executa com muitas incorreções
- 3- Executa com alguma correção
- 4- Executa muito bem

Nesta escala os níveis 1 e 2 foram definidos como insucesso, sendo que os níveis 3 e 4 como sucesso na realização dos critérios de êxito.

Na avaliação do desempenho motor em situações analíticas, os alunos realizaram exercícios de passe, manchete, remate e serviço por cima. Para executar os exercícios de passe e manchete foram chamados dois alunos de cada vez, em que estes se colocavam em dois locais assinalados com a distância de 3 metros, para iniciarem o exercício. O objetivo seria realizar 6 passes consecutivos e de seguida 6 manchetes consecutivas. Para os exercícios de remate e serviço por cima, para cada um dos gestos técnicos, os alunos realizaram 3 tentativas sendo analisada a melhor destas. Na avaliação do desempenho motor em situação de jogo reduzido (3x3) e jogo formal (6x6), os alunos formaram equipas de 3, e posteriormente de 6 elementos.

De referir que, todos os exercícios foram exemplificados e explicados, de forma a não suscitar dúvidas no momento da sua realização.

Para que esta observação fosse o mais precisa possível, os exercícios foram filmados para posterior visualização e análise. Foram então usadas duas máquinas de filmar, Sony HDR-CX11E e a Sony HDR-CX200E, gentilmente cedidas pela escola. Foram solicitadas autorizações aos encarregados de educação dos alunos e à direção da escola para podermos gravar os alunos nos exercícios critério, jogo reduzido e jogo formal. Os exercícios foram gravados pelas duas câmaras em simultâneo, instaladas em diferentes ângulos, uma no plano frontal do exercício e a outra num plano lateral.

As gravações foram realizadas durante 5 aulas de educação física no terceiro período. Após as gravações, foram visualizados e analisados os vídeos, e preenchida a grelha onde se obteve os dados para os procedimentos estatísticos e discussão dos resultados.

A recolha das classificações finais na disciplina de educação física dos alunos foi obtida através de um requerimento à direção da escola, tendo sido concedidas todas as notas requeridas. Com os dados realizaram-se médias, desvio padrão e foi criada uma tabela com os dados.

As entrevistas aos professores de educação física foram realizadas de forma anónima e autorizada, com recurso a gravação áudio. Para esta entrevista foi elaborado um guião semi-estruturado (anexo 6), com questões desde o desempenho e coordenação motora dos alunos, até à sua perceção dos resultados globais dos alunos. Estas foram transcritas para haver uma análise mais cuidada, de forma a poderem ser categorizadas para uma melhor interpretação. Foi realizada uma análise de conteúdo após uma leitura extensiva de todas as respostas, e de seguida procedeu-se a uma categorização via indutiva.

O programa utilizado para a visualização dos vídeos foi o Windows Media Player 12.

O tratamento dos dados foi realizado no programa IBM SPSS Statistics, versão 22 e no Microsoft Office Excel 2013, edição Portuguesa.

### **c) Procedimentos**

Num primeiro momento foi solicitado à direção da escola autorização para a realização do estudo.

Posteriormente foi solicitado à diretora de turma autorização para que os alunos participassem neste estudo e proceder-se assim ao envio das autorizações para os encarregados de educação dos alunos da turma interveniente.

Os dados foram recolhidos em várias etapas:

1º Etapa - Recolha das classificações finais de educação física do ano transato, junto dos serviços da secretaria.

2º Etapa - (filmado) Avaliação do desempenho motor do voleibol em situação analítica.

3º Etapa – (filmado) Avaliação do desempenho motor do voleibol em situação de jogo reduzido (3x3) e jogo formal (6x6).

4º Etapa – Entrevistas semi-estruturadas aos docentes de educação física sobre o desempenho motor dos alunos e resultados globais dos alunos na disciplina.

5º Etapa – Análise de todos os momentos e dados recolhidos.

A recolha de dados ocorreu depois de concedidas as autorizações e entre os meses de Janeiro e Junho de 2015.

### **2.3.5 Resultados**

O objetivo geral deste estudo passou por verificar as aprendizagens adquiridas pelos alunos de uma turma do 12º ano, na modalidade de voleibol e relacioná-las com as competências motoras estabelecidas pelo Programa Nacional de Educação Física.

Aqui serão mostrados os resultados do estudo, com base na recolha de dados efetuada na avaliação do desempenho motor dos alunos na modalidade selecionada, nos resultados globais da disciplina de educação física de todos os alunos que frequentaram a disciplina no ano transato, e nas entrevistas aos professores de educação física da mesma escola.

#### **Resultados globais da disciplina de educação física**

Nas tabelas 1 e 2 estão apresentados os resultados globais em Educação Física.

<b>Níveis</b>	<b>N (%)</b>
<b>3</b>	<b>47 (20,9%)</b>
<b>4</b>	101 (44,9%)
<b>5</b>	77 (34,2%)
<b>Total</b>	225 (100,0%)

*Tabela 1. Notas finais do 3º ciclo no ano letivo 2013/2014*

No 3º ciclo do ensino básico os resultados globais apresentam o total da amostra com níveis positivos, ou seja, as notas variaram entre os níveis 3 e 5, não havendo níveis 1 e 2, ou seja, notas negativas. A nota mais atribuída foi o nível 4, e a média final do 3º ciclo que abrange o 7º, 8º e 9º anos de escolaridade, é de 4,13 valores.

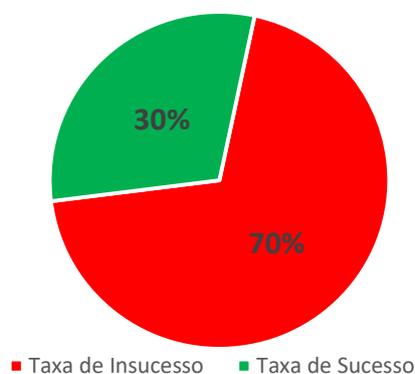
<b>Níveis</b>	<b>N (%)</b>
<b>9</b>	1 (0,1%)
<b>10/11/12</b>	34 (5,2%)
<b>13/14/15</b>	200 (31%)
<b>16/17/18</b>	328 (50,7%)
<b>19/20</b>	84 (13%)
<b>Total</b>	647 (100,0%)

*Tabela 2. Notas finais do ensino secundário no ano letivo 2013/2014*

No ensino secundário os resultados globais em educação física mostram que as notas variaram entre os níveis 9 e 20, sendo que 99,9% da amostra se encontra nos níveis positivos, ou seja, apenas um aluno teve uma nota negativa. É de salientar que 63,7% da amostra obteve classificações que variaram entre os 16 e os 20 valores, e 13% entre 19 e 20 valores. A média final do ensino secundário que englobam os 10º, 11º e 12º anos é de 16,1 valores.

### **Avaliação do desempenho motor dos alunos na modalidade de voleibol**

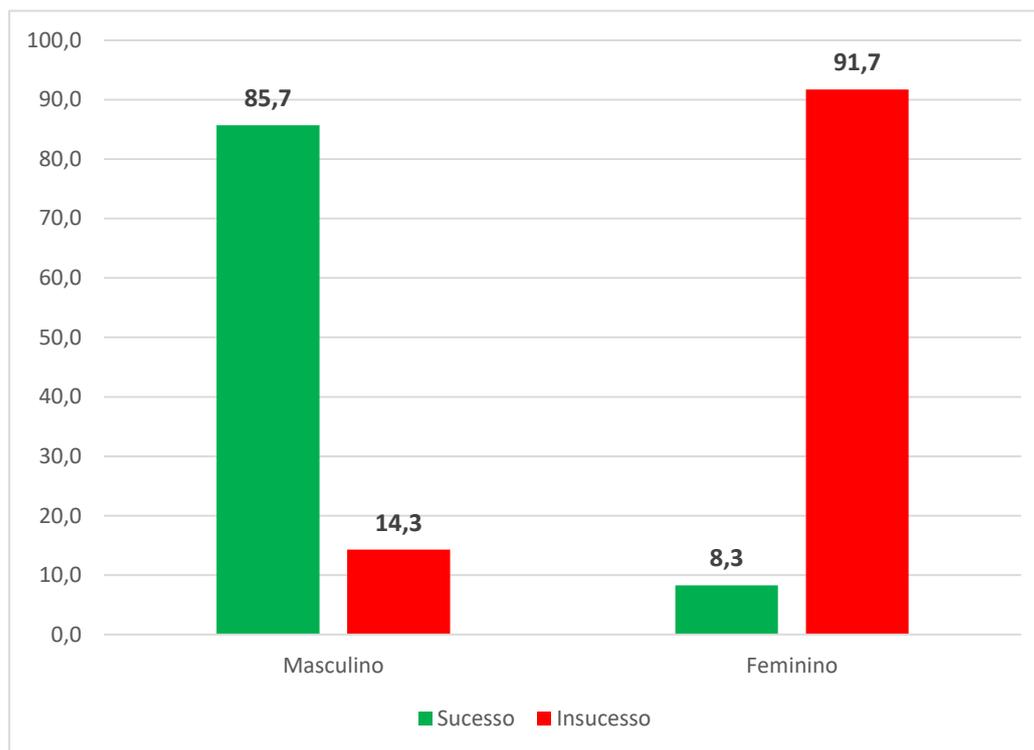
No gráfico 2 estão apresentados os níveis de sucesso e insucesso da amostra total, relativamente ao desempenho motor na modalidade de voleibol (englobando as situações analíticas e de jogo reduzido e formal).



