



Campus Universitário de Almada

Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada

Matilde De Castro Monteiro Benzinho

## **Relatório Final de Estágio**

**Orientador:** Professor Doutor Fábio Flôres

**Orientador** cooperante: Professora Áurea Miguel

**Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário**

Almada, 2023



Campus Universitário de Almada

Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada

Matilde De Castro Monteiro Benzinho

## **Relatório Final de Estágio**

Relatório Final de Estágio apresentado com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (Despacho nº 7255/2015)

**Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário**

Almada, 2023

## CONTEÚDO

|                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Área I - Profissional, Social e Ética.....                            | 3  |
| 1.1. Objetivos do Estágio .....                                          | 3  |
| 1.2 Expectativas do estágio .....                                        | 4  |
| 1.3. Caracterização da Instituição.....                                  | 5  |
| 1.3.1 Projeto Educativo .....                                            | 6  |
| 1.3.2 Visão Da Escola.....                                               | 6  |
| 1.3.3. Caracterização dos Recursos Temporais para a EF .....             | 7  |
| 1.3.4. Caracterização dos Recursos Espaciais e Materiais para a EF ..... | 7  |
| Horários da Escola .....                                                 | 8  |
| Horários de 2ºciclo, 3º Ciclo e Ensino Secundário: .....                 | 8  |
| Roulement de Instalações .....                                           | 8  |
| Polivalência dos espaços de aula.....                                    | 9  |
| 1.4. Caracterização das turmas .....                                     | 9  |
| 2. Área II – Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem .....              | 9  |
| 2.1. Planeamento.....                                                    | 9  |
| 2.2. Plano de Aula .....                                                 | 14 |
| 2.3. Ensino.....                                                         | 17 |
| 2.4. Avaliação.....                                                      | 18 |
| 2.4.1. Avaliação Diagnóstica.....                                        | 18 |
| 2.4.2. Avaliação Formativa .....                                         | 19 |
| 2.4.3. Avaliação Sumativa .....                                          | 23 |
| 3. Área III- Participação Na Escola E Relação Com A Comunidade .....     | 24 |
| 3.1. Objetivos Gerais do Desporto Escolar .....                          | 25 |
| 3.2. Objetivos Específicos do Desporto Escolar.....                      | 25 |
| 4. Área IV- Desenvolvimento Profissional ao longo da Vida.....           | 26 |
| 1. Introdução .....                                                      | 28 |
| 2. Materiais e Métodos .....                                             | 29 |
| 2.1. Amostra .....                                                       | 29 |
| 2.2. Procedimentos e Instrumentos .....                                  | 29 |
| 2.2.1. Testes de Estabilização.....                                      | 30 |
| 2.2.2. Testes de Locomoção .....                                         | 31 |
| 2.2.3 Testes de Manipulação de objetos .....                             | 32 |
| 2.3. Análise de Dados.....                                               | 33 |
| 3. Resultados .....                                                      | 33 |

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 4. Discussão.....       | 35 |
| 5. Conclusão .....      | 36 |
| 6. Reflexão Final ..... | 36 |
| 7. Referências.....     | 38 |

## **ABREVIATURAS**

CMA- *Motor Competence Assessment*

CM- Competência Motora

CMP- Competência Motora Percebida

CMR- Competência Motora Real

EF- Educação Física

PAI- Protocolo de Avaliação Inicial

PES- Prática de Ensino Supervisionada

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Figura 1-</b> Imagem satélite da Escola Secundária D. João II (Setúbal) .....   | 5  |
| <b>Figura 2-</b> Mapa de Rotação das Instalações de Educação Física. ....          | 9  |
| <b>Figura 3-</b> Exemplo de Plano de Aula de 11º ano. ....                         | 16 |
| <b>Figura 4-</b> Exemplo de Plano de Aula de Desporto Escolar de Padel.....        | 16 |
| <b>Figura 5-</b> Avaliação Formativa de Voleibol de 9º ano (3º Período). ....      | 19 |
| <b>Figura 6-</b> Avaliação Formativa de Orientação de 9º ano (3º Período). ....    | 20 |
| <b>Figura 7-</b> Avaliação Formativa de Basquetebol de 9º ano (3º Período).....    | 20 |
| <b>Figura 8-</b> Avaliação Formativa de Minitrampolim de 9º ano (3º Período). .... | 21 |
| <b>Figura 9-</b> Avaliação Formativa de Voleibol de 11º ano (3º Período). ....     | 21 |
| <b>Figura 10-</b> Avaliação Formativa de Orientação de 11º ano (3º Período). ....  | 22 |
| <b>Figura 11-</b> Avaliação Formativa de Basquetebol de 11º ano (3º Período). .... | 22 |
| <b>Figura 12-</b> Avaliação Sumativa 11º ano (3º Período).....                     | 23 |
| <b>Figura 13-</b> Exemplo do teste: Mudança de Plataforma. ....                    | 30 |
| <b>Figura 14-</b> Exemplo do teste: Saltos Laterais.....                           | 30 |
| <b>Figura 15-</b> Exemplo do teste- Shuttle Run. ....                              | 31 |
| <b>Figura 16-</b> Exemplo do teste: Salto em Comprimento. ....                     | 31 |
| <b>Figura 17-</b> Exemplo do teste: Velocidade de lançamento. ....                 | 32 |
| <b>Figura 18-</b> Exemplo do teste: Velocidade de chuto.....                       | 32 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Tabela 1-</b> Calendário de atividades educativas 2022/2023..... | 7  |
| <b>Tabela 2-</b> Calendário das interrupções letivas.....           | 7  |
| <b>Tabela 3-</b> Polivalência da Escola Secundária D. João II.....  | 8  |
| <b>Tabela 4-</b> Datas das etapas de lecionação da turma 11º F..... | 11 |
| <b>Tabela 5-</b> Datas das etapas de lecionação da turma 9º H. .... | 11 |
| <b>Tabela 6-</b> Planificação Anual das turmas de Estágio. ....     | 11 |
| <b>Tabela 7-</b> Valores descritivos da amostra em estudo.....      | 33 |

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

|                                                                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Gráfico 1-</b> Competência Motora Real dos alunos e Competência Motora Percebida pelos professores.....                                  | 33 |
| <b>Gráfico 2-</b> Comparação da competência motora real dos alunos e a percebida pelos professores, diferenciando o género dos alunos. .... | 34 |

## **AGRADECIMENTOS**

De forma concluir esta etapa de dois anos de Mestrado em Ensino Básico e Secundário em Educação Física e Desporto, quero deixar um agradecimento às pessoas que estiveram presentes durante este ciclo da minha vida.

Agradeço aos meus pais pelo apoio incondicional, em todos os momentos difíceis da minha trajetória académica. Foram sem dúvida os meus melhores orientadores na vida e os meus grandes pilares.

A todos os professores que me influenciaram na minha trajetória. Em especial ao professor Fábio Flôres, meu orientador e mentor, que me acompanha desde o 3º ano de licenciatura, com quem sempre tive abertura para expor as minhas questões e sugestões, com quem compartilhei as minhas angústias durante esta fase final de curso. Agradeço pela postura impecável e profissional, que manteve perante as adversidades que o meu tema apresentava. Muito obrigada pela sua presença e dedicação. Agradeço o facto de nos ter aberto os horizontes e de nos fazer perceber, do ponto de vista mais psicológico e cognitivo, o desporto, bem como e agradecer pela exigência e pelas bases que nos forneceu para desenvolvermos os aspetos mais críticos na elaboração de tarefas do foro científico.

À Professora Áurea Miguel, agradeço pela disponibilidade e tutoria. Pela sua dedicação no seu trabalho e pela forma como me recebeu na instituição do estágio. Foi bastante benéfico para o meu crescimento pessoal e profissional.

Agradecer também ao restante grupo de Educação Física (EF), da instituição do estágio por serem incansáveis comigo desde o primeiro e por me terem acolhido e integrado nas suas reuniões.

Ao professor Fernando Vieira, tenho a agradecer a forma interativa e dinâmica como lecionava as aulas, aos mecanismos práticos de como explicava as unidades didáticas, que nos impelia sempre a questionarmos e refletirmos os conceitos, enaltecendo a forma como me auxiliou no desenvolvimento das minhas capacidades.

Não posso deixar de agradecer a todos os meus grandes companheiros de jornada, como a Bárbara Guilherme, Carlos Cabo e Rodrigo Brandão que estão comigo desde o primeiro dia de aulas do Instituto e que me auxiliaram sempre e incentivaram-me sempre a cada passo. Também não posso deixar de agradecer à Carolina Silva, Daniela Sterghite e Rute Amaral que me auxiliaram em toda a recolha de dados e se mostraram sempre disponíveis em ajudar-me em tudo o que foi necessário.

## RESUMO

O trabalho seguinte reflete uma análise integral do estágio realizado na área de EF. Primeiramente, na Área I é descrito e detalhado o local onde a estagiária realizou a PES, englobando a instituição e as turmas incluídas. Em seguida, na Área II, são detalhados os procedimentos utilizados que planeamento foi adotado e as estratégias utilizadas, no processo de ensino de EF. São apresentadas as estratégias e abordagens pedagógicas, como também as avaliações periódicas, descrevendo os critérios e métodos aplicados, bem como os resultados obtidos. Na Área III inclui-se a modalidade de Desporto Escolar abordada pela professora estagiária, destacando os objetivos gerais e específicos dos mesmos.

Por seu turno, a Área IV reporta à componente de investigação, na qual se expõe a perceção dos professores de EF em relação às competências motoras dos alunos, do Ensino Secundário. Os resultados observados mostraram existir discrepâncias em relação à Competência Motora Percebida dos professores de Educação Física e a Competência Motora real dos alunos.

Palavras-Chave: Estágio, Educação Física, Competência Motora, Competência Motora Percebida, Motor Competence Assessment

## **ABSTRACT**

The following work reflects a comprehensive analysis of the internship carried out in the PE area. First, in Area I, the place where the intern performed the PES is described and detailed, encompassing the institution and the classes included. Then, in Area II, the procedures used, and the strategies used in the PE teaching process are detailed. The pedagogical strategies and approaches are presented, as well as the periodic evaluations, describing the criteria and methods applied, as well as the results obtained. Area III includes the modality of School Sports addressed by the trainee teacher, highlighting their general and specific objectives. On the other hand, Area IV refers to the research component, in which the perception of PE teachers in relation to the motor skills of Secondary School students is exposed. The results showed that there were discrepancies in relation to the Perceived Motor Competence of the Physical Education teachers and the real Motor Competence of the students.

**Keywords:** Internship, Physical Education, Motor Competence, Perceived Motor Competence, Motor Competence Assessment

## **1. ÁREA I- PROFISSIONAL, SOCIAL E ÉTICA**

### **1.1. Objetivos do Estágio**

O estágio curricular realizado no ano letivo 2022/2023, teve por escopo evidenciar as competências que a professora-estagiária delineou de forma a prepará-la para a futura prática de docente. Foi necessário para a estagiária definir objetivos gerais e específicos durante o ano letivo de forma a orientá-la e auxiliá-la durante a prática.

No presente tema, pretende-se exibir os objetivos a que se submeteu a estagiária durante o ano letivo de 2022/2023, para o 9º ano de ensino básico e 11º ano de ensino secundário, na ESSDJII, em Setúbal.

De acordo com os objetivos gerais estabelecidos no Decreto – lei no 240/2001, de 30 de Agosto, alcança-se os educadores de infância e os professores têm de estar habilitados e certificados com formação profissional específica, através de cursos que se organizam de acordo com as necessidades do respetivo desempenho profissional, e segundo perfis de qualificação para a docência, decorrentes do disposto na referida Lei de Bases. As quatro áreas de conceção são: Área I – Profissional, Social e Ética; Área II – Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem; Área III – Participação na Escola e Relação com a Comunidade; e Área IV – Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida.

Ferreira et al. (2009) defende que para alcançar um melhor desempenho académico é requerida a identificação, compreensão e qualificação dos diversos fatores que afetam tanto interna como externamente as instituições de ensino. Esses fatores incluem aspetos psicológicos, sociais, culturais e económicos. Estão interligados e vinculados a docentes, discentes, currículos, instituições e contextos (Tavares, 2000).

Dos objetivos gerais a que a estagiária se propôs no início do ano letivo destacam-se:

1. Capacidade de observação da realidade e das características do meio escolar evolvente;
2. Fomentar o estímulo ao pensamento da aluna estagiária;
3. Reflexão consciente sobre a futura prática docente com o intuito de aperfeiçoar a sua prática;
4. Planeamento das suas tarefas mais próximas da realidade;
5. Participar em atividades de desporto escolar;
6. Contribuir para uma relação saudável com toda a equipa associados ao meio escolar;
7. Facilitar a aquisição de saberes em disciplinas que são intrínsecas a várias modalidades e atividades físicas, com o objetivo de estimular, por meio da prática desportiva, o desenvolvimento integral e equilibrado do discente;

Dos objetivos específicos a que a estagiária se propôs destacam-se:

1. Observação profunda dos alunos, das dinâmicas de sala de aula, das relações entre os membros da comunidade escolar e das práticas pedagógicas adotadas;
2. Incentivar à estagiária a estimular a sua capacidade de questionar, analisar, argumentar e interpretar informações, com o objetivo de tomar decisões conscientes na sua futura prática docente;

3. Reflexão de forma consciente sobre a sua futura prática de docente. Analisar experiências, referir pontos fortes e áreas de desenvolvimento.
4. Ser capaz de planear as aulas de forma eficaz e eficiente, com o intuito de garantir que haja desenvolvimentos dos alunos;
5. Reconhecer a importância do desporto escolar na educação escolar. Participar de forma assídua nas atividades de desporto escolar, como orientadora e participante.
6. Fomentar um ambiente propício de um clima produtivo e positivo entre colegas de trabalho, favorável ao desenvolvimento escolar dos discentes;
7. Promoção da aprendizagem dos alunos nas disciplinas de modalidades e atividades físicas, utilizando estratégias didáticas eficazes capazes de despertar o interesse nos alunos;
8. Facilitar a aquisição de saberes em disciplinas que são intrínsecas a várias modalidades e atividades físicas, com o objetivo de estimular, por meio da prática desportiva, o desenvolvimento integral e equilibrado do discente.

## 1.2 Expectativas do estágio

Foi realizada uma análise SWOT (ferramenta estratégica de gestão que evidencia os fatores críticos de sucesso e de ameaça, ao nível interno e externo) que, que procurou apresentar os objetivos estruturados para o estágio, realçando as forças (*Strengths*), que permite enfatizar as práticas sucedidas com sucesso, as fraquezas (*Weaknesses*) que exibem os pontos na futura prática de professora. São também apresentadas as oportunidades (*Opportunities*) que se referem às situações proporcionadas e oferecidas devido ao estágio curricular e as ameaças (*Threats*) que se referiu às situações que comprometeram a prática.

No que diz respeito às forças, os conhecimentos aplicados à prática de Educação Física (EF) proporcionaram à estagiária desenvolver bastante o seu poder crítico para as situações e criar estratégias para as realizar. O reflexo desses resultados foi o desenvolvimento motor dos alunos ao longo de todo o ano letivo. O estudo realizado por Silva et al. (2011) concluiu que as aulas de Educação Física (EF) são benéficas para o desenvolvimento motor das crianças e, quando estimuladas pelos professores de EF, denota-se resultados satisfatórios, no que concerne ao desenvolvimento mais coordenado. Nas aulas de EF os professores realizam atividade, de modo a potenciar as aptidões físicas nos alunos, tal como a motricidade, controlo do corpo e resistência.

