



**Escola Superior
de Educação**

Politécnico de Coimbra

A Educação Física em contexto Escola e Natureza no 1.º Ciclo do Ensino Básico: contributos de uma abordagem interdisciplinar

Departamento de Educação, Desporto e Intervenção Social

Mestrado em Jogo e Motricidade na Infância

abril de 2023, Márcia Rita Antunes Pereira



**Escola Superior
de Educação**

Politécnico de Coimbra

Márcia Rita Antunes Pereira

**A Educação Física em contexto Escola e Natureza no 1.º Ciclo do Ensino Básico:
contributos de uma abordagem interdisciplinar**

Trabalho de Projeto no âmbito do Mestrado em Jogo e Motricidade na Infância, apresentado ao Departamento de Educação, Desporto e Intervenção Social, da Escola Superior de Educação de Coimbra para obtenção do grau de Mestre

Trabalho realizado sob a orientação do Professor Doutor Pedro Cabral Mendes

Trabalho realizado sob a coorientação da Professora Doutora Cristina Rebelo Leandro

julho de 2023

Agradecimentos

No final desta etapa, agradeço a todos e a cada um o apoio e confiança depositada...

Aos meus orientadores, ao Professor Doutor Pedro Cabral Mendes e à Professora Doutora Cristina Rebelo Leandro, pelo apoio sistemático e partilha de saberes ao longo de todo o projeto. São uma inspiração constante desde o primeiro momento.

Ao prof. Ricardo Gomes, pela disponibilidade e apoio durante todo o projeto.

Ao meu Nuno, pelo apoio incondicional, o meu aconchego.

Ao meu Francisco, pela compreensão em todo este tempo.

À minha família e aos meus “Anjos da Guarda”, referências importantes na minha vida e que contribuíram para meu bem-estar ao longo deste processo.

Aos meus alunos, pelo envolvimento e aprendizagens conjuntas. Pela descoberta e entrega em todo o processo.

Às famílias dos meus alunos, por acreditarem em mim e juntos construirmos uma nova visão da escola.

À Direção do Agrupamento de Escolas Rainha Santa Isabel- Coimbra e aos amigos que me incentivaram a seguir em frente.

Aos professores especialistas, Nuno Pinto, Ofélia Libório e Georgina Dinis pela partilha e sugestões na revisão do Projeto e no guião.

Aos meus colegas do Mestrado, pelo apoio e ajuda, tornando mais fácil este percurso. Ao Óscar pelo companheirismo e cumplicidade ao longo das unidades de ensino. Uma amizade que ficará para a vida.

Aos professores do Mestrado em Jogo e Motricidade na Infância, pela partilha e aprendizagem ao longo do mestrado. Aprendi muito com todos, ciente que continuarei a estudar e aprender ao longo da minha vida.

**A Educação Física em contexto Escola e Natureza no 1.º Ciclo do Ensino Básico:
contributos de uma abordagem interdisciplinar**

Resumo: A aula de Educação Física (EF) no espaço exterior da escola pode proporcionar *affordances* para as crianças se tornarem mais ativas e comprometidas com as suas aprendizagens. A abordagem interdisciplinar poderá capacitá-las para a construção do seu próprio conhecimento. Esta investigação pretendeu responder a três objetivos: analisar a relevância dos contextos Escola e Natureza na prática da EF do 1.º CEB; refletir sobre o papel da prática interdisciplinar entre a EF e as outras disciplinas na aprendizagem e determinar a intensidade da atividade física nos contextos de prática de EF (Escola, Natureza, Escola Interdisciplinar e Natureza interdisciplinar). Este estudo contemplou 12 aulas de EF, tendo como matriz as Aprendizagens Essenciais (AE) para o 2.º ano de escolaridade e decorreu no mês de março de 2022. Deste modo, vinte alunos de uma turma de Coimbra vivenciaram três sessões semanais de EF, duas em formato tradicional e uma interdisciplinar, em dois contextos: Escola e Natureza. As sessões de tipologia interdisciplinar tiveram como tema indutor a história “Arrumado”. Os instrumentos metodológicos utilizados foram a observação direta, o *focus groups*, as notas de campo, as fichas de autoavaliação e os dados recolhidos por acelerometria. A análise dos resultados permitiu concluir que o contexto Natureza foi o ambiente em que as crianças elegeram como preferido para a prática de EF e que as práticas interdisciplinares dinamizadas mereceram grande relevância pelos alunos.

Palavras-chave: Educação Física, Contexto Natureza, Interdisciplinaridade, 1.º CEB, *focus groups*

Physical Education in School and Nature context in Primary Schools: contributions of an interdisciplinary approach

Abstract: The Physical Education (PE) class outside the classroom may provide affordances for the children to become more active and compromised with their own learning. The interdisciplinary approach may enable them to construct their own knowledge. This investigation attempted to answer three goals: analyse the relevance of School and Nature contexts in practicing PE in primary schools; reflect about the role of the interdisciplinary practice between PE and other subjects in the learning process and determine the intensity of the physical activity in the PE practice context (School, Nature, Interdisciplinary School and Interdisciplinary Nature). This study contemplated 12 PE classes, according to the Essential Learnings (EL) for the 2nd grade and elapsed during March of 2022. Thus, twenty students of a class in Coimbra experienced three weekly sessions of PE, two in the traditional format and one interdisciplinary, in two contexts: School and Nature. The sessions of interdisciplinary type had as introducing theme the story “Arrumado”. The methodological instruments used were direct observation, focus groups, field notes, self-evaluation charts and data collected by accelerometry. The analyses of the results allowed to conclude that the Nature Context was the children’s elected favourite for the PE practice and that the dynamized interdisciplinary practices were of great relevance for the pupils.

Keywords: Physical Education, Nature Context, Interdisciplinarity, Primary School, *focus groups*

Sumário

INTRODUÇÃO	1
Introdução.....	2
CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO.....	4
1.1. O papel do movimento no desenvolvimento da criança	5
1.2. O contexto Natureza nas aprendizagens.....	7
1.3. Práticas interdisciplinares nas aprendizagens.....	10
1.3.1. A interdisciplinaridade nos referenciais curriculares e a sua interação com a Educação física	12
1.4. A intensidade da atividade física nas aulas de Educação Física.....	16
CAPÍTULO II – METODOLOGIA	18
2.1. Contextualização do estudo: problema e objetivos da investigação	19
2.2. Enquadramento metodológico	20
2.3. Amostra.....	21
2.4. Design da investigação-ação.....	21
2.4.1. Plano anual da investigação.....	22
2.4.2. Plano da Unidade de Ensino	23
2.4.3. Plano de Intervenção e procedimentos adotados.....	25
2.5. Instrumentos.....	56
2.5.1. Observação, ficha de autoavaliação e <i>focus groups</i>	56
2.5.2. Acelerometria	58
2.6. Análise estatística	60
CAPÍTULO III – RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	61
3.1. A Educação Física nos diferentes contextos, Escola e Natureza.....	62
3.2. A prática interdisciplinar entre Educação Física e as restantes disciplinas	65
3.3. A intensidade da AF nas diferentes aulas e contextos.	70
CAPÍTULO IV – CONSIDERAÇÕES FINAIS	74
4.1. Conclusão	75
4.2. Limitações e recomendações	76
BIBLIOGRAFIA	77

APÊNDICES.....	87
APÊNDICE 1 - DOCUMENTO DE CONSENTIMENTO	88
APÊNDICE 2 - PLANO DE AULA 1	89
APÊNDICE 3 - PLANO DE AULA 2	93
APÊNDICE 4 - PLANO DE AULA 3	97
APÊNDICE 5 - PLANO DE AULA 4	101
APÊNDICE 6 - PLANO DE AULA 5	105
APÊNDICE 7 - PLANO DE AULA 6	109
APÊNDICE 8 - PLANO DE AULA 7	112
APÊNDICE 9 - PLANO DE AULA 8	115
APÊNDICE 10 - PLANO DE AULA 9	118
APÊNDICE 11 - PLANO DE AULA 10	121
APÊNDICE 12 - PLANO DE AULA 11	125
APÊNDICE 13 - PLANO DE AULA 12	129
APÊNDICE 14 - GUIÃO DA ENTREVISTA	133
APÊNDICE 15 - TRANSCRIÇÃO FOCUS GROUPS 1	135
APÊNDICE 16 - TRANSCRIÇÃO FOCUS GROUPS 2	140
APÊNDICE 17 - TRANSCRIÇÃO FOCUS GROUPS 3	144

Lista de abreviaturas

1. EF – Educação Física
2. AE – Aprendizagens Essenciais
3. AF – Atividade Física
4. OMS – Organização Mundial de Saúde
5. UE – Unidade de Ensino
6. PAFC - Programa de Autonomia e Flexibilidade Curricular
7. DAC – Domínios de Articulação Curricular
8. PASEO – Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória
9. DGS – Direção Geral de Saúde
10. ACSM - American College of Sports Medicine
11. OECD – Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico

Lista de figuras

FIGURA 1 - MULTIDISCIPLINARIDADE, INTERDISCIPLINARIDADE E TRANSDISCIPLINARIDADE	11
FIGURA 2 - DESIGN DA INVESTIGAÇÃO-AÇÃO	21
FIGURA 3 - ESTRUTURA ANUAL DAS UNIDADES DE ENSINO E AS OBRAS LITERÁRIAS RECOMENDADAS PAR O 2.º ANO DE ESCOLARIDADE	22
FIGURA 4 - APRENDIZAGENS ESSENCIAIS DAS DIFERENTES DISCIPLINAS	23
FIGURA 5 - DESIGN DA UNIDADE DE ENSINO DE MARÇO	25
FIGURA 6 - CONTEÚDOS E OBJETIVOS DO PLANO DE AULA 1	26
FIGURA 7 - PARTE INICIAL DA AULADO PLANO DE AULA 1	28
FIGURA 8 - TAREFA 1 DA AULA 1	29
FIGURA 9 - TAREFA 2 DA AULA 2	29
FIGURA 10 - PLANO PARTE FUNDAMENTAL DO PLANO DE AULA 1	30
FIGURA 11 - ESTAÇÃO 4 DA AULA 1	31
FIGURA 12 - ESTAÇÃO 5 DA AULA 1	31
FIGURA 13 - PARTE FINAL DO PLANO DE AULA 1	32
FIGURA 14 - JOGO CANTADO DA AULA 1	33
FIGURA 15 - CONTEÚDOS E OBJETIVOS DO PLANO DE AULA 4	34
FIGURA 16 - PARTE INICIAL DO PLANO DE AULA 4	35
FIGURA 17 - TAREFA 1 - JOGO DE ESTAFETAS	36
FIGURA 18 - TAREFA 2 - JOGO "APANHA O LENÇO"	36
FIGURA 19 - PARTE FUNDAMENTAL DO PLANO DE AULA 4	37
FIGURA 20 - EXERCÍCIO 1 DA AULA 4	38
FIGURA 21 - EXERCÍCIO 5 DA AULA 4	38
FIGURA 22 - PARTE FINAL DO PLANO DE AULA 4	39
FIGURA 23 - JOGO CANTADO DA AULA 4	40
FIGURA 24 - CONTEÚDOS E OBJETIVOS DO PLANO DE AULA 9	41
FIGURA 25 - PARTE INICIAL DO PLANO DE AULA 9	42
FIGURA 26 - TAREFA 1 DA AULA 9	43
FIGURA 27 - CARTAZ DA CLASSIFICAÇÃO DO NÚMERO DE SÍLABAS	43
FIGURA 28 - PARTE FUNDAMENTAL DO PLANO DE AULA 9	44
FIGURA 29 - ESTAÇÃO 1 DA AULA 9	46
FIGURA 30 - ESTAÇÃO 4 DA AULA 9	46
FIGURA 31 - PARTE FINAL DO PLANO DE AULA 9	47
FIGURA 32 - TAREFA 1 DA AULA 9 - ADIVINHAS COM ANIMAIS	47
FIGURA 33 - TAREFA 2 DA AULA 9 - CLASSES DOS ANIMAIS	48
FIGURA 34 - CONTEÚDOS E OBJETIVOS DO PLANO DE AULA 12	49
FIGURA 35 - PARTE INICIAL DO PLANO DE AULA 12	50
FIGURA 36 - EXPLICAÇÃO DO JOGO DA AULA 12	50
FIGURA 37 - PREENCHIMENTO DA FICHA DO ANIMAL	50
FIGURA 38 - APRESENTAÇÃO DO ANIMAL	51
FIGURA 39 - PARTE FUNDAMENTAL DO PLANO DE AULA 12	51
FIGURA 40 - TAREFA 2 DA ULA 12 - OVO NO NINHO	53
FIGURA 41 - TAREFA 9 DA AULA 12 - DECORAÇÃO DO VASO	53
FIGURA 42 - PARTE FINAL DO PLANO DE AULA 12	54
FIGURA 43 - DANÇA CRIATIVA DA AULA 12	55
FIGURA 44 - ÁRVORE TRANSPLANTADA NA ESCOLA	55
FIGURA 45 - EXEMPLO DE AUTOAVALIAÇÃO	57

FIGURA 46 - EXEMPLO DE AUTOAVALIAÇÃO PRE PREENCHIDA	58
FIGURA 47 - ACELERÓMETROS NUMERADOS DE 1 A 20 PARA OS ALUNOS DO ESTUDO	59
FIGURA 48 - COLOCAÇÃO DO ACELERÓMETRO NUMA ALUNA DA SALA DE AULA.....	59
FIGURA 49 - AUTOAVALIAÇÃO DA SEMANA 1 PELO ALUNO 3	62
FIGURA 50 - AUTOAVALIAÇÃO DA SEMANA 3 ALUNO 17.....	64
FIGURA 51 - AUTOAVALIAÇÃO DA SEMANA 3 ALUNO 18.....	66
FIGURA 52 - AUTOAVALIAÇÃO DA SEMANA 2 ALUNO 16.....	66
FIGURA 53 - AUTOAVALIAÇÃO DA SEMANA 4 ALUNO 6.....	67
FIGURA 54 - AUTOAVALIAÇÃO DA SEMANA 3 ALUNO 15.....	68
FIGURA 55 - AUTOAVALIAÇÃO DA SEMANA 3 ALUNO 14.....	69

Lista de tabelas

TABELA 1 - MÉDIA E DESVIO PADRÃO DA ATIVIDADE FÍSICA

TABELA 2 - RESULTADOS (MINUTOS) DE INTENSIDADE DA ATIVIDADE FÍSICA

TABELA 3 – INTENSIDADE DA ATIVIDADE FÍSICA MODERADA A MUITO VIGOROSA (MINUTOS) NAS 4 CONDIÇÕES DE PRÁTICA

INTRODUÇÃO

Introdução

Este projeto tem como título “A Educação Física em contexto Escola e Natureza no 1.º Ciclo do Ensino Básico: contributos de uma abordagem interdisciplinar” e foi realizado no âmbito do Mestrado em Jogo e Motricidade na Infância, na Escola Superior de Educação de Coimbra.

Com este trabalho pretende-se dar a conhecer um projeto que dinamizou a EF em diferentes contextos de prática e que a integrou com as diversas disciplinas do currículo do 1.º Ciclo do Ensino Básico. A escolha desta temática justifica-se, por um lado, pela relevância da prática da EF em diferentes contextos, Escola e Natureza e por outro lado, pelo valor pedagógico da interdisciplinaridade no 1.º Ciclo do Ensino Básico.

Tem-se assistido a uma progressiva valorização do espaço outdoor como um contexto facilitador do desenvolvimento motor das crianças, potenciando ganhos de natureza fisiológica, psicológica, intelectual e social (Barton et al., 2016; Fjørtoft, 2001).

Numa perspetiva de integração curricular, vários contributos científicos referem a importância da interdisciplinaridade na escola que permite a interligação de diversos conteúdos das várias disciplinas como apoio à aprendizagem (Leandro, 2015; Mendes & Leandro, 2017; Pombo, 2021). Refira-se que o 1.º Ciclo do Ensino Básico (CEB) é um contexto privilegiado para a articulação dos conteúdos das diversas disciplinas (Leite & Pinto, 2016). Cabe às escolas e professores “dispor de maior flexibilidade na gestão curricular, com vista à dinamização de trabalho interdisciplinar” (DL 55/2018, p. 2931).

Sabendo que o contexto Natureza potencia o desenvolvimento curricular, a escola deveria aproveitar e potenciar esta aprendizagem uma vez que está associada a altos níveis de interesse dos alunos (Barton et al., 2016; Trindade, 2018).

Deste modo, os normativos legais e diversos contributos científicos apontam para uma mudança efetiva na escola, organização de espaços, diversificação de atividades e estratégias que promovam a aprendizagem e a autonomia, bem como a participação dos alunos na gestão do currículo e dos projetos a desenvolver em sala de aula (Cosme, 2018).

Nesse sentido, surge este projeto de EF nos contextos Escola e Natureza, numa turma do 2.º ano de escolaridade a partir de uma obra literária “Arrumado” (Gravett, 2017), numa abordagem interdisciplinar.

O trabalho está estruturado em quatro partes: a) no Capítulo I faz-se o Enquadramento Teórico, com especial relevância para o papel do movimento no desenvolvimento da criança, o contexto Natureza e as práticas interdisciplinares nas aprendizagens, a interdisciplinaridade nos referenciais curriculares e a sua interação com a Educação Física, e ainda a temática da intensidade da atividade física nas aulas de Educação Física; b) no Capítulo II destinado à Metodologia apresenta-se a contextualização, a formulação do problema e os objetivos da investigação, bem como o enquadramento metodológico e os instrumentos, c) no Capítulo III apresentam-se e discutem-se os resultados desta pesquisa; d) o Capítulo IV onde são apresentadas as conclusões do estudo, as delimitações do estudo e as recomendações para futuras investigações.

Tendo por base os dados recolhidos na investigação, espera-se que este trabalho sensibilize a comunidade educativa e científica para os benefícios de uma prática regular da Educação Física em diferentes contextos de realização: Escola e Natureza e a importância da interdisciplinaridade na aprendizagem.

CAPÍTULO I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1.1. O papel do movimento no desenvolvimento da criança

Nos últimos anos, assistiu-se a um decréscimo do tempo e espaço para a AF das crianças (Neto, 2020).

Sabe-se que a prática de atividade física regular traz inúmeros benefícios para a saúde, de forma a prevenir várias doenças e limitando o tempo sedentário (OMS, 2020).

Neste sentido, a OMS publicou as novas “Recomendações para a Atividade Física e Comportamento Sedentário” com o mote “*CADA MOVIMENTO CONTA*”, em que considera que toda a AF é importante, na medida em que ocorre em diferentes contextos nas atividades diárias, tais como atividades domésticas, lazer, exercício físico e desporto contribuindo para uma boa saúde mental, qualidade de vida e bem-estar (DGS, 2021, p. 1). As recomendações para a prática de AF dos 5-17 anos incluem: a prática de 60 minutos de AF diária de intensidade moderada a vigorosa; a AF deverá ser maioritariamente aeróbia; a AF deverá incorporar exercícios que permitam fortalecer os músculos e os ossos, pelo menos 3 vezes por semana e limitar o tempo em comportamento sedentário, principalmente o tempo em ecrã.

Deste modo, torna-se imprescindível proporcionar a todas as crianças oportunidades de ação e estimular a participação em atividades físicas diversas e apelativas, para que desta forma estes hábitos de vida saudáveis se mantenham na vida adulta (Lopes et al., 2012).

Existe um amplo consenso científico sobre os benefícios da atividade física, em crianças e jovens, nomeadamente, na melhoria da aptidão física (aptidão cardiorrespiratória e muscular), da saúde cardiometabólica, da pressão arterial, da dislipidemia, da glicose e da resistência à insulina, da redução da gordura corporal, da saúde óssea e da cognição. Os benefícios da prática da AF e desportiva regular acabam por repercutirem-se, também, no desempenho académico e nas funções executivas, e da saúde mental através da redução dos sintomas de depressão (DGS, 2021; ACSM, 2021).

Em linha com o exposto, a investigação tem evidenciado uma associação positiva entre a aptidão física e o sucesso académico (Ludyga et al., 2019; Castelli et al., 2007 cit. in Silva et. al, 2018). Também Sardinha (2015) conclui que os alunos que tinham boa condição física obtinham melhores resultados escolares. É de relevar que a alternância regular

entre estar sentado e ativo melhora a capacidade de aprendizagem e rendimento escolar (Silva et al., 2014).

Conforme refere Manuel Sérgio (2008), a EF não se deve reduzir à AF pelo simples facto de incorreremos no risco de uma excessiva higienização do corpo. Deste modo, o valor educativo da EF suporta-se na abrangência do movimento intencional.

Desde Piaget que vários autores revelam a importância do movimento no desenvolvimento das crianças (Neto, 1995; Zaichkowsky & Martinek, 1980), como também potenciador de aprendizagens (Leandro et al., 2015; Louça & Neuparth, 2012).

A respeito do movimento e das etapas de desenvolvimento, Bronfenbrenner (2005) apresenta alguns exemplos: brincar com uma criança pequena, brincar individualmente ou em grupo, atividades entre crianças, aprender novas habilidades, ler... nesta entrega e interação nas diferentes atividades que o indivíduo compreende o que o rodeia, dando sentido às suas aquisições.

Conforme preconizam Lengel e Kuczala (2010), os benefícios do ensino de diversos conteúdos através do movimento podem ser de várias ordens: 1) aumenta a compreensão e retenção da informação; 2) melhora as competências sociais e coesão da turma/ grupo; 3) aumenta a motivação dos alunos; 4) oferece oportunidades para a resolução de problemas e de pensamento e 5) estimula a ligação cérebro/corpo (Leandro et al., 2018, p. 24).

Neste sentido, a aula deve permitir que o corpo seja mais ativo no processo de ensino-aprendizagem (Neto, 2020).

1.2. O contexto Natureza nas aprendizagens

A ligação ao meio exterior bem como a divulgação de projetos que dão primazia ao contexto Natureza são cada vez mais conhecidos. A aprendizagem fora da sala de aula e em contacto com a natureza não é uma abordagem nova. Iniciou-se no norte da Europa a meados do século XX.

Este modelo sofreu influência de Montessori, em que os interesses da criança são a base dos programas de aprendizagem aliado ao espaço exterior.