*Gráfico 2. Níveis de sucesso da amostra em geral*

Como é possível verificar, a taxa de sucesso da amostra, relativamente ao desempenho motor na modalidade de voleibol é de apenas 30%, ou seja, 70% não alcançou os objetivos mínimos desejados.

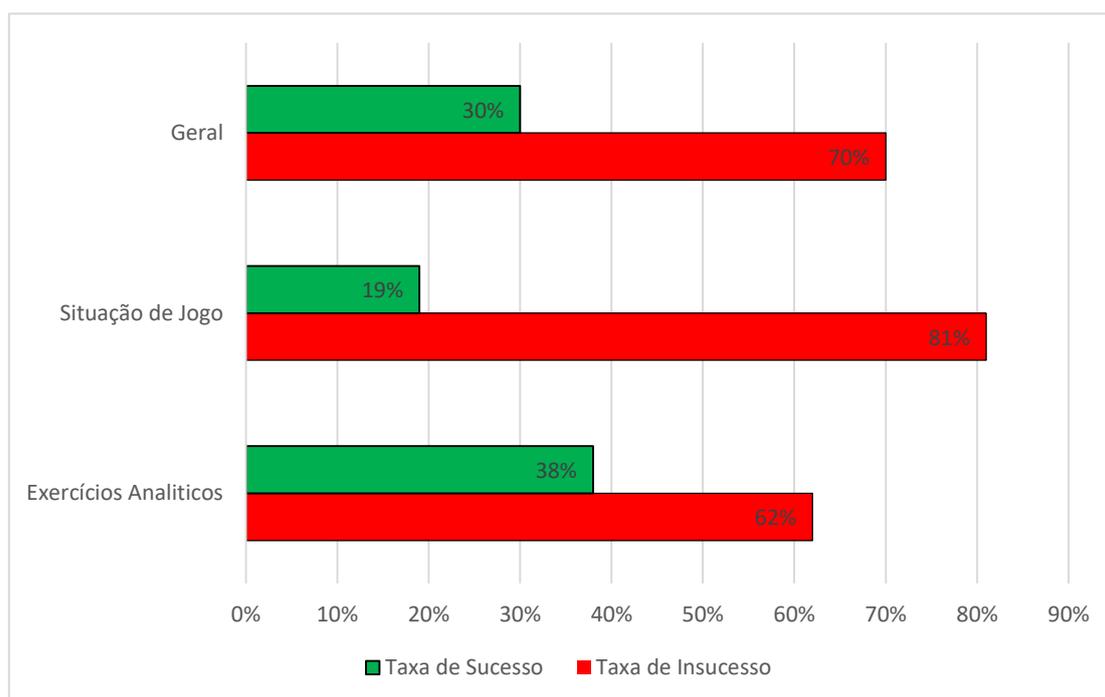
No gráfico 3 estão apresentados os níveis de sucesso e insucesso da amostra por géneros, relativamente ao desempenho motor na modalidade de voleibol.



**Gráfico 3.** Níveis de sucesso da amostra por géneros

Quando analisados os níveis de sucesso no desempenho motor (que foi de 30%) quanto ao género, vemos que os resultados apresentam uma grande diferença. O género masculino apresenta uma taxa de sucesso de 85,7%, enquanto que no género feminino a taxa de sucesso é de apenas 8,3%, ou seja, são claramente os rapazes que nesta modalidade de voleibol apresentam um maior domínio motor da mesma.

No gráfico 4 estão apresentados os resultados dos níveis de sucesso da amostra em geral, em situação de jogo e em exercícios analíticos.

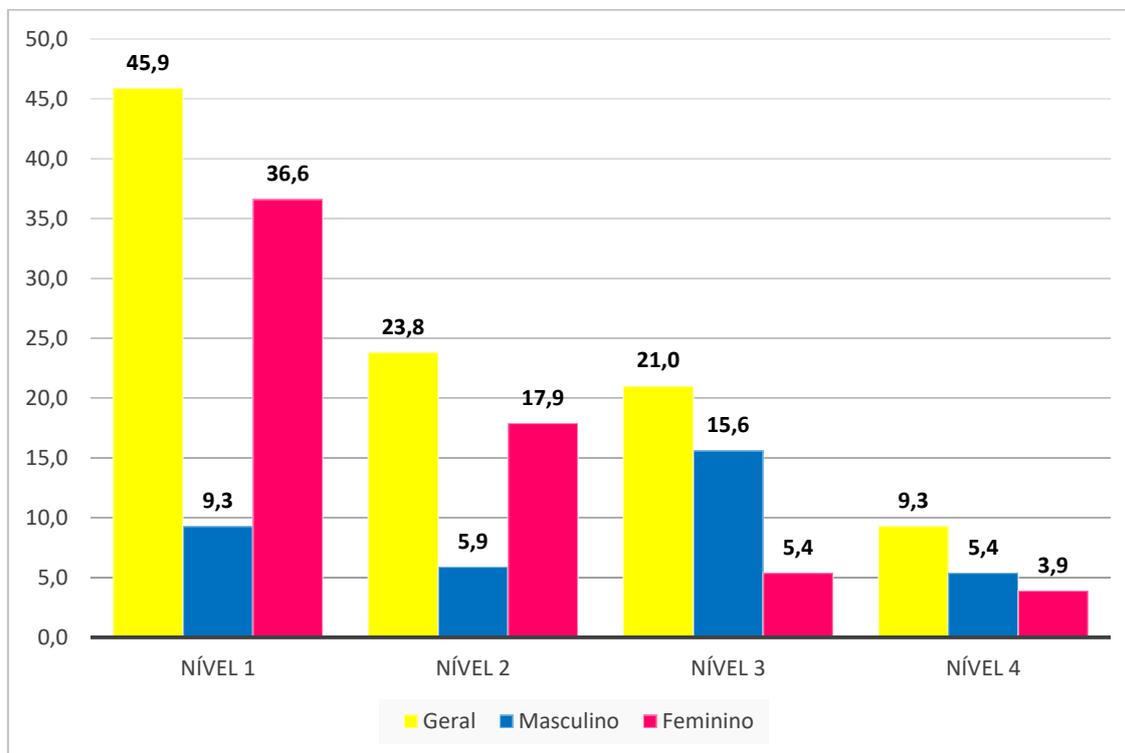


**Gráfico 4.** Níveis de sucesso da amostra em geral, situação de jogo e exercícios analíticos

Ao analisarmos os níveis de sucesso do desempenho motor em situação de jogo e em exercícios analíticos verificamos que, em ambos os casos a taxa de sucesso é reduzida, 19% e 38% respetivamente. Com isto, constata-se que, o desempenho motor em exercícios analíticos é baixo, mas quando analisamos este desempenho em situação de jogo os níveis de sucesso são ainda mais baixos.

De facto, em situação de jogo reduzido ou formal, o nível de desempenho motor piora quando comparado com a realização dos gestos técnicos em situações mais analíticas.

No gráfico 5 é possível observar os resultados do desempenho motor na modalidade de voleibol, segundo os níveis de execução.