Como uma das fraquezas assinaladas pela estagiária foi a falta de comparência em algumas atividades desenvolvidas pela escola, devido a condicionantes de natureza que não permitiu o acompanhamento dos alunos na íntegra.

Como oportunidades, a estagiária destaca a oferta de desporto escolar da escola, como das visitas de estudo, torneios na escola e fora da mesma. Destaca-se também a disponibilidade dos professores pela transmissão de saberes e conhecimentos.

A estagiária destaca como ameaça a falta e a deterioração de equipamento e de material para algumas práticas, o que exigiu capacidade de adaptação. Como ameaça também se destaca a inexperiência da estagiária na área de ensino, relevando-se um desafio em todos os parâmetros: gestão da aula, estratégias de passagem de conhecimentos teóricos e práticos, gestão de conflitos, entre outros.

### 1.3. Caracterização da Instituição

O estágio curricular decorreu na Escola Secundária D. João II (ESDJII), em Setúbal, que pertence à freguesia de S. Sebastião, uma das oito freguesias da cidade (Figura 1). A freguesia de Sebastião é a mais populosa da cidade de Setúbal, sendo a sexta mais populosa de Portugal: 123.684 habitantes; 65.113 do sexo feminino e 58.571 do sexo masculino, dados dos Censos 2021). É a freguesia que agrega mais de metade da população habitante em Setúbal, cerca de 65.000 habitantes (dados do P.E.E. 2017- 2021).

Em 1983, a Escola Secundária D. João II foi inaugurada, inicialmente designada de ~~sendo que o~~ Escola Secundária Nº 1, seguidamente de Escola Secundária da Camarinha. Atualmente, em homenagem a D. João II, padroeiro dos descobrimentos, e à sua forte ligação com a cidade de Setúbal, localidade na qual assinou o Tratado de Tordesilhas, época em o Rei pensava eleger a cidade do Sado como capital do reino, a escola tem evocado o rei D. João II nos correntes anos letivos na comemoração da atividade “Dia da Escola” com a apresentação da respetiva biografia em palestras e debates didáticos.

Desde a sua fundação da Escola Secundária D. João II, é caracterizada por uma escola com dinâmicas variadas, onde existe uma ligação cultural com a cidade onde a escola se insere, nomeadamente com entidades, instituições e associações da localidade. Há um constante investimento nas visitas de estudo e intercâmbios a nível nacional e internacional. As visitas de estudo destinam-se a espaços expositivos, como museus, teatros e outros espaços e entidades. A nível de planos anuais de atividades, têm apresentado uma múltipla variedade de atividades dinamizadas pelas diferentes áreas de ensino. Como forma de-perpetuar as tradições escolares, são promovidas visitas ao cinema, teatro e exposições, bem como o avanço das atividades alusivas ao Desporto Escolar, com as ciências e atividades didáticas, nomeadamente a época Natalícia e atividades designadas de “O dia da Escola” e “A minha escola é um museu”, entre outras.

No âmbito da disciplina da cidadania, têm sido debatidos, a partir do terceiro ciclo até ao ensino secundário, assuntos como a culturalidade, multiculturalidade e interculturalidade. Já no Ensino Especial e Serviço de Psicologia e Orientação os alunos são acompanhados e orientados na vertente vocacional e profissional, como visitas à “Futurália” entre outras.



**Figura 1-** Imagem satélite da Escola Secundária D. João II (Setúbal)

### **1.3.1 Projeto Educativo**

O projeto educativo é o documento que estabelece a orientação educativa do agrupamento de escolas, no qual são clarificados os princípios, os valores, as metas e as estratégias no contexto da sua autonomia pedagógica, curricular, cultural, administrativa e patrimonial (conforme o disposto na alínea a), do nº 2 do artigo 9º do Decreto-Lei no 137/2012). O projeto educativo incorpora os Princípios, Valores e Áreas de Competências detalhados no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória. A escola terá uma atenção especial ao percurso escolar dos alunos, garantindo que as aprendizagens ocorram no momento adequado.

### **1.3.2 Visão Da Escola**

A visão da escola é a sua aspiração ou imagem futura desejada. É a representação ideal e inspiradora do que a escola pretende alcançar a longo prazo. Refere-se na descrição do estado ou posição que a escola espera alcançar no futuro, guiando as suas ações e esforços para concretizar essa meta. Sendo eles:

- Contar com um corpo docente experiente, dedicado e altamente profissional, que trabalha com muita dedicação para o bem-estar e o sucesso dos nossos alunos.
- A equipa de funcionários não docentes é composta por profissionais competentes, carinhosos e que colaboram de forma harmoniosa.
- A escola pública possui uma visão abrangente, focada em promover as Ciências (experimentais, sociais e económicas) com uma forte base na Arte e nos valores humanistas.
- O principal objetivo é formar cidadãos exemplares, pautados pelos nossos valores fundamentais: Respeito, Responsabilidade e Confiança. Na nossa escola, valorizamos a consideração pelo próximo, a aceitação das diferenças, a tolerância e a solidariedade.
- Incentivar o desenvolvimento do pensamento crítico, a resolução de problemas, a aprendizagem individual e o trabalho em equipa em todos os níveis de ensino.
- Promover a partilha de boas práticas, a inovação e a execução de projetos educativos.
- Organizar visitas de estudo para estimular a criatividade, a inovação e o apreço pelas manifestações artísticas diversas.
- Considerando o ambiente urbano em Setúbal, apostar em projetos nacionais e internacionais que fortaleçam a autoconfiança e a autoestima dos nossos alunos, permitindo-lhes um maior conhecimento do mundo que os rodeia.
- Valorizar a realização de intercâmbios internacionais e o programa micro-Erasmus, que temos vindo a desenvolver desde 2008: integração numa rede de 23 escolas (públicas e privadas, laicas e religiosas) de 12 países europeus: Alemanha, Espanha, Finlândia, França, Holanda, Hungria, Israel, Itália, Polónia, Portugal, Roménia e Turquia.

### 1.3.3. Caracterização dos Recursos Temporais para a EF

O calendário de funcionamento das atividades educativas e letivas da ESDJII, para o ano letivo de 2022/2023 é o seguinte:

**Tabela 1-** Calendário de atividades educativas 2022/2023.

|                          |                                                       |
|--------------------------|-------------------------------------------------------|
| <b>Atividade Letivas</b> | <b>1º Período:</b>                                    |
|                          | 13 a 16 de setembro de 2022 a 16 de dezembro de 2022; |
|                          | <b>2º Período:</b>                                    |
|                          | 3 de janeiro 2023 a 31 de março 2023;                 |
|                          | <b>3º Período:</b>                                    |
|                          | 17 de abril 2023 a 7 de junho (9º, 11º e 12 ano)      |
|                          | 14 de junho (7º, 8º e 10ºano)                         |

O calendário das interrupções letivas e educativas da ESDJII, para o ano letivo 2022/2023 é o seguinte:

**Tabela 2-** Calendário das interrupções letivas.

|                             |                                               |
|-----------------------------|-----------------------------------------------|
| <b>Interrupções Letivas</b> | <b>1º Período:</b>                            |
|                             | 19 de Dezembro de 2022 a 2 de Janeiro de 2023 |
|                             | <b>2º Período:</b>                            |
|                             | 20 de Fevereiro a 22 de Fevereiro de 2022     |
|                             | <b>3º Período:</b>                            |
|                             | 3 de Abril a 14 de Abril de 2023              |

### 1.3.4. Caracterização dos Recursos Espaciais e Materiais para a EF

A escola é composta por 6 espaços físicos destinados à realização das aulas de EF, sendo 3 exteriores e 3 interiores. O primeiro espaço designa-se F1, intitulado de Pavilhão Gimnodesportivo (pavilhão interior) (40m x20m). É composto por três Campos de Basquetebol (20m x 11m), um campo de Basquetebol (26m x14m – Linhas vermelhas), ou três Campos de Voleibol (linhas verdes) / um campo Voleibol (18m x 9m – linhas brancas) ou quatro campos de Badminton (13,40 x 6,10 – linhas pretas).

O segundo espaço (F2) é dividido entre dois locais: um espaço exterior, do qual contém um Campo de Andebol ou Futebol (32m x 20m – linhas amarelas), bancadas e pista de 3 corredores (velocidade de 40 metros). Se o espaço exterior não estiver funcional, por situações alheias, o

espaço interior é cedido ao professor. Este espaço destina-se à promoção da condição física, dança, entre outros.

O F3 corresponde a um espaço exterior, do qual está incluído um Campo de Futebol (42m x 20m - linhas verdes) ou um Campo de Andebol (42m x 20m - linhas amarelas), uma Caixa de saltos (8,20mx2,85-Linha chamada Salto em Comprimento a 1m – linha chamada triplo a 5m e Pista de 4 corredores (60m – linhas brancas).

O F4, tal como o F2 é dividido em dois espaços, um exterior e um interior. O espaço exterior contém dois Campos de Basquetebol (25m x15m – Linhas vermelhas) ou um Campo de Andebol/Futebol (42m x 25m – linhas amarelas) ou dois Campos de Voleibol (18m x 9m – linhas amarelas). O espaço interior é destinado a aulas teóricas. Por último, existe o espaço F5 que é exterior, incluindo um Campo de Basquetebol (42mx30m – Linhas brancas) ou u Campo Voleibol (18m x 9m – linhas amarelas).

## Horários da Escola

Horários de 2ºciclo, 3º Ciclo e Ensino Secundário:

| Manhã       | Tarde       |
|-------------|-------------|
| 08:25-09:10 | 13:35-14:20 |
| 09:10-09:55 | 14:20-15:05 |
| 10:10-10:55 | 15:20-16:05 |
| 10:55-11:40 | 16:05-16:50 |
| 11:50-12:35 | 17:00-17:45 |
| 12:35-13:20 | 17:45-18:30 |

## Roulement de Instalações

O sistema de rotação de espaços estabelecido e aprovado pelo grupo de Educação Física, ocorre semanalmente, a rotação ocorre da seguinte forma: Espaço F1, F2, F3 e F4.

|             | SEGUNDA |       |       |       | TERÇA |       |       |       | QUARTA |       |       |       | QUINTA |       |       |       | SEXTA |       |       |       |
|-------------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|             | F1      | F3    | F2    | F4    | F1    | F3    | F2    | F4    | F1     | F3    | F2    | F4    | F1     | F3    | F2    | F4    | F1    | F3    | F2    | F4    |
| 8:25-9:10   | 11º C   | 9º C  | 10º B | 11º G | 9º H  | 10º I | 10º A | 7º D  | 11º A  | 7º F  | 10º B | 7º D  | 11º F  | 10º E | 10º A | 11º I | 11º B | 10º C | 9º F  | 12º F |
| 9:10-9:55   | 11º D   | 9º D  | 10º C | 11º H | 9º I  | 10º J | 10º B | 7º E  | 11º D  | 7º G  | 10º C | 7º E  | 11º G  | 10º F | 10º B | 11º J | 11º C | 10º D | 9º G  | 12º G |
| 10:10-10:55 | 12º E   | 12º A | 12º C | 11º E | 11º F | 12º G | 12º J | 12º I | 11º D  | 12º H | 10º H | 12º F | 12º E  | 12º G | 12º C | 7º A  | 12º I | 12º D | 12º J | 10º H |
| 10:55-11:40 | 12º F   | 12º B | 12º D | 11º F | 11º G | 12º H | 12º I | 12º J | 11º D  | 12º H | 10º H | 12º F | 12º E  | 12º G | 12º C | 7º A  | 12º I | 12º D | 12º J | 10º H |
| 11:50-12:35 | 10º E   | 10º C | 10º B | 11º I | 12º D | 11º H | 9º D  | 9º A  | 11º C  | 12º A | 10º F | 9º A  | 9º H   | 11º H | 12º B | 7º B  | 7º E  | 11º G | 9º B  | 10º G |
| 12:35-13:20 | 10º E   | 10º C | 10º B | 11º I | 12º D | 11º H | 9º D  | 9º A  | 11º C  | 12º A | 10º F | 9º A  | 9º H   | 11º H | 12º B | 7º B  | 7º E  | 11º G | 9º B  | 10º G |
| 13:35-14:20 |         |       |       |       |       |       |       |       |        |       |       |       |        |       |       |       |       |       |       |       |
| 14:20-15:05 |         |       |       |       |       |       |       |       |        |       |       |       |        |       |       |       |       |       |       |       |
| 15:20-16:05 | 11º D   | 12º H | 9º B  | 9º B  | 11º B | 9º G  | 10º G | 7º A  | 10º I  | 9º E  | 9º G  | 11º E | 11º J  | 9º C  | 9º D  | 10º F |       |       |       |       |
| 16:05-16:50 |         |       |       |       |       |       |       |       |        |       |       |       |        |       |       |       |       |       |       |       |
| 17:00-17:45 | 11º A   | 7º F  | 9º C  | 7º C  | 10º J | 9º F  | 10º D | 7º B  | 10º C  | 7º G  | 9º F  | 11º G | 10º J  | 9º D  | 9º E  | 10º D |       |       |       |       |
| 17:45-18:30 |         |       |       |       |       |       |       |       |        |       |       |       |        |       |       |       |       |       |       |       |

|               |                  |              |                 |
|---------------|------------------|--------------|-----------------|
| CARLOS COSTA  | MIGUEL DINIS     | A. LOPES     | Mª JOÃO GOMES   |
| LÚIS MONTEIRO | ADELAIDE BOTELHO | TIAGO SILVA  | MADALENA SANTOS |
| MÓNICA        | FRANCILIA NETO   | JOANA LOPES  | AURÉA MIGUEL    |
|               |                  | JOANA HEITOR |                 |

**Tabela 3-** Polivalência da Escola Secundária D. João II.

## Polivalência dos espaços de aula

No quadro abaixo estão apresentadas as possibilidades de utilização de cada um dos espaços de aula, tendo em conta as suas características.

**Figura 2-** Mapa de Rotação das Instalações de Educação Física.

| Modalidades   | F1 | F2 | F3 | F4 |
|---------------|----|----|----|----|
| Futebol       |    | X  | X  |    |
| Andebol       |    | X  | X  |    |
| Voleibol      | X  | X  |    |    |
| Basquetebol   |    | X  |    | X  |
| Ginástica     | X  |    |    |    |
| Atletismo     | X  | X  | X  | X  |
| Badminton     | X  |    |    |    |
| Luta          | X  | X  |    |    |
| Danças        | X  | X  |    |    |
| Ténis de Mesa |    | X  |    |    |

### 1.4. Caracterização das turmas

3

## 2. ÁREA II- DESENVOLVIMENTO DO ENSINO E APRENDIZAGEM

Esta área inclui os três aspetos a serem desenvolvidos no ensino: (i) o Planeamento, (ii) o Ensino e a (iii) Avaliação.

Neste âmbito, pretende-se descrever como foi executado o planeamento das unidades de ensino, das sessões de ensino e o planeamento anual. Nesta área também está incluída a forma como o processo de ensino foi desencadeado como a organização das aulas, o estilo de ensino, entre outras. Por fim, foi realizada uma análise da avaliação, incluindo a forma como se realizou a avaliação letiva, a avaliação do desempenho do processo de ensino, assim como os resultados obtidos.

As atividades planeadas foram organizadas levando em consideração a rotação semanal dos espaços de aula e o progresso da turma nas aprendizagens. Dessa forma, foi possível estabelecer um cronograma para todo o ano letivo com a sequência das matérias e etapas a serem abordadas.