Uma outra referência nesta perspetiva de trabalho no exterior, a metodologia Forest School baseia-se em sessões de aprendizagem em contexto natureza dando relevância à criança e ao brincar livremente, com a estreita colaboração entre o adulto e a criança, promovendo a exploração e descoberta (Coelho et al., 2015).

Em linha com o descrito, o espaço exterior ou outdoor é promotor do desenvolvimento das crianças, oferecendo benefícios diversos, nomeadamente fisiológicos, psicológicos, intelectuais e sociais (Barton et al., 2016). Deste modo, vários contributos científicos consideram que o uso frequente de espaços verdes tem impacto na redução dos níveis de stress, ansiedade e depressão (Monti et al., 2019; Snell et al., 2020 cit. in Ramos, Figueiredo & Coelho, 2021) aliado à promoção da atividade física (Snell et al., 2020). Complementarmente, a frequência regular deste contexto Natureza também potencia a aquisição de hábitos alimentares saudáveis, estilos de vida saudáveis e o estímulo do crescimento do sistema músculo-esquelético (Ramos et al., 2021).

No âmbito do desenvolvimento socio emocional da criança, vários são os autores que enaltecem a prática em contexto Natureza como potenciadora da autorregulação (Snell et al., 2020) e autonomia na tomada de decisões, na escolha das atividades, na gestão de riscos e na resolução de problemas aliados à sua perseverança e resiliência com vista à superação de desafios (Ramos et al., 2021).

Ao nível do desenvolvimento motor, a comunidade científica considera que existe uma associação entre o contexto Natureza e a promoção das competências motoras (Boileau & Dabaja, 2020; Kroeker, 2017; Monti et al., 2019). Nesse sentido, Monti et al. (2019) apresentam as características da Natureza como facilitadoras de experiências motoras,

estimulantes e desafiantes a nível físico, permitindo à criança conhecer o seu corpo e os seus limites. O espaço exterior torna-se assim um desafio motor para a criança com a diversidade e exploração das *affordances*¹ (Fjørtoft, 2001).

Além disso, o espaço exterior está repleto de *affordances*, que potenciam o desenvolvimento da criança, o que leva as crianças a preferirem escolas que contenham espaços exteriores e interiores desafiantes (Bento, 2015; Neto, 2020).

As crianças exploram o mundo que as rodeia de forma contínua. À medida que vão crescendo, as suas capacidades desenvolvem-se em interação constante com as oportunidades de ação, originando assim novas *affordances* (Figueiredo, 2015).

O contexto natureza alia o desenvolvimento das competências motoras às competências cognitivas (Kroeker, 2017 cit. in Ramos, Figueiredo & Coelho, 2021).

No que respeita ao desenvolvimento cognitivo, o exterior é um meio privilegiado para o reconhecimento das mudanças que ocorrem nesse contexto (Beery & Jørgensen, 2018; Monti et al., 2019 cit. in Ramos, Figueiredo & Coelho, 2021).

Esta curiosidade e constante exploração da criança no ambiente natural, leva-a a ter uma preocupação intrínseca com a biodiversidade e com os conteúdos acerca do mundo (Beery and Jørgensen, 2018).

“We are committed to helping every learner develop as a whole person, fulfil his or her potential and help shape a shared future built on the well-being of individuals, communities and the planet” (OECD, 2018, p.4).

Tendo em conta estas recomendações, a escola como a conhecemos terá de sofrer alterações.

¹ Gibson (1979) referiu-se à *affordance* para descrever as possibilidades de ação oferecidas ao indivíduo (Cordovil et al., 2007). De acordo com o autor e atendendo ao contexto, *affordance* é entendida como as oportunidades dadas à criança na exploração do espaço em contexto *outdoor*.

“É urgente mudar a escola para lugares mágicos, que ensinam a pensar com alegria, onde as crianças não tenham medo de errar, pois faz parte do processo pedagógico” (Neto, 2020).

Perante o exposto, o espaço exterior tem muito a oferecer e não pode ser reduzido apenas a atividades como correr, cair e sujar-se; este deve ser entendido como uma extensão do espaço interior/sala de aula para a concretização de aprendizagens significativas (Neto, 2020).

Em ambos os ambientes interior e exterior as crianças encontram desafios motores, no entanto é no exterior que encontra mais oportunidades apelando à sua imaginação e ao seu conhecimento (Erickson & Ernest, 2011).

O contexto Natureza oferece estímulos únicos capazes de captar a atenção e interesse das crianças (Bento & Dias, 2017, pp. 2).

No exterior, a criança define os seus limites, desafiando-se, na maioria das vezes, a resolver problemas e ultrapassar obstáculos promovendo o pensamento criativo (Bento, 2015; Thomas & Harding, 2011).

Além de estimular o desenvolvimento motor e cognitivo, brincar no exterior motiva a criança e ajuda-a a construir o seu próprio conhecimento, através das relações estabelecidas com o que a rodeia e interligando os diferentes saberes (Brymer et al., 2014; Barton et al., 2016, cit. in O’Hara et al., 2020).

De salientar, que as crianças ao contactarem regularmente com a natureza tornam-se mais aptas e menos propensas ao sobrepeso e obesidade, desenvolvendo sistemas imunológicos mais fortes e apresentando níveis mais baixos de stress (Coelho et al., 2015; Fjørtoft, 2004).

Vários são os contributos científicos que defendem a necessidade de mudança, valorizando o exterior e interior na escola, envolvendo professores e alunos (Bento & Portugal, 2019; Bilton et al., 2017; Coelho et al., 2015). Fjørtoft e Gundersen (2007) apresentam o exterior como um espaço desafiante bem como o comportamento das

crianças em espaços tradicionais versus espaços natureza, em que destacam o ambiente exterior como potenciador do desenvolvimento motor através da AF.

Um outro estudo desenvolvido por O'Brien (2009) com sete crianças, durante oito meses na escola da floresta, conseguiu observar que essas crianças melhoraram as suas capacidades de comunicação, cognitivas e de compreensão e ainda que as crianças partilhavam com as suas famílias as experiências que vivenciaram.

A escola deveria considerar o exterior como uma oportunidade única para as crianças serem mais ativas, indo ao encontro dos seus interesses (Barton et al., 2016) e também o reconhecimento deste contexto enquanto promotor da aprendizagem (Bento & Dias, 2017; Figueiredo, 2015).

A integração do contexto outdoor pelas diversas disciplinas, através de uma aprendizagem ativa, é um fator de sucesso, quer em hábitos e estilos de vida saudáveis, quer na prática de AF (O'Hara et al., 2020).

1.3. Práticas interdisciplinares nas aprendizagens

Torna-se difícil definir a interdisciplinaridade, uma vez que foi sofrendo alterações ao longo do tempo. Pombo (2004) afirma que a interdisciplinaridade designa diferentes modos de relação e articulação entre as disciplinas. Para Fazenda (2011) a interdisciplinaridade é entendida como “uma colaboração ou troca entre praticantes de diferentes disciplinas”, de modo que essas disciplinas se articulem, possibilitando o diálogo entre os diferentes intervenientes.

Os conceitos associados à interdisciplinaridade, nomeadamente pluridisciplinaridade, multidisciplinaridade e transdisciplinaridade, apresentam-se, por vezes, como equivalentes (Pasquier & Nicolescu, 2019 cit. in Souza et al., 2022).

De salientar que estes conceitos têm um radical comum «disciplina» e é a partir daqui que se desenvolvem estes conceitos e as pontes traçadas entre cada um deles.

Piaget (1972) considera estes conceitos como níveis de uma progressiva integração das disciplinas, atingindo a transdisciplinaridade através das interações, sem fronteiras entre as disciplinas, havendo uma integração curricular (Pombo, 2004, p. 38).

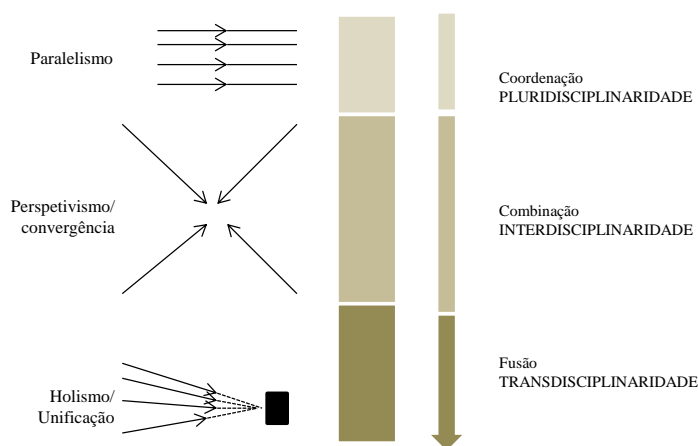
Por pluridisciplinaridade entende-se qualquer associação entre duas ou mais disciplinas (Pombo, 2004, p. 37), onde se prevê a articulação entre os diversos professores.

A multidisciplinaridade assenta na cooperação e coordenação entre as várias disciplinas como se estivessem sobrepostas, ou seja, aqui os limites estão bem definidos (Cohen & Fradique, 2018, p. 51). Por outro lado, na interdisciplinaridade há interação entre as disciplinas, conciliando os diferentes pontos de vista. Para a resolução de problemas, existe articulação com outras áreas. Neste seguimento, as aprendizagens têm mais significado (Cohen & Fradique, 2018, p. 51). Por seu turno, a transdisciplinaridade aponta para uma mudança de paradigma, em que dá primazia às competências interdisciplinares, articulando os conhecimentos que a criança possui (Drake e Burns, 2004, cit in Cohen & Fradique, 2018, p. 53). Neste âmbito sobressai uma visão holística dos vários saberes das disciplinas.

Sabe-se que existe uma diferenciação entre estes conceitos, no entanto é privilegiada a interdisciplinaridade por abarcar os outros conceitos e surgir no contexto das práticas escolares (Cohen & Fradique, 2018, p. 53). A esquematização destes conceitos está exemplificada na Figura 1.

Figura 1

Multidisciplinaridade, interdisciplinaridade e transdisciplinaridade



Adaptado de (Pombo, 2004, p.6)

Numa perspetiva de integração curricular, existem contributos científicos que referem a importância da interdisciplinaridade na escola, enaltecendo o valor educativo da articulação de diversos conteúdos das várias disciplinas como apoio à aprendizagem (Leandro et al., 2015; Mendes & Leandro, 2019; Pombo, 2021).

A prática de um ensino interdisciplinar apresenta-se como uma solução que visa o desenvolvimento integral da criança de forma mais eficaz para a aprendizagem (Kaittani, et al., 2017, p. 95).

Vários são os estudos que fundamentam que a interdisciplinaridade se torna uma ferramenta importante na promoção de um ensino integrador, favorecendo, dessa forma, um conhecimento contextualizado (Coelho, 2015; Santos, 2010; Alonso et al., 2011).

1.3.1. A interdisciplinaridade nos referenciais curriculares e a sua interação com a Educação Física

A Escola do século XXI deve garantir a aprendizagem de todos os alunos (Roldão et al., 2017), promovendo autonomia, entreajuda e responsabilidade.

De facto, a mudança de práticas e hábitos enraizados torna-se um desafio para a escola e professores (Bento & Portugal, 2019). Assim, é imperativo a contribuição da Escola em se tornar um espaço “quer culturalmente mais desafiante e significativo, quer educacionalmente mais ambicioso e influente” (Trindade, 2018).

Neste seguimento, Portugal criou os referenciais curriculares, as Aprendizagens Essenciais, onde se procurou identificar em cada disciplina e ano de escolaridade, um conjunto de conteúdos, capacidades e atitudes (Cohen & Fradique, 2018).

A aprovação em 2017 do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória (PASEO) e a publicação em 2018 do Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho e do Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho, abriram caminho para uma “escola inclusiva, onde todos e cada um dos alunos, independentemente da sua situação pessoal e social, encontrem respostas que lhes possibilitem a aquisição de um nível de educação e formação facilitadoras da sua plena inclusão social” (Decreto-Lei n.º 54/2018, p. 2918).

O Decreto-Lei n.º 55/2018 institucionaliza o Programa de Autonomia e Flexibilidade Curricular (PAFC), em que confere às escolas e professores “maior flexibilidade na gestão curricular, com vista à dinamização de trabalho interdisciplinar, de modo a aprofundar, reforçar e enriquecer as Aprendizagens Essenciais”.

As opções curriculares da escola podem ser efetuadas através dos «Domínios de autonomia curricular» (DAC). Entenda-se DAC como áreas de confluência de trabalho interdisciplinar e ou de articulação curricular (Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, p. 3). Assim, nas escolas, poderá combinar-se de modo parcial ou total as componentes do currículo, disciplinas ou unidades de formação, privilegiando o trabalho interdisciplinar e/ou multidisciplinar.

Esta gestão flexível preconizada nos documentos normativos e curriculares dá maior ênfase ao trabalho colaborativo entre docentes melhorando a aprendizagem de todos os alunos. Cabe aos professores envolverem-se no Programa de Autonomia e Flexibilidade da sua escola, construindo os seus projetos e iniciativas baseados no seu contexto (Cosme, 2018).

Deste modo, os currículos e a legislação em vigor apontam para a dinamização de práticas interdisciplinares em contexto de sala de aula, em que se criem oportunidades para os alunos aprenderem mais e melhor, com mais profundidade e com mais ligação ao real (Azevedo, 2018).

De salientar que, a Educação Física pode ter um papel relevante na construção de projetos interdisciplinares com as outras disciplinas (Mendes et al., 2016).

“Experiências no âmbito da EF demonstram que através da integração curricular os alunos ganham mais conhecimento da relação entre a disciplina e outras disciplinas, passando a vê-la como parte integrante do currículo escolar” (Beanne, 2003, p.95).

Neste seguimento foram desenvolvidos estudos e experiências de ensino integrando a EF e as outras disciplinas, onde se destacam os seguintes:

- 1) Gonçalves & Martins (2018) divulgaram um estudo interdisciplinar, implicando a articulação de saberes das áreas curriculares de Estudo do Meio e Português. Este

estudo decorreu em contexto de 1.º CEB, numa turma de 3.º ano de escolaridade, em que os alunos tiveram aulas interdisciplinares, articulando saberes, partindo de uma história. A análise dos dados possibilita a aferição das potencialidades de exploração interdisciplinar no processo de ensino/aprendizagem, em concreto na articulação das áreas curriculares abrangidas, com benefício para o rendimento escolar dos alunos e consequente motivação e apropriação da e na aprendizagem.

- 2) Paixão (2015) mostrou que as atividades diversificadas e interdisciplinares motivam os alunos para as aprendizagens realizadas na área curricular de Estudo do Meio, aliando-as às restantes áreas curriculares. A investigação foi realizada em contexto de 2.º ano do Ensino Básico. A análise dos dados permitiu constatar que através de uma abordagem interdisciplinar, é possível promover as aprendizagens inerentes à área curricular de Estudo do Meio.
- 3) Pereira (2016) demonstrou que a promoção da prática de atividade físico-motora estimula os alunos para aprendizagens na área curricular de Estudo do Meio. Na investigação participaram os alunos do 2.º ano. Os resultados do estudo sugerem um forte vínculo, nesta abordagem interdisciplinar, entre Expressão e Educação Física-Motora e o Estudo do Meio, uma vez que quando são postas em prática atividades físico-motoras, estas podem melhorar a aprendizagem na área de Estudo do Meio.
- 4) Ângelo (2023) desenvolveu um estudo no âmbito do Programa de Educação Física (EF), em que os Jogos foram trabalhados de uma forma interdisciplinar com a Matemática proporcionando à criança uma aprendizagem mais enriquecedora, tanto em termos motores como cognitivos. O estudo foi desenvolvido com uma turma do 2.º ano, numa escola do 1.º CEB. Observou-se que a vivência dos conteúdos matemáticos através dos jogos poderá ter contribuído de uma forma positiva na consolidação dos conceitos matemáticos e que os alunos conseguiram lembrar-se das ações motoras e dos Jogos das aulas.
- 5) Godinho (2018) apresentou o seu projeto em que os alunos exploraram um ambiente integrador em que os conceitos das disciplinas de EF e Matemática foram trabalhados de forma articulada. Os resultados indicaram que os alunos ao explorarem um ambiente integrador próximo do modelo connected (Cone & Cone, 2012) tiveram a oportunidade de lidar com conceitos de Expressão e Educação Físico-Motora (p. e.,

jogo; saltos) e Matemática (p. e., contagens; padrão; linha numérica não estruturada) de forma integrada.

- 6) Leandro (2015) analisou o impacto da dança criativa na aprendizagem de conteúdos de Estudo do Meio, Português e Matemática e a influência da dança na atitude criativa, em crianças do 2.º ano do 1.º Ciclo Ensino Básico. As conclusões deste estudo evidenciaram que os alunos que consolidaram os conteúdos nas aulas de dança criativa apresentaram diferenças significativas nos ganhos de aprendizagem na área disciplinar de Estudo do Meio, Português e Matemática, por comparação ao grupo controlo.
- 7) Mendes & Leandro (2017) apresentaram uma experiência educativa intergeracional e interdisciplinar, dinamizada no âmbito do projeto “InterAgir com a Diferença, em que se pretendia que esta abordagem tivesse um efeito positivo no desempenho escolar dos alunos e induzisse comportamentos positivos perante a condição de idoso. O estudo evidenciou que os benefícios destas práticas, não só reforçam a motivação e os resultados escolares, como também fomentam nos alunos atitudes e comportamentos positivos perante a velhice, reforçando o exercício da cidadania ativa.

Os trabalhos mencionados pretendem demonstrar a relevância da EF e de outras disciplinas enquanto promotora de projetos interdisciplinares, bem como valorizar a exploração de ambientes exteriores à sala de aula.

Os resultados sugerem que o recurso a Atividades de Exploração da Natureza de carácter interdisciplinar poderá configurar numa abordagem promissora e também evidenciam os benefícios das práticas interdisciplinares, reforçando a motivação e os resultados escolares.

1.4. A intensidade da atividade física nas aulas de Educação Física

American College of Sports Medicine (Patel et al., 2019) define como metas de atividade física (AF) diária para as crianças pelo menos 60 minutos/dia com intensidade moderada a vigorosa e de pelo menos três vezes por semana AF de intensidade vigorosa.

Também Cavill et al. (2001) recomendam atividade física moderada a vigorosa (AFMV) pelo menos uma hora diária e as crianças mais sedentárias, diariamente, pelo menos 30 minutos de AFMV.

Neste sentido, existem recomendações para aumentar os níveis de AF das crianças, em particular na escola e na EF (Magalhães et al., 2002).

As crianças devem manter-se fisicamente ativas, pelo menos, durante 50% do tempo da aula de EF (McKenzie et al., 1993; Thompson et al., 2013).

Verificam-se em muitos dos estudos realizados para avaliar a AF das crianças que geralmente, participam em poucos períodos de dez ou vinte minutos de AFMV (Biddle & Goudas, 1996; Cale & Almond, 1997; Sallis, 1987).

A AFMV desempenha uma função importante na manutenção da saúde. No seguimento das recomendações emanadas pela OMS em que alertam para a importância da prática de AF, torna-se importante a recolha de informações e a produção de instrumentos capazes de fornecer informações sobre a atividade física (Troiano, 2005).

A medição da AF tem melhorado ao longo do tempo, apresentando um vasto conjunto de métodos de recolha. O recurso a acelerómetros e à observação assumem-se como medidas válidas no que diz respeito à medição de atividade física (Pate, O'Neill & Mitchell, 2010) e é o método objetivo escolhido usado com maior frequência na medição da AF em crianças (Cooper et al., 2015).

Na medição da AF através do uso de acelerómetro, é recomendado o uso de acelerómetro entre 4 e 9 dias (Ward et al., 2005).

Os acelerómetros conseguem medir os níveis da AF desde o comportamento sedentário a níveis vigorosos, além de que também nos fornecem dados sobre frequência, intensidade, tipo e duração da AF (Broderick et al., 2014).

Os acelerómetros são cada vez mais utilizados em estudos, por se revelarem uma medida eficaz na medição dos níveis de AF em crianças e jovens (Trost et al., 2011).

Magalhães et al. (2002) analisaram o padrão de actividade física em 120 crianças de ambos os sexos do 4.º ano de escolaridade, tendo constatado que, mesmo nas aulas de EF, a AF caracterizou-se por ser de baixa intensidade, ou seja, cifrando-se abaixo dos 50% do tempo total da aula em AFMV. Os mesmos concluíram a inexistência de diferenças de intensidade da AF entre as aulas de EF e os momentos de atividade livre no recreio.

Aronsson et al. (2015) investigaram a diferença da porção de tempo que as crianças gastam em AF moderada e vigorosa em diferentes contextos – escola Natureza, escola Recreio, escola Sala de aula. O estudo teve a duração de 5 semanas e as crianças usaram acelerómetros. Os resultados mostraram que o contacto com o exterior aumentou os níveis de AF, o que indica possíveis resultados positivos a longo prazo em termos de saúde e ainda que os participantes do estudo foram significativamente mais ativos durante as sessões no outdoor comparativamente às aulas no interior.

Lopes et al. (2006) analisaram os efeitos de uma intervenção no recreio escolar nos níveis de AF em crianças. Participaram 158 crianças e a AF foi avaliada por acelerometria. Os dados mostram que as crianças entre os 6 e os 12 anos beneficiaram com a intervenção no recreio escolar, tornando-se mais ativas e evidenciando o valor do recreio como espaço privilegiado de promoção de hábitos de atividade física nas crianças.

Torna-se essencial desenvolver trabalhos nesta área, muito especialmente ao nível do 1º Ciclo do Ensino Básico, com base nas AE definidas para este nível de ensino.

CAPÍTULO II – METODOLOGIA

2. 1. Contextualização do estudo: problema e objetivos da investigação

Assiste-se a um decréscimo de tempo e espaço para a atividade física (OMS, 2021) em especial nos espaços exteriores (Neto, 2020), embora diversos autores descrevam os inúmeros benefícios do exterior no desenvolvimento das crianças (Barton et al., 2016; Fjørtoft, 2004).

Cabe à escola proporcionar aos alunos o desenvolvimento das suas capacidades psicomotoras fundamentais (DGE, 2018), tornando-a um espaço desafiante e motivador para as crianças. Adotar como prática de sala de aula o trabalho interdisciplinar tem-se revelado um “fator de sucesso educativo” (Teixeira, 2016, p. 32), uma vez que se apresenta como uma “estratégia motivadora, reflexiva, inclusiva, auxiliadora e reguladora das aprendizagens” (Oliveira, 2017, p. 50).