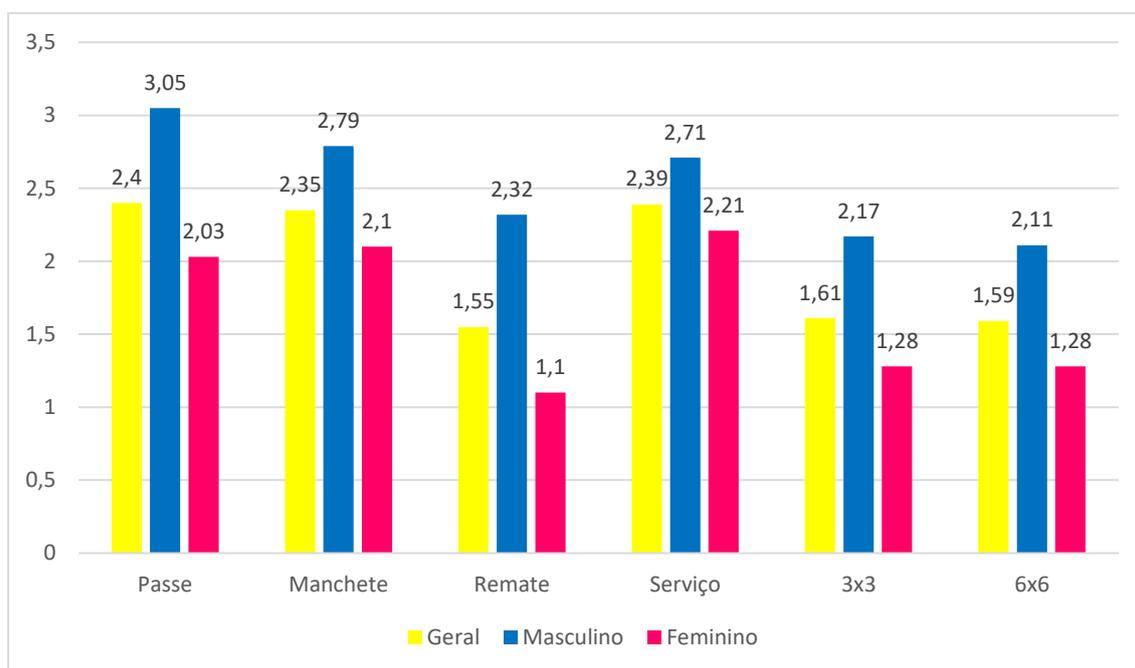


**Gráfico 5.** Resultados da amostra por níveis de execução

Distribuída a amostra por níveis de execução, podemos uma vez mais comprovar que cerca de 70% (45,9%+23,8%) encontra-se nos níveis 1 e 2, ou seja não atingiram o sucesso. É importante realçar o facto de em ambos os géneros a maior percentagem de insucesso se encontrar no nível 1, ou seja, não executam os critérios de êxito estabelecidos na avaliação do desempenho motor.

Ao analisarmos os resultados de cada um dos níveis de execução, é possível constatar que dos 45,9% da amostra que obtiveram o nível 1, apenas 9,3% são do género masculino enquanto 36,6% são do género feminino. No nível 2 observamos a mesma tendência, o género feminino obteve maior taxa de insucesso. Nos níveis positivos, os resultados invertem-se, já que é o género masculino a obter maiores percentagens nestes níveis de sucesso.

No gráfico 6 apresenta-se a média das competências motoras da amostra nas determinantes/gestos técnicos de voleibol avaliados.



**Gráfico 6.** Média dos exercícios das competências motoras geral e por género

A média das competências motoras no geral da amostra situa-se entre 1,55 e 2,39, sendo que a média mais baixa é do exercício analítico de remate, logo seguida das situações de jogo reduzido 3x3 e jogo formal 6x6. A média mais alta foi observada no serviço por cima, seguida dos exercícios de passe e manchete.

Ao analisar estes resultados, facilmente se observa que a amostra não atingiu nível positivo em nenhuma das determinantes/gestos técnicos da modalidade de voleibol avaliados. Sendo uma turma de 12<sup>a</sup> ano, numa modalidade prevista no programa oficial da disciplina desde, pelo menos, o 5<sup>o</sup> ano de escolaridade, seria expectável que os alunos se encontrassem no nível avançado que correspondente ao nível superior que poderá ser atingido no âmbito da disciplina de Educação Física. Estes resultados demonstram claramente o fosso entre o desejável proposto pelo programa nacional e o que realmente parece estar aprendido e consolidado pelos alunos.

Os resultados observados por género nas competências motoras, mostram os rapazes com médias superiores em qualquer gesto técnico do voleibol. No entanto, os rapazes

apresentam valores positivos apenas no exercício de passe com média de 3,05. As raparigas apresentam a média mais alta no exercício de serviço por cima (2,21), contudo não atingindo valores positivos.

O gesto técnico do remate é aquele em que ambos os géneros obtiveram a média mais baixa.

### **Resultados das entrevistas aos professores de educação física**

Na tabela 3 estão apresentados os resultados quanto aos dados biográficos dos entrevistados.

<b>Nº de Entrevistados</b>	10
<b>Idade</b>	Variam entre os 37 e 55 anos
<b>Grau académico</b>	8 Licenciados e 2 Mestres
<b>Tempo de serviço</b>	Varia entre os 10 e os 31 anos
<b>Percurso desportivo</b>	8 Foram federados em desportos como: futebol, atletismo, ginástica, voleibol e hóquei em patins
<b>Prática de atividade física</b>	Apenas 5 praticam atividade física regularmente
<b>Funções acumuladas</b>	Além do papel de professor, estes acumulam funções que vão desde, orientador de estágio, diretor de turma, coordenador de curso, assessores da direção e diretor técnico de instalações

*Tabela 3. Dados biográficos dos entrevistados*

Na tabela 4, são apresentadas algumas respostas dos professores de educação física quando questionados qual a noção que têm sobre a disciplina de educação física e os seus objetivos.

---

“ (...) um método de educação que utiliza o exercício físico como forma de promover o desenvolvimento integral do indivíduo.”

---

“ (...) mostrar aos alunos que se pode praticar exercício físico de maneira saudável e para eles ficarem a gostar de praticar exercício físico.”

---

“ (...) promover no aluno, o desenvolvimento das suas capacidades condicionais, como a força, a resistência, a flexibilidade [...] e as coordenativas.”

---

“ (...) a nível de saúde promover a saúde através do exercício físico e a promoção de hábitos de vida saudáveis.”

---

“ (...) uma disciplina que serve para ensinar desportos aos alunos.”

---

“ (...) proporcionar a todos os alunos o contacto com o desporto, com a atividade física.”

---

(...) a educação física tem nesse aspeto um papel importante no currículo da própria escola.”

---

**Tabela 4.** *Noção/ objetivos de educação física*

A partir da análise das entrevistas foi possível verificar que os professores atribuem importância à educação física na promoção para a saúde, na formação do indivíduo, no ensino dos diferentes desportos e a sua prática, na melhoria das capacidades condicionais. Sendo que a que foi referenciada mais vezes foi a promoção para a saúde.

Na categorização efetuada, 30% dos docentes percecionaram a educação física para a promoção de saúde, 30% para a formação do indivíduo, 20% para ensinar desportos, 10% para promover as capacidades condicionais e 10% para praticar desportos

Na tabela 5, os professores abordam a carga horária da disciplina de educação física.

---

“ (...) tal como no secundário, deveria ter dois dias por semana com blocos de 90 minutos.”

---

“ (...) três vezes por semana, blocos de 90 minutos.”; “Claro, na minha opinião teria que ser pelo menos 90 minutos, três vezes por semana.”

---

“ (...) no terceiro ciclo, em vez de 45 minutos, deveria ser de 90 minutos.”

---

“ (...) manter os dois blocos de 90 quer no terceiro ciclo, quer no secundário.”

---

**Tabela 5.** *Perceção sobre a carga horária*

Como é perceptível, vemos que a opinião de 80% dos professores é a de que a carga horária está desajustada, e que deveria ser superior. Foi unânime a opinião sobre o 3º ciclo, e da grande maioria sobre o secundário. Em suma, os professores afirmam que a carga horária deveria ser aumentada, e apontam o ideal como 3 blocos de 90' semanais.

A tabela 6 apresenta o conhecimento que os professores detêm sobre o programa nacional de educação física.

---

“Obviamente que conheço os de terceiro ciclo e secundário, os de primeiro ciclo e de segundo ciclo não conheço assim tão bem.”

---

“Mais ou menos, não estou muito por dentro, [...] penso que nada mudou.”

---

“Tenho uma vaga ideia, não conheço em profundidade.”

---

“Conheço inclusive a nível do pré-escolar, a nível da psicomotricidade.”

---

“Conheço, conheço até o da pré.”

---

“Conhecer tudo, não.”

---

“Sim conheço.”

---

**Tabela 6.** *Conhecimento dos programas de educação física*

Neste ponto, foi onde obtivemos uma maior diversidade de respostas. Encontramos os professores que afirmam conhecer o programa, e até dos diferentes ciclos, no entanto reconhecem que este conhecimento não é profundo, e por vezes não é completo.

Na tabela 7 os professores abordam o seu cumprimento do programa nacional de educação física.

---

“Cumpro, com as devidas alterações que eu considero absolutamente necessárias e pertinentes fazer.”