### 2.1. Planeamento

Para Bento (2003), a planificação é o elo entre as pretensões, imanentes ao sistema de ensino e aos programas das respetivas disciplinas, e a sua realização prática. O autor acrescenta, ainda, que na planificação é necessário aliar a própria qualificação com a formação contínua do

professor, procurando sempre os melhores resultados no ensino através da teoria e da prática. Seguindo o que foi anteriormente referido, na dimensão do planeamento são apresentadas as planificações por períodos, dos quais o primeiro será a integração e observação das turmas e iniciar por partes na planificação e elaboração das aulas. No segundo e terceiro período ressalta-se a autonomização na prática de ensino básico e secundário, com a orientação da professora orientadora cooperante.

Um professor quando executa a planificação das aulas tem-subjacente que está executá-la para os alunos, uma vez que estes aprenderão a finalidade de determinada atividade, questionarão e aprenderão os métodos e formas de alcançar melhores resultados (Fernandes, 2012). A autora acrescenta que é fundamental o professor delinear as suas aulas, pois é maneira de os mesmos se organizarem a nível dos materiais, dos espaços e dos seus objetivos para com os alunos. É essência haver comunicação entre os professores e encarregados de educação, na medida em que conseguem os segundos conseguem ter uma melhor perceção do ensino em EF e auxiliá-los a estarem preparados de forma que os seus educandos atinjam sucesso de forma gradual.

No estágio, a professora orientadora cooperante teve a avaliação inicial bem estabelecida. Uma vez que a professora já é docente, naquela escola há muitos anos, e tinha as ferramentas para realizar a avaliação inicial para cada turma de cada ano e ciclo e nesse sentido, inicialmente a estagiária auxiliou-a a aplicar a avaliação inicial. Tal teve em conta a forma como os conhecimentos são aplicados no presente currículo, relativamente à forma pedagógica de como se aplica o currículo, de acordo com os níveis de cada aluno.

As turmas que foram atribuídas ao orientador cooperante às quais a estagiária se associou, foi uma turma de ensino básico (9ª ano- CEF) e a outra de ensino secundário (11ª ano- Curso de Arte). Relativamente à turma de ensino básico, a orientadora cooperante não possuiu nenhuma avaliação prévia de outros anos dos alunos, por isso neste aspeto a avaliação inicial foi crucial para a estagiária em conjunto com a orientadora cooperante, para a elaboração a planificação das unidades didáticas e de que forma se pôde adaptar as modalidades às dificuldades e competências dos alunos.

Relativamente ao planeamento do período de avaliação inicial, a professora orientadora cooperante, seguiu o protocolo de avaliação inicial já estabelecido com os diversos parâmetros de avaliação consoante o nível de desempenho de cada aluno (Nível não introdutório; Introdutório; Elementar; Avançado).

No protocolo inicial de avaliação em Educação Física pretende-se avaliar e melhorar a aptidão física dos alunos. Tal permitiu-nos adequar os programas de acordo com as características de cada turma para o ano letivo.

Nesse sentido, o departamento de educação física adotou o modelo de lecionação por etapas, dividindo o ano em três fases diferentes. A 1ª etapa designa-se avaliação inicial. Nesta fase realizou-se uma avaliação inicial e geral dos alunos e introduziu-se conteúdos de educação física. A 2ª etapa designa-se Aprendizagem e Desenvolvimento. No decorrer desta etapa, o principal objetivo foi a aprendizagem e desenvolvimento das habilidades técnicas e táticas das modalidades desportivas. A 3ª etapa denomina-se de consolidação e avaliação sumativa. Nesta última etapa procurou-se consolidada as habilidades técnicas e táticas dos alunos, terminando com a avaliação sumativa.

A seguir, apresento as datas e etapas de ensino para cada turma:

**Tabela 4-** Datas das etapas de lecionação da turma 11º F.

|               | <b>1ª Prognóstica</b> | <b>2ª Prioridades</b> | <b>3ª Progresso</b> | <b>4ª Produto</b> |
|---------------|-----------------------|-----------------------|---------------------|-------------------|
| <b>Etapas</b> | 16/09 a 8/11          | 15/11 a 01/02         | 08/02 a 30/03       | 18/04 a 07/06     |

**Tabela 5-** Datas das etapas de lecionação da turma 9º H.

|               | <b>1ª Prognóstica</b> | <b>2ª Prioridades</b> | <b>3ª Progresso</b> | <b>4ª Produto</b> |
|---------------|-----------------------|-----------------------|---------------------|-------------------|
| <b>Etapas</b> | 16/09 a 8/11          | 15/11 a 01/02         | 08/02 a 30/03       | 18/04 a 14/06     |

Através da tabela abaixo, é possível realizar um resumo de forma clara e concisa da organização e sequência ao longo do ano escolar, de maneira a possibilitar uma compreensão mais objetiva da evolução e progresso das aprendizagens.

**Tabela 6-** Planificação Anual das turmas de Estágio.

| <b>Calendarização</b> | <b>Atividade/Projeto</b> | <b>Grupo de Recrutamento</b> | <b>Disciplinas Desenvolvidas</b> | <b>Público-Alvo</b> | <b>Local</b> | <b>Dinamizadores</b> | <b>Recursos</b>                                 |
|-----------------------|--------------------------|------------------------------|----------------------------------|---------------------|--------------|----------------------|-------------------------------------------------|
| <b>29/09 a 30/09</b>  | Dia Europeu Do Desporto  | 620                          | Educação Física                  | Alunos              | ESDJII       | Professores          | Espaço Exterior e Interior- Material Específico |
| <b>21/11 a 25/11</b>  | Corta-Mato ESDJII        | 620                          | Educação Física                  | Alunos              | ESDJII       | Professores          | Espaço Exterior- F4- Material Específico        |
| <b>28/11 a 02/12</b>  | Corta-Mato Inter-Escolas | 2000                         | Educação Física                  | Alunos              |              | Professores          | Espaço Exterior- Material Específico            |

|                                   |                                                          |     |                 |        |                    |             |                                                     |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------|-----|-----------------|--------|--------------------|-------------|-----------------------------------------------------|
| <b>12/12 a 16/12</b>              | Torneio Interturmas-<br>Voleibol                         | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior- F1-<br>Material Específico         |
| <b>12/12 a 16/12</b>              | Torneio Interturmas-<br>Futsal                           | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior- F1-<br>Material Específico         |
| <b>12/12 a 16/12</b>              | Torneio Interturmas-<br>Basquetebol                      | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior-<br>F1ou F4- Material<br>Específico |
| <b>12/12 a 16/12</b>              | Torneio Interturmas-<br>Bocia                            | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior- F1-<br>Material Específico         |
| <b>17/12/2022</b>                 | Mega Sprint ESDJII                                       | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Exterior-<br>Material Específico             |
| <b>24/02/2023</b>                 | Torneio Tênis de<br>Mesa ESDJII                          | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior-F2-<br>Material Específico          |
| <b>21/03/2023</b>                 | Pesca Desportiva em<br>Alto Mar                          | 620 | Educação Física | Alunos | Doca De<br>Setúbal | Professores | Material Específico-<br>Material Específico         |
| <b>Ao longo do<br/>ano letivo</b> | Desporto Escolar-<br>Basquetebol Iniciados<br>Femininos  | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Exterior- F4-<br>Material Específico         |
| <b>Ao longo do<br/>ano letivo</b> | Desporto Escolar-<br>Basquetebol Iniciados<br>Masculinos | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Exterior- F4-<br>Material Específico         |
| <b>Ao longo do<br/>ano letivo</b> | Desporto Escolar-<br>Futsal Iniciados<br>Masculinos      | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior- F1-<br>Material Específico         |
| <b>Ao longo do<br/>ano letivo</b> | Desporto Escolar-<br>Futsal Juvenis<br>Masculinos        | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior- F1-<br>Material Específico         |
| <b>Ao longo do<br/>ano letivo</b> | Desporto Escolar.<br>Voleibol Iniciados<br>Feminino      | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior- F1-<br>Material Específico         |
| <b>Ao longo do<br/>ano letivo</b> | Desporto Escolar-<br>Futsal Juvenis<br>Femininos         | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior- F1-<br>Material Específico         |
| <b>Ao longo do<br/>ano letivo</b> | Desporto Escolar-<br>Futsal Iniciados<br>Masculinos      | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior- F1-<br>Material Específico         |
| <b>Ao longo do<br/>ano letivo</b> | Desporto Escolar-<br>Futsal Juvenis<br>Masculinos        | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII             | Professores | Espaço Interior- F1-<br>Material Específico         |

|                               |                                              |     |                 |        |                                     |             |                                                                     |
|-------------------------------|----------------------------------------------|-----|-----------------|--------|-------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------|
| <b>Ao longo do ano letivo</b> | Desporto Escolar-Padel Iniciados Femininos   | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII/Academia de Padel de Setúbal | Professores | Espaço Interior-F1/Academia de Padel de Setúbal-Material Específico |
| <b>Ao longo do ano letivo</b> | Desporto Escolar-Padel Iniciados Masculinos  | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII/Academia de Padel de Setúbal | Professores | Espaço Interior-F1/Academia de Padel de Setúbal-Material Específico |
| <b>Ao longo do ano letivo</b> | Desporto Escolar-Tag-Rub Inicados Masculinos | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII                              | Professores | Espaço Exterior- F4-Material Específico                             |
| <b>Ao longo do ano letivo</b> | Desporto Escolar-Tag-Rub Inicados Femininos  | 620 | Educação Física | Alunos | ESDJII                              | Professores | Espaço Exterior- F4-Material Específico                             |

Na primeira etapa, denominada "Avaliação Inicial," a professora determinou o nível inicial da turma para estabelecer os objetivos finais, levando em conta o potencial dos alunos. Para tal, foram dedicadas as primeiras cinco semanas do 1º período, abrangendo 13 aulas, com o intuito de conhecer os alunos e suas características, para definir o planeamento das aulas ao longo de todo o ano letivo. Para a realização desta etapa, foi utilizado um Protocolo de Avaliação Inicial (PAI) já definidos pelos professores de Educação física.

Em primeiro lugar, deu-se prioridade à criação de um ambiente favorável em sala de aula, estabelecendo rotinas organizacionais e normas de funcionamento.

Em seguida, foi feita a seleção das matérias e os critérios de avaliação a serem observados em cada uma delas. A escola possui 4 espaços para a Educação Física, cada um com características específicas, o que torna certas matérias mais adequadas para cada local. Dessa forma, a organização das matérias e a sua sequência de abordagem foram definidas, também determinando a duração dessa etapa.

Em cada semana, os alunos ocupavam um espaço fixo.

Durante esta etapa, é realizada a observação e o registo das capacidades e limitações individuais de cada aluno, bem como da turma, nas matérias lecionadas. A 1ª fase representa o primeiro contacto entre professor e o aluno, onde o professor conhece os alunos e eles se familiarizam com o modo de funcionamento e abordagem do docente.

Na 2ª etapa, os alunos aprimoram as suas habilidades e limitações identificadas durante a avaliação inicial nas diversas matérias lecionadas. Esta etapa consiste na consolidação do trabalho iniciado na 1ª etapa. No entanto, nesta fase pode-se realizar ajustamentos no planeamento anual, tendo como base o progresso dos alunos.

O desenvolvimento e aprendizagem são fundamentados nos exercícios aplicados na etapa anterior, porém, com uma sequência de conteúdos cada vez mais complexos. O objetivo é que os alunos alcancem os objetivos propostos ao longo desse processo de aprendizagem.

As aulas foram lecionadas principalmente em estações, proporcionando aos alunos a oportunidade de trabalhar nas matérias e exercícios em que têm mais dificuldades, permitindo-lhes aperfeiçoar as suas habilidades. No 1º Período foram utilizados exercícios semelhantes aos

da avaliação inicial, visando facilitar a compreensão dos alunos e permitir que desenvolvessem as habilidades consideradas prioritárias. Ao longo da 3ª etapa, todo o planeamento e os objetivos definidos passam pelos alunos consolidarem as aprendizagens desenvolvidas nas diferentes matérias ao longo do ano letivo. Para além disso, é também realizada a avaliação sumativa da turma tendo em conta os objetivos propostos e o processo de desenvolvimento demonstrado por cada aluno ao longo de todo o ano. Esta etapa tem como objetivo fundamental a consolidação e revisão do que foi abordado anteriormente, com uma posterior avaliação em que o objetivo fundamental é verificar se os níveis propostos no início do ano letivo (objetivos terminais) foram alcançados. O principal objetivo desta etapa é consolidar e rever o conteúdo abordado anteriormente, seguido por uma avaliação para verificar se os níveis de aprendizagem propostos no início do ano letivo foram alcançados.

## 2.2. Plano de Aula

Um plano de aula é um documento que descreve a estrutura, os objetivos, os recursos, as atividades e a sequência de ensino para uma aula específica. Ele é uma ferramenta fundamental para professores e educadores, pois ajuda a organizar o processo de ensino e aprendizagem, garantindo que os conteúdos sejam transmitidos de forma clara e eficaz. A estrutura de um plano de aula pode variar dependendo do contexto e da matéria, mas geralmente contém os seguintes elementos:

**Identificação:** Nome do professor, instituição de ensino, matéria, nível de ensino e data.

**Objetivos:** Descrição clara e específica dos objetivos de aprendizagem que se pretende alcançar com a aula. Os objetivos devem ser mensuráveis e indicar o que os alunos devem ser capazes de fazer ao final da aula;

**Recursos:** Lista dos materiais e recursos necessários para a realização da aula, como livros, materiais didáticos, equipamentos audiovisuais, etc;

**Conteúdo:** Apresentação dos tópicos ou conteúdos que serão abordados durante a aula. Pode ser organizado em tópicos ou subtópicos, e deve ser relevante para os objetivos propostos;

**Metodologia:** Descrição das estratégias e abordagens pedagógicas que serão utilizadas para ensinar o conteúdo aos alunos. Pode incluir aulas expositivas, atividades em grupo, discussões, resolução de problemas, entre outros;

**Desenvolvimento da aula:** Sequência detalhada das atividades que serão realizadas ao longo da aula, incluindo o tempo estimado para cada uma delas;

**Avaliação:** Indicação dos critérios de avaliação que serão utilizados para verificar se os alunos alcançaram os objetivos propostos. Pode incluir avaliação formativa (durante a aula) e avaliação sumativa (ao final);

**Adaptações e diversificações:** Considerações sobre como o plano de aula atenderá às necessidades de alunos com habilidades ou estilos de aprendizagem diferentes, bem como possíveis adaptações para alunos com necessidades educacionais especiais.

Na figura abaixo está apresentada um exemplo de plano de aula do 11º ano, com as vertentes essenciais para a realização de uma aula prática de educação física.