Os alunos que participaram nesta investigação tiveram contacto com o contexto Natureza desde o 1.º ano de escolaridade. Semanalmente, os alunos deslocaram-se a pé para uma floresta próxima à escola. Este contacto regular com o contexto Natureza permite que as crianças sejam capazes de ultrapassar desafios, se desenvolverem fisicamente, fazer descobertas, resolver problemas, desenvolver a criatividade, estimular a linguagem, estabelecer relações e trabalhar em equipa (Fjørtoft, 2004; Figueiredo, 2015; Barton et al., 2016). Aliado a este projeto que decorria no âmbito do Programa de Autonomia e Flexibilidade Curricular (PAFC), através de uma abordagem interdisciplinar, os conteúdos das diferentes disciplinas interligavam-se. Assim, como ponto de partida definimos a seguinte questão:

A relevância de diferentes contextos de prática (Escola, Natureza e interdisciplinar) nas aulas de EF do 1.º CEB.

A presente investigação propõe-se analisar a relevância diferentes contextos de prática (Escola e Natureza) no ensino da Educação Física e o valor educativo da interdisciplinaridade no 1.º CEB.

Deste modo, esta investigação pretende responder a três objetivos:

1) analisar a relevância dos contextos Escola e Natureza na prática da EF do 1.º CEB;

2) refletir sobre o papel da prática interdisciplinar entre a EF e as outras disciplinas na aprendizagem;

3) determinar a intensidade da atividade física nos contextos de prática de EF (Escola, Natureza, Escola Interdisciplinar e Natureza interdisciplinar).

2.2. Enquadramento metodológico

O estudo foi desenvolvido no ano letivo de 2021/2022, numa escola do 1.º CEB de Coimbra, iniciou a 9 de março e terminou no dia 1 de abril.

Tratou-se de uma investigação-ação de natureza interdisciplinar e passou pelas seguintes fases: planificação, ação e avaliação (Coutinho et al., 2009, p. 12). Estas fases desenvolvem-se de forma contínua, fazendo parte de um ciclo, que após reflexão desencadeia um novo ciclo.

A primeira fase decorreu desde a planificação anual, à escolha das obras literárias, bem como os planos de aula que compunham a Unidade de Ensino em que incidiu a investigação. Foi um trabalho que em concertação com os orientadores e seguindo o cronograma inicial, teve a duração de sete meses (desde julho de 2021 a janeiro de 2022). Passámos ao momento de análise dos planos de aula relativamente ao seu conteúdo por parte de um painel de especialistas.

Em fevereiro ultimaram-se os planos de aula tendo em conta as recomendações dos especialistas, bem como todos os materiais necessários à sua implementação.

A fase da ação ocorreu em março, onde, durante quatro semanas, foram dinamizados os planos de aula previamente elaborados. Os alunos tiveram três aulas de EF (tradicional e interdisciplinar) por semana, em diferentes contextos de prática, Escola e Natureza.

Nas semanas 3 e 4 da investigação (do dia 21 de março ao dia 1 de abril) foram utilizados acelerómetros para avaliar a intensidade da AF nas diferentes aulas de EF.

No mês de abril, logo na semana seguinte à intervenção, os alunos responderam às questões do guião através da técnica de *focus groups*.

2.3. Amostra

Participaram no estudo 20 alunos, 11 rapazes e 9 raparigas, com uma média de idades de 7,45 anos ($\pm 0,50$), de uma turma do 2.º ano de escolaridade.

2.4. Design da investigação-ação

O plano anual resultou de uma avaliação inicial da turma, articulando os conteúdos das Aprendizagens Essenciais (AE) propostas para o 2.º ano de escolaridade.

O *design* da investigação foi concertado entre a professora investigadora e orientadores, tendo em conta o horário semanal da turma, a variação dos dias da semana em que os alunos praticavam EF (dias alternados) e os contextos de realização (Escola e Natureza).

O estudo realizou-se durante o mês de março com três aulas de EF por semana nos diferentes contextos. Assim, o design da investigação-ação suportou-se na alternância dos contextos de prática, Natureza – Escola e aula tradicional versus aula interdisciplinar, como podemos observar na Figura 2.

Figura 2

Design da investigação-ação

1.ª semana	2.ª semana	3.ª semana	4.ª semana
1- Natureza 2- Escola 3- Natureza (interdisciplinar)	4- Escola 5- Natureza 6- Escola (interdisciplinar)	7- Natureza 8- Escola 9- Escola (interdisciplinar)	10- Escola 11- Natureza 12- Natureza (interdisciplinar)

Conforme foi dito anteriormente, os planos de aula foram revistos por um painel de três especialistas ligados à Educação, nomeadamente uma professora doutorada em Ciências

da Educação, uma professora do 1.º CEB com mestrado em supervisão pedagógica e um professor de EF no 1.º CEB.

Os planos foram enviados por correio eletrónico a 31 de janeiro de 2022 aos referidos especialistas, os quais analisaram e deram o seu feedback até 16 de fevereiro de 2022.

O painel de especialistas considerou que os planos atendiam ao propósito desta investigação, enaltecendo a sua adequabilidade e originalidade para o 2.º ano de escolaridade. Recomendou a leitura das partes da história que antecediam a aula interdisciplinar, no sentido de os alunos se situarem perante os exercícios propostos e também não descurar a grau de complexidade dos exercícios ao longo das semanas. As sugestões aos planos foram prontamente atendidas.

2.4.1. Plano anual

Tendo por base um marco agregador de todas as Unidades de Ensino (UE), decidiu-se atribuir a cada mês uma obra literária recomendada para o 2.º ano de escolaridade e partir da história interligar as diferentes disciplinas, como ilustrado na Figura 3.

Figura 3

Estrutura anual das Unidades de Ensino e as obras literárias recomendadas para o 2.º ano de escolaridade

Disciplina/	SET	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN
Domínios/Blocos	UE1	UE2	UE3	UE4	UE5	UE6	UE7	UE8	UE9	UE10
	Bichos, Bichinhos e bicharocos Sidónio Muralha	Quando eu nasci Isabel Minhós Martins	Contos Populares Portugueses "A Carochinha" Adolfo Coelho	A girafa que comia estrelas José Eduardo Agualusa	Ou isto ou aquilo Cecília Meireles	O elefante cor-de-rosa Luísa Dacosta	ARRUMADO Emily Gravett	Tépluqué Manuel António Pina	A menina Gotinha de Água Papiano Carlos	Grandes amigos Linda Sarah e Benji Davies
Perícias e Manipulações	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Deslocamentos e Equilíbrios	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Jogos	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Português										
Oralidade	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Leitura e Escrita							X	X		
Educação Literária	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Gramática	Alfabeto	Singular e plural	Sinais de pontuação	Sinónimos antónimos	Texto narrativo Diálogo	Ordem alfabética	Divisão silábica	Nomes Verbos	Texto informativo	Determinantes artigos
Matemática										
Números e Operações	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Geometria e Medida		X	X	X	X	X			X	X
Organização e Tratamento de Dados	X		X	X	X		X		X	X
Estudo do Meio										
Natureza	X	X	X	X	X		X	X	X	X
Sociedade	X	X	X	X	X		X	X	X	X
Tecnologia					X	X				X
Natureza/Sociedade/Tecnologia			X				X	X	X	X
Educação Artística										
Dança		X	X	X	X	X	X	X	X	X
Artes Visuais	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Musical	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Expressão Dramática/Teatro			X	X		X	X	X		X

De seguida procedeu-se à elaboração das planificações das várias disciplinas, tendo em conta os conteúdos das AE previstas para este ano letivo. Os temas foram trabalhados de forma interdisciplinar, interligando os interesses das crianças com os conteúdos curriculares.

2.4.2. Plano da Unidade de Ensino

A planificação da UE contemplou 12 aulas de EF de cariz tradicional e interdisciplinar. Deste modo, a turma vivenciou três sessões semanais de EF (duas tradicionais e uma interdisciplinar), com a duração de 45 minutos cada. Assim, os conteúdos da aula 1 eram replicados na aula 2 (variando os contextos e materiais) e a aula 3 era a aula interdisciplinar (abordando os mesmos conteúdos) da semana, a partir da obra literária “Arrumado” (Gravett, 2017) e que versava sobre as mesmas AE dinamizadas nas aulas anteriores.

Conforme exemplificado na Figura 4, podemos observar o esquema dos 12 planos de aula, divididos em quatro semanas com a esquematização das AE das disciplinas nas diferentes semanas da investigação e nos diversos contextos de prática (N- Natureza, E- Escola, N_I – Natureza Interdisciplinar e E_I- Escola Interdisciplinar).

Figura 4

Aprendizagens Essenciais das diferentes disciplinas

Aulas/ Contextos de prática	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Disciplinas/ Aprendizagens Essenciais	N	E	N_I	E	N	E_I	N	E	E_I	E	N	N_I
Educação Física (Perícias e Manipulações)												
LANÇAR para cima (no plano vertical) uma bola (grande) e RECEBÊ-LA com as duas mãos acima da cabeça (o mais alto possível) e perto do solo (o mais baixo possível)	x	x	x									
LANÇAR uma bola em precisão a um alvo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos				x	x	x				x	x	x
SALTAR à corda no lugar e em progressão, com coordenação global e fluidez de movimentos				x	x	x				x	x	x
SALTAR e TRANSPORTAR um objeto portátil num trajeto							x	x	x			
Educação Física (Deslocamentos e Equilíbrios)												
CORRER em diversas direções evitando alguns obstáculos	x	x	x							x	x	x
DESLOCAR-SE para a frente, para os lados e para trás sobre superfícies reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio	x	x	x				x	x	x			
TRANSPOR obstáculos sucessivos, em corrida, colocados a distâncias irregulares, sem acentuadas mudanças de velocidade	x	x	x	x	x	x						
Realizar SALTOS «de coelho» no solo, com amplitudes variadas, evitando o avanço dos ombros no momento do apoio das mãos				x	x	x						
SALTAR em comprimento, após corrida de balanço e chamada a um pé, com receção a pés juntos	x	x	x									
SUBIR E DESCER uma corda				x	x	x				x	x	x
DESLOCAR-SE para a frente em apoio unipedal							x	x	x	x	x	x
SALTAR em duplo apoio							x	x	x	x	x	x
Educação Física (Jogos)												
Jogos de cooperação	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Português (Oralidade, Educação literária, Gramática)												
Ouvir ler obras literárias			x			x			x			x
Dizer, de modo dramatizado, adivinhas, trava-linguas, lengalengas e poemas memorizados									x			
Classificar as palavras quanto ao número de sílabas									x			
Matemática (Números e Operações)												
Ler e representar números até 999 e identificar o valor posicional de um algarismo						x						
Reconhecer e utilizar diferentes representações para o mesmo número e relacioná-las						x						
Estudo do Meio (Natureza)												
Categorizar os Seres Vivos: semelhanças e diferenças observáveis: Revestimento, Alimentação, Locomoção, Reprodução			x			x			x			
Educação Artística (Dança)												
Recriar seqüências de movimentos	x	x	x	x	x				x			x
Construir, de forma individual e/ou em grupo, seqüências dançadas												
Educação Artística (Artes Visuais)												
Manifestar capacidades expressivas e criativas nas suas produções plásticas			x			x			x			x
Educação Artística (Expressão Dramática)												
Explorar as possibilidades motoras e expressivas do corpo em diferentes atividades...						x						
Cidadania e Desenvolvimento												
Manifestar atitudes positivas conducentes à preservação do ambiente próximo...												x
AVALIAÇÃO												

Avaliação para as aprendizagens

A Figura 4 mostra-nos que na EF, os Jogos são transversais a toda a unidade de ensino, estando presentes em todas as aulas. Enquanto que os Blocos de Deslocamentos e Equilíbrios e Perícias e Manipulações estão divididos pelas quatro semanas, aumentando o grau de complexidade. No Português, a história indutora esteve presente durante toda a intervenção e foram trabalhadas as AE que dizem respeito à divisão silábica e à sua classificação. Na Matemática, as operações estiveram presentes nas contagens dos elementos nos mais diversos jogos e no registo dos pontos numa das aulas. No Estudo do Meio, as classes dos animais, as suas características, bem como a preservação do meio ambiente também foram devidamente trabalhados nas aulas. Na Dança, a escolha de danças de roda e de jogos cantados foram transversais a todas as 4 semanas, nos diferentes contextos de prática (tradicional, Escola, Natureza). Nas Artes Visuais, construíram os animais presentes na história, bem como os materiais necessários à realização dos jogos. Na Expressão Dramática, os alunos tiveram de dramatizar os deslocamentos e os sons que os animais fazem. Na disciplina de Cidadania e Desenvolvimento, o cuidado com o espaço Natureza e também o conhecimento das diversas espécies de flora existentes no local, foi o mote para a plantação de novas árvores autóctones, embelezando ainda mais o espaço.

A história desta UE retrata um texugo adorável que aprende a gostar de viver na sua casa na floresta, mesmo que esteja desarrumada. Uma história que explica às crianças que se precisa da floresta e que todos são necessários para a ajudar a manter.





Como está ilustrado na Figura 5 podemos observar como foram divididas as partes “Arrumado”, “Ousado e organizado”, “Enganado” e “Ajudado” relativamente às aulas interdisciplinares. Também apresenta as 12 sessões de intervenção, bem como a sua calendarização ao longo do mês e os contextos onde ocorreram as aulas.

A primeira semana atribui-se o adjetivo “Arrumado”, em que o texugo limpa a floresta. Na segunda semana “Ousado e organizado”, o texugo Pedro continua a limpar a floresta e como as folhas continuam a deixar cair as suas folhas, ele decide arrancar as árvores e cimentar todo o chão, esquecendo-se que a sua casa ficou soterrada. Na terceira semana, “Enganado”, o Pedro percebe que se equivocou e a floresta é rica com as mais variadas espécies de plantas e animais e com a ajuda deles parte todo o cimento. Na quarta

semana, “Ajudado”, torna-se possível voltar a ter a floresta limpa, com alguns cuidados e acima de tudo desfrutando da companhia dos seus amigos.

Figura 5

Design da Unidade de Ensino de março

março de 2022		1.ª semana	2.ª semana	3.ª semana	4.ª semana
	"Arrumado"	1- dia 9 - Natureza 2- dia 10 - Escola 3- dia 11 - Natureza (interdisciplinar)			
	"Ousado e organizado"		4- dia 14 - Escola 5- dia 16 - Natureza 6- dia 18 - Escola (interdisciplinar)		
	"Enganado"			7- dia 21 - Natureza 8- dia 24 - Escola 9- dia 25 - Escola (interdisciplinar)	
	"Ajudado"				10- dia 30 - Escola 11- dia 31 - Natureza 12- dia 1/04 - Natureza (interdisciplinar)



Emily Gravett

2.4.3 Plano de Intervenção e procedimentos adotados

Para melhor compreensão do design da investigação, selecionámos 4 planos de aula para serem apresentados de uma forma mais detalhada. Estes planos como pertencem a semanas e a contextos de prática diferentes, permite-nos apreciar sobre a adequabilidade dos conteúdos/ exercícios trabalhados nas diferentes aulas, Aula 1 – Contexto Natureza, Aula 4 – Contexto Escola, Aula 9- Contexto Escola Interdisciplinar e Aula 12 – Contexto Natureza Interdisciplinar. Contudo, todos os planos de aula são passíveis de consulta (ver Apêndices 2 a 13). Os planos de aula respeitaram a mesma estrutura ao longo das diversas EU, contemplando com uma Parte Inicial da Aula com a duração de cerca de oito a dez minutos com a realização de jogos de cooperação; a Parte Fundamental com a duração de trinta minutos e que englobou o trabalho por estações e/ou tarefas com os exercícios e a Parte Final da aula privilegiou os Jogos Cantados e Danças Criativas com a duração de cinco a sete minutos.

Para todas as aulas de EF, a professora adotou as seguintes rotinas de instrução, gestão/organização e clima de aula, tendo em conta as recomendações de Carreiro da Costa e Valeiro (2005) e de Siendentop (2005). Assim, a professora deu instruções de forma breve e sucinta durante todas as aulas e, na sequência das tarefas, procurou sempre que os alunos mantivessem a atenção na realização das mesmas; exemplificou ou solicitou a um aluno para demonstrar o exercício aos seus pares; posicionou-se de modo a ter um controlo visual de toda a turma; teve o cuidado de procurar reduzir o tempo de espera e de transição entre os exercícios de forma a maximizar o tempo útil de prática.

No mesmo sentido, os exercícios nas diferentes partes dos planos de aula foram organizados por estações, estafetas ou percurso; os alunos foram divididos em pequenos grupos e/ou pares para evitar tempos de espera na realização dos exercícios; houve um diálogo com os alunos no sentido de criar um clima facilitador de aprendizagem; incentivou-se a prática colaborativa entre os alunos na execução das tarefas propostas.

O plano de aula 1 ocorreu no contexto Natureza, em que foram trabalhados conteúdos da EF, Deslocamentos e Equilíbrios, Perícias e Manipulações, Jogos e também da Educação Artística, a Dança. Conforme exemplificado na Figura 6, estão descritos os conteúdos, objetivos da aula e os recursos.

Figura 6

Conteúdos e objetivos do plano de aula 1

Aula N.º 1	Local Natureza	Dia: 9 março de 2022 1.ª semana	Hora: 9:30-10:15
População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)			

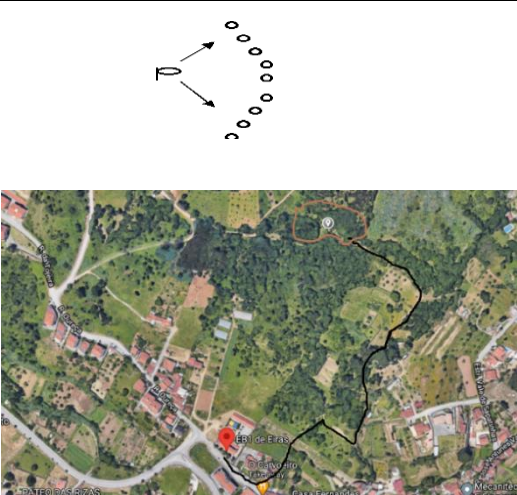
<p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; marcha em superfícies reduzidas; salto em comprimento; salto na vertical; salto sobre um obstáculo; salto em duplo apoio; transposição de obstáculos;</p> <p>Perícias e Manipulações Lançamento por cima de um objeto e receção;</p> <p>Jogos Jogo de cooperação (apanhar pinhas, bugalhos e bolotas em grupos); jogo da mosca</p> <p>Educação Artística:</p> <p>Dança Jogo cantado "Lá vai uma, lá vão duas"</p>
<p>Objetivos da aula</p> <p>O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Correr em diversas direções evitando alguns obstáculos naturais (corrida na mata); Deslocar-se para a frente, para os lados e à retaguarda sobre superfícies reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio; Transpor obstáculos sucessivos, em corrida, colocados em distâncias irregulares, sem acentuadas mudanças de velocidade; Saltar em comprimento com receção em dois apoios; Saltar na vertical para tocar num objeto suspenso com receção equilibrada;</p> <p>Perícias e Manipulações Lançar para cima e posterior receção com as duas mãos por um outro aluno;</p> <p>Jogos Descobrir e recolher objetos (pinhas) para um local previamente definido e o mais rapidamente possível;</p> <p>Educação Artística:</p> <p>Dança Adequar movimentos do corpo às estruturas rítmicas marcadas pela canção do jogo cantado;</p>
<p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional</p> <p>Recursos materiais: 100 m de sisal, cronómetro</p> <p>Recursos naturais: ramos de árvores, pinhas, bugalhos, bolotas, árvores, troncos de árvores, pedra</p>

Na parte inicial da aula estão descritas as tarefas. Os alunos deslocaram-se previamente da escola para a mata (contexto Natureza) próxima à escola, onde ocorreu a aula de EF.

Os alunos, através de um jogo “Floresta Limpa”, procederam à recolha dos elementos naturais dispostos na floresta, conforme está descrito na Figura 7.

Figura 7

Parte inicial do plano de aula 1

Tempo		Organização	Tarefas/Situações de aprendizagem
T	P		
Inicial			
15'	15'		<p>Os alunos deslocam-se a pé para a mata/floresta próxima da escola.</p> <p>Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações. A professora organiza a classe em 5 grupos de 4 elementos e atribui a cada grupo um número (de 1 a 5).</p> <p>Tarefa 1: a professora explica o jogo “Floresta limpa”, em que os grupos têm de procurar no espaço delimitado o maior número possível de pinhas, bugalhos e bolotas e colocar no espaço reservado para esse efeito (dentro de um círculo de sisal) durante 4 minutos.</p> <p>Tarefa 2: os alunos fazem a contagem dos elementos recolhidos. A professora dá o feedback e agradece o empenho de todos. No final, os alunos levam os materiais para o local indicado pela professora e voltam para o semicírculo.</p>
	2'		
	4'		
	4'		
10'			

Na tarefa 1 é possível observar os alunos, em grupo, a correr e recolher os materiais naturais para o local indicado (Vd. Figura 8). Depois os alunos procederam à contagem dos elementos recolhidos, que corresponde à Tarefa 2, como é aliás visível na Figura 9.

Figura 8

Tarefa 1 da aula 1



Figura 9

Tarefa 2 da aula 1





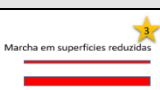
Após o material arrumado, procedeu-se à explicação e exemplificação dos exercícios da parte fundamental da aula pela professora.

A parte fundamental desta aula estava dividida por estações, cada uma delas com exercícios diferentes. A estação 1, os alunos lançaram uma pinha, na 2 realizaram o salto horizontal com o Jogo da Mosca, na 3 caminharam em superfícies reduzidas utilizando os troncos das árvores, na 4 transpuseram a teia construída e na 5 saltaram em altura para tocar num objeto (Vd. Figura 10).

No plano também estão descritos os critérios de eficácia, por nível de desempenho, para cada exercício.