---

“Não, não, porque o programa por exemplo do secundário é demasiado exigente para os alunos.”

---

“ (...) é muito difícil, tivemos de nos adaptar às circunstâncias e aos espaços.”

---

“Não porque o programa não é exequível, [...] o programa é muito exigente a nível de algumas modalidades.”

---

“Claro que não. Porque o programa não está orientado para o nível de condição física e de desenvolvimento motor dos nossos alunos.”

---

“Em parte apenas.”

---

“Não, porque acho que o programa está desajustado à realidade dos alunos.”

---

**Tabela 7.** *Cumprimento do programa de educação física*



Na tabela 10, apresentam-se as percepções dos professores sobre a melhoria das competências motoras dos alunos ao longo da escolaridade.

---

“Eles, melhorar, melhoram, [...] aqueles que praticam modalidades fora do contexto de escola.”

---

“ (...) os alunos que melhoram muito ou é a fase de puberdade, [...] os que melhoram fundamentalmente são os alunos que têm desporto fora da escola.”

---

“Alguns sim, se a prática for sistematizada.”

---

“ (...) não há uma continuidade, eles nunca praticam, não se vê como se via antigamente quando eu era adolescente.”

---

“Não me parece que tenham vindo a melhorar.”

---

“Há estagnação.”

---

“Pouco, mas noto.”

---

**Tabela 10.** *Melhoria das competências motoras durante o percurso educativo*

Os professores consideram que existe uma evolução pouco significativa nas competências motoras dos alunos, ao longo do seu percurso educativo, isto é, ao longo dos anos de escolaridade, e naqueles em que a evolução é notória, esta é devido à prática de exercício fora do contexto escolar.

Na tabela 11, os professores foram questionados quanto à atribuição de níveis negativos na disciplina de educação física.

---

“ (...) há um aspeto que considero fundamental que vai muito para além da aquisição das competências motoras, que é o empenho nas aulas.”

---

“Não, porque eu dou, especialmente dou muito valor ao empenho.”

---

“Agora um aluno que cumpra minimamente o ano letivo, que se esforce, que se dedique, esse aluno normalmente é recompensado.”

---

“ (...) como baixamos muito o nível de exigência e como muito raramente cumprimos o programa em todas as modalidades, se o aluno for um aluno assíduo, participativo e empenhado, tem positiva.”

---

“Se eu cumprisse o programa, se eu olha-se para o programa para avaliar, tinham todos um.”

---

“Eu valorizo muito se o aluno participa, se empenha, se dedica a alguma coisa à disciplina, mesmo que por ventura não atinja.”

---

“ (...) as classificações são desajustadas e eu acho que estão desajustadas relativamente ao empenho motor do aluno.”

---

**Tabela 11.** *Atribuição de níveis negativos em educação física*

Os professores declaram que não atribuem muitos níveis negativos, optando por valorizar na sua avaliação fatores como o empenho, o esforço e dedicação e a assiduidade. Será também importante aqui evidenciar alguma contradição verificada entre estas respostas e o conhecimento dos programas e o seu cumprimento, bem como em relação às respostas que deram sobre os objetivos que a disciplina de educação física deveria perseguir.

Na tabela 12 é apresentada a percepção que os professores têm acerca das médias das notas dos alunos em educação física.

---

“No terceiro ciclo deve andar à volta do 3,5/4 valores, no secundário talvez 15/16 e se fossemos a cumprir os programas estão completamente exageradas as notas, mas como quase ninguém cumpre os programas, penso eu, se calhar também dão muito valor à parte do empenho, penso que as notas vão mais por aí.”

---

“4 no terceiro ciclo e 15 no secundário”

---

“3/4 e 15/16”

---

“A médias devem ser altas, talvez 4 no terceiro ciclo, e no secundário deve rondar os 16 valores.”

---

**Tabela 12.** *Percepção das médias das notas em educação física*

Os professores parecem possuir uma percepção muito aproximada quanto às médias das notas dos alunos na disciplina de educação física nos vários níveis de ensino, já que referem que no 3º ciclo a média se encontraria no nível 4, e no ensino secundário rondaria os 15 valores. Ao compararmos estes resultados com os apresentados nas tabelas 1 e 2, vemos que os professores possuem uma ideia muito aproximada da realidade.

Na tabela 13, os professores abordaram os critérios por eles utilizados, aquando da avaliação dos alunos na disciplina de educação física.

---

“O empenho e a progressão dos alunos depois da avaliação diagnóstica.”

---

“O empenho na aula, sem dúvida.”

---

“ (...) a evolução do aluno, que é importantíssimo em educação física avaliar o nível de prestação inicial e depois avaliar o nível final. [...] o nível de prestação, de interesse, de empenho que o aluno teve.”

---

“É evidente que valorizo muito e parto muito, a avaliação diagnóstica é fundamental porque diz exatamente o nível em que eles partem e nem tanto depois na avaliação onde estão, mas o percurso que os levou desde o nível inicial até o nível estaque da avaliação.”

---

**Tabela 13.** *Crítérios de avaliação em educação física*

Na opinião dos professores, os critérios a ter mais em conta na avaliação dos alunos passam pelo empenho e pela progressão demonstrada ao longo do ano letivo.

Para 40% dos docentes o empenho é o critério que mais têm em conta na avaliação dos alunos. Para 30% é a progressão entre a avaliação diagnóstica e sumativa, enquanto nos restantes 30% as respostas são vagas, não referindo critérios específicos.

### **2.3.6. Discussão dos resultados**

O estudo realizado teve como principal objetivo investigar o desempenho motor dos alunos no 12º ano de escolaridade e compará-lo com as avaliações finais da disciplina e a percepção dos professores de educação física.

Os resultados verificados indicam que as classificações finais na disciplina de educação física são altas, com média no 3º ciclo de 4,1 valores e no ensino secundário de 16,1 valores. Contudo, os resultados deste estudo revelam que apenas 30% da amostra atingiu o sucesso no desempenho motor na modalidade de voleibol, tendo como referência as competências essenciais descritas pelo programa de Educação Física para o ciclo educacional em que estes alunos se enquadram. Estes resultados vão ao encontro de estudos anteriores, que demonstraram também baixo desempenho motor dos alunos (Matos, 2016; Marinho, 2014; Silva, 2014; Oliveira, 2012; Gonçalves, 2012). Quanto à comparação entre géneros, as raparigas apresentam uma taxa superior de insucesso, confirmando assim também estudos anteriores (Matos, 2016; Marinho, 2014; Silva, 2014). De facto, verificou-se uma enorme diferença entre os rapazes e as raparigas, com os primeiros a apresentarem uma taxa de sucesso de 85,7%, enquanto as suas colegas de apenas 8,3%. Analisando a distribuição da amostra pelos níveis de execução técnica, é importante referir que em ambos os géneros a maior percentagem de insucesso encontra-se no nível 1, ou seja, não executam os critérios de êxito estabelecidos na avaliação do desempenho motor.

A sintonia com estudos efetuados anteriormente também é evidente na comparação entre a situação analítica dos exercícios e as situações de jogo reduzido e formal, onde foi possível constatar que o desempenho motor avaliado na primeira, mostra níveis de sucesso ligeiramente superiores, embora muito abaixo do que seria de esperar. Na verdade, é possível referir que a taxa de insucesso verificada é alarmante, isto se tivermos em conta que os alunos analisados se encontram no 12º ano, ou seja, a terminar uma etapa educacional, onde seria espectável e pretendido um nível de competências motoras bastante superior. Neste sentido, podemos afirmar que o nível de desempenho motor dos alunos está longe dos referenciais presentes no programa nacional, e apresentam uma discrepância enorme com os resultados apurados das classificações finais da disciplina de educação física, na escola estudada, que são muito altas quando comparadas com as que recolhemos (encontrámos).

O programa nacional de educação física indica que o professor deverá alcançar objetivos relacionados com aptidão física, na perspectiva da melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar, favorecer a compreensão e aplicação dos princípios, processos e problemas de organização e participação nos diferentes tipos de atividades físicas, valorizando, a ética e o espírito desportivo, a responsabilidade pessoal e coletiva, a consciência cívica na preservação das condições de realização das atividades físicas, reforçar o gosto pela prática regular das atividades físicas, assegurar o aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas e um desenvolvimento multilateral e harmonioso da aptidão física. Ora, nos resultados das entrevistas, os professores aparecem assumir que o empenho e a dedicação dos alunos são os critérios que mais têm em consideração no momento das avaliações, ou seja, parece não revelarem interesse nas recomendações do programa e nas finalidades propostas.