Escola Secundária D. João II



|                                                                                                                                               |                     |                               |                                     |                                                                   |                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>Plano de aula</b>                                                                                                                          | <b>Etapas:</b> 2ª   | <b>Local:</b> F1              | <b>Aula n.º:</b> 103 e 104          | <b>Data:</b> 25-05-2023                                           | <b>Hora:</b> 08:25-09:55 |
| <b>N.º de alunos:</b> 26                                                                                                                      | <b>Turma:</b> 11ª F | <b>Duração da aula:</b> 90min | <b>Professora:</b> Matilde Benzinho |                                                                   |                          |
| <b>Sumário:</b> Aquecimento dirigido; Aperfeiçoamento dos gestos técnicos de Voleibol e Padel; Desenvolvimento de uma sequência de ginástica. |                     |                               |                                     | <b>Matérias:</b> Voleibol, Padel, Ginástica de solo e acrobática. |                          |

|                                              |                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Recursos Materiais:</b>                   | -1 rede de voleibol, 8 raquetes, 4 bolas de padel, 4 bolas de voleibol; 8 colchões                                                       |
| <b>Objetivos da Aula:</b>                    | - Desenvolver os gestos técnicos de padel e voleibol. Organização de uma sequência de ginástica. Realização de uma questão de aula       |
| <b>Objetivos do Professor:</b>               | - Projetar a voz;<br>- Realização de diversos feedbacks consoante a prática; Circulação de modo a ter todos os alunos no campo de visão; |
| <b>Os alunos que não fazem a aula devem:</b> | Arbitrar ou Realizar o relatório de aula                                                                                                 |

|                                                              | Sequência dos conteúdos                                         | Objetivos Específicos                                                                                                                                                                                                                                                                                | Condições de Realização                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Crítérios de Êxito                                                                                                                                                                                           | Estratégias de Ensino                                                                                                                                                         | TP  | TT  |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|
| P<br>a<br>r<br>t<br>e<br><br>I<br>n<br>i<br>c<br>i<br>a<br>l | -Informação inicial;<br><br>-Mobilização articular/Aquecimento; | -Fazer registo das presenças (folha de registo);<br>-Breve conversa com os alunos relativamente ao modo de funcionamento da aula e dos objetivos da mesma;<br>-Ativação Geral;<br><br>-Explicação dos exercícios que irão realizar na parte fundamental;<br><br>- Desenvolvimento da condição física | Verificar a presença dos alunos consoante a entrada no espaço de aula;<br><br>Estafetas: Alunos divididos em 4 grupos; Realização do jogo "vão todos"; Aluno A de todas as equipas desloca-se até à marca e volta; na segunda vez, faz exatamente o mesmo percurso, mas de mão dada com o segundo colega da fila; ganha a equipa que fizer primeiro o percurso com todos os alunos do grupo;<br>-Transição (à voz do professor cada grupo desloca-se para um espaço);<br><br>Realizam os exercícios de mobilização articular à voz da professora;<br><br><br>Rotação do pescoço (fig.1)<br>Rotação dos ombros (fig.2)<br>Rotação dos cotovelos (fig.3)<br>Rotação dos pulsos (fig.4)<br>Rotação da bacia (fig.5)<br>Rotação dos joelhos (fig.6)<br>Rotação dos tornozelos (fig.7) | Executar as indicações dos exercícios indicados pela professora.<br><br>Alunos respeitam as regras de funcionamento;<br><br>Alunos organizados e distanciados;<br><br>Ter todos os alunos no campo de visão; | -Registo das presenças;<br><br>-Verificar a execução de todos os alunos e corrigir se necessário;<br>-EE: Comando e tarefa;<br>-Demonstração dos exercícios antes da prática; | 25' | 25' |

|                                                                                  |                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                             |     |
|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----|
| P<br>a<br>r<br>t<br>e<br><br>F<br>u<br>n<br>d<br>a<br>m<br>e<br>n<br>t<br>a<br>l | 1º Padel<br>-1+1<br>(cooperação) | - Padel:<br>Familiarização dos gestos técnicos de padel;<br>Realização de deslocamentos;<br><br>-Voleibol:<br>1º. Realização de deslocamentos;<br>-Manter posição base ofensiva;<br><br>2º. Realização do 2º toque;<br><br>-Ginástica | Alunos distribuem-se pelas 3 estações:<br><br><b>Padel</b><br><br>Alunos distribuídos pelo campo delimitado. Realizam jogo de cooperação 1+1 de acordo com as regras básicas do padel, realizam batimento de esquerda e de direita;<br><br><b>Voleibol</b><br><br><b>2º. Exercício de cooperação</b> – Aluno A realiza passe para aluno B e desloca-se para a esquerda; Aluno B deve ser capaz de receber/passar com precisão para o colega;<br>1ª variante- passe<br>2ª variante- manquete<br><br><b>3º-Jogo reduzido-4x4</b> - Alunos colocados em campo reduzido e em 1/2 lua como demonstra a imagem abaixo;<br>Alunos realizam jogo condicionado no espaço delimitado; | <b>Padel</b><br><br>Manter a posição base;<br><br>No serviço, deixar a bola tocar no chão;<br><br>Batimento de direita:<br><br>- O ponto de batimento verifica-se ao nível da anca da frente;<br>- O tronco fica numa posição frontal em relação à rede, permitindo desta forma um seguimento completo (follow-through);<br>- Há transferência do peso do corpo para a perna da frente;<br><br>Batimento de esquerda:<br><br>O ponto de batimento verifica-se ao nível da anca da frente (ligeiramente mais adiantada que nos batimentos de direita), ou seja, à frente da perna adiantada;<br>- O corpo mantém-se na posição lateral até ao final do seguimento;<br>- Há uma torção do corpo pondo o lado da raquete à frente; | -Efetuar demonstração de cada uma das estações antes dos alunos iniciarem a prática;<br><br>-Divisão dos grupos de trabalho previamente definidos e se necessário, reajuste dos mesmos;<br><br>-Circulação à volta das estações de modo a ter todos os alunos no campo visual;<br><br>-Adequar os exercícios consoante o nível demonstrado pelos alunos; | 15'<br>+<br>15'<br>+<br>15' | 70' |
|                                                                                  |                                  |                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Ginástica Acrobática e de solo</b><br><br>Em grupo, os alunos continuam a realização de uma coreografia com elementos ginmicos, acrobáticos e de ligação;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Coreografia ginástica acrobática e de solo:</b><br><br>Atenção às pegas na ginástica acrobática;<br><br>Alunos entenderem as questões de segurança;<br><br>Auxiliar nas ajudas da ginástica de solo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                             |     |
|                                                                                  | Alongamentos<br>Retorno à calma  | 3<br>Alongamento muscular;<br><br>Feedback final da aula aos alunos e esclarecimento de dúvidas.                                                                                                                                      | Alunos dispostos de frente para a professora; alongamentos estáticos;<br><br>1. Extensão vertical de braços;<br>2. Extensão anterior de braços;<br>3. Extensão posterior de braços;<br>4. Abdução ombros<br>5. Lateralização do pescoço<br>6. Extensão lateral de braços<br>7. Extensão dos Isquiotibiais<br>8. Extensão Lateral do tronco<br>9. Flexão de pernas<br><br><br><br>Realizam uma questão de aula de acordo com as modalidades trabalhadas;<br><br>Balanço da aula e resposta a possíveis questões dos alunos;<br>Indicação aos alunos onde se irá realizar a próxima aula.   | Turma Organizada;<br><br>Alunos dispostos de frente para a professora.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Esclarecimento de dúvidas e feedback da aula.<br><br><b>Estilo:</b><br>Comando                                                                                                                                                                                                                                                                           | 20'                         | 90' |

**Figura 3-** Exemplo de Plano de Aula de 11º ano.

Na figura abaixo está apresentada um exemplo de plano introdutório de aula de desporto escolar de padel, com as vertentes essenciais para a realização de uma aula prática de educação física.

#### Plano de Aula 4: Estratégias Avançadas de Duplas

Objetivo: Introduzir estratégias avançadas de jogo em duplas no padel.

Duração: 60 minutos

1. Aquecimento (10 minutos)

- Corrida leve ao redor da quadra.
- Alongamento dinâmico de membros superiores e inferiores. - Exercícios de agilidade.

2. Revisão dos Golpes e Táticas (10 minutos)

- Recapitular os golpes básicos e táticas aprendidas em aulas anteriores.

3. Estratégia de Cobertura de Quadra (15 minutos)

- Ensinar a estratégia de cobertura de quadra em duplas.
- Explicar a importância de se movimentar em sincronia com o parceiro.

4. Jogo de Duplas com Foco em Estratégia (20 minutos)

- Dividir os alunos em duplas e jogar pontos com ênfase nas estratégias ensinadas. - Encorajar a comunicação entre os parceiros para melhorar a coordenação.

5. Encerramento (5 minutos)

- Recapitular as principais estratégias e táticas abordadas na aula. - Esclarecer dúvidas dos alunos.
- Incentivar a prática regular do padel.

## 2.3. Ensino

O processo de ensino é um conjunto de atividades planeadas e desenvolvidas pelo professor para facilitar a aprendizagem dos alunos. Envolve a seleção de conteúdos, estratégias de ensino, avaliação do progresso dos estudantes e adaptações para atender às necessidades individuais. A área de ensino esteve presente ao longo de todo o ano letivo e teve como alicerces:

- Critérios de organização e os procedimentos de gestão em relação aos objetivos a atingir e as condições de prática. No que diz respeito a este ponto estagiária não registou muitas dificuldades na componente de planificação a aula, visto que já a tinha concebido durante toda a fase de licenciatura e mestrado. No âmbito de lecionação de aula, a estagiária assinala que, no início, sentiu dificuldades na projeção de voz e no à vontade com a turma, algo que ganhou com o tempo. De forma a gerir melhor a aula e o tempo de aula pensa que nesse aspeto, no início, existiu algumas dificuldades pois a parte da planificação e a gestão de aula podem alterar-se devido a vários fatores externos;
- As formas de transmissão de informação utilizadas na aula. Nesta área, de forma que os alunos assimilem melhor os exercícios, a estagiária procurou explicar as temáticas verbalmente, expondo os critérios de êxito e erros mais comuns, assim como demonstrar os exercícios por meio de instrução, fotografias, vídeos, entre outros.
- O tipo de acompanhamento das atividades dos alunos ao nível de: estratégias de recolha e análise de dados de observação; diagnóstico de problemas; Feedback pedagógico. Neste ponto, procurei atribuir feedbacks quantitativos e qualitativos aos alunos sempre que pertinente. Procurou fechar o ciclo de feedback, de forma que o aluno entendesse a sua evolução e os aspetos a melhorar.
- Estratégias de prevenção e de remediação de comportamentos de indisciplina e/ou de conflito, no sentido da participação adequada nas atividades da aula. Neste aspeto, não houve

adversidades, devido ao acompanhamento da professora orientadora e às regras institucionais. Da parte da estagiária, não foram tolerados comportamentos prejudiciais ao clima de aula e à integridade física de cada um, mantendo ser a uma boa logística e equilíbrio em sala de aula.

- Estratégias de promoção de um clima de aula positivo tendo em conta as relações entre os alunos e o estudante-estagiário, dos alunos entre si e destes com as atividades propostas. A estagiária procurou oferecer as aulas polimáticas e dinâmicas, de modo a encorajar os alunos. Para que se sentissem motivados e empenhados em todas as aulas recorreu a materiais externos como música, ou vídeos. No que diz respeito à organização da aula concebeu grupos de composição homogéneos se o objetivo fosse no sentido dos alunos com menos dificuldades evoluíssem mais um pouco e os com mais dificuldades trabalhassem determinados gestos técnicos e heterogéneos, se o objetivo for equilibrar os grupos e que todos se sintam equilibrados.

- Ajustamentos das tarefas da aula de acordo com as necessidades dos alunos. Neste aspeto, foi tida atenção à forma como a aula se estava a desenrolar, tendo a estagiária a capacidade de adaptar, criando situações desenvolvimento, tendo em conta o espaço, o número de alunos, o tempo, entre outros. Foram tidos em conta os conselhos da professora orientadora cooperante, pela sua sapiência e experiência profissional.

No que diz respeito aos ajustamentos dos grupos de trabalho, na perspetiva da estagiária que não terá sido benéfico manter durante o ano letivo os mesmos grupos, pois como foi referido em ponto anterior, foi importante que houvesse diversificação de grupos de trabalho (homogéneos e heterogéneos), não só para beneficiar na componente educacional, como também na componente interativa.

## **2.4. Avaliação**

A avaliação consiste num processo sistemático e contínuo, de análise e interpretação de informações, com o propósito de avaliar a qualidade, eficácia das habilidades motoras dos alunos (Borrego, 2021). Trata-se de uma ferramenta fundamental em diferentes contextos, como na educação, no ambiente de trabalho, na saúde, nas políticas públicas, entre outros.

### **2.4.1. Avaliação Diagnóstica**

A avaliação diagnóstica trata-se de um tipo específico de avaliação, que tem como objetivo identificar o nível de conhecimento, habilidades, competências e possíveis dificuldades dos alunos em um determinado momento. A avaliação diagnóstica realizou-se no início do período do ano letivo.

Esta avaliação foi crucial para mapear o ponto de partida dos estudantes em relação aos conteúdos e objetivos de ensino, com a finalidade de direcionar o planeamento educacional e adaptar a abordagem pedagógica de acordo com as necessidades individuais dos alunos. No âmbito desta avaliação realizaram-se teste de aptidão física designados teste fit-escola. Apurou-se o nível de resistência cardiovascular, força muscular, flexibilidade, velocidade e agilidade. De modo a aferir as habilidades básicas individuais dos alunos realizou-se exercícios critério do quais evidenciava as técnicas de arremesso, de salto, corrida, driblagem entre outras. Foi também implementada, durante a avaliação inicial, a avaliação de conceitos teóricos dos alunos: Questões relacionadas às regras desportivas, conceitos específicos na educação física entre

outros. Por último, foi posto e consideração e o comportamento, o interesse e a participação dos alunos nas atividades: Observou-se a participação dos alunos nas atividades, a forma como estes cooperavam o próximo e a forma como cumpriam as regras de segurança.

#### 2.4.2. Avaliação Formativa

Durante todo o ano, foi realizada uma avaliação formativa para acompanhar o progresso dos alunos, possibilitando ajustar as metodologias de ensino e realizar intervenções individualizadas para melhorar aspectos específicos em que os alunos precisassem de apoio. Para recolher essas informações, foram criadas fichas de registo para os níveis introdutório e elementar das matérias trabalhadas ao longo do ano. Essas fichas foram utilizadas em todas as aulas, permitindo ao professor registar rapidamente as informações coletadas durante e após as atividades em sala de aula. Abaixo encontram-se assinaladas as avaliações que a estagiária realizou autonomamente durante o 3º Período. A figura abaixo apresenta a avaliação formativa, do 3º Período de voleibol para os alunos de 9º ano de CEF.

| Voleibol |                   |                        |                   |       |          |         |                                                            | Avaliação Válida |
|----------|-------------------|------------------------|-------------------|-------|----------|---------|------------------------------------------------------------|------------------|
| Ano 9º   |                   |                        |                   |       |          |         |                                                            |                  |
| Turma H  |                   | Nível Introdutório     |                   |       |          |         |                                                            |                  |
|          |                   | Situação de Jogo (3x3) |                   |       |          |         |                                                            |                  |
| Nº       | Nome do Aluno     | Coopera                | Conhece as regras | Passe | Manchete | Serviço | Recepção ao serviço com técnica adequada e trajetória alta |                  |
| 1        | Beatriz Cassiano  | 3                      | 3                 | 4     | 4        | 4       | 3                                                          | 4                |
| 2        | Catarina Serra    | 4                      | 4                 | 4     | 4        | 4       | 4                                                          | 4                |
| 3        | Diogo Leste       | 5                      | 5                 | 5     | 5        | 5       | 5                                                          | 5                |
| 4        | Diogo Vicente     | 5                      | 4                 | 5     | 5        | 5       | 5                                                          | 5                |
| 5        | Edgar Cardoso     | 4                      | 4                 | 4     | 4        | 4       | 4                                                          | 4                |
| 6        | Henrique Fonseca  | 4                      | 4                 | 4     | 4        | 3       | 3                                                          | 4                |
| 7        | Julio Souza       | 5                      | 5                 | 5     | 5        | 5       | 4                                                          | 5                |
| 8        | Leandro Ferreira  | 5                      | 5                 | 5     | 5        | 5       | 5                                                          | 5                |
| 9        | Mafalda Baleta    | 2                      | 3                 | 3     | 2        | 2       | 2                                                          | 2                |
| 10       | Rodrigo Gaudêncio | NF                     | NF                | NF    | NF       | NF      | NF                                                         | 0                |
| 11       | Russola Gomes     | 3                      | 3                 | 3     | 3        | 3       | 2                                                          | 3                |
| 12       | Sérgio Silva      | NF                     | NF                | NF    | NF       | NF      | NF                                                         | 0                |
| 13       | Telmo Rodrigues   | 4                      | 5                 | 5     | 5        | 5       | 4                                                          | 5                |
| 14       | Tiago Bonito      | 3                      | 3                 | 3     | 3        | 3       | 3                                                          | 3                |
| 15       | Vitor Lima        | 5                      | 5                 | 5     | 5        | 5       | 4                                                          | 5                |