Figura 10

Parte Fundamental do Plano de Aula 1

Tempo		Organização	Tarefas/Situações de aprendizagem
T	P		
FUNDA MENTAL			
	3'	 <p>Transposição de obstáculos</p>	<p>Cada estação está representada por um número de 1 a 5.</p> <p>A professora explica o que cada grupo faz em cada estação, enquanto exemplifica.</p> <p>Os grupos são distribuídos pelas estações e ao sinal da professora iniciam os exercícios.</p> <p>A cada 4min os grupos rodam de estação (em cada estação deverão repetir o exercício até terminar o tempo definido). Deverão aguardar pelo sinal da professora para rodar.</p> <p>Estação 1</p> <p>Os alunos, organizados por pares, lançam por cima de um tronco de uma árvore uma pinha, um lança a pinha e o outro recebe e depois trocam de funções. Repetem o exercício durante o tempo de permanência na estação.</p> <p>Critério de eficácia: lançar por cima do ramo e receber a pinha.</p> <p>Nível avançado: lançar e receber a pinha a uma distância de 5 metros; Nível intermédio: lançar e receber a pinha a uma distância de 3 metros.</p> <p>Estação 2</p> <p>Os alunos realizam o jogo da mosca.</p> <p>Os alunos colocam-se em fila e definem qual será a “mosca”, o último aluno que tem a função de aumentar a distância das pedras com passos maiores.</p> <p>Colocam-se as pedras à distância de um pé entre si e todos os alunos têm que saltar sem tocar nelas.</p> <p>Quando, por último, salta a mosca, aumenta a distância da última pedra com o seu passo. No lugar onde o último pé da mosca toca no chão, coloca-se então a pedra e o jogo reinicia depois do lado onde se aumentou a distância. A distância das pedras vai aumentando e perde quem não conseguir saltar a mesma distância que a mosca.</p> <p>Critério de eficácia: saltar o mais longe possível.</p> <p>Estação 3</p> <p>Os alunos caminham sobre uma superfície reduzida (tronco no chão) e voltam deslocando-se lateralmente sobre o tronco.</p> <p>Critério de eficácia: deslocar-se sobre um tronco sem se desequilibrar.</p>
	13'	 <p>Salto em altura 1,60m 1,40m</p> <p>Salto horizontal</p> <p>Lançamento de uma bola</p>	
	23'	 <p>Marcha em superfícies reduzidas</p>	

36		<p>Nível avançado: o aluno caminha num tronco com menor diâmetro; Nível intermédio: o aluno caminha num tronco com maior diâmetro.</p> <p>Estação 4 Cada aluno transpõe os obstáculos da floresta (teia construída) no espaço previamente delimitado. Quando terminar inicia o seu colega. Devem realizar o exercício todos os elementos do grupo, tentando não tocar na teia. Critério de eficácia: o aluno transpõe a teia sem tocar no sisal.</p> <p>Nível avançado: o aluno transpõe a teia; Nível intermédio: o aluno transpõe a teia com malha maior (buracos com diâmetro com cerca de 60 cm).</p> <p>Estação 5 Os alunos saltam para tocar num ramo de árvore com receção equilibrada no solo. Critério de eficácia: saltar na vertical e tocar no ramo. Nível avançado: o aluno toca no ramo a 1,60 m; Nível intermédio: o aluno toca no ramo a 1,40 m.</p>
----	--	---

Os alunos procederam à realização das diferentes ações motoras (estações). Como ilustrado na Tarefa 4 que corresponde à Figura 11, os alunos transpuseram uma teia de sisal e na Tarefa 5, como é visível na Figura 12, os alunos saltaram em altura tentando alcançar o objeto colocado a diferentes alturas.

Houve tempo para os alunos repetirem os exercícios em cada estação, o que permitiu um maior desafio por parte dos alunos.

Figura 11

Estação 4 da aula 1



Figura 12

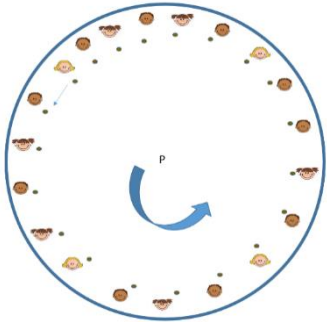
Estação 5 da aula 1



Na parte final da aula, a professora explicou e ensinou o Jogo Cantado “Lá vai uma, lá vão duas ...” (Fernandes, s.d), em que os alunos usaram material natural - uma pinha (Vd. Figura 13).

Figura 13

Parte Final do Plano de Aula 1

Tempo		Organização	Tarefas/Situações de aprendizagem
T	P		
FINAL			
	5'	Roda simples concêntrica 	A professora ensina o jogo cantado verso a verso e os alunos repetem para memorização. “Lá vai uma, Lá vão duas, três pombinhas a voar, Uma é minha, Outra é tua, Outra é de quem a apanhar.” Todos juntos, com uma pinha segura na mão direita, sentados no chão, vão repetir o jogo cantado realizando um movimento sincronizado entre todos. “Lá vai uma,” – quando dizem “uma”, todos passam a pinha para o colega do lado direito; “Lá vão duas” – quando dizem “duas”, passam a pinha que receberam do colega do lado esquerdo para o lado direito; “Três pombinhas a voar,” quando dizem estas palavras, passam a pinha para o colega do lado direito; “Uma é minha,” – todos passam a pinha para o colega do lado direito; “Outra é tua” – quando dizem tua, passam a pinha que receberam do colega do lado esquerdo para o lado direito; “Outra é de quem a apanhar,” quando dizem estas palavras, passam a pinha para o colega do lado direito;
45	4'	Na sala de aula os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.	A professora dá o feedback da aula e faz uma avaliação do desempenho dos alunos na aula.

Os alunos dispostos em círculo, receberam uma pinha recolhida na tarefa 1 da parte inicial da aula e fazem o jogo cantado (Vd. Figura 14).

Figura 14

Jogo cantado da aula 1



A aula 2 foi semelhante à aula 1, apenas mudou o contexto de prática, na Escola com materiais de EF, passível de ser consultado no Apêndice 3.

Na aula 3, em contexto interdisciplinar Natureza, os alunos articularam os conteúdos das diferentes disciplinas no âmbito da história “Arrumado”, nomeadamente a classe dos animais, as contagens, os jogos cantados e a dança de roda além das produções plásticas na elaboração dos animais presentes na história (texugo, raposa, cobra, ouriço e pássaro-pardal).

Conforme foi descrito anteriormente, apresentamos o plano de aula 4, que ocorreu no contexto Escola, em que foram trabalhados conteúdos da EF, Deslocamentos e Equilíbrios, Perícias e Manipulações, Jogos e também da Educação Artística, a Dança.

Na Figura 15, estão descritos os conteúdos, objetivos da aula e os recursos.

Figura 15

Conteúdos e objetivos do plano de aula 4

Aula N.º 4	Local Escola	Dia: 14 de março de 2022 2.ª semana	Hora: 9:30-10:15
----------------------	------------------------	---	-------------------------

<p>População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)</p> <p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; salto em apoio unipedal; salto sobre um obstáculo; salto em duplo apoio; transposição de obstáculos; rolamento longitudinal;</p> <p>Perícias e Manipulações Lançamento de bola com precisão;</p> <p>Jogos Jogo de cooperação: corrida de estafeta; “Agarra o lenço”</p> <p>Educação Artística:</p> <p>Dança Jogo cantado “Lencinho”</p>
<p>Objetivos da aula</p> <p>O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Transpor obstáculos sucessivos, sem acentuadas mudanças de velocidade; Realizar saltos de coelho no solo, com amplitudes variadas, evitando o avanço dos ombros no momento do apoio das mãos; Subir e descer uma corda suspensa;</p> <p>Perícias e Manipulações Lançar uma bola em precisão a um alvo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; Saltar à corda no lugar com coordenação global e fluidez de movimentos;</p> <p>Jogos Cooperar com os seus pares e alcançar o objetivo de cada jogo;</p> <p>Educação Artística:</p> <p>Dança Adequar movimentos do corpo com estruturas rítmicas marcadas pelo jogo cantado;</p>
<p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional</p> <p>Recursos materiais: 5 cordas, 5 cordas com 5m, 10 pneus, 5 bolas, cronómetro, 1 arco, fita adesiva de 2 cores, 5 folhas A3 coloridas</p>

Na parte inicial da aula estão descritas as tarefas, na Tarefa 1 os alunos realizaram um jogo com diversas ações motoras. Na Tarefa 2, os alunos tiveram de apanhar o lenço pertencente aos outros grupos (Vd. Figura 16).

Figura 16

Parte inicial do plano de aula 4

Tempo		Organização	Tarefas/ Situações de aprendizagem
T	P		
Inicial			
3'			<p>Os alunos posicionam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações: a professora apresenta os grupos de trabalho para a aula, formando 5 grupos de 4 elementos.</p> <p>Tarefa 1: A professora explica o jogo a realizar. Os alunos realizam um jogo de corrida de estafetas, posicionando-se atrás de uma marcação. Depois o primeiro da coluna de cada grupo move-se o mais rápido possível, numa distância de 10 metros e regressa para junto da sua equipa. Os alunos movem-se de acordo com as indicações da professora (corrida; salto de coelho; rolamento longitudinal no colchão e salto unipedal), cada equipa escolhe a ordem da equipa para realizar a corrida de estafetas, tendo em conta o exercício. Ganha a equipa/grupo que primeiro conseguir concluir todas as distâncias.</p>
5'			
1'			<p>Tarefa 2: Os alunos mantêm os grupos já formados, realizam o jogo "Apanha o lenço". Em cada uma das equipas/grupos, as crianças devem estar em coluna e a segurar os ombros do colega que está à sua frente. O último jogador enfia um lenço/corda no bolso de trás. O primeiro jogador será a cabeça do grupo e vai tentar conduzir a sua equipa até à cauda da equipa adversária para arrancar o lenço do bolso. Ganha a equipa/grupo que tiver em sua posse mais lenços.</p>
3"			
12'			

Os alunos realizaram a Tarefa 1, estando já dispostos nos grupos, como ilustrado na Figura 17 e depois realizaram a Tarefa 2, em que nos mesmos grupos os alunos tentaram apanhar o lenço dos outros grupos, como está perceptível na Figura 18.

Figura 17

Tarefa 1 - Jogo de estafetas



Figura 18

Tarefa 2 - Jogo “Apanha o lenço”



A parte fundamental estava dividida por exercícios, cada um deles com tarefas diferentes. O exercício 1, os alunos subiram a uma corda suspensa, no 2 saltaram à corda, no 3 transpuseram obstáculos, no 4 realizaram saltos de coelho e no 5 lançaram a bola a uma marca, conforme descrito na Figura 19.

No plano também estão igualmente descritos os critérios de eficácia, por nível de desempenho, para cada exercício.

Após o material colocado nas estações com a ajuda dos alunos, procedeu-se à explicação e exemplificação dos exercícios da parte fundamental da aula.

Figura 19

Plano Parte Fundamental do Plano de Aula 4

Tempo		Organização	Tarefas/ Situações de aprendizagem	
T	P			
FUNDA MENTAL			<p>Mantendo os grupos, estes colocam-se à mesma distância e ao sinal da professora os primeiros 4 elementos iniciam o exercício 1. Depois de fazerem passam ao exercício 2 e assim sucessivamente. O aluno quando vê o seu colega a chegar ao exercício 2, inicia o exercício 1. O aluno não poderá seguir para o próximo exercício se o seu colega ainda lá estiver, aguardando no mesmo exercício.</p> <p>Repetem 3 vezes todos os elementos do grupo. Ganha a equipa/grupo que terminar em primeiro todos os exercícios o número de repetições pedidas.</p> <p>Exercício 1 Cada aluno sobe uma corda suspensa e toca num dos nós (diferentes cores para diferentes alturas). Critério de eficácia: subir o mais alto possível e descer de forma equilibrada a corda alternando a ação das mãos e membros inferiores. Nível avançado: o aluno sobe até ao terceiro nó a 1,50m; Nível intermédio: o aluno sobe até ao primeiro nó/cor.</p> <p>Exercício 2 Cada aluno salta 5 vezes à corda nas marcas no chão (em apoio unipedal ou em duplo apoio). Cada aluno tem 3 tentativas. Critério de eficácia: saltar 5 vezes à corda sem interrupções. Nível avançado: o aluno salta 5 vezes sem interrupções; Nível intermédio: o aluno salta 2 vezes sem interrupções e, se necessitar, com um ressalto prévio.</p> <p>Exercício 3 Cada aluno transpõe os obstáculos (10 pneus), num percurso com cerca de 1,5m em que terão de saltar em duplo apoio. Critério de eficácia: concluir o trajeto mantendo o equilíbrio. Nível avançado: o aluno faz o percurso mantendo o equilíbrio saltando em duplo apoio; Nível intermédio: o aluno faz o percurso saltando alternadamente.</p> <p>Exercício 4 Cada aluno realiza saltos de coelho numa distância de 5 metros. Critério de eficácia: concluir o caminho com saltos de coelho.</p>	
	3'			
	20'			

35'		<p>Nível avançado: o aluno conclui o caminho de 5 m com saltos de coelho. Nível intermédio: o aluno realiza os saltos de coelho numa distância menor.</p> <p>Exercício 5 Cada aluno lança a bola a uma marca na parede e recebe a bola a uma distância de 4 metros. O aluno tem 2 tentativas. Critério de eficácia: acertar com a bola na marca delimitada e receber a bola. Nível avançado: o aluno acerta na marca a uma distância de 4 m e recebe-a após o ressalto na parede; Nível intermédio: o aluno acerta na marca a uma distância de 3m e recebe-a após o ressalto na parede.</p>
-----	--	---

No exercício 1, os alunos tinham de subir uma corda suspensa e tocar num dos nós (nível de eficácia). Quanto ao exercício 2, os alunos exercitaram o salto à corda. No exercício 3, os alunos transpuseram os pneus em duplo apoio. Relativamente ao exercício 4, os alunos realizaram os saltos de coelho. No exercício 5 os alunos tinham de lançar a bola a uma marca na parede e realizar a sua receção.

Os alunos divididos em grupos, procederam à realização das diferentes ações motoras nos exercícios, como ilustrado na Figura 20 e na Figura 21.

Figura 20

Exercício 1 da aula 4



Figura 21

Exercício 5 da aula 4



Na parte final da aula, a professora explicou e ensinou o Jogo Cantado “Lencinho”, em que os alunos usaram o lenço da Tarefa 2 da parte inicial da aula (Vd. Figura 22).

Na parte final da aula, a professora explicou o Jogo Cantado “Lencinho”. Os alunos ouviram atentamente a explicação das regras, bem como da estrofe cantada repetidamente (Vd. Figura 23)

Figura 23

Jogo cantado da aula 4



A aula 5 foi semelhante à aula 4, apenas mudou o contexto de prática, na Natureza com materiais naturais, passível de ser consultado o Apêndice 6.

Na aula interdisciplinar 6, os alunos continuaram subordinados à história, nesta semana versou sobre a parte “Ousado”, os vários exercícios propostos estavam ligados à mudança da floresta, às características dos animais e à criação do animal.

O plano de aula 7 ocorreu na Natureza, os alunos realizaram vários jogos e exercícios nas diferentes estações. Na parte final da aula, os alunos aprenderam a dança de Roda “Indo eu, indo eu,”, conforme está no Apêndice 8.

A aula 8 foi semelhante à aula 7, apenas mudou o contexto de prática, na Escola, como podemos consultar o Apêndice 9.

Apresentam-se, de seguida, dois planos de aula interdisciplinares, 9 e 12, nos dois diferentes contextos, a aula 9 ocorreu na Escola e a aula 12 no contexto Natureza.

A aula 9 ocorreu na escola, é uma aula interdisciplinar, os conteúdos interligam-se com a história, o texugo “percebe” que estava “Enganado”, e partir daí praticaram adivinhas com animais, classificação silábica e as características dos animais, conforme exemplificado na Figura 24.

Figura 24

Objetivos e Conteúdos do plano de Aula 9


Aula N.º 9	Local Escola (interdisciplinar)	Dia: 25 de março de 2022 3.ª semana	Hora: 9:30 – 10:15
<p>População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)</p> <p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Apoio unipedal (pé-coxinho); marcha em superfícies reduzidas; marcha com os pés atados; salto em duplo apoio; corrida.</p> <p>Perícias e Manipulações Transporte de objeto portátil;</p> <p>Jogos Jogos de cooperação: “Jogo das palavras”;</p> <p>Artes Visuais Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas;</p> <p>Estudo do Meio Seres vivos: semelhanças e diferenças observáveis;</p> <p>Português Adivinhas com animais; Classificação silábica</p> <p>Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Deslocar-se para a frente em apoio unipedal; Caminhar à frente e à retaguarda sobre uma superfície reduzida (muro); Caminhar à frente num percurso com um dos pés atados (ao colega);</p> <p>Perícias e Manipulações Transportar um objeto portátil num trajeto;</p> <p>Jogos Saltar em duplo apoio e percorrer um percurso; Caminhar com um colega segurando um objeto apenas com uma parte do corpo;</p> <p>Educação Artística Artes Visuais Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas;</p> <p>Estudo do Meio Categorizar os seres vivos de acordo com semelhanças e diferenças observáveis (animais, tipos de: revestimento, locomoção)</p> <p>Português: Dizer, de modo dramatizado, adivinhas, trava-línguas, lengalengas e poemas memorizados; Classificar as palavras quanto ao número de sílabas;</p> <p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional Recursos materiais: 2 rolos de fita cola de papel/pintura (sinalização da partida/chegada dos trajetos); fita cola dupla face; 3 cordas ou fitas para atar os pés; 2 vendas; 10 cartões com as adivinhas; 2 pedaços de esferovite; cartaz; 20 cartões – 4 de cada cor (nomes de animais); 1 arco; utensílios de cozinha (tachos, panelas, taças)</p>			

A professora colocou os acelerómetros na sala de aula e posteriormente os alunos deslocaram-se para o campo da escola.

Nesta aula interdisciplinar, os alunos divididos em grupos, realizaram um jogo, em que tiveram de classificar uma palavra quanto ao número de sílabas (Vd. Figura 25)

Figura 25

Parte inicial do plano de aula 9

Tempo		Organização	Tarefas/Situações de aprendizagem																												
T	P																														
Inicial																															
3'		Os alunos escutaram parte da história "Enganado" na sala de aula.	<p>Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações: a professora apresenta os grupos de trabalho para a aula, formando 5 grupos de 4 elementos.</p> <p>Tarefa 1: A professora explica o "Jogo das palavras": os alunos colocam-se em coluna atrás dos animais previamente construídos na sala de aula. Depois cada aluno tira uma palavra (nome do animal), lê em voz alta, dá os passos mediante o número de sílabas e vai a correr e colocar no local correto (monossílabo, dissílabo, trissílabo, polissílabo) – CARTAZ (apêndice). Repetem todos os elementos do grupo até esgotarem as palavras.</p> <p>Cada grupo tem cartões com uma cor associada para que no final vejamos as palavras colocadas corretamente em cada local (ver esquema).</p> <p>Ganha a equipa/grupo que primeiro conseguir concluir as palavras.</p>																												
7'		 <p>Palavras: nomes de animais</p> <p>CARTAZ</p> <table border="1" data-bbox="435 1507 924 1731"> <thead> <tr> <th colspan="4">Classificação quanto ao número de sílabas</th> </tr> <tr> <th>MONOSSÍLABO</th> <th>DISSÍLABO</th> <th>TRISSÍLABO</th> <th>POLISSÍLABO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>		Classificação quanto ao número de sílabas				MONOSSÍLABO	DISSÍLABO	TRISSÍLABO	POLISSÍLABO																				
Classificação quanto ao número de sílabas																															
MONOSSÍLABO	DISSÍLABO	TRISSÍLABO	POLISSÍLABO																												
10'																															

Os alunos divididos em grupos ficaram prontos para iniciar o jogo, estando colocados atrás de cada animal construído por cada grupo (Vd. Figura 26).

Figura 26

Tarefa 1 da aula 9



Conforme é ilustrado Figura 27, os alunos retiravam um papel, contavam as sílabas e davam os passos correspondentes e depois colavam no cartaz disposto a uma determinada distância.

Figura 27


Cartaz da classificação do número de sílabas



Após a análise do cartaz, os alunos verificaram se todas as palavras foram classificadas corretamente quanto ao número de sílabas. Conforme descrito na Figura 28, os alunos auxiliaram a professora na distribuição dos materiais pelas estações que compuseram a parte fundamental da aula.

Figura 28

Parte fundamental do Plano de Aula 9

Tempo		Organização	Tarefas/Situações de aprendizagem
T	P		
FUNDA MENTAL			
12'	2'	<p>Depois da visualização da parte da história, os grupos são chamados a participar ativamente na aula. Com os grupos já formados, desenharam/pintam/criam no campo da escola elementos que os remetam para a história. Além de pensarem nos elementos para a realização dos exercícios, podem também sugerir exercícios.</p> 	<p>Cada estação está representada por um número de 1 a 5. A professora explica o que cada grupo faz em cada estação, enquanto exemplifica. Os grupos são distribuídos pelas estações e ao sinal da professora iniciam os exercícios. A cada 4min os grupos rodam de estação (em cada estação deverão repetir o exercício até terminar o tempo definido). Deverão aguardar pelo sinal da professora para rodar.</p> <p>Estação 1 - Salto com pedra Um aluno, de cada vez, transporta (ida e volta) um pedaço de esferovite (imitando o cimento) entre as pernas, saltando em duplo apoio, numa distância 5 metros. Critério de eficácia: cumprir o trajeto com saltos sucessivos, sem deixar cair o pedaço de esferovite. Nível avançado: o aluno cumpre o trajeto saltando em duplo apoio sem deixar cair o pedaço de esferovite; Nível intermédio: o aluno cumpre o trajeto sem deixar cair o pedaço de esferovite, sem saltar.</p> <p>Estação 2- Muro Um aluno de cada vez caminha no muro (imitando a floresta organizada – chão com cimento) do campo à frente e à retaguarda. Critério de eficácia: deslocar-se no muro sem se desequilibrar! Nível avançado: o aluno desloca-se no muro em equilíbrio à frente e à retaguarda; Nível intermédio: o aluno desloca-se no muro em equilíbrio apenas à frente.</p>
	23'		

35'		<p>Estação 3 - Arrumação da louça Os alunos (a pares) transportam utensílios de cozinha (tachos, taças) numa distância de 4 metros, segurando o objeto com uma parte do corpo (ombro, depois cabeça e por fim braço) colocando o objeto num arco. Critério de eficácia: concluir o trajeto sem deixar cair o objeto no solo. Nível avançado: o aluno conclui o trajeto sem deixar cair o objeto; Nível intermédio: o aluno conclui o trajeto sem deixar cair o objeto com a ajuda das mãos.</p> <p>Estação 4 - Escuro Os alunos (a pares) atam com uma corda o pé esquerdo de um com o pé direito do outro, virados para a frente, realizam um percurso de 3 metros o mais rápido possível, um dos alunos com olhos vendados. Critério de eficácia: concluir o trajeto mantendo o equilíbrio e a cooperação entre eles sem cair no solo. Nível avançado: os alunos completam o trajeto mantendo o equilíbrio; Nível intermédio: os alunos completam o trajeto desequilibrando-se ou caindo.</p> <p>Estação 5 – Salto para a betoneira Um aluno de cada vez realiza um trajeto de 5 metros em apoio unipedal (ida e volta), imitando o texugo pensativo quando saltou para dentro da betoneira. Critério de eficácia: concluir o trajeto, mantendo o equilíbrio, ou seja, sem se apoiar no solo com o pé contrário. Nível avançado: o aluno conclui o trajeto em equilíbrio; Nível intermédio: o aluno conclui o trajeto, alternando o pé.</p>
-----	--	---

Posteriormente, os alunos, divididos em grupos, procederam à realização das diferentes ações motoras nas estações, em que os alunos transportaram um objeto entre as pernas numa determinada distância, imitando o texugo quando saltou com o cimento (Vd. Figura 29). Na Figura 30 e à semelhança como ficou o texugo, sem acesso à sua casa quando cimentou toda a floresta, os alunos com os olhos vendados, a pares, tiveram de realizar um trajeto.