A opinião geral dos professores é que a carga horária da disciplina de educação física está desajustada, e que deveria ser superior, apresentando como ideal três blocos de 90 minutos semanais. Se tiverem em linha de conta os níveis de baixos de desempenho motor encontrados neste estudo, esta vontade manifestada pelos professores parece fazer sentido, já que parecem demonstrar uma consciência profissional de que existe pouco tempo no programa para fazer evoluir e aprender os alunos. Fica claro que os professores consideram que o aumento da carga horária, iria ajudar a alcançar os objetivos da disciplina segundo o programa nacional. Esta ideia parece fazer sentido, isto se atendermos ao que o programa nacional indica para a disciplina, pois foi elaborado na condição de existirem no mínimo três sessões de educação física por semana, desejavelmente em dias não consecutivos, sendo o cenário ideal para a sua distribuição 45'+45'+45'+45', admitindo-se, caso não seja viável, a hipótese alternativa de 3 sessões semanais (2x45min+ 1x90min). Como sabemos, a distribuição feita nas escolas públicas é de 90'+45' para o 3º ciclo e de 90'+90' no secundário, não seguindo as recomendações do programa nacional de educação física homologado em 2001.

Foram, no mínimo, surpreendentes, os resultados encontrados relativamente ao conhecimento que os professores tinham do programa nacional para a disciplina de educação física. Embora o conheçam, a maioria admite que não os conhece na íntegra nem com o nível de profundidade que seria expectável e desejável num profissional de ensino. Esta constatação corrobora os estudos de Carvalho e Gonçalves (2011) e Comédias (2005), que também

verificaram que os professores não conhecem adequadamente os programas atuais da sua disciplina de lecionação.

Sendo o programa nacional uma referência para o ensino da educação física e as normas orientadoras para a avaliação de todos os alunos no sistema educativo português e, portanto, uma referência de coordenação entre as escolas e os professores, não é fácil justificar o porquê de estes professores analisados demonstrarem pouco conhecimento sobre o tema. Sabendo que os critérios a utilizar por parte dos professores na atribuição de níveis de classificação aos alunos estão explícitos no programa, e para que o processo seja eficaz, pressupõe-se que haja um saber intrínseco e aprofundado das mesmas. Assim, como foi possível constatar, este conhecimento por parte dos professores parece não existir, atendendo à assunção de que desconhecem as normas de referência para o sucesso em educação física.

Neste sentido, será legítimo questionar que tipo de educação física está a ser lecionada nas aulas no contexto que estudámos? De facto, se os professores não conhecem na íntegra o programa nacional, se assumem que não o cumprem e não justificam convenientemente essa opção, se desconhecem por completo as normas de referência para o sucesso, isto é, o tipo e as normas de avaliação propostas para a disciplina, então, temos que nos interrogar sobre esta profissionalidade docente e sobre os mecanismos que deveriam ocorrer para monitorizar ou supervisionar nas Escolas este tipo de situações e práticas profissionais.

Quanto às perceções sobre os níveis de competência motora dos alunos, a maioria dos professores descreveu-os como fracos ou médios. Quando questionados acerca das perceções das notas finais, os professores têm uma noção real das classificações tanto no 3º ciclo como no secundário. Ou seja, embora saibam que os alunos não apresentam um bom desempenho motor, têm consciência que as notas são boas ou muito boas.

Esta constatação parece ser bastante contraditória. E mais paradoxal é o facto de os professores afirmarem que o principal critério para avaliar os alunos na educação física é a motivação e a dedicação que apresentam, reconhecendo, no entanto, que aos alunos falta precisamente motivação e empenho para as aulas de educação física. Assim, é legítimo perguntar: Se os alunos não estão motivados e esse é o principal critério de avaliação, como se justifica as classificações finais na disciplina e, analisadas todas as classificações do terceiro

ciclo e do ensino secundário, não se encontram notas negativas, bem pelo contrário, se verificam notas altíssimas nestes dois níveis de ensino?

Os professores referem ainda, de forma surpreendente, que quando existe alguma evolução no desempenho motor dos alunos no decorrer dos anos de escolaridade, esta deve-se a atividade física praticada fora do contexto escolar em clubes e associações de modalidades. A ser verdade, devemos também questionar então qual será, nas perspetivas dos professores, a finalidade da disciplina de educação física? Acharam os professores que a educação física não produz qualquer tipo de efeito/aprendizagem/evolução nos alunos?

Confrontando os resultados deste estudo com estudos similares (Matos, 2016; Marinho, 2014; Silva, 2014; Gonçalves, 2012; Oliveira, 2012), podemos constatar não existirem diferenças com os anteriores. Os estudos que têm vindo a investigar o nível de desempenho motor em alunos do ensino básico e secundário, têm demonstrado níveis baixos ou muito baixos dos alunos, denunciadores de que algo parece ir mal na educação física, e neste sentido é muito importante tentar perceber de forma mais aprofundada quais as razões que estão por trás destas evidências, questionando o próprio Ministério da Educação, as decisões a nível da escola da responsabilidade do departamento de educação física, e as práticas profissionais dos professores. Neste sentido será importante investigar mais sobre a educação física nas escolas e a sua operacionalização, ouvir mais os professores de educação física acerca dos programas, da avaliação e do sucesso na e da disciplina.

### **2.3.7. Conclusões**

O principal objetivo deste estudo foi investigar o desempenho motor dos alunos de uma turma do 12º ano, e compará-lo com as classificações da disciplina e a percepção dos docentes de educação física. Pode constatar-se que apenas 30% da amostra atingiu o sucesso no desempenho motor na modalidade de voleibol, tendo como referência as competências essenciais descritas pelo programa de Educação Física para o ciclo educacional em que estes alunos se enquadram.

O desempenho motor dos alunos situou-se em níveis bastante abaixo do que seria esperado para a etapa educativa em que a amostra se encontrava. Embora com níveis baixo de sucesso, o género feminino apresenta uma taxa de sucesso bastante inferior ao masculino. Os resultados demonstraram também que os alunos analisados possuem níveis ligeiramente superiores de desempenho motor em exercícios critério realizados isoladamente do que em situações de jogo reduzido e formal.

Comparadas as classificações finais da disciplina com os resultados do desempenho motor dos alunos, verificou-se que as primeiras são muito mais elevadas. Os professores revelaram uma percepção muito aproximada das classificações globais da disciplina de educação física ao longo das diferentes etapas e ciclos educativos, bem como perceberam como muito baixo ou fraco o nível de desempenho motor dos alunos nesse mesmo percurso educativo.

Os professores atribuem o baixo nível de desempenho motor dos alunos à falta de motivação para a prática de atividade física, e consideram que a existir evolução nas aprendizagens motoras, isso, não se deve à disciplina de educação física mas sim à atividade física que os alunos eventualmente praticam fora do contexto escolar.

Sobre o programa nacional de educação física, os professores mostraram que não o conhecem na íntegra nem de forma aprofundada, assim como demonstraram desconhecer por completo as normas de referência para o sucesso. Assumem, igualmente, que não cumprem o programa oficial da disciplina.

Os professores referem que o empenho e a dedicação dos alunos nas aulas são os critérios que mais têm em consideração no momento das avaliações, ou seja, parecem não se

preocuparem nem tão pouco parecem respeitar as indicações do programa da disciplina, em particular no que às normas de referência para o sucesso diz respeito.

Apontaram para que a carga horária deverá ser aumentada para 3 blocos de 90' semanais, a fim de poderem ser alcançados os objetivos da educação física, particularmente os do desenvolvimento motor dos alunos.

Para finalizar, é necessário salientar que os resultados encontrados vão de encontro a estudos semelhantes já referenciados, e que apontaram no mesmo sentido: os alunos apresentam níveis baixos de desempenho motor, possuem em sentido geral classificações muito altas na disciplina, os professores não conhecem totalmente os programas, nem os cumprem, assim como não utilizam nem aplicam as normas de referência para o sucesso, consideram que os alunos aprendem e evoluem em termos motores apenas fora do contexto educativo e, por fim, acham que os alunos estão desmotivados para a educação física, embora seja este precisamente o critério que mais aplicam na classificação/avaliação que fazem aos mesmos.

No futuro, é importante refletir sobre estes resultados e o comportamento dos professores de educação física em relação aos programas e às suas práticas profissionais. A disciplina de educação física, sendo de importância indiscutível no desenvolvimento global dos alunos, necessita cada vez mais de estudos que procurem aprofundar a sua problemática e as suas práticas, de forma a que cada vez mais ela possa contribuir para as finalidades e objetivos que persegue e, assim, para a sua valorização e melhoria.