**Figura 5-** Avaliação Formativa de Voleibol de 9º ano (3º Período).

A figura abaixo apresenta a avaliação formativa, do 3º Período de Orientação para os alunos de 9º ano de CEF.

| ORIENTAÇÃO        |                   |                    |               |           |
|-------------------|-------------------|--------------------|---------------|-----------|
| Ano 9º<br>Turma H |                   | Nível Introdutório |               |           |
| Nº                | Nome do Aluno     | Pontos Errados     | Pontos Certos | Avaliação |
|                   |                   |                    |               |           |
| 1                 | Beatriz Cassiano  | 0                  | 10            | 5         |
| 2                 | Catarina Serra    | 0                  | 10            | 5         |
| 3                 | Diogo Leste       | 0                  | 10            | 5         |
| 4                 | Diogo Vicente     | 0                  | 10            | 5         |
| 5                 | Edgar Cardoso     | 0                  | 10            | 5         |
| 6                 | Henrique Fonseca  | 0                  | 10            | 5         |
| 7                 | Julio Souza       | 3                  | 7             | 4         |
| 8                 | Leandro Ferreira  | 0                  | 10            | 5         |
| 9                 | Mafalda Balete    | 0                  | 10            | 5         |
| 10                | Rodrigo Gaudêncio | NF                 | NF            | 0         |
| 11                | Russola Gomes     | 3                  | 7             | 4         |
| 12                | Sérgio Silva      | NF                 | NF            | 0         |
| 13                | Telmo Rodrigues   | 0                  | 10            | 5         |
| 14                | Tiago Bonito      | 3                  | 7             | 4         |
| 15                | Vitor Lima        | 3                  | 7             | 4         |

**Figura 6-** Avaliação Formativa de Orientação de 9º ano (3º Período).

A figura abaixo apresenta a avaliação formativa, do 3º Período de Basquetebol para os alunos de 9º ano de CEF.

| Basquetebol |                   | Nível Introdutório   |            |                                   |                   |                       |        |       |             |                   | Avaliação Válida |
|-------------|-------------------|----------------------|------------|-----------------------------------|-------------------|-----------------------|--------|-------|-------------|-------------------|------------------|
| Ano 9       |                   | Situação de Jogo 3x3 |            |                                   |                   |                       |        |       |             |                   |                  |
| Turma H     |                   | Regulamento          | Cooperação | Recepção da bola com as duas mãos | Lançame no parado | Lançamento na passada | Drible | Passe | Desmarcação | Atitude defensiva |                  |
| Nº          | Nome do Aluno     |                      |            |                                   |                   |                       |        |       |             |                   |                  |
| 8           | Beatriz Cassiano  | E                    | E          | E                                 | E                 | E                     | E      | E     | E           | E                 | 4                |
| 9           | Catarina Serra    | A                    | E          | E                                 | E                 | E                     | A      | E     | E           | E                 | 4                |
| 10          | Diogo Leste       | A                    | A          | A                                 | A                 | A                     | A      | A     | A           | A                 | 5                |
| 11          | Diogo Vicente     | A                    | A          | E                                 | A                 | E                     | A      | A     | E           | A                 | 5                |
| 12          | Edgar Cardoso     | A                    | E          | A                                 | A                 | A                     | A      | E     | E           | E                 | 4                |
| 13          | Henrique Fonseca  | E                    | E          | I                                 | E                 | E                     | E      | E     | E           | E                 | 4                |
| 14          | Julio Souza       | A                    | A          | A                                 | A                 | E                     | A      | A     | A           | E                 | 5                |
| 15          | Leandro Ferreira  | A                    | A          | A                                 | A                 | A                     | A      | A     | A           | A                 | 5                |
| 16          | Mafalda Balete    | I                    | NI         | NI                                | NI                | NI                    | I      | I     | I           | I                 | 3                |
| 17          | Rodrigo Gaudêncio | NF                   | NF         | NF                                | NF                | NF                    | NF     | NF    | NF          | NF                | 0                |
| 18          | Russola Gomes     | I                    | I          | I                                 | I                 | I                     | I      | I     | I           | NI                | 3                |
| 19          | Sérgio Silva      | NF                   | NF         | NF                                | NF                | NF                    | NF     | NF    | NF          | NF                | 0                |
| 20          | Telmo Rodrigues   | A                    | A          | E                                 | E                 | E                     | A      | A     | A           | E                 | 4                |
| 21          | Tiago Bonito      | E                    | I          | I                                 | I                 | NI                    | I      | I     | NI          | NI                | 3                |

**Figura 7-** Avaliação Formativa de Basquetebol de 9º ano (3º Período).

A figura abaixo apresenta a avaliação formativa, do 3º Período de Minitrampolim para os alunos de 9º ano de CEF.

| Mini trampolim |                   | O aluno realiza as seguintes habilidades ou encadeamentos de habilidades                                                                                                                                                                |                                                             |                   |                    |                 |              | Avaliação |
|----------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------|-----------------|--------------|-----------|
| Nº             | Nome do Aluno     | Coopera com os companheiros nas ajudas, paradas e correções que favoreçam a melhoria das suas prestações, garantindo condições de segurança, pessoal e dos companheiros, e colabora na preparação, arrumação e preservação do material. | Marcha à frente e atrás olhando em frente e na ponta do pé. | Salto em Extensão | Salto em Engrupado | Salto Encarpado | Meia Pirueta |           |
| 1              | Beatriz Cassiano  | 4                                                                                                                                                                                                                                       | 3                                                           | 3                 | 3                  | 3               | 3            | 3         |
| 2              | Catarina Serra    | 4                                                                                                                                                                                                                                       | 4                                                           | 4                 | 3                  | 4               | 4            | 4         |
| 3              | Diogo Leste       | 5                                                                                                                                                                                                                                       | 5                                                           | 3                 | 3                  | 4               | 4            | 4         |
| 4              | Diogo Vicente     | 4                                                                                                                                                                                                                                       | 4                                                           | 5                 | 4                  | 5               | 4            | 4         |
| 5              | Edgar Cardoso     | F                                                                                                                                                                                                                                       | F                                                           | F                 | F                  | F               | F            | F         |
| 6              | Henrique Fonseca  | 4                                                                                                                                                                                                                                       | 4                                                           | 4                 | 4                  | 3               | 4            | 4         |
| 7              | Julio Souza       | F                                                                                                                                                                                                                                       | F                                                           | F                 | F                  | F               | F            | F         |
| 8              | Leandro Ferreira  | 5                                                                                                                                                                                                                                       | 5                                                           | 5                 | 5                  | 5               | 4            | 5         |
| 9              | Mafalda Bailete   | F                                                                                                                                                                                                                                       | F                                                           | F                 | F                  | F               | F            | F         |
| 10             | Rodrigo Gaudêncio | F                                                                                                                                                                                                                                       | F                                                           | F                 | F                  | F               | F            | F         |
| 11             | Russola Gomes     | F                                                                                                                                                                                                                                       | F                                                           | F                 | F                  | F               | F            | F         |
| 12             | Sérgio Silva      | F                                                                                                                                                                                                                                       | F                                                           | F                 | F                  | F               | F            | F         |
| 13             | Telmo Rodrigues   | 3                                                                                                                                                                                                                                       | 4                                                           | 4                 | NF                 | 3               | 4            | 4         |
| 14             | Tiago Bonito      | F                                                                                                                                                                                                                                       | F                                                           | F                 | F                  | F               | F            | F         |
| 15             | Vitor Lima        | 3                                                                                                                                                                                                                                       | 4                                                           | 5                 | 4                  | 4               | 4            | 4         |

Figura 8- Avaliação Formativa de Minitrampolim de 9º ano (3º Período).

A figura abaixo apresenta a avaliação formativa, do 3º Período de Voleibol para os alunos de 11º ano.

| Voleibol |                   |                        |                   |       |          |         |                                                            | Avaliação Válida |
|----------|-------------------|------------------------|-------------------|-------|----------|---------|------------------------------------------------------------|------------------|
| Ano 11º  |                   |                        |                   |       |          |         |                                                            |                  |
| Turma F  |                   | Nível Introdutório     |                   |       |          |         |                                                            |                  |
|          |                   | Situação de Jogo (3x3) |                   |       |          |         |                                                            |                  |
| Nº       | Nome do Aluno     | Coopera                | Conhece as regras | Passe | Manchete | Serviço | Recepção ao serviço com técnica adequada e trajetória alta |                  |
| 1        | Adriana Silva     | A                      | A                 | A     | A        | A       | A                                                          | 20               |
| 2        | Ana Carvalheira   | I                      | I                 | I     | I        | I       | I                                                          | 12               |
| 3        | Beatriz Cruz      | NF                     | NF                | NF    | NF       | NF      | NF                                                         | NF               |
| 4        | Beatriz Isidro    | E                      | E                 | E     | E        | E       | I                                                          | 14               |
| 5        | Beatriz Ramires   | E                      | E                 | E     | E        | E       | E                                                          | 16               |
| 6        | Daniela Silva     | E                      | E                 | E     | E        | E       | I                                                          | 15               |
| 7        | David Garcia      | E                      | E                 | E     | E        | E       | E                                                          | 16               |
| 8        | Diogo Oliveira    | I                      | I                 | I     | I        | I       | I                                                          | 12               |
| 9        | Evelyn Pereira    | NI                     | I                 | I     | I        | I       | NI                                                         | 10               |
| 10       | Hayley Pereira    | E                      | E                 | E     | E        | E       | E                                                          | 16               |
| 11       | Kevin Kiteculo    | A                      | A                 | A     | A        | A       | E                                                          | 19               |
| 12       | Lara Pardete      | I                      | E                 | I     | I        | I       | I                                                          | 12               |
| 13       | Laura Loliola     | I                      | I                 | I     | E        | E       | I                                                          | 13               |
| 14       | Lena Rocha        | NI                     | I                 | I     | I        | I       | I                                                          | 10               |
| 15       | Luna Santos       | I                      | I                 | I     | I        | I       | I                                                          | 12               |
| 16       | Maria Eduarda C.  | NI                     | I                 | I     | I        | I       | I                                                          | 10               |
| 17       | Matilde Camezinha | NI                     | NI                | I     | NI       | NI      | NI                                                         | 9                |
| 18       | Nicole Santos     | I                      | I                 | I     | I        | I       | I                                                          | 12               |
| 19       | Raquel Santos     | I                      | I                 | I     | I        | I       | NI                                                         | 11               |
| 20       | Rita Xufre        | A                      | A                 | A     | A        | A       | A                                                          | 20               |
| 21       | Soraia Fula       | A                      | A                 | A     | A        | E       | E                                                          | 18               |
| 22       | Tiago Horta       | A                      | A                 | A     | E        | E       | E                                                          | 17               |
| 23       | Satrine           | NF                     | NF                | NF    | NF       | NF      | NF                                                         | 0                |
| 24       | Yasmin            | NI                     | NI                | I     | I        | NI      | I                                                          | 9                |
| 25       | Paula             | I                      | I                 | I     | I        | I       | I                                                          | 12               |
| 26       | Maria Toporau     | A                      | A                 | A     | A        | A       | A                                                          | 20               |

Figura 9- Avaliação Formativa de Voleibol de 11º ano (3º Período).

A figura abaixo apresenta a avaliação formativa, do 3º Período de Orientação para os alunos de 11º ano.

| ORIENTAÇÃO |                   |                |               |        |           |
|------------|-------------------|----------------|---------------|--------|-----------|
| 1          | Ano 11ª           |                |               |        |           |
| 2          |                   |                |               |        |           |
| 3          | Turma F           |                |               |        |           |
| 4          |                   |                |               |        |           |
| 5          | Nome do Aluno     | Pontos Errados | Pontos Certos | Tempo  | Avaliação |
| 6          |                   |                |               |        |           |
| 7          | Adriana Silva     | 2              | 12            | 6'50"  | 18        |
| 8          | Ana Carvalho      | 0              | 14            | 16'50" | 17        |
| 9          | Beatriz Cruz      | NF             | NF            | NF     | NF        |
| 9          | Beatriz Isidro    | 0              | 14            | 15'30" | 18        |
| 10         | Beatriz Ramires   | 1              | 13            | 14'50" | 18        |
| 11         | Daniela Silva     | 1              | 13            | 14'50" | 18        |
| 12         | David Garcia      | 0              | 14            | 16'50" | 17        |
| 13         | Diogo Oliveira    | 1              | 13            | 12'20" | 19        |
| 14         | Evelyn Pereira    | 2              | 12            | 18'30" | 13        |
| 15         | Hayley Pereira    | 1              | 13            | 12'20" | 19        |
| 16         | Kevin Kiteculo    | 0              | 14            | 15'30" | 18        |
| 17         | Lara Pardele      | 1              | 13            | 13'05" | 19        |
| 18         | Laura Lolola      | 1              | 13            | 15'13" | 17        |
| 19         | Lena Rocha        | 1              | 13            | 15'13" | 17        |
| 20         | Luna Santos       | 0              | 14            | 16'50" | 17        |
| 21         | Maria Eduarda C.  | 1              | 13            | 19'40" | 13        |
| 22         | Matilde Camezinha | 1              | 13            | 19'40" | 13        |
| 23         | Nicole Santos     | 1              | 13            | 16'42" | 16        |
| 24         | Raquel Santos     | 1              | 13            | 16'42" | 16        |
| 25         | Rita Xufre        | 2              | 12            | 6'50"  | 18        |
| 26         | Soraia Fula       | 0              | 14            | 12'28" | 20        |
| 27         | Tiago Horta       | 0              | 14            | 12'28" | 20        |
| 28         | Satrine           | NF             | NF            | NF     | NF        |
| 29         | Yasmin            | 2              | 12            | 18'30" | 13        |
| 30         | Paula             | 1              | 13            | 15'13" | 17        |
| 31         | Maria Toporau     | 1              | 13            | 13'05" | 19        |

Figura 10- Avaliação Formativa de Orientação de 11º ano (3º Período).