Figura 29

Estação 1 da aula 9



Figura 30

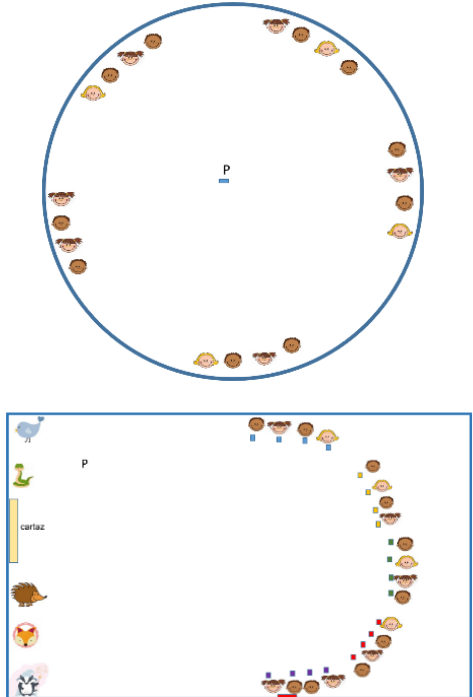
Estação 4 da aula 9



A Figura 31 ilustra a Parte Final do Plano de Aula 9, em que os alunos realizaram duas tarefas.

Figura 31

Parte Final do Plano de Aula 9

Tempo		Organização	Tarefas/Situações de aprendizagem	
T	P			
FINAL		 <p>Na sala de aula, os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.</p>	<p>Os alunos dispõem-se em semicírculo, mantendo os grupos.</p> <p>Tarefa 1: A professora explica a próxima tarefa “Adivinhas com animais”.</p> <p>No centro da roda, estão cartões com adivinhas. Cada equipa tem a oportunidade de tirar um cartão com a adivinha; um elemento da equipa tira o cartão e lê. A sua equipa deverá responder. Se não souber a resposta, outra equipa pode responder. Cada equipa repete duas vezes.</p> <p>Tarefa 2: A professora distribui novamente os cartões coloridos da parte inicial da aula aos alunos/grupos.</p> <p>Depois em semicírculo virados para o cartaz (da aula 6) na parede do campo, um aluno de cada vez, diz o animal que consta no seu cartão e a que classe pretende e desloca-se até ao cartaz e cola na coluna correspondente.</p>	
	4'			
39'	6'			
45'			A professora dá o feedback da aula.	

Nesta parte final da aula, os alunos, dispostos em círculo, realizaram a Tarefa 1 da aula 9- Adivinhas com animais (Vd. Figura 32).

Figura 32

Tarefa 1 da aula 9- Adivinhas com animais



Posteriormente, os alunos com os cartões usados na aula 6, procederam à classificação dos animais quanto à classe a que pertencem, tendo em conta os seus conhecimentos e os conteúdos trabalhados ao longo do projeto (Vd. Figura 33)

Figura 33

Tarefa 2 da aula 9 – Classes dos animais



Na última semana da investigação, a aula 10 ocorreu na Escola. Na parte final da aula, os alunos aprenderam a Dança de Roda “Caranguejo não é peixe”, conforme está no Apêndice 11.

A aula 11 foi semelhante à aula 10, apenas mudou o contexto de prática, na Natureza, privilegiando os materiais naturais, como podemos observar no Apêndice 12.

O plano de aula 12 aconteceu no contexto interdisciplinar Natureza, ligado à última parte da história, “Ajudado”. Nesta aula, os alunos trabalharam a pares e ajudaram-se durante toda a aula, assim como fizeram os animais. A professora voltou a colocar os acelerómetros aos alunos, na sala de aula, depois dirigiram-se a pé para a mata (contexto Natureza) onde a aula aconteceu, conforme exemplificado na Figura 34.

Figura 34

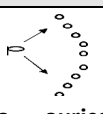
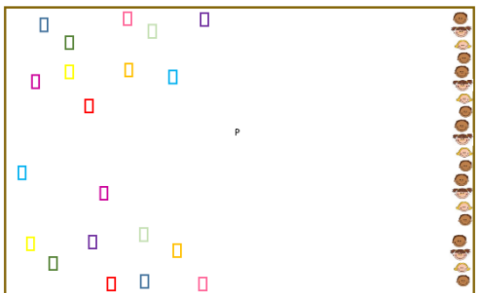
Conteúdos e Objetivos do plano de Aula 12

Aula N.º 12	Local Natureza (interdisciplinar)	Dia: 1 de abril de 2022 4.ª semana	Hora: 9:30 – 10:15
<p>População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)</p> <p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; transporte de objetos; salto em duplo apoio; marcha em prancha facial;</p> <p>Perícias e Manipulações Lançamento de bola; transporte de objetos; salto à corda;</p> <p>Jogos Jogo de cooperação (fita/grupo);</p> <p>Estudo do Meio Seres vivos: semelhanças e diferenças observáveis; Biodiversidade;</p> <p>Educação Artística:</p> <p>Dança Movimentos locomotores e formas do corpo;</p> <p>Artes Visuais Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas;</p> <p>Cidadania e Desenvolvimento Consciencialização ambiental</p> <hr/> <p>Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p><u>Deslocamentos e Equilíbrios</u> Correr em diversas direções; Caminhar em prancha facial com o apoio de um colega; Transportar um objeto (tronco, pinha) para um local previamente definido; Saltar em duplo apoio;</p> <p><u>Perícias e Manipulações</u> Lançar uma bola em precisão a um alvo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; Saltar à corda no lugar com coordenação global e fluidez de movimentos;</p> <p><u>Jogos</u> Encontrar a sua fita/grupo;</p> <p><u>Estudo do Meio</u> Categorizar os seres vivos de acordo com semelhanças e diferenças observáveis (animais, tipos de revestimento, alimentação, locomoção); Relacionar ameaças à biodiversidade dos seres vivos com a necessidade de desenvolvimento de atitudes responsáveis face à Natureza; Semear uma árvore autóctone;</p> <p><u>Educação Artística:</u></p> <p><u>Dança</u> Criar, de forma individual ou em grupo, pequenas sequências de movimento e/ou composições coreográficas a partir de dados concretos ou abstratos, em processos de improvisação (livre ou parcialmente condicionada);</p> <p><u>Artes Visuais</u> Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas;</p> <p><u>Cidadania e Desenvolvimento</u> Manifestar atitudes positivas conducentes à preservação do ambiente próximo sendo capaz de apresentar propostas de intervenção.</p> <hr/> <p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional Recursos materiais: corda, sisal, 20 imagens animais, cartões dos animais, cronómetro, telemóvel, coluna, ovos, 10 canetas; 10 vasos Recursos naturais: ramos de árvores, pinhas, bugalhos, bolotas, árvores, troncos de árvores, 10 árvores</p>			

Apresenta-se o plano da parte inicial da aula 12, em que o jogo permitiu a constituição dos pares para as tarefas a realizar durante a aula (Vd. Figura 35)

Figura 35

Parte Inicial do plano de Aula 12

Tempo		Organização	Tarefas/ Situções de aprendizagem
T	P		
Inicial			
15'	15'	Os alunos escutaram o final da história “Arrumado” na sala de aula  texugo, coelho, esquilo, raposa, ouriço, minhoca, coruja, gafanhoto, formigas, melro (animais presentes na história)	Os alunos deslocam-se a pé para a mata/floresta próxima da escola. Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações. Composição dos pares No espaço delimitado da mata estão espalhados cartões dos animais cortados em dois. Ao sinal da professora, cada aluno irá correr com o objetivo de encontrar uma parte do cartão e depois descobrir o seu parceiro. Quando o conseguir, dirige-se ao local inicial da atividade. Após esta tarefa, cada par, terá de preencher o cartão identificativo do animal (evidenciando o modo de locomoção, alimentação, revestimento e classe). Depois a professora escolhe um par e este tem que apresentar o seu animal. O jogo repete-se até todos conhecerem os animais.
	3'		
	7'		
10'			

Na Figura 36 a professora explica o jogo que iria determinar os pares para a aula. Depois os alunos preencheram a Ficha técnica de cada Animal com as características e os conhecimentos que adquiriram ao longo do projeto (Vd. Figura 37). No final da tarefa, cada grupo apresentou o seu animal aos restantes alunos.

Figura 36

Explicação do Jogo da aula 12



Figura 37

Preenchimento da Ficha do animal



Na sala de aula, os pares completaram as informações sobre o seu animal e apresentaram as características do seu animal em grande grupo (Vd. Figura 38).

Figura 38

Apresentação do Animal



Conforme é apresentado na Figura 39, os pares rodaram pelas dez tarefas. Tendo em conta a última parte da história – “Ajudado”, foram apresentadas as tarefas, de forma que os alunos se ajudaram entre si e se consciencializam para a importância da preservação da floresta.

Figura 39

Parte Fundamental do Plano de Aula 12

Tempo		Organização	Tarefas/ Situções de aprendizagem
T	P		
FUNDA MENTAL			
	3'	Tendo por base a história, a professora contextualiza a parte final, os animais uniram-se para reerguer a floresta e todos tiveram um papel importante.	Enquanto explica o que cada par faz em cada tarefa, a professora exemplifica. Os pares são distribuídos pelas tarefas e ao sinal da professora iniciam os exercícios.

<p>37'</p>		<p>Critério de eficácia: subir o mais alto possível e descer de forma equilibrada a corda alternando a ação das mãos e membros inferiores. Nível avançado: o aluno sobe até 1,50m; Nível intermédio: o aluno sobe até ao primeiro nó/cor a 1, 20m.</p> <p>7. Transporte bugalhos O par tem de transportar bugalhos com um pedaço de cortiça ou pinheiro (cerca de 10 m) numa mão. Critério de eficácia: transportar o bugalho sem deixar cair. Nível avançado: o aluno transporta o bugalho sem deixar cair usando apenas uma mão; nível intermédio: o aluno transporta o bugalho sem deixar cair e segurando com as duas mãos.</p> <p>8. Pinha/pau O par tem de lançar uma pinha e acertar num alvo/pau a 4 metros. Critério de eficácia: lançar e acertar com a pinha num alvo/pau. Nível avançado: o aluno lança e acerta com a pinha num pau a 4 metros; nível intermédio: o aluno lança e acerta com a pinha a 3 metros.</p> <p>9. Desenho/pintura com caneta O par tem de decorar o seu vaso. Critério de eficácia: decorar o vaso.</p> <p>10. Apanhar terra O par tem de encher um recipiente com terra do espaço indicado. Critério de eficácia: encher o seu recipiente com terra.</p>
------------	--	--

Os alunos realizaram diferentes ações motoras nas tarefas, estando estas associadas à reconstrução da floresta. Na Figura 40 os alunos pintaram uns ovos para colocar na casinha realizada por eles. Já na Figura 41 cada par decorou o seu vaso para depois plantar uma árvore autóctone.

Figura 40

Tarefa 2 da aula 12 – Ovo no ninho



Figura 41

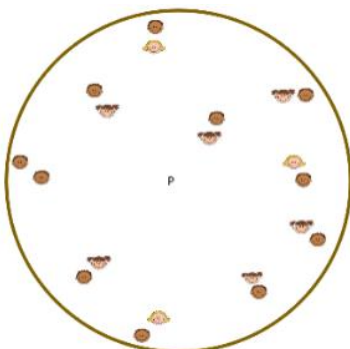
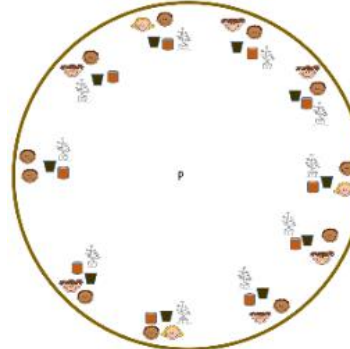
Tarefa 9 da aula 12– Decoração do vaso



Após a realização de todas as tarefas, os alunos dispuseram-se em círculo e ouviram a explicação da dança criativa (Vd. Figura 42).

Figura 42

Parte Final do plano de aula 12

Tempo		Organização	Tarefas/ Situções de aprendizagem		
T	P				
FINAL					
45'	4'		<p>Os alunos posicionam-se em círculo.</p> <p>A professora explica que irão expressar-se através de uma dança criativa, os animais presentes nesta parte da história.</p> <p>Ao som da música, cada par, pensa nos movimentos do animal atribuído e desloca-se pelo espaço.</p> <p>De seguida, a professora posiciona-se no centro da roda com os cartões/animais da parte inicial da aula. Posteriormente segura com uma mão e eleva alternadamente cada um dos animais com diferentes instruções (levantar os braços, baixar-se, andar mais devagar, ... Entretanto o par correspondente desloca-se até ao centro da roda e replica o seu movimento.</p>		
	41'				<p>A professora explica a parte final da aula, questionando os alunos acerca dos vasos decorados e aterra apanhada.</p> <p>Após um breve diálogo, os pares vão buscar os seus vasos decorados para o local indicado.</p> <p>Os alunos são convidados a plantar uma árvore autóctone.</p> <p>As árvores vão para a escola para serem cuidadas pelos alunos e mais tarde irão enriquecer a nossa escola e mata.</p>
	4'				<p>Os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho na aula e na unidade de ensino.</p> <p>A professora regista e dá o feedback aos alunos.</p>

Os alunos realizaram uma dança, tendo em conta a explicação da professora (Vd. Figura 43).

Figura 43

Dança da aula 12



De seguida os pares realizaram a tarefa de plantar a árvore e trouxeram os seus vasos para a escola para cuidarem das suas árvores. Mais tarde, transplantaram as árvores para um local na escola e mata (Vd. Figura 44).

Figura 44

Árvore transplantada na escola



2.5. Instrumentos

2.5.1. Observação, fichas de autoavaliação e *focus groups*

A análise qualitativa da investigação apoiou-se na observação e na condução de *focus groups*.

A observação constituiu um elemento importante em toda a investigação, uma vez que as informações recolhidas permitiram caracterizar o grupo, as crianças e a sua evolução ao longo do ano.

O *focus groups* assume-se como um método de investigação social consolidado e que permite analisar, interpretar e discutir o sentido e propósito da ação (Brandão et al., 2017).

A utilização deste método tem vindo a ampliar os seus estudos, na medida em que produz muitos dados, resultantes das transcrições, grupos focais, observação, fotografias e filmes, que após a sua análise se traduz em novas evidências (Ribeiro et al., 2016).

Tendo por base as recomendações de diversos autores, que sugerem que o tamanho do grupo possa oscilar entre 4 e 12 participantes (Krueger & Casey, 2009), optou-se por realizar 2 grupos de 7 alunos e 1 grupo de 6 alunos.

Os participantes foram informados sobre os objetivos do estudo e as regras de participação. As sessões decorreram na semana que se seguiu ao término do projeto interdisciplinar, na primeira semana de abril. Cada uma das sessões do *focus groups* durou cerca de 25 minutos.

A aplicação do *focus groups* suportou-se num guião com 13 perguntas sobre o projeto interdisciplinar. O referido guião foi previamente validado por três especialistas na área científica da Educação. Este painel foi composto por um doutorado em Ciências da Educação e por dois doutorados em Ciências do Desporto. (Vd. Apêndice 14). As perguntas do guião dividiram-se em duas dimensões de análise, a EF em diferentes contextos (Escola e Natureza) e a prática interdisciplinar entre a EF e as restantes disciplinas.

O recurso ao *Focus Groups* permitiu analisar os testemunhos e a mensagem expressa no discurso dos alunos em relação à sua participação no projeto, na identificação dos conteúdos das disciplinas trabalhadas e o contexto onde decorreram as sessões.

Foi pedida autorização à direção do Agrupamento e aos pais o devido Consentimento Informado para a participação na investigação (Vd. Apêndice 1).

Todas as semanas os alunos preencheram um cartão de autoavaliação, tendo em conta os conteúdos trabalhados nessa semana (Vd. Figura 45).

A autoavaliação realizada todas as semanas permitiu que o professor, através de um feedback contínuo, atuasse junto dos seus alunos, fazendo-os sentir envolvidos neste processo, tornando a aprendizagem mais significativa (Fernandes, 2019).

Figura 45

Exemplo de autoavaliação

Autoavaliação Semana ____

O que eu mais gostei

Fui capaz de...	Desenho	😊	😐	😞

Nome: _____ Data: ____ / ____ / ____

Na primeira semana optou-se por uma ficha de autoavaliação para preencher na sua totalidade pelos alunos, mas como demoraram muito tempo e o espaço para escrever era reduzido, nas semanas seguintes apresentou-se uma ficha de autoavaliação com os exercícios da semana e com a ilustração, como podemos observar na Figura 46.

Figura 46

Exemplo de autoavaliação pré preenchida

O que eu mais gostei

Semana _____

Fui capaz de...	Desenho	😊	😐	☹️
Realizar os jogos				
Lubrificar uma corda				
Saltar à corda				
Transpor obstáculos				
Saltar (cabelo)				
Arrematar com a bola no alvo				
Identificar as classes dos animais				

Nome: _____ Data: ___ / ___ / ___

2.5.2. Acelerometria

Tendo em vista a quantificação da intensidade da AF nas sessões de EF em diferentes contextos de prática (natureza, escola e interdisciplinar), na terceira e quarta semana da investigação (21 de março a 1 de abril de 2022), os alunos utilizaram acelerómetros (ActiGraph, wGT3X-BT) nas seis aulas (Vd. Figura 47). Refira-se que os dados recolhidos pelos referidos acelerómetros tinham um espaço temporal de 45 minutos, entre as 9:30 e as 10:15.

No intuito de inferir sobre eventuais diferenças da intensidade da Atividade Física nas aulas de EF em contexto Escola e Natureza, de matriz tradicional e interdisciplinar, analisaram-se as seguintes variáveis expressas em minutos: intensidade da AF leve (L), moderada (Moderada), vigorosa (V) e muito vigorosa (MV).

Figura 47

Acelerómetros numerados de 1 a 20 para os alunos do estudo



Nos dias estipulados, a aula começava com a colocação dos acelerómetros devidamente identificados de acordo com os dados introduzidos no programa (Vd. Figura 48).

Figura 48

Colocação do acelerómetro numa aluna na sala de aula



2.6. Análise estatística

Para a análise inferencial utilizou-se o teste não paramétrico Kruskal-Wallis. O pressuposto da normalidade foi averiguado usando o teste Shapiro Wilk, para amostras inferiores a 30 (Marôco, 2010). Nos casos onde não se verificou a normalidade recorreu-se à análise da simetria, usando a seguinte condição: $|\text{Skewness}/\text{Std errorSkewness}| \leq 1.96$. O teste de Levene foi o utilizado para verificar o pressuposto da homogeneidade. A estimativa da dimensão do efeito, η^2 , (i.e., a proporção da variação nas variáveis dependentes que se pode explicar pelas variáveis independentes) realizou-se com base em Marôco (2010). Esta análise será realizada através do programa IBM SPSS Statistics (versão 25, IBM USA).

CAPÍTULO III – RESULTADOS E DISCUSSÃO

3. Apresentação dos Resultados e Discussão

3.1. A Educação Física nos diferentes contextos, Escola e Natureza

Os alunos manifestaram, de forma unânime, que gostaram mais de realizar as aulas de EF em contexto Natureza. Foram vários os testemunhos do entusiasmo pela prática motora neste contexto e a sua relação com as demais disciplinas: “na mata, porque tinha a ver com a história”, “na mata, porque lá ouvíamos os animais e estávamos na natureza”, “na mata, porque a história passava-se na floresta, ouvíamos os animais e a fazer exercícios com materiais naturais” (...) são alguns exemplos referidos pelos alunos.

O contexto natureza oferece uma diversidade de estímulos, proporcionando experiências significativas indo ao encontro dos interesses das crianças (Bento & Dias, 2017).

Na autoavaliação realizada, é possível observar o destaque ao contexto Natureza na realização dos jogos num local tão desafiante a harmonioso que é a “mata” (Vd. Figura 49).

Figura 49

Autoavaliação da semana 1 pelo aluno 3

Já sou capaz de...	Desenho/Imagem	😊	😐	☹️
me equilibrar no tronco da árvore		X		
trampolim a teia		X		
saltar (MOÏSCA)		X		
salto em altura		X		
lançar e apertar pinho		X		
fazer o jogo		X		

Destaca-se na autoavaliação apresentada, o realce ao contacto com a Natureza e a realização dos jogos. Também é perceptível a lista das aprendizagens propostas na semana 1, em que o aluno avalia o seu desempenho de forma bastante satisfatória, dando ênfase ao salto em altura, utilizando expressões como “lupi, boa” e ainda o jogo cantado, na última linha da autoavaliação, em que desenha, em roda, os 20 alunos e a professora.

Uma enorme potencialidade da Natureza foi evidentemente a sua utilização como contexto de prática e que espoletou, na professora e nos alunos, uma maior motivação e interesse. Sobre este assunto, Twohig-Bennett & Jones (2018) consideram que este contexto é um meio privilegiado de aprendizagem.