### **3. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Este testemunho é o culminar de um trilha delineado por mim, retratado de dificuldade, superação, transformação, trabalho e reflexão, que muito ajudaram para o meu progresso enquanto professor.

Neste caminho, beneficiei da ocasião para compreender a estrutura escolar e contextualizar o papel do professor de educação física nos diferentes âmbitos de atuação e de aprender a identificar e a reconhecer as minhas dificuldades, olhando as críticas e opiniões de forma construtiva.

Para além disso, a oportunidade de intervir junto de duas turmas de ciclos diferentes, e trabalhar em conjunto com o departamento de educação física, concedeu-me a hipótese de experienciar um leque de situações distintas, atuando de forma pensada e aprendendo a adaptar o ensino às particularidades de cada aluno.

Admito que depois esta etapa ainda tenho um extenso trajeto de aprendizagem a percorrer, pelo que a continuidade deste percurso deve primar pela busca perseverante da aptidão profissional. Tenho a convicção que ainda sei pouco e que será a necessidade e a curiosidade em pretender saber mais, que me conduzirá a uma pesquisa constante de conhecimentos.

Este trabalho foi mais um estreito passo no meu processo constante de desenvolvimento como pessoa, professor e educador. Um professor igualmente aprende e aprende em todos os momentos. A execução deste trabalho teve também esse objetivo: aprender. Não sei se serei atualmente um professor melhor do que no passado. Sou decerto um professor diferente.

Para concluir, acredito que o estudo aqui realizado possa contribuir para a valorização da disciplina de educação física, e principalmente que ajude os professores a tornarem-se melhores profissionais, e a refletirem sobre a sua prática profissional.

*“A vida está cheia de desafios que, se aproveitados de forma criativa, transformam-se em oportunidades” Maxwell Maltz*

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrade, V. M., Lima, A. A., Bastos, C. B., Marques, I. (2006). Análise de habilidades locomotoras e manipulativas em crianças de 4 a 6 anos de idade. XV Encontro de Pesquisa da UEPG. Ponta Grossa. Anais.
- Aranha, A. (2004). Organização, Planeamento e Avaliação em Educação Física. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Barreira, C. & Pinto, J. (S. D.). A Investigação em Portugal sobre a Avaliação das Aprendizagens dos Alunos. (1990-2005)
- Bento, J. (2003). Planeamento e Avaliação em Educação Física. Lisboa: Livros Horizonte.
- Boggino, N. (2009). A avaliação como estratégia de ensino. Avaliar processos e resultados. Sísifo. Revista de Ciências da Educação, 09. (pp 79-86).
- Carvalho, G. S; Gonçalves, E. (2011). A abordagem da saúde na educação física em Portugal: programas e manuais escolares, e perspetiva dos professores. Revista Educação Skepsis, n. 2 –Vol. III. São Paulo: skepsis.org. pp. 1901-1935.
- Carvalho, J. M. F. (2016) Avaliação nas aulas de Educação física: uma revisão da literatura. Tese apresentada no Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal de Pernambuco. Centro Acadêmico de Vitória. Vitória de Santo Antão.
- Comédias, J. (2005). Provas de avaliação aferida em Educação Física. Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física, 30, 177-196.
- Dario, S. C. (1999). Avaliação em Educação Física: das abordagens à prática pedagógica. In: Seminário De Educação Física, 5., 1999, São Paulo. Anais. São Paulo: Usp.
- Fernandes, D. (2005). Avaliação das aprendizagens. Desafios às teorias, práticas e políticas. Vol. 30. Lisboa: Texto Editores, Lda.
- Ferreira, C. (2007). A Avaliação no Quotidiano da sala de Aula. Porto: Porto Editora.

- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C. (2001) Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 1.<sup>a</sup> Edição. São Paulo: Phorte.
- Gonçalves, N. B. D. (2012). Competências motoras na Ginástica de Solo: estudo exploratório com crianças do 7º ano de escolaridade. Braga: Universidade do Minho.
- Hoffmann, J. (1998). Avaliação mito & desafio. 24. Edição: Porto Alegre: Mediação.
- Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J. & Mira, J. (2001). Programa de Educação Física 10º, 11º e 12º: Cursos Científico-Humanísticos e Cursos Tecnológicos. Lisboa: Ministério da Educação.
- Luckesi, C. C. (1998). Avaliação da aprendizagem escolar. 7.ed. São Paulo: Cortez.
- Maforte, J. P. G., et al. (2007). Análise dos padrões fundamentais de movimento em escolares de sete a nove anos de idade. Ver. Bras. Educ. Fis. Esp., v.2, n.3, p.195-204, jul/set. São Paulo
- Marinho, S. A. C. (2014). O nível de desempenho motor na ginástica dos estudantes do Ensino Profissional: um estudo exploratório no 12º ano. Braga: Universidade do Minho.
- Matos, S. F. C. (2016). O desempenho motor dos alunos e a percepção dos professores de Educação Física. Um estudo exploratório no 11º ano de escolaridade. Braga: Universidade do Minho.
- Neto, C. (2006). Atividade Física e Saúde: as Políticas para a Infância. Boletim do IAC, 82.
- Oliveira, P. M. S. (2012). Competências motoras no Voleibol: estudo exploratório com crianças do 7º ano de escolaridade. Braga: Universidade do Minho
- Palma, M., Camargo, V. & Pontes, M. (2012). Efeitos da atividade física sistemática sobre o desempenho motor de crianças pré-escolares. Revista da Educação Física/UEM, v. 23, n. 3, p.421-429.
- Ribeiro, L. (1999). Tipos de Avaliação. Avaliação da Aprendizagem. Lisboa: Texto Editora. (pp. 75-92).

Ribeiro, A. C., & Ribeiro, L. C. (1990). *Planificação e Avaliação do ensino-aprendizagem*. Lisboa: Universidade Aberta.

Siedentop, D. (1998). *Las estrategias generales de enseñanza*. In *Aprender a enseñar la educación física*. Barcelona: INDE.

Silva, A. F. M. (2014). *Os Programas de Educação Física e o nível de desempenho motor na Ginástica: um estudo exploratório com alunos do 11º ano de escolaridade*. Braga: Universidade do Minho.

# **ANEXOS**

**Anexo 1-** Planeamento 2º Período

Planeamento 2º Período

Janeiro		Espaço
1	Qui.	
2	Sex.	
3	Sáb.	
4	Dom.	
5	Seg.	
6	Ter.	Atletismo B
7	Qua.	
8	Qui.	Fitnessgram M+D
9	Sex.	
10	Sáb.	
11	Dom.	
12	Seg.	
13	Ter.	Corta-Mato M+D
14	Qua.	
15	Qui.	Acrobática M
16	Sex.	
17	Sáb.	
18	Dom.	
19	Seg.	
20	Ter.	Acrobática M
21	Qua.	
22	Qui.	Atletismo F+P
23	Sex.	
24	Sáb.	
25	Dom.	
26	Seg.	
27	Ter.	Orientação F+P
28	Qua.	
29	Qui.	Orientação V
30	Sex.	
31	Sáb.	

Fevereiro		Espaço
Dom.		
Seg.		
Ter.	Orientação	V
Qua.		
Qui.	Atletismo	B
Sex.		
Sáb.		
Dom.		
Seg.		
Ter.	Orientação	B
Qua.		
Qui.	Acrobática	M+D
Sex.		
Sáb.		
Dom.		
Seg.		
Ter.	Pausa Carnaval	M+D
Qua.		
Qui.	Acrobática	M
Sex.		
Sáb.		
Dom.		
Seg.		
Ter.	Acrobática	M
Qua.		
Qui.	Atletismo	F+P
Sex.		
Sáb.		

Março		Espaço
Dom.		
Seg.		
Ter.	Atletismo	F+P
Qua.		
Qui.	Acrobática(D)	V
Sex.		
Sáb.		
Dom.		
Seg.		
Ter.	Acrobática(D)	V
Qua.		
Qui.	Fitnessgram	B
Sex.		
Sáb.		
Dom.		
Seg.		
Ter.	Auto-avaliação	B
Qua.		
Qui.	Escola Aberta	M+D
Sex.		
Sáb.		
Dom.		
Seg.		
Ter.		
Qua.		
Qui.		
Sex.	Pausa Páscoa	
Sáb.		
Dom.		
Seg.		
Ter.		