A figura abaixo apresenta a avaliação formativa, do 3º Período de Basquetebol para os alunos de 11º ano.

| Basquetebol   |                   |                      |            |                                   |                   |                       |        |       |             |                   |
|---------------|-------------------|----------------------|------------|-----------------------------------|-------------------|-----------------------|--------|-------|-------------|-------------------|
| Ano #REF!     |                   | Nível Introdutório   |            |                                   |                   |                       |        |       |             |                   |
| Turma #REF!   |                   | Situação de Jogo 3x3 |            |                                   |                   |                       |        |       |             |                   |
| Nome do Aluno |                   | Regulamento          | Cooperação | Recepção da bola com as duas mãos | Lançamento parado | Lançamento na passada | Drible | Passe | Desmarcação | Atitude defensiva |
| 1             | Adriana Silva     | A                    | A          | A                                 | A                 | A                     | A      | A     | A           | A                 |
| 2             | Ana Carnevalheira | I                    | I          | I                                 | I                 | I                     | I      | I     | I           | I                 |
| 3             | Beatriz Cruz      | NF                   | NF         | NF                                | NF                | NF                    | NF     | NF    | NF          | NF                |
| 4             | Beatriz Isidro    | A                    | E          | E                                 | E                 | A                     | E      | E     | E           | E                 |
| 5             | Beatriz Ramires   | E                    | E          | E                                 | E                 | E                     | E      | E     | I           | I                 |
| 6             | Daniela Silva     | E                    | E          | E                                 | I                 | I                     | E      | E     | E           | E                 |
| 7             | David Garcia      | A                    | A          | A                                 | E                 | E                     | E      | E     | E           | E                 |
| 8             | Diogo Oliveira    | E                    | E          | I                                 | E                 | E                     | E      | E     | I           | I                 |
| 9             | Evelyn Pereira    | I                    | E          | E                                 | I                 | I                     | I      | I     | I           | I                 |
| 10            | Hayley Pereira    | A                    | E          | E                                 | E                 | E                     | E      | E     | E           | A                 |
| 11            | Kevin Kiteculo    | A                    | A          | A                                 | A                 | A                     | A      | A     | A           | A                 |
| 12            | Lara Pardete      | E                    | E          | E                                 | E                 | I                     | E      | E     | E           | I                 |
| 13            | Laura Loliola     | E                    | I          | E                                 | I                 | I                     | I      | I     | I           | I                 |
| 14            | Lena Rocha        | I                    | I          | I                                 | NI                | NI                    | I      | I     | NI          | NI                |
| 15            | Luna Santos       | E                    | E          | E                                 | E                 | E                     | E      | E     | E           | E                 |
| 16            | Maria Eduarda C.  | I                    | I          | NI                                | I                 | NI                    | I      | I     | I           | I                 |
| 17            | Matilde Camezinha | NI                   | NI         | NI                                | NI                | I                     | I      | I     | NI          | NI                |
| 18            | Nicole Santos     | E                    | E          | E                                 | E                 | E                     | E      | E     | E           | E                 |
| 19            | Raquel Santos     | E                    | I          | I                                 | I                 | I                     | E      | E     | I           | I                 |
| 20            | Rita Xufre        | A                    | A          | A                                 | A                 | A                     | A      | A     | A           | A                 |
| 21            | Soraia Fula       | E                    | E          | E                                 | E                 | A                     | A      | A     | E           | A                 |
| 22            | Tiago Horta       | A                    | A          | A                                 | A                 | A                     | A      | A     | A           | E                 |
| 23            | Satrine           | NF                   | NF         | NF                                | NF                | NF                    | NF     | NF    | NF          | NF                |
| 24            | Yasmin            | I                    | I          | I                                 | I                 | NI                    | I      | I     | I           | I                 |
| 25            | Paula             | E                    | E          | E                                 | E                 | E                     | E      | E     | I           | I                 |
| 26            | Maria Toporau     | A                    | E          | A                                 | A                 | E                     | A      | A     | E           | E                 |

Figura 11- Avaliação Formativa de Basquetebol de 11º ano (3º Período).

### 2.4.3. Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa é um tipo de avaliação que ocorre no final de um período de aprendizagem (Garcia, 2009). O objetivo fulcral foi medir o nível de conhecimento, habilidades e competências que os alunos adquiriram durante esse período. Neste sentido, avaliação sumativa não se focou apenas na atribuição de notas, mas também na avaliação a eficaz no processo de ensino-aprendizagem como um todo, permitindo a identificação de pontos fortes e fracos do currículo e das estratégias de ensino utilizadas.

Segue-se na tabela abaixo a avaliação sumativa da direção de turma do 3º Período que foi realizada em conjunto com a professora orientadora:

|  |  | 30% |  | 70% |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  | 10% |  |  |  |  |
|--|--|-----|--|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|
|--|--|-----|--|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|-----|--|--|--|--|

Figura 12- Avaliação Sumativa 11º ano (3º Período).

### **3. ÁREA III- PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE**

Nesta secção é apresentado o envolvimento da estudante-estagiária na vida da comunidade educativa, e a relação que teve com a instituição e com os todos os elementos envolventes do meio escolar ao longo de todo o ano letivo 2022/2023:

1. Participar ativamente nas atividades realizadas pela escola;
2. Estar presente e participar em reuniões de Departamento de EF;
3. Participar nas reuniões de avaliação do ensino básicos e secundários;
4. Acompanhar e cooperar na área de Desporto Escolar;
5. Cooperar na atividade com as instituições externas à escola;
6. Fomentar na promoção de hábitos de vida saudável aos alunos da instituição;
7. Estimular o pensamento crítico e a autorreflexão aos alunos;
8. Acompanhar os domínios pedagógico-didáticos no sentido de orientar e acompanhar os discentes na sua formação enquanto cidadãos na formação inicial.
9. Aprender a analisar o ato didático;
10. Saber distinguir as diferentes componentes que constituem a variedade do ato didático;
11. Beneficiar a evolução do conhecimento profissional;
12. Saber analisar o ato didático, utilizando a formação teórica específica adquirida e aplicar na prática os conteúdos procedimentais da especialidade de EF;
13. Saber dominar e introduzir a programação, planificação e a estruturação da EF;
14. Perceber e praticar as destrezas docentes básicas;
15. Aplicar habilidades e técnicas de acordo com os recursos didáticos adequados às diferentes situações de ensino;
16. Ter a capacidade de distinguir diferentes níveis de ensino e saber adaptar e operacionalizar de acordo com o programa nacional de educação física;
17. Reflexão das práticas docentes individualmente e em grupo;
18. Saber identificar a explicação do sucesso e insucesso dos discentes;
19. Dominar os conteúdos específicos da matéria de ensino em EF;
20. Conhecer e dominar os diferentes conhecimentos do desenvolvimento motor do ser humano;
21. Adota práticas adequadas, de forma a adaptar de uma maneira fácil, objetiva e flexível às especificidades de cada circunstância;
22. Conhecer os fundamentos de prescrição de programas de EF;
23. Controlar as habilidades metodológicas específicas sobre desportos individuais e desportos coletivos;

24. Ser capaz de operacionalizar a transmissão dos conteúdos selecionando as atividades mais adequadas;
25. Capacidade de gerir recursos: pessoas, espaços, tempo, matérias, etc.
26. Ser apto para realizar a estruturação sequencial de conteúdo de ensino e fomentar tarefas de aprendizagem;
27. Ter a capacidade de reajustar e adequar os programas de EF às ocorrências particulares de ensino, purando as estratégias, métodos, formas e progressões mais conscientes oportunas;
28. Transmitir o conteúdo de ensino de forma lógica, objetiva concisa;
29. Ser capaz de captar os erros de execução dos alunos e fornecer-lhes ferramentas e informação necessária para progredirem;
30. Saber contextualizar o meio onde os alunos se inserem; conseguir que os alunos realizem as tarefas de prática desportiva com gosto e interesse;
31. Criar clima favorável de aprendizagem em sala de aula;
32. Descrever os diferentes contextos socioeducativos;
33. Conhecer as principais características da estrutura organizacional e funcionamento da escola, clube escolar e sistema educativo.

### **3.1. Objetivos Gerais do Desporto Escolar**

Como estagiária defini no início do ano letivo objetivos gerais para o Desporto Escolar de Padel:

1. Promover a atividade física e desportiva: Incentivar a prática regular de atividades físicas e desportivas entre os alunos, contribuindo para um estilo de vida mais saudável;
2. Incentivar ao trabalho em equipa: Promoção da solidariedade, respeito mútuo e cooperação;
3. Incluir à participação: Garantir que todos os alunos, independentemente dos seus níveis de habilidades para determinada prática, tenham a oportunidade de participar e desfrutar das atividades desportivas;
4. Transmitir valores éticos e morais, como a empatia, honestidade, tolerância e fair-play;
5. Preparar os alunos para uma cidadania ativa: Capacitar os alunos a serem cidadãos ativos e responsáveis, capazes de contribuir positivamente para a sociedade;
6. Desenvolver talentos desportivos: Talentos entre os alunos, proporcionando-lhes oportunidades para melhorar e competir em níveis mais avançados.

### **3.2. Objetivos Específicos do Desporto Escolar**

Na mesma linha de pensamento dos objetivos gerais do desporto escolar defini os seguintes objetivos específicos para a modalidade de desporto escolar de Padel:

1. Estimular os alunos a participarem em atividades desportivas regulares durante todo o ano letivo;
2. Elaborar atividades de construção de equipa que fomentam a confiança e a comunicação entre os alunos;

3. Adaptar as atividades desportivas para que todos os alunos possam ser incluídos a participar, independentemente das suas capacidades físicas;
4. Reforçar a importância do fair play e do respeito pelas regras e adversários durante as competições;
5. Incluir os alunos em iniciativas desportivas que contribuam para o desenvolvimento da comunidade local;
6. Encorajar os alunos com potencial desportivo excecional a participarem em programas de treino avançados.

#### 4. ÁREA IV- DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL AO LONGO DA VIDA

### A PERCEÇÃO DOS PROFESSORES EDUCAÇÃO FÍSICA EM RELAÇÃO ÀS COMPETÊNCIAS MOTORAS DOS ALUNOS DO ENSINO SECUNDÁRIO

**Matilde Benzinho [1] \*, Fábio Saraiva Flôres [2,3]**

[1] Instituto Piaget de Almada

[2] KinesioLab, Unidade de Investigação em Movimento Humano, Instituto Piaget de Almada

[3] SPRINT, Research Center in Sports Performance, Recreation, Innovation and Technology, Melgaço

#### RESUMO

**Enquadramento:** A competência motora percebida pelos professores em relação competência motora real dos seus alunos pode oferecer uma melhor adaptação das atividades, durante as aulas de educação física. **Objetivo:** Avaliar o nível de competência motora real e percebida pelos professores de Educação Física do Ensino Secundário. **Métodos:** Participaram 100 estudantes com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos ( $16,67 \pm 1,17$  anos) de uma escola de região central de Setúbal. Participaram, também, 10 professores, os quais avaliaram cinco rapazes e cinco raparigas de suas turmas. A média das idades dos rapazes foi de  $16,70 \pm 1,25$  anos e a média das idades das raparigas foi de  $16,65 \pm 1,09$  anos. A distribuição por anos de escolaridade abrangeu o 10º, 11º e 12º ano, sendo aproximadamente 33% de cada ano letivo, o que resultou numa distribuição proporcional da amostra. **Resultados:** Os resultados mostram que existem diferenças significativas em todas as variáveis. Assim, percebe-se que os professores subestimam as capacidades de Saltos Laterais ( $p = 0,00$ ), Shuttle Run ( $p = 0,00$ ) e a locomoção dos alunos ( $p = 0,00$ ). Por outro lado, os professores sobrestimam Mudança de Plataforma ( $p = 0,001$ ), Velocidade de Arremesso ( $p = 0,001$ ), Velocidade de Pontapé ( $p = 0,001$ ), Estabilização ( $p = 0,001$ ) e a CM ( $p = 0,001$ ). Os resultados indicam que existem diferenças significativas em todas as variáveis para os rapazes. Assim, percebe-se que os professores subestimam SL ( $p = 0,001$ ), SC ( $p = 0,001$ ), SHR ( $p = 0,001$ ) e Locomoção ( $p = 0,002$ ). Os professores sobrestimam as MP ( $p = 0,001$ ), VA ( $p = 0,001$ ), VP ( $p = 0,001$ ), Estab ( $p = 0,001$ ), Manipulação ( $p = 0,001$ ), e a CM ( $p = 0,001$ ). Em relação as raparigas o cenário é bastante semelhante e, assim, existiram diferenças

significativas em quase todas as variáveis. Desta forma, percebe-se que os professores subestimam SL ( $p = 0,001$ ), SC ( $p = 0,001$ ), SHR ( $p = 0,001$ ) e Locomoção ( $p = 0,001$ ). Apesar disso, não foram encontradas diferenças para a CM das raparigas ( $p = 0,148$ ). **Conclusão:** A junção da avaliação das competências motoras dos alunos com a percepção dos professores em relação aos mesmos é determinante para o desenvolvimento motor dos jovens, mas também proporcionar um cenário educacional igualitário e competente.

Palavras-chave: Competência Motora Percebida, Competência Motora Real, Educação Física, Motor *Competence Assessment*

## THE PERCEPTION OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS IN RELATION TO THE MOTOR SKILLS OF SECONDARY EDUCATION STUDENTS

### ABSTRACT

**Background:** The motor competence perceived by teachers in relation to the real motor competence of their students can offer a better adaptation of activities during physical education classes. **Objective:** To evaluate the level of real and perceived motor competence of Secondary School Physical Education teachers. **Methods:** Participants were 100 students aged between 15 and 18 years ( $16.67 \pm 1.17$  years) from a school in the central region of Setúbal. There were also 10 teachers, who evaluated five boys and five girls in their classes. The mean age of the boys was  $16.70 \pm 1.25$  years, and the mean age of the girls was  $16.65 \pm 1.09$  years. The distribution by years of schooling covered the 10th, 11th and 12th grades, accounting for approximately 33% of each school year, which resulted in a proportional distribution of the sample. **Results:** The results show that there are significant differences in all variables. Thus, teachers underestimate the students' abilities of Lateral Jumps ( $p = 0.00$ ), Shuttle Run ( $p = 0.00$ ) and locomotion ( $p = 0.00$ ). On the other hand, teachers overestimate Platform Change ( $p = 0.001$ ), Throw Speed ( $p = 0.001$ ), Kick Speed ( $p = 0.001$ ), Stabilization ( $p = 0.001$ ) and MC ( $p = 0.001$ ). The results indicate that there are significant differences in all variables for boys. Thus, teachers underestimate SL ( $p = 0.001$ ), CS ( $p = 0.001$ ), SHR ( $p = 0.001$ ) and Locomotion ( $p = 0.002$ ). Teachers overestimate MP ( $p = 0.001$ ), VA ( $p = 0.001$ ), PV ( $p = 0.001$ ), Estab ( $p = 0.001$ ), Manipulation ( $p = 0.001$ ), and MC ( $p = 0.001$ ). In relation to girls, the scenario is quite similar and, therefore, there were significant differences in almost all variables. Thus, teachers underestimate SL ( $p = 0.001$ ), CS ( $p = 0.001$ ), SHR ( $p = 0.001$ ) and Locomotion ( $p = 0.001$ ). Despite this, no differences were found for the MC of the girls ( $p = 0.148$ ). **Conclusion:** The combination of the assessment of students' motor skills with the perception of teachers in relation to them is decisive for the motor development of young people, but also to provide an egalitarian and competent educational scenario.

Keywords: Perceived Motor Competence, Real Motor Competence, Physical Education, Motor Competence Assessment.

## 1. INTRODUÇÃO

A Educação Física (EF) escolar é um investimento na saúde e no bem-estar da sociedade, mas não só, é também é uma ferramenta para a promoção da equidade e da inclusão. A EF é entendida, segundo Betti (1991) e Freire & Scaglia (2003), como uma cultura corporal, que tem como objetivo formar um cidadão autónomo. Desta forma, o aluno estará preparado para participar em jogos, desporto, danças lutas, ginástica, entre outros.