Em relação ao exercício que mais gostaram de fazer, os alunos valorizaram as possibilidades de ação que o contexto Natureza lhes proporcionou, mais especificamente, o exercício de transportar um tronco e saltar em dois apoios e também a teia construída em sisal. Vários estudos apontam que este contacto regular com a natureza, oferece vários benefícios para as crianças (Coelho et al., 2015; Ramos, Figueiredo & Coelho, 2021).

Quando questionados sobre o que gostaram menos das aulas, os alunos demonstraram dificuldade, ou até incapacidade, em identificar atividades que tenham realizado com menos apreço ou vontade.

Os alunos atribuíram adjetivos às aulas de EF quer na Escola quer na Natureza, como “espetacular”, “educativa”, “maravilhosa”, “fantástica”, “divertida”, “excelente”, “fixe”, “boa” e “linda”. Estes testemunhos evidenciam grande ligação e forte impacto nas crianças, na medida em que estava bem presente em cada uma delas o que fizeram nestas aulas. As crianças ativas apreendem com maior facilidade os conteúdos trabalhados num ambiente prazeroso (Hanscom, 2018, pp. 167; Neto, 2020, pp. 127).

Um outro aluno referiu na sua autoavaliação como se sentiu na realização das aulas de EF utilizando adjetivos “alegre, feliz, contente” (Vd. Figura 50). No que diz respeito às aulas, destacou que gostou de tudo, escrevendo a palavra “tudo” em tamanho grande e em letras maiúsculas.

Figura 50

Autoavaliação da semana 3 pelo aluno 17

		Autoavaliação Semana 3				
		Fui capaz de...	Desenho	😊	😐	☹️
O que eu mais gostei gostei de TUDO	realizar os jogos e dança de roda			X		
	saltar pé cozinheiro			X		
	saltar em duplo apoio			X		
Como me senti alegre contente feliz SENTI-ME FELIZ	caminhar em superfícies reduzidas			X		
	caminhar com um colega			X		
	identificar o número de sílabas			X		
	identificar as classes dos animais			X		

Os alunos ao serem desafiados se replicariam este tipo de aulas, caso fossem professores, responderam, contundentemente, que sim! “Na mata, deixava-os explorar no final para treinarem ainda mais os exercícios”, “Sim, (...) todos os dias os meus alunos iriam à mata e fazia muitos jogos com os materiais da Natureza”, “Sim, porque faz sentido”.

A escola deve fomentar a curiosidade e autonomia, para que os alunos relembrem e sintam vontade de aprender e falem com entusiasmo sobre a escola (Neto, 2020; Trindade, 2018).

Na questão sobre a partilha com a família, os alunos afirmaram que contaram em casa e na sua maioria, pais e irmãos, usaram a expressão “divertido”. Outros alunos disseram ainda “eu expliquei-lhe os exercícios”, “a minha mãe disse que um dia queria ir conhecer a mata e fazer os exercícios”. Estes relatos atestam o forte impacto que estas aulas em contexto Natureza tiveram junto dos alunos (O’Brien, 2009).

3.2. A prática interdisciplinar entre a Educação Física e as restantes disciplinas

Foi solicitado aos alunos que recordassem as partes da obra “Arrumado”, associando uma palavra a cada parte da história. Para os alunos “Arrumado” fazia lembrar “O texugo Pedro queria arrumar a floresta, porque achava que estava tudo desarrumado” e também a transposição para a realidade “como nós quando vamos por aquela colina e vemos lixo espalhado”. Na parte “ousado e organizado” os alunos responderam que “o texugo apanhou todas as folhas e colocou-as nos sacos do lixo”. A parte “Enganado” em referência (...) “Quando chegou a noite e percebeu que tinha posto cimento por cima da sua casa” e na parte “Ajudado” os alunos responderam: “(...) quando os animais vieram ajudar o texugo a partir o cimento, plantar as árvores (..)”. A integração curricular de temas indutores como uma história narrada ou lida em contexto turma no planeamento de outras disciplinas, pode contribuir para o desenvolvimento da linguagem e de hábitos de leitura, e também para o enriquecimento do vocabulário (Santos, 2010).


Os alunos quando questionados se conseguiam identificar os conteúdos trabalhados das diferentes disciplinas nas doze aulas em análise, responderam afirmativamente, ou seja, sinalizaram com grande facilidade diversas evidências interdisciplinares:

na Matemática (...) “quando tivemos de fazer contas”, “quando contámos os elementos dentro do arco”, “quando contámos as sílabas”; no Português (...) “Aquele em que tínhamos de dizer se era monossílabo, dissílabo, ... e de colar no cartaz”, “quando preenchemos os cartões” ; no Estudo do Meio (...) “estivemos sempre a trabalhar”, “dizer se o animal é mamífero, peixe, anfíbio, ave ou réptil e colar no cartaz”, “Quando tínhamos o nome do animal colado na testa e tínhamos de fazer perguntas para descobrir a resposta”; nas Artes Visuais “criámos os vários elementos para as aulas, como os ovinhos, os animais (...); na Dança “quando aprendemos os jogos cantados e as danças de roda e depois replicávamos no recreio”.

Na autoavaliação, foi notório o envolvimento dos alunos na aprendizagem dos conteúdos de Português com o jogo da Divisão Silábica (Vd. Figura 51). O aluno ainda destaca a Dança de Roda, “Indo eu, indo eu, a caminho de Viseu”, onde escreve a letra da dança.

Figura 51

Autoavaliação da Semana 3 pelo aluno 18



O que eu mais gostei

Indo eu, indo eu, a caminho de Viseu
 O caminho de Viseu

Autoavaliação Semana 3

Fui capaz de...	Desenho	😊	😐	☹️
realizar os jogos e dança de roda		X		
saltar pé cozinho		X		
saltar em duplo apoio		X		
caminhar em superfícies reduzidas		X		
caminhar com um colega		X		
identificar o número de sílabas	Ma - Ca - Ca 	X		
identificar as classes dos animais		X		

Noutra semana, um outro aluno destacou o jogo da Classe dos Animais realizado na Aula 6, em que tinham as etiquetas com os nomes coladas na testa e tinham de fazer questões aos colegas para descobrir o seu animal e por sua vez a classe a que pertence (Vd. Figura 52). Realçou ainda o exercício de subir à corda como um dos seus preferidos, apesar de ter sentido alguma dificuldade na sua concretização.

Figura 52

Autoavaliação da Semana 2 pelo aluno 16



O que eu mais gostei

Autoavaliação Semana 2

Fui capaz de...	Desenho	😊	😐	☹️
Realizar os jogos		X		
Subir uma corda			X	
Saltar à corda		X		
Transpor obstáculos (2 apoios)		X		
Saltar (coelho)		X		
Acertar com a bola no alvo		X		
Identificar as classes dos animais			X	

Foi evidente o consenso que se gerou nos alunos sobre a ocorrência das práticas interdisciplinares nesta investigação-ação e as suas implicações na aprendizagem (Gonçalves & Martins, 2018).

Destacaram-se entre os jogos e tarefas realizadas, os jogos cantados e as danças, o jogo da classificação das palavras quanto ao número de sílabas. De facto, os alunos apreciaram a prática destas atividades de cunho lúdico, mas com um relevante valor formativo: “quando dançámos “Indo eu, indo eu, a caminho de Viseu, ...” e “de passar a pedra quando estávamos na roda”, no jogo cantado “Lá vai uma, lá vão duas, ...”. As tradições infantis orais e ritmo-expressivas são um meio facilitador para a promoção do desenvolvimento das crianças (Moura, 2012) e ainda o efeito positivo da dança criativa na aprendizagem de conteúdos das diversas disciplinas (Leandro, 2015, p. 153).

No preenchimento da autoavaliação, alunos destacam a parte final das aulas, nas danças ou jogos cantados. Na Figura 53 é possível apreciar o que um aluno desenhou e escreveu sobre a dança de roda. O aluno avaliou o seu desempenho nas diferentes aprendizagens, mostrando que revela ainda dificuldade em subir um declive e lançar com precisão a um alvo. No entanto, também avalia a sua participação nos jogos, salta a pé coxinho, transportar um objeto e participar na dança de roda de forma bastante satisfatória.

Figura 53

Autoavaliação da Semana 4 pelo aluno 6

		Autoavaliação Semana 4		
Eu fui capaz de...	Desenho	😊	😐	☹️
realizar os jogos		X		
saltar pé coxinho		X		
saltar em duplo apoio			X	
correr em superfícies irregulares			X	
transportar um objeto (bagaço, bola)		X		
lançar com precisão a um alvo			X	
subir um declive				X
saltar à corda			X	
participar/ativar-se na dança de roda		X		
preencher a ficha técnica do animal				

O que eu mais gostei
conhecer/participar na dança de roda

Na Figura 54 um outro aluno destacou o que mais gostou, a dança de roda, escrevendo a letra da dança. Na realização dos diversos exercícios, avaliou o seu desempenho. Conseguiu identificar o número de sílabas com facilidade, mas ainda teve dúvidas na atribuição da classe dos animais.

Figura 54

Autoavaliação da Semana 3 pelo aluno 15

Autoavaliação Semana 3

O que eu mais gostei da roda
 Com a música
 Tendo em mente a canção de visco incantei
 O meu amor
 ai Jesus que lá vai eu fcs
 Ora truz truz
 truz olha truz
 truz

Fui capaz de...	Desenho	😊	😐	😞
realizar os jogos e dança de roda		X		
saltar pé coelho		X		
saltar em duplo apoio			X	
caminhar em superfícies reduzidas		X		
caminhar com um colega			X	
identificar o número de sílabas	co - e - llo	X		
identificar as classes dos animais			X	

Os alunos foram igualmente capazes de identificar o jogo e o movimento como um meio potenciador de aprendizagem de conteúdo curricular de outras disciplinas: “gostei de fazer o jogo em que tinha de dizer se era monossílabo, dissílabo, trissílabo ou polissílabo, correr e colar no cartaz”. Sobre este propósito, (Mendes & Leandro, 2017, p. 74; Pereira, 2016, p. 95) realçam que os benefícios da integração curricular, contribuindo para uma melhor compreensão dos conceitos por parte dos alunos.

Analisando os registos de autoavaliação, foram inúmeros os alunos que identificaram os jogos interdisciplinares. Na Figura 55 um aluno destacou como o que mais gostou o “Jogo da Divisão Silábica” em que identificou o número de sílabas. Avaliou o seu desempenho nos diversos exercícios de forma bastante satisfatória, apenas com ligeiras dificuldades a saltar a pé coxinho e caminhar em superfícies reduzidas.

Figura 55

Autoavaliação da Semana 3 pelo aluno 14

Autoavaliação Semana 3

Fui capaz de...	Desenho	😊	😐	😞
O que eu mais gostei	realizar os jogos e dança de roda	X		
identificar o número de sílabas	saltar pé coxinho		X	
	saltar em duplo apoio	X		
	caminhar em superfícies reduzidas		X	
	caminhar com um colega	X		
	identificar o número de sílabas	X		
	identificar as classes dos animais	X		

A prática interdisciplinar apresenta-se como uma solução que visa o desenvolvimento integral da criança, conferindo-lhe eficácia ao processo de ensino-aprendizagem (Kaittani et al., 2017). Ainda neste âmbito, Cosme (2018) e Pombo (2021) consideram a interdisciplinaridade como uma ferramenta importante na promoção de um ensino integrador e contextualizado com a realidade.

3.3.A intensidade da AF nas diferentes aulas e contextos

A recolha dos dados dos acelerómetros nos diferentes dias permitiu caracterizar a intensidade da AF nas aulas realizadas na terceira e quarta semanas, em quatro contextos de prática: Escola; Natureza; Escola interdisciplinar e Natureza interdisciplinar. Os resultados foram categorizados em seis níveis de AF: sedentário, leve, moderado, vigoroso, muito vigoroso e ainda o somatório do moderado com o vigoroso e muito vigoroso (MVPA), conforme é visível na Tabela 1.

A partir da tabela 1 é ainda possível verificar que houve mais tempo sedentário no contexto de prática interdisciplinar Natureza. Também se verifica que o tempo em atividade vigorosa foi mais evidente no contexto Escola, seguindo-se depois os contextos Natureza e Escola interdisciplinar. O mesmo sucedeu com o tempo em atividade na categoria muito vigoroso.

Tabela 1

Média e desvio padrão relativos à intensidade da AF (minutos) nos quatro contextos de prática

Contextos de prática	Níveis de atividade física											
	sedentário		leve		moderado		vigoroso		muito vigoroso		MVPA	
	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD
1. Escola	17,21	7,84	5,75	1,76	16,49	4,69	4,25	1,73	1,30	0,71	22,04	6,62
2. Natureza	20,37	7,83	5,91	1,71	14,02	4,39	3,56	1,64	1,14	0,71	18,72	6,47
3. Escola interdisciplinar	18,46	7,23	5,93	1,78	15,61	4,81	3,82	1,51	1,18	0,99	20,62	6,88
4. Natureza interdisciplinar	26,4	7,36	4,63	2,16	11,88	4,51	1,86	1,67	0,23	0,32	13,97	5,60

Apresentam-se os resultados do teste não paramétrico Kruskal-Wallis com o propósito de averiguar sobre eventuais diferenças de intensidade de AF entre os diferentes contextos de prática em análise. A tabela 2 permite observar diferenças estatisticamente significativas entre as condições de prática para o comportamento sedentário (p -value=0,000; $H=20,590$).

A comparação entre os diversos contextos de práticas mostrou que o contexto Escola teve valores significativamente inferiores de comportamento sedentário comparativamente com o contexto interdisciplinar Natureza ($p\text{-value}=0,000$, $R=0,75$). O contexto interdisciplinar Escola apresentou também diferenças significativas relativamente ao contexto interdisciplinar Natureza ($p\text{-value}=0,01$; $R=0,91$), ou seja, teve menor comportamento sedentário.

Tabela 2

Resultados do teste não paramétrico Kruskal-Wallis relativo à intensidade da AF entre as quatro condições de prática (minutos)

	Contexto escola (mediana)	Contexto natureza (mediana)	Contexto interdisciplinar escola (mediana)	Contexto interdisciplinar Natureza (mediana)	H de Kruskal-Wallis	p-value
Sedentário	14,125	16,917	17,167	25,333	20,590	0,000
Leve	5,917	6	6	4,917	5,412	0,144
Moderado	18,333	15,958	16,167	12,917	16,051	0,001
Vigoroso	4,458	3,875	4	1,75	19,972	0,000
Muito Vigoroso	1,208	1,208	1,083	0	26,797	0,000
MVPA	24,083	21,583	22,333	15	20,486	0,000

No que diz respeito ao comportamento moderado, foi onde houve mais significado estatístico entre o contexto Escola e o contexto interdisciplinar Natureza ($p\text{-value}=0,001$; $H=16,051$). O contexto Escola obteve valores significativamente superiores comparativamente ao contexto aula interdisciplinar Natureza ($p\text{-value}=0,001$, $R=0,70$). Nos restantes contextos de prática as diferenças não foram significativas.

Relativamente ao comportamento vigoroso nas aulas de EF, igualmente houve diferenças estatisticamente significativas entre condições de prática ($p\text{-value}=0,000$; $H=19,972$). As aulas no contexto Escola apresentaram valores significativamente superiores de comportamento vigoroso comparativamente à aula interdisciplinar no contexto Natureza ($p\text{-value}=0,000$, $R=0,83$). Também houve diferenças estatisticamente significativas entre a aula interdisciplinar no contexto Escola e a aula interdisciplinar na Natureza ($p\text{-value}=0,007$, $R=0,81$).

No comportamento muito vigoroso também se verificaram diferenças estatisticamente significativas entre as aulas nos contextos escola e Natureza e a aula interdisciplinar na Natureza ($p\text{-value}=0,000$; $H= 26,797$). A comparação entre as aulas no contexto Natureza e a aula interdisciplinar na Natureza indica a existência de diferenças estatisticamente significativas, ou seja, houve menos tempo de comportamento muito vigoroso na aula interdisciplinar natureza ($p\text{-value}=0,000$, $R=0,96$).

No que diz respeito ao somatório de comportamento moderado a muito vigoroso (MVPA) podemos constatar que houve diferenças estatisticamente significativas entre as aulas nos contextos Escola e Natureza e a aula interdisciplinar na Natureza ($p\text{-value}=0,000$; $H=20,486$).

Ainda no âmbito da variável MVPA, a comparação entre as aulas no contexto Natureza e a aula interdisciplinar na Natureza também aponta para diferenças com significado estatístico ($p=0,000$, $R=0,74$). Por seu lado, a aula interdisciplinar na escola diverge significativamente da aula interdisciplinar na Natureza, apresentando valores de intensidade de AF (MVPA) mais elevados, ($p\text{-value}=0,007$; $R=0,91$).

Com base nos resultados apresentados, é possível afirmar que as aulas ministradas na 3.ª e 4.ª semanas no contexto Escola e Escola Interdisciplinar, enquadram-se nos valores recomendados da intensidade de AF nas aulas de EF, ou seja, de que pelo menos 50% do tempo da aula seja destinado à AF moderada a vigorosa (McKenzie et al., 1993; Thompson et al., 2013), conforme visível na Tabela 3.

Tabela 3

Intensidade da AF (moderada a muito vigorosa) entre as quatro condições de prática (minutos e percentagem)

	Contexto Escola		Contexto Natureza		Contexto interdisciplinar Escola		Contexto interdisciplinar Natureza	
	(min)	%	(min)	%	(min)	%	(min)	%
Moderado	18	40	16	36	16	36	13	29
Vigoroso	5	11	4	9	4	9	2	4
Muito Vigoroso	1	2	1	2	2	4	0	0
MVPA	24	53	21	47	22	49	15	33

Nas aulas em contexto Natureza, os dados são muito próximos dos 50% de MVPA. Além dos benefícios do contacto com a Natureza (Beery and Jørgensen, 2018), também é um meio promotor de desenvolvimento de competências motoras (Boileau & Dabaja, 2020; Kroeker, 2017; Monti et al., 2019).

Refira-se, no entanto, que na aula interdisciplinar em contexto Natureza, a intensidade de AF foi menor. Contudo, este contexto de prática oferece um elevado potencial educativo no plano emocional, intelectual e social (Barton et al., 2016), bem como na tomada de decisão, na gestão de riscos e na resolução de problemas (Ramos et al., 2021).

A diversidade de contextos de prática deve ser valorizada, tornando a escola um espaço desafiante (Trindade, 2018), tornando assim as aprendizagens significativas.

A articulação entre disciplinas e em diferentes contextos de prática deveria ser mais frequente nas escolas, na medida em que se tem divulgado resultados eficazes nas aprendizagens, nos estilos de vida saudável e na prática de atividade física (O'Hara et al., 2020).

CAPÍTULO IV – CONSIDERAÇÕES FINAIS

4.1. Conclusão

Tendo em conta os objetivos da investigação é possível concluir que, no que diz respeito ao objetivo 1 **“analisar a relevância dos contextos Escola e Natureza na prática da EF do 1.º CEB”**, os alunos manifestaram uma clara preferência pelas aulas de EF em contexto Natureza. Os mesmos igualmente apreciaram o manuseamento de materiais naturais na realização dos inúmeros exercícios que o contexto Natureza lhes proporcionou.

Quanto ao objetivo 2 **“refletir sobre o papel da prática interdisciplinar entre a EF e as outras disciplinas na aprendizagem”**, os alunos foram capazes de identificar e de valorizar as práticas interdisciplinares dinamizadas nas aulas de EF. A articulação entre a EF e as outras disciplinas permitiu um maior envolvimento por parte das crianças na aprendizagem dos conteúdos disciplinares.

A avaliação das sessões realizada pelos alunos através das Fichas de Autoavaliação identifica, com clareza, os conteúdos trabalhados em cada semana. Este facto atesta o comprometimento e interesse dos alunos pelas aprendizagens desenvolvidas nas aulas.

Relativamente ao objetivo 3 **“determinar a intensidade da atividade física nos contextos de prática de EF (Escola, Natureza, Escola Interdisciplinar e Natureza interdisciplinar)”**, as aulas de EF em contexto Escola e Natureza apresentaram valores adequados de intensidade física. Por seu lado, a aula Escola Interdisciplinar igualmente correspondeu aos níveis recomendados de intensidade física, no entanto, o mesmo não se verificou na aula Natureza Interdisciplinar. Interessa ainda relevar a diversificação de diferentes contextos de prática nas aulas de EF, onde a complementaridade entre si é algo que deve ser valorizado.

Nesta investigação a construção dos materiais para as aulas quer em contexto Natureza, Escola e Interdisciplinar, revelou-se um grande desafio, no sentido de aumentar, adequar e diversificar os exercícios nas aulas de EF. Consideramos que esta escolha entre os materiais naturais e os de EF foram de encontro aos exercícios quer nas aulas tradicionais de EF quer nas aulas interdisciplinares, garantindo um desenvolvimento motor integral das crianças.

4.2. Limitações e recomendações

É possível salientar algumas limitações ao longo da investigação, nomeadamente o período de utilização dos acelerómetros, o qual deveria ter abarcado as quatro semanas do plano de intervenção, algo que manifestamente não foi exequível por constrangimentos de natureza logística. Por seu lado, uma fase de intervenção de maior duração e que contemplasse um maior leque de Aprendizagens Essenciais de EF e das restantes disciplinas, permitiria, porventura, aceder a resultados mais robustos. Espaço ainda para refletir sobre a relevância de aumentar a amostra neste tipo de investigação.

Face à investigação-ação em análise, apresentam-se as seguintes recomendações que podem ser desenvolvidas em futuras pesquisas: alargar a investigação a outros anos de escolaridade do 1.º CEB; ampliar a investigação à Educação Pré-Escolar e ao 2.º CEB.

Foi notório o empenhamento dos alunos através da diversidade dos contextos de prática de EF. Deste modo, seria desejável mais projetos similares que avaliassem o impacto do contexto Natureza no ensino da EF e igualmente a relevância da interdisciplinaridade e a sua integração curricular no 1.º CEB.