		Aulas
M+D	Multiusos+Dança	3
M	Multiusos	4
F+P	Futebol+Pista	4
V	Voleibol	4
B	Basquetebol	5

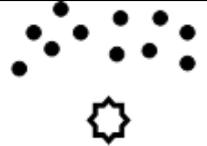
		Aulas
Fitnessgram		4
Atletismo		10
Acrobática		14
Orientação		8
Auto-avaliação		2

## Anexo 2- Planeamento Unidade Didática Badminton

<u>AULA</u>	<u>OBJETIVO GERAL</u>	<u>OBJETIVO ESPECÍFICO</u>	<u>CONTEÚDOS</u>	<u>ESTRATÉGIAS</u>	<u>AValiação</u>
1/2 90'	Desenvolver os aspetos Técnico-Táticos do Badminton	Avaliar o nível dos alunos, relativo aos conteúdos da modalidade de badminton. Melhorar a condição física.	- Lob; Clear; Drive - Serviço por baixo. - Deslocamentos - Pega da raqueta.	Situações Analíticas Jogo 1x1	Diagnóstica
3/4 90'		Identificação do material e cuidados a ter com o mesmo. Prevenção de eventual de acidentes. Transmissão da pega da raquete e dos elementos técnicos clear, lob. Melhorar a condição física.	- Pega da raqueta. - Posição base. -Lob Clear - Deslocamentos.	Situações analíticas Jogos 1x1, condicionados e dirigidos	Formativa
5/6 90'		Exercitar os elementos técnicos clear, lob. Introduzir o serviço e amorti. Melhorar a condição física	- Lob -Clear -Serviço -Amorti	Situações analíticas Jogos 1x1, condicionados e dirigidos	Formativa
7/8 90'		Exercitar os elementos técnicos clear, lob, serviço. Introduzir o drive e o encosto. Melhorar a condição física	- Lob -Clear -Serviço -Drive -Encosto	Situações analíticas Jogos 1x1, condicionados e dirigidos	Formativa
9/10 90'		Exercitar e melhorar as componentes técnicas abordadas nas aulas anteriores. Melhorar a condição física.	-Lob -Clear -Serviço -Drive -Amorti -Encosto	Situações analíticas Jogos 1x1, condicionados e dirigidos	Formativa
11/12 90'		Exercitar e melhorar as componentes técnicas abordadas nas aulas anteriores. Melhorar a condição física.	-Lob -Clear -Serviço -Drive -Amorti -Encosto	Situações analíticas Jogos 1x1e 2x2 condicionados e dirigidos	Formativa
13/14 90'		Promover a repetição das componentes técnico táticas abordadas de forma jogada.	-Lob; -Clear -Serviço; -Drive -Amorti; -Encosto -Deslocamentos -Pega da Raquete Posição base	Jogo 1x1	Sumativa

### Anexo 3- Plano de Aula

<b>Plano de Aula nº 67 e 68</b>		<b>2º Período</b>	
<b>Docente:</b> Helder Ribeiro			
<b>Ano e turma:</b> 12ºH		<b>Alunos:</b> 20	<b>Data:</b> 27/01/2015
<b>Unidade Didática:</b> Orientação		<b>Plano da Unidade Didática:</b> 1 e 2 de 8	<b>Hora:</b> 10.10h – 11.40h
<b>Função Didática:</b> Transmissão/Exercitação			
<b>Local:</b> Multiusos/ Recinto escolar		<b>Duração:</b> 90'	<b>Útil:</b> 70'
<b>Material:</b> Apresentação; Mapas para desenhar; Mapas+cartão controlo para a prova;			
<b>Objetivo Geral:</b> Transmitir os principais conceitos da orientação. Realizar prova de iniciação à orientação.			

	T	Objetivo Específico	Conteúdos	Descrição/Organização	Estratégias	Crítérios de Êxito
<b>PARTE INICIAL</b>	3'	Introduzir a aula		O professor faz uma breve introdução da aula, específica como a mesma estará organizada e o que será feito.		
<b>PARTE PRINCIPAL</b>	6 2'	<p>Familiarizar os alunos com o vocabulário específico da modalidade.;</p> <p>Situar no mapa, observando os elementos característicos do terreno, fazendo a relação do mapa;</p> <p>Aprender a “técnica do polegar”;</p> <p>Ler o mapa em movimento – em marcha e em corrida</p> <p>Ter a noção de direção.</p> <p>Ter a noção da distância percorrida.</p> <p>Desenvolver o espírito de grupo.</p>	<p>Mapa</p> <p>Bússola</p> <p>Baliza</p> <p>Picotador</p> <p>Cartão de controlo</p> <p>Técnicas de orientação</p> <p>Corrida</p>	<p><b>#Apresentação</b> sobre a modalidade de orientação: o que é orientação, tipos de orientação, material utilizado, técnicas de orientação.</p> <p><b>#Desenhar mapa da escola.</b> Em grupo, os alunos vão desenhar o mapa da escola, e de seguida, realizar a análise dos mesmos.</p> <p><b>#Corrida</b> Os alunos correm 5 voltas na pista de atletismo, e de seguida exercícios de mobilização articular de forma a predispor e motivar o organismo para o exercício seguinte.</p> <p><b>#Prova de orientação</b> Reunir os alunos no local de partida (sintético), explicar a prova que vão realizar. Entregar os mapas e cartão de controlo. A saída dos grupos é feita aos mesmo tempo, sendo que cada grupo inicia a prova num ponto de controlo diferente. <b>Ver anexo.</b></p>		<p>Alunos estão atentos à apresentação. Apreendem novos conceitos.</p> <p>Os alunos conseguem representar no mapa os pontos pedidos pelo professor.</p> <p>Os alunos aplicam os conhecimentos obtidos. Realizam a prova seguindo as regras.</p>
<b>PARTE FINAL</b>	5'	Terminar a prova de orientação		Os alunos reúnem-se com o professor no local de chegada, e faz-se uma análise da prova.		

#### LEGENDA:



Aluno



Professor

#### OBSERVAÇÕES:

---



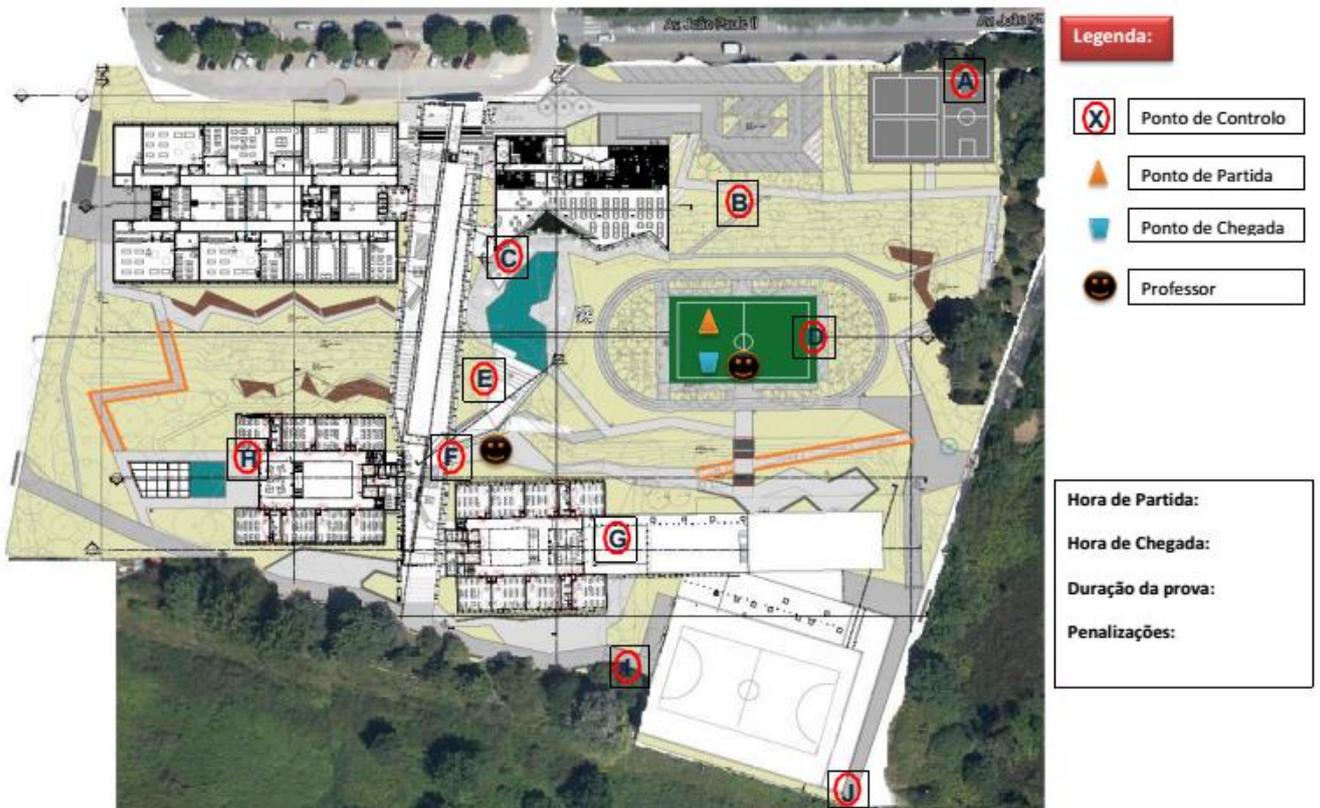
---



---



---



**ORIENTAÇÃO – PROVA 1**

O percurso montado e delineado no mapa marca 10 pontos de controlo que devem ser encontrados no menor tempo possível.