Corroborando com a ideia anterior, segundo Coll et al. (2000), a EF é definida como uma multiplicidade de elementos culturais, saberes, conceitos, convicções e emoções, cuja assimilação é essencial, para os alunos terem um desenvolvimento apropriado e interagirem adequadamente na sociedade. De acordo com a perspetiva de Libâneo (1994) e Zabala (1998), os conteúdos de ensino estão relacionados com o conjunto de valores e atitudes que provêm de interações sociais que são sistematizados pedagogicamente e de forma didática, com o intuito de existir uma interiorização e implementação no quotidiano dos alunos. Neste sentido, percebe-se que é necessário oferecer às crianças desafios motores que estimulem o aprimoramento das competências, especialmente motoras, a fim de as desenvolver de forma contínua (Robinson et al., 2015). Posto isto, aulas de EF são benéficas para o desenvolvimento motor dos estudantes e, quando bem estruturadas pelos professores de EF, denota-se resultados mais satisfatórios

Nos últimos anos, a competência motora (CM) tornou-se num tema fulcral no currículo (Herrmann et al., 2019). Manoel (1994), explica que CM consiste na execução de movimentos específicos de maneira adequada com a finalidade de solucionar um problema motor. O autor defende que qualquer pessoa pode ser capaz de executar padrões de movimento ainda que esse padrão não se trate dos mais operantes em termos motores. Gallahue et al. (2013), complementa ao afirmar que a CM consiste no alto nível de desempenho para realizar diversas tarefas motoras, como correr, chutar, saltar e lançar com habilidade. Finalmente, segundo Fransen et al. (2014) a CM está inerente à coordenação, e ao controlo do movimento. Posto isto, as crianças que possuem mais destreza nas CM, em norma participam para em atividades físicas (AF), e consequentemente tem maior probabilidade estarem dentro do peso saudável (Lopes et al., 2011 e Kambas et al., 2012).

A CM pode ser ainda entendida no viés dos pais ou dos professores, os quais aferem a CM percebida dos seus filhos/estudantes. Silva (2017) verificou que percepção de competência dos pais acerca da competência motora das crianças influencia a forma como eles interagem com seus filhos para promover o desenvolvimento das habilidades motoras. Ainda, os autores verificaram que os pais tendem a superestimar as habilidades motoras de seus filhos. Martins et al. (2023) encontraram que, apesar de rapazes e raparigas possuírem níveis semelhantes de habilidade motoras, os pais tendem a superestimar as habilidades motoras de seus filhos, independentemente do sexo. Neste viés, a sobrevalorização da CM pode levar a expectativas irrealistas, podendo resultar em desapontamentos quando as crianças estão envolvidas em AF e tarefas motoras mais complexas.

Apesar do aumento de interesse na área, poucas investigações focam na CM percebida pelo professor de EF Perfeito et al., (2008), apresentou um estudo do qual é abordado a percepção dos conhecimentos de EF dos alunos quanto à sua CM. Nesse estudo o autor verificou que no geral as aulas de educação física estão de acordo com as suas expectativas, no entanto sugerem a inclusão da prática de outros desportos e a inclusão de atividades mais lúdicas, de forma a

motivá-los. Em face do exposto, o presente estudo tem como objetivo verificar se a percepção dos professores de EF condiz com as reais competências motoras dos seus alunos. Espera-se que existam discrepâncias entre a competência motora real e a percebida pelos professores.

## **2. MATERIAIS E MÉTODOS**

### **2.1. Amostra**

A amostra foi composta por 100 estudantes com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos ( $16,67 \pm 1,17$  anos) de uma escola de região central de Setúbal. Participaram, também, 10 professores, os quais avaliaram cinco rapazes e cinco raparigas de suas turmas. A média das idades dos rapazes foi de  $16,70 \pm 1,25$  anos e a média das idades das raparigas foi de  $16,65 \pm 1,09$  anos. A distribuição por anos de escolaridade abrangeu o 10º, 11º e 12º ano, sendo aproximadamente 33% de cada ano letivo, o que resultou numa distribuição proporcional da amostra.

### **2.2. Procedimentos e Instrumentos**

Os alunos foram avaliados individualmente num pavilhão, seguindo os procedimentos estipulados pelos autores do instrumento (Luz et al., 2016 e 2017). Posteriormente e em dias diferentes, os professores observaram os vídeos dos seis testes do *Motor Competence Assessment* (MCA) e pontuaram o desempenho percebido de cada um dos seus estudantes (sem que os pudessem observar e sem saber seu real desempenho).

A recolha de dados foi feita em março e abril de 2023, quando os professores já estavam acostumados com os estudantes (início do 2º período de aulas) e poderiam ter uma melhor percepção das competências de seus estudantes. Nenhum professor pôde visualizar o desempenho dos estudantes quando se realizaram os testes.

A realização da avaliação do MCA foi bastante prática, devido à necessidade de poucos materiais. Os materiais utilizados para a sua realização foram uma caneta, uma folha de registo, listagens impressas das turmas e dos alunos que iriam realizar o teste e o material cedido pela faculdade: uma bola de ténis, uma bola de baseball, uma fita métrica, duas plataformas, uma bola de futebol, radar de contabilização de velocidade em km/h, duas marcas e um separador de madeira.

Após a realização dos testes aos alunos, os professores observaram vídeos exemplares para cada teste e foi-lhes fornecido nacionais os valores normativos para a população portuguesa em cada um dos testes e respetivas idades. Por último os professores preencheram uma folha de Excel dos quais davam a sua percepção em relação às competências motoras dos seus alunos.

Para medir a altura da amostra, utilizou-se um estadiómetro de craveira na parede, cursor largo, alcança 0-220cm, divisão 1mm, da marca “seca”. A balança digital utilizada para pesar a amostra era da marca “Sogo Bab Ss-3980” (Peso máximo de 150 kg).

Utilizou-se, de modo a organizar os dados, o Excel, onde foram inseridas as seguintes variáveis: nome do aluno, sexo, peso, altura, e as avaliações do CMA.

### 2.2.1. Testes de Estabilização

- a) Mudança de plataforma: a criança deve mover-se lateralmente sobre 2 plataformas de madeira (25cmx25cmx2cm) passando de uma para a outra durante 20 segundos. Para cada mudança correta e plataforma (colocação da plataforma no chão e transposição para cima da mesma) pontua-se com 2 pontos (1 ponto para cada fase). São realizadas duas tentativas de prática e apenas a melhor é considerada para análise;
- b) Saltos laterais: a criança deve saltar lateralmente por cima de uma trave de madeira (60cmx4cmx2cm) com os dois pés juntos, o mais rápido possível durante 15 segundos. Cada salto correto é pontuado com 1 ponto e considera-se o melhor resultado de duas tentativas.



**Figura 13-** Exemplo do teste: Mudança de Plataforma.



**Figura 14-** Exemplo do teste: Saltos Laterais.

### 2.2.2. Testes de Locomoção

- a) Shuttle Run: a criança deve correr o mais rapidamente possível, entre duas linhas, posicionadas a 10 m de distância uma da outra. Ao final dos 10 metros, a criança deve agarrar um bloco de madeira (posicionado sobre a segunda linha) e trazer de volta até à linha inicial, volta a correr e traz um segundo bloco de madeira até à linha inicial. Valida-se o melhor tempo entre as duas tentativas;
- b) Salto em comprimento: a criança deve saltar para frente com os pés juntos. São realizadas três tentativas. A pontuação final é a distância, em metros, entre a linha inicial e a parte do corpo, mais próxima dessa linha.



**Figura 15-** Exemplo do teste- Shuttle Run.



**Figura 16-** Exemplo do teste: Salto em Comprimento.

### 2.2.3 Testes de Manipulação de objetos

- a) Velocidade de lançamento: a criança deve lançar uma bola de tênis (cir.: 6.5cm; peso 57g), com a maior velocidade possível. São feitas três tentativas e a pontuação final é o melhor resultado;
- b) Velocidade de chute: a criança deve chutar uma bola de futebol tamanho 3 (crianças de 6 a 8 anos; circ.: 62cm, peso 350g) ou 4 (crianças de 9 a 10 anos; circ.: 64cm, peso 360g) com a maior velocidade possível. São realizadas três tentativas e é validado o melhor resultado.



**Figura 17-** Exemplo do teste: Velocidade de lançamento.



**Figura 18-** Exemplo do teste: Velocidade de chute.

## 2.3. Análise de Dados

Para a caracterização dos dados foi utilizada a estatística descritiva com média e desvio padrão. Realizaram-se testes de normalidade (Kolmogorov-Smirnov) para as variáveis de interesse. Como se tratou de uma distribuição normal, realizou-se estatística paramétrica. Para a comparação entre as variáveis, foi utilizado o teste t pareado, mostrando existir diferenças significativas. Procedeu-se a uma análise quantitativa através do *software Statistical Package for Social Sciences*<sup>TM</sup> (SPSS 29.0, IBM corporation), adotando-se nível alfa de significância de 5%.

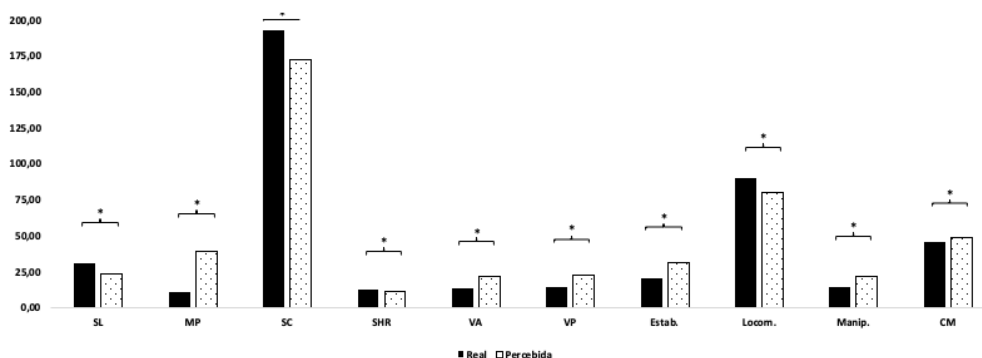
## 3. RESULTADOS

A Tabela 5 apresenta os valores descritivos da tua amostra, diferenciando rapazes e raparigas e a perceção que os professores possuem dos rapazes e das raparigas. Tem os valores, também, sem dividir entre o sexo e a perceção dos professores.

**Tabela 7-** Valores descritivos da amostra em estudo.

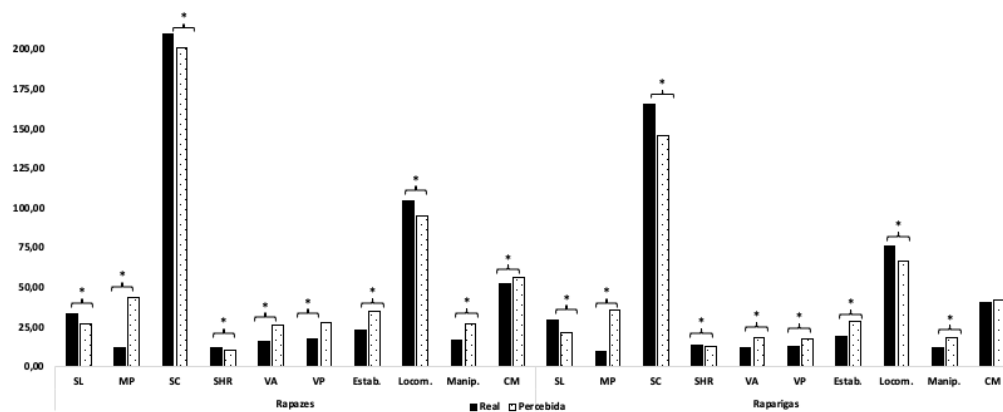
| Variáveis                 |              | Todos |               | Rapazes |               | Raparigas |               |
|---------------------------|--------------|-------|---------------|---------|---------------|-----------|---------------|
|                           |              | Média | Desvio Padrão | Média   | Desvio Padrão | Média     | Desvio Padrão |
| Caracterização da amostra | Idade (anos) | 16,67 | 1,17          | 16,70   | 1,25          | 16,65     | 1,09          |
|                           | Peso (Kg)    | 64,23 | 10,38         | 69,42   | 10,42         | 59,14     | 7,46          |
|                           | Altura (m)   | 1,69  | 0,10          | 1,73    | 0,11          | 1,64      | 0,06          |
|                           | IMC (Kg/m2)  | 22,70 | 4,63          | 23,47   | 6,17          | 21,95     | 2,11          |

O gráfico 1 apresenta a CM real dos alunos e a CM percebida pelos professores. Os resultados mostram que existem diferenças significativas em todas as variáveis. Assim, percebe-se que os professores subestimam as capacidades de Saltos Laterais ( $p = 0,00$ ), Shuttle Run ( $p = 0,00$ ) e a locomoção dos alunos ( $p = 0,00$ ). Por outro lado, os professores sobrestimam Mudança de Plataforma ( $p = 0,001$ ), Velocidade de Arremesso ( $p = 0,001$ ), Velocidade de Pontapé ( $p = 0,001$ ), Estabilização ( $p = 0,001$ ) e a CM ( $p = 0,001$ ).



**Gráfico 1-** Competência Motora Real dos alunos e Competência Motora Percebida pelos professores.

O gráfico 2 apresenta a comparação da CMR dos alunos e a CMP pelos professores, de acordo com o género. Novamente, os resultados indicam que existem diferenças significativas em todas as variáveis para os rapazes. Assim, percebe-se que os professores subestimam SL ( $p = 0,001$ ), SC ( $p = 0,001$ ), SHR ( $p = 0,001$ ) e Locomoção ( $p = 0,002$ ). Os professores sobrestimam as MP ( $p = 0,001$ ), VA ( $p = 0,001$ ), VP ( $p = 0,001$ ), Estab ( $p = 0,001$ ), Manipulação ( $p = 0,001$ ), e a CM ( $p = 0,001$ ). Em relação as raparigas o cenário é bastante semelhante e, assim, existiram diferenças significativas em quase todas as variáveis. Desta forma, percebe-se que os professores subestimam SL ( $p = 0,001$ ), SC ( $p = 0,001$ ), SHR ( $p = 0,001$ ) e Locomoção ( $p = 0,001$ ). Apesar disso, não foram encontradas diferenças para a CM das raparigas ( $p = 0,148$ ).



**Gráfico 2-** Comparação da competência motora real dos alunos e a percebida pelos professores, diferenciando o género dos alunos.

#### 4. DISCUSSÃO

A presente investigação procurou avaliar se a percepção dos professores de EF condiz com as reais competências motoras dos seus alunos. Conforme o expectável, os resultados mostram que os professores subestimam a CM de todos os alunos, ou seja, não possuem a real percepção em relação a CM dos seus alunos. É importante ressaltar que, no presente estudo, a maior parte dos professores já tinha pelo menos 15 anos de experiência, o que pode ser entendido como um ponto de preocupação a ser levado em consideração. Apoiando os resultados apresentados, Kuklinski & Weinstein (2001) consideram que a percepção dos professores em relação aos seus alunos, exerce uma maior influência nos primeiros anos de docência. Os professores adotam estratégias diferenciadas com os alunos, sejam alunos com habilidades mais desenvolvidas ou não. Corroborando com os resultados, Henrique & Januário (2006) analisaram a percepção dos professores e dos alunos. Os autores observaram que a competência percebida pelos alunos estava congruente com a dos professores, no entanto, as suas expectativas foram mais próximas da realidade em alunos cuja sua percepção de desempenho era reduzida. Com isto, através do conhecimento que os professores têm sobre os seus alunos, é possível estruturar a forma de ensino, permitindo o desenvolvimento gradual destes estudantes. Outro estudo onde avaliou a percepção dos professores sobre os seus alunos, relatou existir diferenças significativas na percepção dos mesmos. Observou-se que os professores sobrestimavam os níveis de ensino dos seus alunos (Pacheco, 2012).

As expectativas que os professores têm em relação aos seus alunos podem influenciar o desempenho real dos mesmos na escola. Se um professor acredita que o aluno vai desempenhar bem uma tarefa, pode incutir essa vontade e determinação no aluno. Enquanto quando um professor não tem grandes expectativas em relação ao desempenho do aluno pode desmotivá-lo e pode diminuir as chances de sucesso. (Soares et al., 2010). Neste estudo os alunos executaram os exercícios antes dos professores mostrarem a sua percepção. Os professores só tiveram oportunidade de dar a sua expectativa depois dos alunos realizarem os exercícios. Soares et al. (2010) acrescentam que a falta de congruência entre a CM e CMP está relacionada com a postura dos professores em sala de aula.