BIBLIOGRAFIA

- Alonso, L., Sousa, F., Gonçalves, L., Medeiros, C., & Carvalhinho, C. (2011). *Referencial Curricular para a Educação Básica na Região Autónoma dos Açores*. Secretaria Regional da Educação e Formação Direção Regional da Educação e Formação.
- Aronsson, J. Waite, S. Clark, M. (2015). *Measuring the impact of outdoor learning on the physical activity of school age children*. Education and Health Online Vol 33. (3) p57-62.
- Ângelo, A. (2023). *“Uma abordagem interdisciplinar entre o bloco de Jogos e a Matemática do 1.º Ciclo do Ensino Básico”*. Relatório Final de Estágio com vista à obtenção do grau de Mestre em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico, Instituto Politécnico de Coimbra. Escola Superior de Educação.
- Azevedo, J. (2018). *Autonomia e flexibilidade: olhemos para a lua e não apenas para o dedo*. O portal dos jesuítas de Portugal, 1.
- Barton, J., Bragg, R., Wood, C., & Pretty, J. (2016). *Green Exercise – Linking Nature, Health and Well-being*. Routledge.
- Beane, J. (2003). *Integração curricular: a essência de uma escola democrática*. Currículo sem fronteiras, 3(2), 91-110.
- Beery, T., & Jørgensen, K. A. (2018). *Children in nature: sensory engagement and the experience of biodiversity*. Environmental Education Research, 24(1), 13–25. <https://doi.org/10.1080/13504622.2016.1250149>.
- Bento, G. (2015). *Infância e espaços exteriores- perspetivas sociais e educativas na atualidade*. Investigar em Educação, 2(4), 127-136.
- Bento, G., & Portugal, G. (2019). *Uma reflexão sobre um processo de transformação de práticas pedagógicas nos espaços exteriores em contextos de educação de infância: Thinking about a transformation process concerning outdoor pedagogical practices in early years settings*. Revista Portuguesa De Educação, 32(2). 91-106. 10.21814/rpe.17657
- Bento, G., & Portugal, G. (2016). *Valorizando o espaço exterior e inovando práticas pedagógicas em educação de infância*. 72, pp. 85-104.
- Bento, G. & Dias, G. (2017). The importance of outdoor play for young children’s healthy development. Porto Biomed. J. <http://dx.doi.org/10.1016/j.pbj.2017.03.003>.

- Biddle S & Goudas, M. (1996). *Analysis of children's physical activity and its association with adult encouragement and social cognitive variables*. Journal of School Health 66(2): 75-78.
- Bilton, H. B., & Dias, G. (2017). *Brincar ao ar livre: Oportunidades de desenvolvimento e de desenvolvimento de aprendizagem fora de portas*. Porto Editora.
- Boileau, E. Y. S., & Dabaja, Z. F. (2020). *Forest School practice in Canada: a survey study*. *Journal of Outdoor and Environmental Education*, 23(3), 225–240. <https://doi.org/10.1007/s42322-020-00057-4>
- Brandão, C., Taquette, S., & Ribeiro, J. (2017). O papel da investigação qualitativa em psicologia? *Psicologia, Diversidade e Saúde*, 6(4), 228. <http://dx.doi.org/10.17267/2317-3394rpds.v6i4.1731>
- Broderick, J.M., Ryan, J., O'Donnell, D.M. et al. Supportive Care in Cancer (2014). *A guide to assessing physical activity using accelerometry in cancer patients*. Supportive Care in Cancer, 22(4), 1121-1130.
- Bronfenbrenner, U. (2005). *Making human beings human: bioecological perspectives on human development*. Sage Publications.
- Brymer, E., Davids, K. & Mallabon, L. (2014). *Understanding the psychological health and well-being benefits of physical activity in nature: an ecological dynamics analysis*. *Ecopsychology*, 6(3), 189-197.
- Cale, L. & Almond, L. (1997). The physical activity levels of English adolescent boys. *European Journal of Physical Education* 2: 74-82.
- Carreiro da Costa, F., & Valeiro, M. (2005). *The art and science of teaching in Physical Education and Sport*. Edições FMH.
- Cavill, N., Biddle, S., & Sallis, J. F. (2001). *Health enhancing physical activity for young people: statement of the United Kingdom expert consensus conference*. *Ped. exerc. Sci.*, 13, 12- 25.
- Coelho, A., Vale, V., Bigotte, E., Ferreira, A., Duque, I. & Pinho, L. (2015). *Oferta Educativa outdoor como complemento da Educação Pré-Escolar: os benefícios do contacto com a natureza*. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología Y Educación*, 10, 111-117. doi: 10.17979/reipe.2015.0.10.585
- Cohen, A. & Fradique, J. (2018). *Guia da Autonomia e Flexibilidade Curricular*. Bloco Gráfico.
- Cone, T. P. & Cone, S. (2012). *Teaching Children Dance* (3.ª ed.). Champaign: Human

- Kinetics. Cordovil, R., Barreiros, J. & Araújo, D. (2007). Risco, constrangimentos e affordances: uma perspectiva de desenvolvimento. In J. Barreiros, R. Cordovil, & S. Carvalheiro, *Desenvolvimento Motor da Criança* (pp. 155-166). Faculdade de Motricidade Humana.
- Coutinho, C., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M. & Vieira, S. (2009). Investigação-ação: metodologia preferencial nas práticas educativas. *Psicologia Educação e Cultura*, (13/2), 455-479.
- Cooper, AR; Goodman, A; Page, AS; Sherar, LB; Esliger, DW; van Sluijs, EM; Andersen, LB; Anderssen, S; Cardon, G; Davey, R; Froberg, K; Hallal, P; Janz, KF; Kordas, K; Kreimler, S; Pate, RR; Puder, JJ; Reilly, JJ; Salmon, J; Sardinha, LB; Timperio, A; Ekelund, U (2015) Objectively measured physical activity and sedentary time in youth: the International children's accelerometry database (ICAD). *Int J Behav Nutr Phys Act*, 12. p. 113. ISSN 1479-5868 DOI: 10.1186/s12966-015-0274-5
- Cosme, A. (2018). *Autonomia e flexibilidade curricular. Propostas e Estratégias de Ação*. Porto Editora.
- Decreto-Lei n.º 54/2018 de 6 de julho. Diário da República n.º 129/2018, Série I de 2018-07-06, páginas 2918 – 2928. Ministério da Educação.
- Decreto-Lei n.º 55/2018 de 6 de julho. Diário da República n.º 129/2018, Série I de 2018-07-06, páginas 2928 – 2943. Ministério da Educação.
- Desporto Escolar. (2000). *Expressão e Educação Físico-Motora*. Ministério da Educação.
- Despacho n.º 6944-A/2018 de 19 de julho de 2018. Diário da República, 2.ª série — N.º 138.
- Despacho n.º 6605-A/2021 de 6 de julho de 2021. Diário da República, 2.ª série - N.º 129.
- http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/perfil_dos_alunos.pdf
- DGE (2018). *Aprendizagens essenciais – Educação Física. 2.º ano do 1.º Ciclo do Ensino Básico*. Consultado a 11 de setembro de 2021.
- http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Aprendizagens_Essenciais/1_ciclo/2_educacao_fisica.pdf
- Erickson, D. & Ernst, J. (2011). *The real benefits of nature play every day*. NACC Newsletter, july/august, 97-100.
- Fazenda, I. C. A. (2011). *Integração e interdisciplinaridade no ensino brasileiro: Efetividade ou ideologia* (6.ª ed.). Loyola.

- Figueiredo, A. (2015). *Interação criança-espço exterior em Jardim de Infância*. Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Fernandes, M. (s.d) *Danças, Lengalengas e Jogos Cantados*. Câmara Municipal de Oeiras.
- Fjørtoft, I. (2001). *The natural environment as a playground for children: the impact of outdoor play activities in pre-primary school children*. *Early Childhood Education Journal*, 29 (2), 111-117.
- Fjørtoft, I. (2004). *Landscape as Playscape: the effects of natural environments on children's play and motor development*. *Children, Youth and Environments*, 14 (2), 22-44.
- Fjørtoft, I., & Gundersen, K. (2007). Promoting motor learning in young children through landscapes. In J. Liukkonen, Y. Auweele, B. Vereijken, D. Alfermann & Y. Theodorakis (Eds.), *Psychology for Physical Educators* (2 ed., pp. 201-218). USA FEPSAC.
- Gibson, J. (1979). *The ecological approach to visual perception*. Boston: Houghton-Mifflin Company.
- Gravett, E. (2017). *Arrumado*. Livros Horizonte.
- Godinho, C. (2018). *“Uma abordagem integradora da Expressão e Educação Físico-Motora e da Matemática em alunos 1.º ano do Ensino Básico”*. Relatório Final de Estágio com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino do 1.ºCEB e de Matemática e de Ciências Naturais no 2.ºCEB não publicado, Instituto Politécnico de Coimbra. Escola Superior de Educação.
- Gonçalves, G. & Martins, F. (2018). *Articulação de saberes: um estudo interdisciplinar em contexto de 1.º CEB*. Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti, Portugal.
- Hanscom, A. (2018). *Descaços e Felizes*. Livros Horizonte.
- Kaittani, D., Kouli, O., Derri, V. & Kioumourtzoglou, E. (2017). *Interdisciplinary Teaching in Physical Education*. *Arab Journal of Nutrition and Exercise*, 2 (2), 91-101.
- Kroeker, J. (2017). Indoor and Outdoor Play in Preschool Programs. *Universal Journal of Educational Research*, 5(4), 641–647. <https://doi.org/10.13189/ujer.2017.050413>.
- Krueger, R. A. & Casey, M. A. (2009). *Focus groups: A practical guide for applied research*. (4 Ed.). Thousand Oaks, Sage.
- Leandro, C. (2015). *A Dança Criativa e a Aprendizagem no 1.º Ciclo do Ensino Básico: contributos de uma abordagem interdisciplinar no Estudo do Meio, no Português,*

- na Matemática e na atitude criativa*. Tese de doutoramento não publicada, Universidade de Lisboa. Faculdade Motricidade Humana.
- Leandro, C., Monteiro, E. & Melo, F. (2018). *Manual de Dança Criativa: uma aprendizagem interdisciplinar no 1.º Ciclo do Ensino Básico*. Psicossoma.
- Lengel, T., & Kuczala, M. (Eds.) (2010). *The kinesthetic classroom Teaching and learning through movement*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Leite, C., Pinto, C. (2016). *O trabalho colaborativo entre os professores no quotidiano escolar*. Educação, Sociedade & Culturas, nº 48, pp. 69-91.
- Lopes, L. (2006). ACTIVIDADE FÍSICA, RECREIO ESCOLAR E DESENVOLVIMENTO MOTOR. Estudos Exploratórios em Crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico. Tese de Mestrado Mestrado em Estudos da Criança – Especialização em Educação Física e Lazer.
- Louça, J. & Neuparth, S. (2012). O corpo – aprendizagem e movimento. In Comissão Organizadora do 2EI_EA (Org.), *II Encontro Internacional sobre Educação Artística* (pp.154-160). Consultado em <http://eiea.identidades.eu/pt-pt/node/7>
- Ludyga, S., Mucke, M., Kamijo, K., Andra, C., Puhse, U., Gerber, M. & Herrmann C. (2019). *The role of Motor Competences in Predicting Working Memory Maintenance and Preparatory Processing*. Child Development. doi 10.1111/cdev.13227
- McKenzie, T., Sallis, J., Faucette, N., Roby, J., Kolody, B. (1993). *Effects of a curriculum and inservice program on the quantity and quality of elementary physical education classes*. Research Quarterly for Exercise and Sport 64(2): 178-187.
- Magalhães, I., Maia, J., Silva, R. & Seabra, A. (2002). Padrão da actividade física. Estudo em crianças de ambos os sexos do 4.º ano de escolaridade. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, v.2, n.5, p. 47-57.
- Martins, G. et al. (2017). *Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória*. Ministério da Educação.
- Mendes, P. C., Leandro, C. R., & Lopes, M. (2017). Práticas intergeracionais e interdisciplinares na Educação. Um exemplo prático no Ensino Básico. Revista Portuguesa De Pedagogia, (51-1), 63-82. https://doi.org/10.14195/1647-8614_51-1_4.
- Mendes, P., Martins, F., Cantante, E., Catarino, M. & Casqueiro, A. (2016). A matemática e a Educação Física em Cooperação: Uma Prática Interdisciplinar no Ensino Básico. In

- L. Miranda, P. Alves & C. Morais (Eds.), *VII Congresso Mundial de Estilos de Aprendizagem: livro de atas* (pp. 2417-2428). Instituto Politécnico de Bragança.
- Monti, F., Farné, R., Crudeli, F., Agostini, F., Minelli, M., & Ceciliani, A. (2019). *The role of Outdoor Education in child development in Italian nursery schools*. *Early Child Development and Care*, 189(6), 867–882. <https://doi.org/10.1080/03004430.2017.1345896>
- Moura, M. (2012). Dança tradicional: Da tradição oral à aprendizagem da tradição. In S. M. Fernández, P. Roxo, & I. Iglésias (Eds.), *Proceedings of the XI SIBE (Iberian Society for Ethnomusicology) Conference, Musics and Knowledge in Transit, Lisbon 2010* (pp. 1-12). Lisboa: SIBE.
- Neto, C. (1995). *Motricidade e Jogo na Infância*. Sprint.
- Neto, C. (2020). *Libertem as crianças- A urgência de brincar e ser ativo*. Contraponto.
- O'Brien, L. (2009). Learning outdoors: the Forest School approach. In: *Education*. 3–13. 37(1), (pp 45- 60).
- O'Hara, K., Costa, L., Pinho, J., Vasques, F., & Amaral, M. (2020). Expedição à Serra & Escola Ativa: um exemplo de integração no 1º ciclo. In R. Mendes, M. J. Silva, & E. Sá, *Estudos de Desenvolvimento Motor da Criança XIII* (pp. 75-77). Universidade de Coimbra.
- Oliveira, J. (2017). *Interdisciplinaridade como Estratégia de Ensino-Aprendizagem no 1o CEB e em Português e História e Geografia de Portugal no 2o CEB. Relatório de Estágio do Mestrado em Ensino do 1o Ciclo do Ensino Básico e de Português e História e Geografia de Portugal no 2o Ciclo do Ensino Básico*, Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti, Porto, Portugal.
- OECD (2018). *The future of Education and Skills: Education 2030*. OECD Publishing.
- Paixão, C. (2015). *O Estudo do Meio como promotor de Interdisciplinaridade. Relatório do Projeto de Investigação com vista à obtenção do grau de Mestre em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1º Ciclo do Ensino Básico*, Instituto Politécnico de Setúbal. Escola Superior de Educação.
- Pate, R., O'Neill, J. & Mitchell, J. (2010). Measurement of physical activity in preschool children. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 10, 508-512. doi: 10.1249/MSS.0b013e3181cea116

- Patel, A. V., Friedenreich, C. M., Moore, S. C., Hayes, S. C., Silver, J. K., Campbell, K. L., Winters-Stone, K., Gerber, L. H., George, S. M., Fulton, J. E., Denlinger, C., Morris, G. S., Hue, T., Schmitz, K. H., & Matthews, C. E. (2019). American College of Sports Medicine Roundtable Report on Physical Activity, Sedentary Behavior, and Cancer Prevention and Control. *Medicine and science in sports and exercise*, 51(11), 2391–2402. <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000002117>
- Pereira, M. (2016). A utilização da Expressão e Educação Físico-Motora como indutor de aprendizagens do Estudo do Meio. Relatório Final de Estágio do Mestrado em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1º Ciclo do Ensino Básico, Instituto Politécnico de Setúbal. Escola Superior de Educação.
- Piaget, J. (1972). Intellectual Evolution from Adolescence to Adulthood. *Human Development*, 15, 1-12. <http://dx.doi.org/10.1159/000271225>.
- Pombo, O. (2021). Interdisciplinaridade: ambições e limites. Alêtheia Editores.
- Pombo, O. (2004). Interdisciplinaridade: ambições e limites. Relógio D'Água Editores.
- Ramos, R., Figueiredo, A. & Coelho, A. (2021). Potencialidades da educação na natureza em contextos de infância: uma revisão sistemática de literatura Potencialidades da educação na natureza em contextos de infância: uma revisão sistemática da literatura. *Indagação Didática*, vol. 13 (3), julho de 2021. <https://doi.org/10.34624/id.v13i3.25569>
- Ribeiro, J.M., Brandão, C., & Costa, A.P. (2016). Metodologia de estudo de caso em saúde: contributo para a sua qualidade. In *Investigação qualitativa em saúde: conhecimento e aplicabilidade*. (1ª, pp 143-160). Ludomedia.
- Roldão, M. C., Peralta, H., & Martins, I. P. (2017). CURRÍCULO DO ENSINO BÁSICO E DO ENSINO SECUNDÁRIO: PARA A CONSTRUÇÃO DE APRENDIZAGENS ESSENCIAIS BASEADAS NO PERFIL DOS ALUNOS. Obtido de https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Curriculo/Projeto_Autonomia_e_Flexibilidade/ae_documento_enquadrador.pdf
- Sallis, J. (1987). A commentary on children and fitness: a Public Health perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 58(4): 326-330
- Santos, M. (2010). Leitura partilhada entre o jardim de infância e a família - um projeto de intervenção. Trabalho de projeto de mestrado. Escola Superior de Educação de

Paula Frassinetti, Porto. Obtido em Outubro de 2017, de <http://hdl.handle.net/20.500.11796/1076>

Siedtentop, D. (2005). The effective physical educator: then and now avec les hommages de l'auteur à Maurice. In F. Carreiro da Costa, & M G Valeiro, *The art and Science of teaching in physical education and sport* (pp. 89-104). Faculdade de Motricidade Humana.

Sérgio, M. (2008). *Textos insólitos*. Lisboa: Instituto Piaget.

Silva, J., Beltrame, T. S., Viana, M. S., Capistrano, R., & Oliveira, A. V. P. (2014). Autoeficácia e desempenho escolar de alunos do Ensino Fundamental. *Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, 18(3),411-420. doi: 10.1590/2175-3539/2014/0183760

Silva, M., Morgado, M., Oliveira, R. & Vieira, P. (2018). Associação da aptidão física com o sucesso escolar. In P. Rodrigues, A. Rebolo, F. Vieira, A. Dias & L. Silva, *Estudos em Desenvolvimento Motor da Criança* (pp. 65-71). Edições Piaget.

Snell, T. L., Simmonds, J. G., & Klein, L. M. (2020). Exploring the impact of contact with nature in childhood on adult personality. *Urban Forestry and Urban Greening*, 55(126864), 1–9. [https://doi.org/10.1016/j. ufug.2020.126864](https://doi.org/10.1016/j.ufug.2020.126864).

Souza, M. A. de ., Salgado, P. A. D. ., Chamon, E. M. Q. de O. ., & Fazenda, I. C. A. . (2022). Interdisciplinaridade e práticas pedagógicas: O que dizem os professores. *Revista Portuguesa De Educação*, 35(1), 4–25. <https://doi.org/10.21814/rpe.22479>

Teixeira, R. (2016). *Promoção da Interdisciplinaridade na Aprendizagem das Crianças da Educação Pré-Escolar e do 1.o Ciclo do Ensino Básico através do Uso de Materiais Didáticos*. Relatório de Estágio de Mestrado em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.o Ciclo do Ensino Básico, Universidade dos Açores, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Departamento de Educação, Ponta Delgada, Portugal. Thomas, F. & Harding, S. (2011). The role of Play. In J. White (Ed.) *Outdoor provision in the Early Years*. Sage Publications Ltd (pp. 12-22).

Thompson, H., Linchey, J. & Madsen, K. (2013). Are Physical Education Policies Working? A Snapshot from San Francisco, 2011. *Preventing Chronic Disease*, v. 10, n.1, p. 1-10.

Trindade, R. (2018). *Autonomia, flexibilidade e gestão curricular: relatos de práticas*. Leya Educação.

- Troiano, R. (2005). A timely meeting: objective measurement of physical activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, v.37, n.º 11, p. 1351-1353.
- Trost, S., Loprinzi, P., Moore, R. et al. (2011). Comparison of accelerometer cut points for predicting activity intensity in youth. *Med Sci Sports Exerc*, v.43, n.47, p. 1360-1368.
- Twohig-Bennett, C., Jones, A. (2018). The health benefits of the great outdoors: A systematic review and meta-analysis of greenspace exposure and health outcomes. *Environmental Research*, 166, 628-637).
- Ward, D. S., Evenson, K. R., Vaughn, A., Rodgers, A. B., & Troiano, R. P. (2005). Accelerometer use in physical activity: best practices and research recommendations. *Med Sci Sports Exerc*, 37(11 Suppl), S582-588.
- World Health Organization (2020). Global recommendations on physical activity for health. World Health Organization.
- Zaichkowsky, L. & Martinek, T. (1980). Development of Motor Skills. In: *Growth and Development: The Child and Physical Activity*. C. V. Mosby Company.

APÊNDICES

APÊNDICE 1



Declaração de Autorização

Nome *(completo e legível)* _____

autorizo o meu educando/a _____ *(nome completo e legível)*, da turma 2 da EB1 de Eiras a participar nas aulas de Educação Física, na mata e/ou na escola, durante o mês de março de 2022.

As aulas serão lecionadas pela Professora Titular de Turma.

As aulas serão alvo de análise para efeitos de estudo académico de cariz científico e pedagógico no âmbito do Mestrado em Jogo e Motricidade na Infância, IPC – Escola Superior de Educação, sendo necessário o uso de meios audiovisuais para o efeito.