Em cada ponto existe um código que deve ser extraído para o vosso cartão de controlo e que confirma a vossa passagem.

Pelas 11 horas e 20 minutos todas as equipas devem regressar ao local de início com o maior número de códigos obtidos, parando o tempo apenas quando todos os elementos da equipa estiverem presentes.

Importante salientar que é expressamente proibido qualquer contato que danifique e coloque em risco o arboreto, pelo que devem andar sempre pelo caminho pedonal que a escola possui e que dá acesso a todos os pontos.

Qualquer comportamento indevido ou indisciplina que exista nos pontos será alvo de penalização para toda a equipa, sendo da vossa responsabilidade o bom funcionamento da prova.

PONTO	CÓDIGO	Código decifrado:
A		
B		
C		
D		
E		
F		
G		
H		
I		
J		

Chave:

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	<b>RFPBYN</b>
N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	

**Reflexão da Aula**

<b>Considerações Gerais</b>	A aula correu como esperado. Tendo apenas a registar que me excedi um pouco na apresentação teórica da modalidade, no entanto penso que valeu a pena pois os alunos estavam interessados nos conteúdos e fizeram perguntas.
<b>Comportamentos e dificuldades dos alunos</b>	Os alunos mostraram-se bastante recetivos e motivados para esta nova modalidade.  No exercício de desenho, os alunos portaram-se bem, conseguindo reproduzir os elementos no mapa bastante bem.  Quanto à prova, a explicação correu muito bem, os alunos perceberam o exercício à primeira. Cumpriram, na generalidade, as regras da prova.  Cerca de um terço da turma mostra algumas dificuldades na orientação do mapa, e na sua localização.
<b>Estratégias que melhor resultaram e menos resultaram</b>	A apresentação foi bem concebida, e resultou bastante bem.  O exercício de desenhar o mapa da escola, também resultou muito bem.  A prova, correu muito bem. Todos os alunos sentiram-se motivados durante a prova, pois para além de ser uma nova modalidade, havia o espírito competitivo.
<b>Alterações ao plano de aula</b>	Nada a assinalar.
<b>Avaliação qualitativa da aula</b> ( Excelente; Muito Bom; Bom; Regular; Insuficiente)	Muito Bom

## Anexo 5 - Grelha de análise dos princípios de execução das habilidades

### Grelha de análise dos princípios de execução das habilidades

**Nº do aluno:**

**Género:**

**1-Não executa; 2-Executa com muitas incorreções; 3-Executa com alguma correção; 4-Executa muito bem.**

#### Habilidades Técnicas

##### **Passe**

Deslocamento prévio mantendo a posição base de modo que a bola seja tocada no plano da cara. Mãos acima da testa				
Coordena a flexão/extensão dos membros superiores e inferiores				
Adota posição final com orientação do corpo (linha dos ombros) para o alvo				

##### **Manchete**

Adota atitude pré-dinâmica				
Mantem os membros superiores estendidos no contato com a bola				
Contata a bola no meio dos apoios				
Orienta a plataforma para o alvo				

##### **Remate**

Iniciar a corrida de aproximação após a bola ter saído das mãos do passador				
Pequena corrida preparatória; chamada a dois pés				
Durante a suspensão elevação dos dois braços; Contato com a bola no plano frontal				
Rigidez do braço / mão hábeis e “liberdade” articular do pulso no momento do contato.				

##### **Serviço**

O pé oposto está avançado				
Lança a bola para a frente do corpo em referência ao membro superior dominante				
Mantém o cotovelo alto durante a rotação do ombro, batendo na bola com o braço estendido				
A mão está rígida e o pulso fixo no contato				

#### Habilidades Táticas, Jogo Reduzido 3x3 e Formal 6x6

Serve por cima, colocando a bola no meio-campo oposto de forma a criar dificuldades ao adversário				
Posiciona-se para receber o serviço em manchete ou por cima, enviando a bola para o jogador passador de modo a que este possa escolher e realizar a ação que garanta ofensividade à sua equipa.				
Como passador, posiciona-se correta e oportunamente para passar a bola a um companheiro à sua escolha (em posição mais vantajosa, de acordo com o posicionamento da outra equipa) e de modo a facilitar-lhe a finalização, ou finalizar em remate, passe colocado ou amorti, se tem condições vantajosas (surpresa ou desequilíbrio da outra equipa).				
Quando a bola lhe é dirigida em condições favoráveis à finalização (ou que a exijam), remata, faz amorti ou passe colocado, de acordo com o posicionamento da outra equipa e a trajetória da bola, colocando a bola num espaço vazio.				
Ao ataque da equipa adversária (em remate), se se encontra na posição de passador ou mais próximo da zona onde se efetua o remate, participa na execução do bloco (a dois), coordenando o tempo de salto com o companheiro e com o tempo de remate do adversário, procurando impedir que a bola transponha a rede.				

**Anexo 6 - Guião da entrevista semi-estruturada da perceção dos docentes de Educação Física**

<b>Tópicos</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Assuntos</b>	<b>Questões</b>
Biografia	<p>Caracterizar os professores da escola quanto aos fatores biográficos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Formação académica e experiência no domínio desportivo;</li> <li>- Experiência com funções de coordenação e direção;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Experiência e situação profissional;</li> <li>- Formação académica;</li> <li>- Atuais funções;</li> <li>- Prática desportiva;</li> </ul>	<p>ID Professor (a designar pelos entrevistadores)</p> <p>Zona de residência?</p> <p>Idade?</p> <p>Percurso académico?</p> <p>Praticante de desporto? Federado?</p> <p>Qual modalidade?</p> <p>Local de lecionação?</p> <p>Tempo serviço (em anos)?</p> <p>Funções que ocupa?</p>
Educação-Física	<p>Caraterizar os professores quanto:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realidade que tem da Educação-Física;</li> <li>- Objetivos da Educação-Física;</li> <li>- Perspetiva da escola sobre a Educação-Física;</li> <li>- Material e carga horária da Educação-Física;</li> <li>- Conhecimento do programa de Educação-Física;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- A Educação-Física para o professor;</li> <li>- Educação-Física e as outras disciplinas;</li> <li>- Panorama Escola e Educação-Física;</li> <li>- Programa Educação-Física;</li> </ul>	<p>O que pensa da Educação-Física?</p> <p>Qual o peso da Educação-Física vs as outras modalidades?</p> <p>Como é que os professores/diretores/funcionários vêm a Educação-Física?</p> <p>Principais objetivos da Educação-Física?</p> <p>Porque objetivos/perspetivas se deve seguir a Educação-Física?</p> <p>Carga horária da Educação-Física é adequada?</p> <p>Escola tem material necessário para a plena lecionação e cumprimento dos objetivos do programa de Educação-Física?</p> <p>Cumpre o programa de Educação-Física?</p> <p>Quais os níveis presentes no programa de Educação-Física?</p>
Avaliação e níveis de desempenho da Educação-Física	<p>Avaliar a perceção dos professores sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Os níveis de competência motora dos alunos;</li> <li>- Os níveis dos alunos na Educação-Física;</li> <li>- Os momentos de avaliação e os parâmetros a serem avaliados;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Níveis de competência motora;</li> <li>- Evolução motora com a Educação-Física;</li> <li>- Média dos alunos na Educação-Física;</li> <li>- Momentos e parâmetros de avaliação na Educação-Física;</li> </ul>	<p>Qual o nível de competência motora dos alunos?</p> <p>Como divide esses níveis de competência motora?</p> <p>As competências motoras evoluem de ano para ano?</p> <p>Na entrada para o ensino secundário como estão as competências motoras? E à saída do ensino?</p> <p>Classifique o nível motor dos alunos? (Bom, Muito Bom, Excelente)</p> <p>A evolução motora advém da Educação-Física?</p> <p>Quantos níveis negativos e positivos aferiu?</p> <p>Qual a média dos alunos a Educação-Física?</p> <p>Nos momentos de avaliação o que percebe para uma boa avaliação?</p>