No gráfico 2, mostra que existem diferenças significativas em todas as variáveis para os rapazes, subestimando nos SL, SC, SHR e Locom. Os professores sobrestimam as MP, VA, VO, e Estab, Manip e CM. No que diz respeito às raparigas, os professores subestimam todas as competências que as dos rapazes e sobrestimam a maioria das competências dos rapazes, no entanto não existe diferenças significativas para as CM, ou seja, é única competência motora onde os professores têm uma percepção mais próxima da realidade). Num estudo realizado por Quitério et al. (2017), mostrou existir diferenças significativas nas CM entre rapazes e raparigas, sendo verificado quem a nível geral da avaliação das CM, a mesma teve resultados extremamente baixos. Os autores acrescentam que é essencial analisar o nível de desenvolvimento das CM dos alunos na escola, de forma a desenvolver e incutir a inclusão dessas habilidades. Nos resultados, de forma geral, os professores têm expectativas muito semelhantes às CM dos seus alunos. De acordo com este estudo e indo contra os resultados deste trabalho, os autores acrescentam que as raparigas não possuem tantas habilidades a nível da manipulação e justificam por existir diferenças biológicas (Thomas & French, 1985) e socio-culturais (Garcia & Garcia, 2002). Apoiando os resultados dos autores anteriores, Thomas & French (1985), Barnett et al. (2010) e Goodway et al. (2010), relataram que os rapazes são mais

competentes nos movimentos manipulativos, tendo mais controlo nos objetos, nomeadamente as bolas.

No estudo realizado por Connell & Wellborn (1991) consideram que quando as crianças experienciam relacionamentos positivos com os seus professores na escola acabam por ter um comportamento mais saudável. Consequentemente alcançam melhores relações interpessoais e melhores resultados (Midgley, Feldlaufer, & Eccles, 1989). Em contrapartida, alunos que possuem relações conflituosas com os professores, possuem maior risco de abandonar a escola, de reprovarem e de sofrerem de segregação por parte dos colegas. (Hughes et al., 2005, Ladd et al., 2001) e Pianta et al., (2001).

Esta investigação apresentou novos dados sobre a CM percebida pelos professores de EF em relação aos seus alunos, contudo, ainda existem algumas limitações que precisam ser apontadas. Em primeiro lugar, toda a amostra foi recolhida numa mesma Escola da região central de Portugal e este facto pode ter influenciado negativamente os resultados do estudo. Em segundo lugar, poucos estudantes para cada professor foram analisados. Futura pesquisa poderia ser incluída uma amostra de professores que abrangesse o Ensino Básico e Ensino Secundário, de modo a analisar de forma minuciosa a influência que os anos de serviço dos professores têm sobre percepção em relação às CM dos alunos e se se verifica diferenças significativas.

## **5. CONCLUSÃO**

A avaliação das competências motoras dos alunos tem um papel fulcral no contexto escolar e percepção dos professores sobre estas é essencial para haver desenvolvimento físico e motor de cada aluno e para existir a identificação de possíveis falhas que os alunos precisem de intervenção e apoio. O teste MCA, neste estudo apresentou-se como uma peça valiosa, na medida em que foi possível realizar de forma prática uma estrutura teórica que se inclui domínios de estabilidade, locomoção e manipulação.

Em suma, junção da avaliação das competências motoras dos alunos com a percepção dos professores em relação aos mesmos é determinante para o desenvolvimento motor dos jovens, mas também proporcionar um cenário educacional igualitário e competente.

## **6. REFLEXÃO**

A prática de Ensino Supervisionada foi uma etapa fundamental e recompensadora. Deu-me as ferramentas necessárias e os ensinamentos mais próximos da futura prática de docência. Foi um ano letivo onde adquiri inúmeros conhecimentos teóricos, dos quais foram postos em prática e adaptados consoante as características dos alunos e as características de todo o meio evolvente.

Outro ponto importante a destacar foi o papel crucial da direção da escola e de toda a equipa não docentes, dos quais sempre me auxiliaram nesta jornada. A equipa de docência do departamento de educação física sempre me manteve a parte de toda a estrutura educativa da educação física, sempre me incluíram em reuniões em atividades e projetos educativos, como se já fizesse parte da equipa, tendo tido um papel gratificante para mim.

No decorrer da realização desta investigação, foram identificadas algumas dificuldades e limitações para este estudo, nomeadamente a falta de artigos científicos relativos à temática da perceção de professores de EF em Relação do CM dos alunos.

Relativamente à vertente mais prática deste estudo, não foi possível analisar se o tempo de serviço dos professores de EF estava relacionado com a perceção das CM sobre os seus alunos, pois não foi possível agrupar o tempo de serviço de cada, uma vez que apresentavam discrepâncias de tempo de serviço bastante desfasados.

Em última análise, esta investigação foi bastante enriquecedora, uma vez que em Portugal não existia quase nenhum estudo que ressaltasse a importância da perceção dos professores em relação às CM dos seus alunos e desta forma, penso que foi um estudo com bastante pertinência e sem dúvida que me despertou bastante interesse em relação a este tema. De forma a concluir, terminei este ciclo pedagógico com sentimento de gratificação e realização pelos ensinamentos de todos os núcleos.

## 7. REFERÊNCIAS

- Barnett, L., Beurden, E., Morgan, P., Brooks, L. & Beard, J (2010). Gender Differences in Motor Skill Proficiency From Childhood to Adolescence, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 81:2, 162-170.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. (3a ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Betti, M. (1991). **Educação Física e sociedade**. São Paulo: Movimento.
- Borrego, A. (2021). Análise da estrutura de covariância de indicadores relacionados à saúde em idosos no domicílio com foco na saúde subjetiva. 10, 6.
- Bronfenbrenner, U. (2011). **Bioecologia do desenvolvimento humano: tornando os seres humanos mais humanos**: Artmed Editora
- Connell, J. P., & Wellborn, J. G. (1991). Competence, autonomy, and relatedness: A motivational analysis of self-system processes. In M. R. Gunnar.
- Coll, C., Pozo, J.I., Sarabia, B., & Valls, E (2000). **Os conteúdos na reforma**. Porto Alegre: Artmed, 2000.
- Eccles, J., Wigfield, A., Harold, R. D., & Blumenfeld, P. (1993). Age and gender differences in children's self-and task perceptions during elementary school. **Child development**, v. 64, n. 3, p. 830-847.
- Fernandes, A. D. P. (2012). *Faculdade de Educação* (Doctoral dissertation, Universidade Estadual de Campinas)
- Ferreira, M., Coutinho, C., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., & Vieira, S. (2009). Investigação-Ação Preferencial nas Práticas Educativas. Instituto de Educação, Universidade do Minho, Portugal. Vol XIII, nº2, pp.455-479.
- Fransen, J., D'hondt, E., & Bourgois, J. (2014), Motor competence assessment in children: Convergent and discriminant validity between the BOT- 2 Short Form and KTK testing batteries. **Research in Developmental Disabilities**, v. 35, n. 6, p. 1375–1383.
- Freire, J. B., & Scaglia, A. J. (2003). **Educação como prática corporal**. São Paulo: Scipione.
- Gallahue, D. L. (2002). A classificação das habilidades de movimento: Um caso para modelos multidimensionais. *Revista Da Educação Física/UEM*, 13(2), 105–111.
- Gallahue, D., L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2013). **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7ª ed. Porto Alegre: AMGH Editora Ltda.
- Garcia, C., & Garcia, L. (2002). Examining developmental changes in throwing. In J. E. Clark & J. Garcia, J. (2009). **Avaliação e aprendizagem na educação superior**. *Est. Aval. Educ.* [online]. vol.20, n.43, pp.201-213. ISSN 0103-6831.
- Goodway, J. D., & Rudisill, M. (1997). E. Perceived physical competence and actual motor skill competence of African American preschool children. **Adapted Physical Activity Quarterly**, v. 14, p. 314–326, 1997.
- Goodway, J., Robinson, L., Crowe, H. (2010) Gender Differences in Fundamental Motor Skill Development in Disadvantaged Preschoolers From Two Geographical Regions. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 81, 17-24.
- Henrique, J., & Januário, C. (2006). A competência percebida pelos alunos, as expectativas do professor e o desempenho académico: como se relacionam na disciplina de educação física. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 6(2), 194-204.
- Herrmann, C., Heim, C., & Seelig, H. (2019). Construct and correlates of basic motor

competencies in primary school-aged children. In *Journal of Sport and Health Science* (Vol. 8, Issue 1, pp. 63–70). <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2017.04.002>

Hughes, J. N., Gleason, K. A., & Zhang, D. (2005). Relationship influences on teacher's perceptions of academic competence in academically at risk-minority and majority first grade students. *Journal of School Psychology*, 43(4), 303–320.

Brophy, J. (1983). Research on the self-fulfilling prophecy and teacher expectations. *Journal of Educational Psychology*.

Kambas, A., Michalopoulou, M., & Fatourus, L. G. (2012). The relationship between motor proficiency and physical activity in children. *Pediatric Exercise Science*, v. 24, p. 34–44.

Keogh, J. (1977). The study of movement skill development. *Quest*, v.28, p.76-88.

Kuklinski, M.R & Weinstein, R,S (2001). Classroom and developmental differences in a path model of teacher expectancy effects. *Child Development*, 72(5), 1554-1578.

Ladd, G. W., & Burgess, K. B. (2001). Do relational risks and protective factors moderate the linkages between child-hood aggression and early psychological and school adjustment? *Child Development*, 72(5), 1579–1601. <https://doi.org/10.1111/cdev.2001.72.issue-5>.

3

Locke, L. F. (1984). «Research on Teaching Teachers: Where Are We Now? ». *Journal of Teaching in Physical Education, Monograph 2*.

Locke, L. F. (1987). «Research and the Improvement of Teaching: The Professor as the Problem». In: G. T. Barrette, R. S. Feingold (Eds.), *Myths, Models, Methods in Sport Pedagogy* (pp. 1-26). Champaign IL: Human Kinetics.

Lopes, V. P., Rodrigues, L. P., Maia, J. A., & Malina, R. M. (2011) Motor coordination as predictor of physical activity in childhood. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, v. 21, n. 5, p. 663-669.

López-Pastor, V. M., Kirk, D., Lorente-Catalán, E., MacPhail, A., & Macdonald, D. (2013). Alternative assessment in physical education: a review of international literature. *Sport, Education and Society*, 18(1), 57-76. doi:10.1080/13573322.2012.713860.

Luz C, Rodrigues LP, Almeida G, Cordovil R. (2016). Development and validation of a model of motor competence in children and adolescents. *J Sci Med Sport*. 19:568-72. doi: 10.1016/j.jsams.2015.07.00.

Mesquita, I. (2012). Fundar o lugar do esporte na escola através do modelo de educação desportiva. Professor de Educação Física: Fundar e dignificar a profissão (pp. 177-206). Belo Horizonte: Casa da Educação Física.

Mesquita, I., Farias, C., & Hastie, P. A. (2012). The impact of a hybrid sport education-invasion games competence model soccer unit on students' decision making, skill execution and overall game performance. *European Physical Education Review*, 18(2), 205-219.

Mesquita, I. (2013). Perspectiva construtivista da aprendizagem no ensino do jogo. In J. V. d. Nascimento, V. Ramos & F. Tavares (Eds.), *Jogos Desportivos: formação e Investigação* (Vol. 4). Florianópolis: UDESC.

Midgley, C., Feldlaufer, H., & Eccles, J. S. (1989). Change in teacher efficacy and student self- and task-related beliefs in mathematics during the transition to junior high school. *Journal of Educational Psychology*, 81(2), 247–258. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.2.247>.

Pacheco, J (2012). Práticas de Aprendizagem Cooperativa no Ensino Básico e Secundário. Perceção de Professores de educação Física. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Faculdade de Educação Física e Desporto Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário.

Perfeito, R. B., de Azevedo Guimarães, A. C., Maria, W. B., Soares, A., & dos Santos, M. B. (2008). Avaliação das aulas de Educação Física na percepção dos alunos de escolas públicas e particulares. *Revista da Educação Física/UEM, Maringá*, 19(4), 489-499.

Pianta, R. C. (2001). Student-teacher relationship scale: Professional manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, Inc.

Quitério, A., Costa, J., Martins, M., Martins, J., Onofre, M., Gerlach, E., Scheuer, C., & Herrmann, C. (2017). Educação física: Avaliação das competências motoras em alunos de seis anos, do primeiro ano de escolaridade. *Retos*, 31, 259–263.

Robinson, D., Van Allen, E. M., Wu, Y. M., Schultz, N., Lonigro, R. J., Mosquera, J. M., Montgomery, B., Taplin, M. E., Pritchard, C. C., Attard, G., Beltran, H., Abida, W., Bradley, R. K., Vinson, J., Cao, X., Vats, P., Kunju, L. P., Hussain, M., Feng, F. Y., ... Chinnaiyan, A. M. (2015). Integrative clinical genomics of advanced prostate cancer. *Cell*, 161(5), 1215–1228. <https://doi.org/10.1016/j.cell.2015.05.001>.

Roger Barreto Perfeito, R., Guimarães, A., Braviano, W., Soares, M., & Santos, Márcio (2008). A avaliação das aulas de Educação Física na percepção dos alunos de escolas públicas e particulares. *R. da Educação Física/UEM* v. 19, n. 4, p. 489-499, 4.

Sá, C., Luz, C., Rodrigues, L. P., & Cordovil, R. (2021). Motor Competence Assessment - adaptação cultural para o Brasil (MCA-BR). *Fisioterapia E Pesquisa*, 28(1), 49–59. <https://doi.org/10.1590/1809-2950/20017628012021>

Salles, J. F. D., & Parente, M. A. M. P. (2007). Relação entre desempenho infantil em linguagem escrita e percepção do professor. *Cadernos de pesquisa*, 37(132), 687-709.

Siedentop, D., & Tannehill, D. (2000). Developing teaching skills in physical education (4th ed.). Mountain View: Mayfield.

Spessato, B. C., Gabbard, C., Valentini, N., & Rudisill, M. (2013). Gender differences in Brazilian children's fundamental movement skill performance. *Early Child Development and Care*, 183(7), 916-923.

Silva, V. S.; Garcia, F. M.; Coiceiro, G. A.; Castro, R. V. R; Candêa, L. G. (2011). A importância da Educação Física Escolar no desenvolvimento motor de criança nos anos iniciais do ensino fundamental. *EFDeportes*. Com Revista Digital. Buenos aIRES, V.16, N.156.

Silva, L. A. A. D., Soder, R. M., Petry, L., & Oliveira, I. C. (2017). Educação permanente em saúde na atenção básica: percepção dos gestores municipais de saúde. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 38.

Soares, T. M., Fernandes, N. da S., Ferraz, M. S. B., & Riani, J. de L. R. (2010). A expectativa do professor e o desempenho dos alunos. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 26(1), 157–170. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000100018>.

Stodden, D. F., Goodway, J. D., & Langendorfer, S. J. (2008). A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship. *Quest*, v. 60, p. 290–306, 2008.

Tavares, F. P., & Levy, M. I. C. (2000). Implementação da educação ambiental na graduação de professores de educação física: uma reflexão. *Ambiente & Educação*.

Thomas, J. R., & French, K. E. (1985). Gender differences across age in motor performance: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 98, 260–282.

Zabala, A. (1998). A Avaliação. In: ZABALA, Antoni. *A Prática educativa: como ensinar*. Porto Alegre: ArtMed.