Eiras, 3 de março de 2022

A professora,

(Rita Pereira)

Eu, _____, enc. educação do
aluno(a) _____

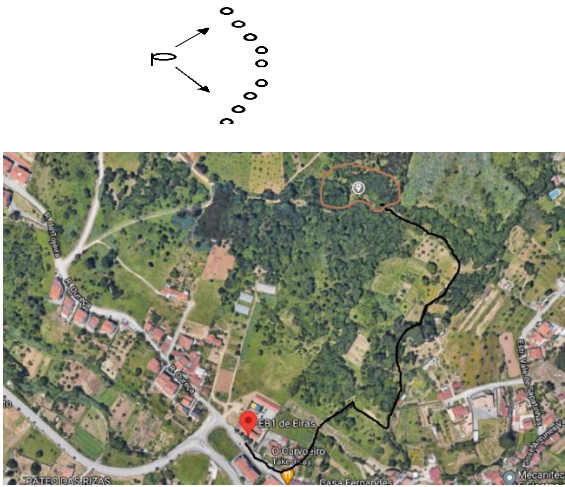
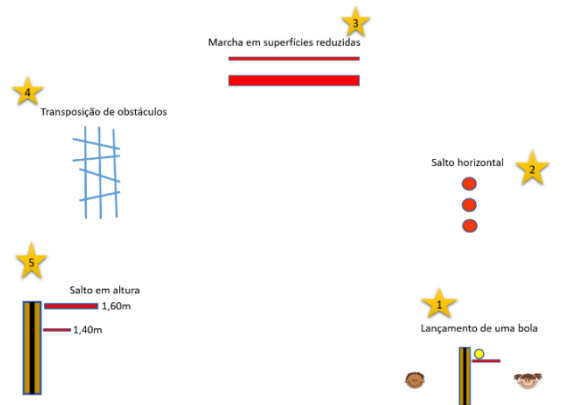
autorizo/ não autorizo *(riscar o que não interessa)* o meu educando(a) a participar nas aulas de Ed. Física na mata e/ou no campo da escola dinamizadas pela professora titular de turma, durante o mês de março, com recurso a gravação/fotografias, no âmbito do Mestrado em Jogo e Motricidade na Infância, IPC – Escola Superior de Educação.

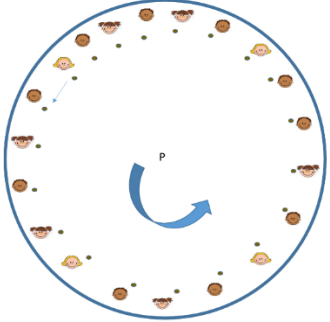
Data: ____ / 03 / 2022

O Encarregado de Educação _____

APÊNDICE 2

Aula N.º 1	Local Natureza	Dia: 9 março de 2022 1.ª semana	Hora: 9:30-10:15
População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)			
Conteúdos Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; marcha em superfícies reduzidas; salto em comprimento; salto na vertical; salto sobre um obstáculo; salto em duplo apoio; transposição de obstáculos; Perícias e Manipulações Lançamento por cima de um objeto e receção; Jogos Jogo de cooperação (apanhar pinhas, bugalhos e bolotas em grupos); jogo da mosca Educação Artística: Dança Apropriação e Reflexão			
Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de: Deslocamentos e Equilíbrios Correr em diversas direções evitando alguns obstáculos naturais (corrida na mata); Deslocar-se para a frente, para os lados e à retaguarda sobre superfícies reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio; Transpor obstáculos sucessivos, em corrida, colocados em distâncias irregulares, sem acentuadas mudanças de velocidade; Saltar em comprimento com receção em dois apoios; Saltar na vertical para tocar num objeto suspenso com receção equilibrada; Perícias e Manipulações Lançar para cima e posterior receção com as duas mãos por um outro aluno; Jogos Descobrir e recolher objetos (pinhas) para um local previamente definido e o mais rapidamente possível; Educação Artística: Dança Adequar movimentos do corpo com estruturas rítmicas marcadas pelo jogo cantado;			
Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional Recursos materiais: 100 m de sisal, cronómetro Recursos naturais: ramos de árvores, pinhas, bugalhos, bolotas, árvores, troncos de árvores, pedra			

Tempo		Organização	Tarefas/ Situações de aprendizagem
T	P		
Inicial			
15'	15' 2' 4' 4'		<p>Os alunos deslocam-se a pé para a mata/floresta próxima da escola.</p> <p>Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações.</p> <p>A professora organiza a classe em 5 grupos de 4 elementos e atribui a cada grupo um número (de 1 a 5).</p> <p>Tarefa 1: A professora explica o jogo “Floresta limpa”, em que os grupos têm de procurar no espaço delimitado o maior número possível de pinhas, bugalhos e bolotas e colocar no espaço reservado para esse efeito (dentro de um círculo de sisal) durante 4 minutos.</p> <p>Tarefa 2: Os alunos fazem a contagem dos elementos recolhidos.</p> <p>A professora dá o feedback e agradece o empenho de todos.</p> <p>No final, os alunos levam os materiais para o local indicado pela professora e voltam para o semicírculo.</p>
FUNDAMENTAL			<p>Cada estação está representada por um número de 1 a 5.</p> <p>A professora explica o que cada grupo faz em cada estação, enquanto exemplifica.</p> <p>Os grupos são distribuídos pelas estações e ao sinal da professora iniciam os exercícios.</p> <p>A cada 4min os grupos rodam de estação (em cada estação deverão repetir o exercício até terminar o tempo definido). Deverão aguardar pelo sinal da professora para rodar.</p> <p>Estação 1</p> <p>Os alunos, organizados por pares, lançam por cima de um tronco de uma árvore uma pinha, um lança a pinha e o outro recebe e depois trocam de funções. Repetem o exercício durante o tempo de permanência na estação.</p> <p>Critério de eficácia: lançar por cima do ramo e receber a pinha.</p> <p>Nível avançado: lançar e receber a pinha a uma distância de 5 metros; Nível intermédio: lançar e receber a pinha a uma distância de 3 metros.</p> <p>Estação 2</p> <p>Os alunos realizam o jogo da mosca.</p> <p>Os alunos colocam-se em fila e definem qual será a “mosca”, o último aluno que tem a função de aumentar a distância das pedras com passos maiores.</p>
13'	3'		

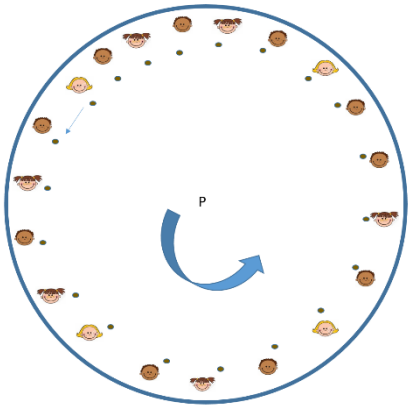
<p>23</p> <p>36'</p>		<p>Colocam-se as pedras à distância de um pé entre si e todos os alunos têm que saltar sem tocar nelas.</p> <p>Quando, por último, salta a mosca, aumenta a distância da última pedra com o seu passo. No lugar onde o último pé da mosca toca no chão, coloca-se então a pedra e o jogo reinicia depois do lado onde se aumentou a distância.</p> <p>A distância das pedras vai aumentando e perde quem não conseguir saltar a mesma distância que a mosca.</p> <p>Critério de eficácia: saltar o mais longe possível.</p> <p>Estação 3</p> <p>Os alunos caminham sobre uma superfície reduzida (tronco no chão) e voltam deslocando-se lateralmente sobre o tronco.</p> <p>Critério de eficácia: deslocar-se sobre um tronco sem se desequilibrar.</p> <p>Nível avançado: o aluno caminha num tronco com menor diâmetro; Nível intermédio: o aluno caminha num tronco com maior diâmetro.</p> <p>Estação 4</p> <p>Cada aluno transpõe os obstáculos da floresta (teia construída) no espaço previamente delimitado. Quando terminar inicia o seu colega.</p> <p>Devem realizar o exercício todos os elementos do grupo, tentando não tocar na teia.</p> <p>Critério de eficácia: o aluno transpõe a teia sem tocar no sisal.</p> <p>Nível avançado: o aluno transpõe a teia; Nível intermédio: o aluno transpõe a teia com malha maior (buracos com diâmetro com cerca de 60 cm).</p> <p>Estação 5</p> <p>Os alunos saltam para tocar num ramo de árvore com receção equilibrada no solo.</p> <p>Critério de eficácia: saltar na vertical e tocar no ramo.</p> <p>Nível avançado: o aluno toca no ramo a 1,60 m; Nível intermédio: o aluno toca no ramo a 1,40 m.</p>
<p>FINAL</p> <p>41'</p>	<p>Roda simples concêntrica</p> 	<p>A professora ensina o jogo cantado verso a verso e os alunos repetem para memorização.</p> <p>“Lá vai uma, Lá vão duas, três pombinhas a voar, Uma é minha, Outra é tua, Outra é de quem a apanhar.”</p> <p>Todos juntos, com uma pinha segura na mão direita, sentados no chão, vão repetir o jogo cantado realizando um movimento sincronizado entre todos.</p> <p>“Lá vai uma,” – quando dizem “uma”, todos passam a pinha para o colega do lado direito;</p> <p>“Lá vão duas” – quando dizem “duas”, passam a pinha que receberam do colega do lado esquerdo para o lado direito;</p>

45'	<p>Na sala de aula os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios (ver apêndice 1).</p>	<p>“Três pombinhas a voar,” quando dizem estas palavras, passam a pinha para o colega do lado direito; “Uma é minha,” – todos passam a pinha para o colega do lado direito; “Outra é tua” – quando dizem tua, passam a pinha que receberam do colega do lado esquerdo para o lado direito; “Outra é de quem a apanhar,” quando dizem estas palavras, passam a pinha para o colega do lado direito; “Uma é minha,” – todos passam a pinha para o colega do lado direito;</p> <p>A professora dá o feedback da aula e faz uma avaliação do desempenho dos alunos na aula.</p>
-----	--	---

APÊNDICE 3

Aula N.º 2	Local Escola	10 março de 2022 1.ª semana	Hora: 9:30-10:15
População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)			
Conteúdos Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; marcha em superfícies reduzidas; salto em comprimento; salto na vertical; salto sobre um obstáculo; salto em duplo apoio; transposição de obstáculos; Perícias e Manipulações Lançamento por cima de um objeto e receção; Jogos Jogo de cooperação (apanhar bolas, tampas de copos de iogurte); jogo da mosca Educação Artística: Dança Apropriação e Reflexão			
Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de: Deslocamentos e Equilíbrios Correr em diversas direções evitando alguns obstáculos (corrida no campo); Deslocar-se para a frente, para os lados e à retaguarda sobre superfícies reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio; Transpor obstáculos sucessivos, em corrida, colocados em distâncias irregulares, sem acentuadas mudanças de velocidade; Saltar em comprimento com receção em dois apoios; Saltar na vertical para tocar num objeto suspenso com receção equilibrada; Perícias e Manipulações Lançar para cima e posterior receção com as duas mãos por um outro aluno; Jogos Descobrir e recolher objetos para um local previamente definido e o mais rapidamente possível; Educação Artística: Dança Adequar movimentos do corpo com estruturas rítmicas marcadas pelo jogo cantado;			
Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional Recursos materiais: 5 cordas, cronómetro, bolas, pinos, 5 arcos, 8 pneus, tampas			

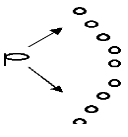
Tempo		Organização	Tarefas/ Situções de aprendizagem
T	P		
Inicial			
15'	15' 2'		<p>Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações. A professora organiza a classe em 5 grupos de 4 elementos e atribui a cada grupo um número (de 1 a 5).</p> <p>Tarefa 1: A professora explica o jogo “Campo Limpo”, em que os grupos terão de procurar no espaço delimitado o maior número possível de elementos (bolas, pinos) e colocar no espaço reservado para esse efeito (dentro de um arco) durante 4 minutos.</p> <p>Tarefa 2: Os alunos fazem a contagem dos elementos recolhidos. A professora dá o feedback e agradece o empenho de todos. No final, os alunos levam os materiais para o local indicado pela professora e voltam para o semicírculo.</p>
10'	4' 4'		
FUNDA MENTAL	3'		
13'	3'		<p>Cada estação está representada por um número de 1 a 5. A professora explica o que cada grupo faz em cada estação, enquanto exemplifica. Os grupos são distribuídos pelas estações e ao sinal da professora iniciam os exercícios. A cada 4min os grupos rodam de estação (em cada estação deverão repetir o exercício até terminar o tempo definido). Deverão aguardar pelo sinal da professora para rodar.</p> <p>Estação 1 Os alunos, organizados por pares, lançam por cima de uma corda uma bola, um lança a bola e o outro recebe e depois trocam de funções. Repetem o exercício durante o tempo de permanência na estação. Critério de eficácia: lançar a bola por cima da corda e receber a bola. Nível avançado: lançar e receber a bola a uma distância de 4 metros; Nível intermédio: lançar e receber a bola a uma distância de 2 metros.</p> <p>Estação 2 Os alunos realizam o jogo da mosca. Os alunos colocam-se em fila e determinam qual será a “mosca”, o último aluno que tem a função de aumentar a distância das pedras com passos maiores. Colocam-se as pedras à distância de um pé entre si e todos os alunos têm de saltar sem as tocar. Quando, por último, salta a mosca, aumenta a distância da última pedra com o seu passo. No lugar onde o último pé da mosca toca no chão,</p>

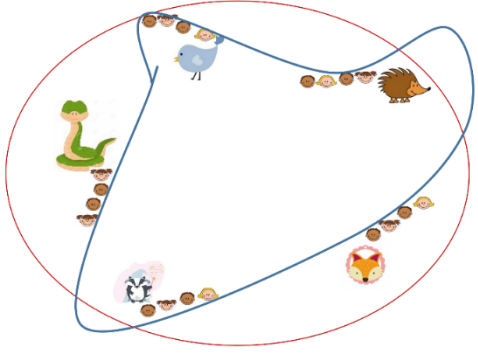
<p>23'</p> <p>36'</p>		<p>coloca-se então a pedra e o jogo reinicia depois do lado onde se aumentou a distância. A distancia das pedras vai aumentando e perde quem não conseguir saltar a mesma distancia que a mosca. Critério de eficácia: saltar o mais longe possível. Estação 3 Os alunos caminham sobre uma superfície reduzida (muro no campo da escola) e voltam deslocando-se lateralmente sobre o muro. Critério de eficácia: deslocar-se sobre um muro sem se desequilibrar. Nível avançado: o aluno caminha num muro com menor largura; Nível intermédio: o aluno caminha numa corda colocada no solo. Estação 4 Cada aluno transpõe os obstáculos (pneus) no espaço previamente delimitado. Quando terminar inicia o seu colega. Deverão realizar o exercício todos os elementos do grupo, tentando não tocar nos pneus. Critério de eficácia: o aluno transpõe os pneus sem lhes tocar. Nível avançado: o aluno transpõe os pneus saltando a pés juntos; Nível intermédio: o aluno transpõe os pneus intercalando os pés. Estação 5 Os alunos saltam para tocar numa corda com receção equilibrada no solo. Critério de eficácia: saltar na vertical e tocar na corda. Nível avançado: o aluno toca na corda a 1,60 m; Nível intermédio: o aluno toca na corda a 1,40 m.</p>
<p>FINAL</p>		<p>A professora recorda o jogo cantado verso a verso. “Lá vai uma, Lá vão duas, três pombinhas a voar, Uma é minha, Outra é tua, Outra é de quem a apanhar.”</p>
<p>2'</p> <p>41'</p> <p>4'</p>	<p>Roda simples concêntrica</p> 	<p>JOGO CANTADO Todos juntos, com uma tampinha de iogurte segura na mão direita, sentados no chão, vão repetir o jogo cantado realizando um movimento sincronizado entre todos. “Lá vai uma,” – quando dizem “uma”, todos passam a tampa para o colega do lado direito; “Lá vão duas” – quando dizem “duas”, passam a tampa que receberam do colega do lado esquerdo para o lado direito; “Três pombinhas a voar,” quando dizem estas palavras, passam a tampa para o colega do lado direito; “Uma é minha,” – todos passam a tampa para o colega do lado direito;</p>

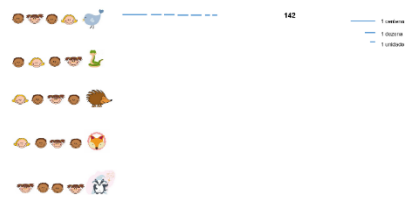
45'	<p>Na sala de aula os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.</p>	<p>“Outra é tua” – quando dizem tua, passam a tampa que receberam do colega do lado esquerdo para o lado direito; “Outra é de quem a apanhar,” quando dizem estas palavras, passam a tampa para o colega do lado direito; “Uma é minha,” – todos passam a tampa para o colega do lado direito; VARIANTE 1. Repetir o jogo cantado e tentar realizar os movimentos de forma mais rápida. 2. Repetir o jogo cantado com a mão esquerda.</p> <p>A professora dá o feedback da aula e faz uma avaliação do desempenho dos alunos na aula.</p>
-----	---	---

APÊNDICE 4

Na Aula N.º 3	Local Natureza (interdisciplinar)	Dia: 11 março de 2022 1.ª semana	Hora: 9:30-10:15
População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)			
Conteúdos Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; marcha em superfícies reduzidas; salto em comprimento; salto em altura; salto sobre um obstáculo; salto em duplo apoio; transposição de obstáculos; Perícias e Manipulações Lançamento na vertical de um objeto e receção; Jogos Jogo de cooperação (apanhar pinhas, bugalhos e bolotas em grupos); jogo da mosca Estudo do Meio Seres vivos: semelhanças e diferenças observáveis; Matemática Contagens progressivas; Leitura de números; Educação Artística: Dança Movimentos locomotores e formas do corpo; Artes Visuais Criação de animais utilizando variadas técnicas.			
Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de: Deslocamentos e Equilíbrios Correr em diversas direções evitando alguns obstáculos naturais (corrida na mata); Deslocar-se para a frente, para os lados e à retaguarda sobre superfícies reduzidas e elevadas, mantendo o equilíbrio; Transpor obstáculos sucessivos, em corrida, colocados em distâncias irregulares, sem acentuadas mudanças de velocidade; Saltar em comprimento, após corrida de balanço e chamada a um pé, com receção em dois apoios; Saltar na vertical para tocar num objeto suspenso, após corrida de balanço com receção equilibrada; Perícias e Manipulações Lançar para cima e posterior receção com as duas mãos por um outro aluno; Jogos Descobrir e recolher objetos (pinhas) para um local previamente definido e o mais rapidamente possível; Estudo do Meio Categorizar os seres vivos de acordo com semelhanças e diferenças observáveis (animais, tipos de revestimento, locomoção) Matemática Ler e representar números no sistema de numeração decimal até 999 e identificar o valor posicional de um algarismo; Reconhecer e utilizar diferentes representações para o mesmo número e relacioná-las. Educação Artística: Dança Criar, de forma individual ou em grupo, pequenas sequências de movimento e/ou composições coreográficas a partir de dados concretos ou abstratos, em processos de improvisação (livre ou parcialmente condicionada); Artes Visuais Manifestar capacidades expressivas e criativas nas suas produções plásticas, evidenciando os conhecimentos adquiridos;			
Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e 1 Assistente Operacional Recursos materiais: 100m sisal, cartões de pontuação, cronómetro, telemóvel, coluna, 5 animais Recursos naturais: ramos de árvores, pinhas, bugalhos, bolotas, árvores, troncos de árvores, pedras			

Tempo		Organização	Tarefas/ Situções de aprendizagem
T	P		
Inicial			
15'	15' 2'	Os alunos escutam parte da história "Arrumado" na sala de aula "Apresentação e arrumação da floresta"	<p>Os alunos deslocam-se a pé para a mata/floresta próxima da escola.</p> <p>Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações.</p> <p>A professora organiza a classe em 5 grupos de 4 elementos e atribui a cada grupo um número (de 1 a 5).</p> <p>Tarefa 1: A professora explica o jogo "Floresta limpa", em que os grupos terão de procurar no espaço delimitado o maior número possível de pinhas, bugalhos e bolotas e colocar no espaço reservado para esse efeito (dentro de um círculo de sisal) durante 4 minutos.</p> <p>Durante a gravação do som de um animal (animais presentes na história: texugo, raposa, cobra, ouriço, pássaros), os alunos identificam-no e deslocam-se como ele (durante todo o som) e depois continuam a corrida.</p> <p>Tarefa 2: Após a contagem dos materiais recolhidos, cada grupo aponta, num cartão de registo, o número realizado neste primeiro jogo.</p> <p>A professora dá o feedback e agradece o empenho de todos.</p> <p>No final, os alunos levam os materiais para o local indicado pela professora e voltam para o semicírculo.</p>
	4'		
10'	4'		
FUNDA MENTAL		Os alunos irão construir os animais presentes na história: texugo, raposa, cobra, ouriço, pássaros com materiais diversos (apelando à sua criatividade e aplicando os seus conhecimentos sobre o revestimento). Estes animais estarão dispostos pelas estações.	<p>A professora explica o que cada grupo faz em cada estação, enquanto exemplifica.</p> <p>Os grupos são distribuídos pelas estações e ao sinal da professora iniciam os exercícios.</p> <p>A cada 4min os grupos param e rodam (em cada estação deverão repetir o exercício até terminar o tempo definido). Devem aguardar pelo sinal da professora para rodar.</p> <p>Em cada estação os grupos registam, no cartão, o número de tentativas que a equipa efetuou. Só depois, ao sinal da professora, rodam.</p> <p>Estação 1 (texugo)</p> <p>Os alunos (2 a 2) lançam por cima de um tronco de uma árvore uma pinha, um lança a pinha e o outro recebe e depois trocam de funções. Repetem o exercício durante o tempo de permanência na estação.</p> <p>Critério de eficácia: lançar por cima do ramo e receber a pinha.</p> <p>Nível avançado: lançar e receber a pinha a uma distância de 5 metros; Nível intermédio: lançar e receber a pinha a uma distância de 3 metros.</p> <p>Estação 2 (raposa)</p> <p>Os alunos realizam o jogo da mosca.</p>
13'	3' 23'		

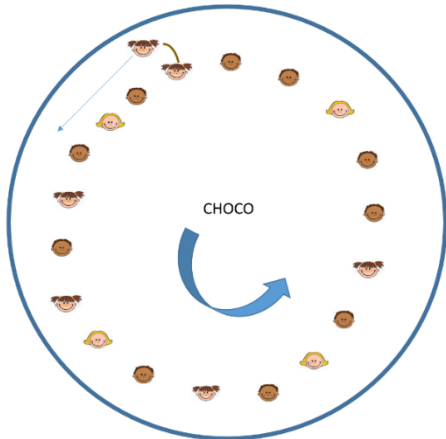
<p>36'</p>		<p>Os alunos posicionam-se em fila e definem quem será a "mosca", o último aluno que tem a função de aumentar a distância das pedras com passos maiores.</p> <p>Colocam-se as pedras à distância de um pé entre si e todos os alunos têm de saltar sem tocar nelas. Quando, por último, salta a mosca, aumenta a distância da última pedra com o seu passo. No lugar onde o teu último pé toca no chão, coloca-se então a pedra e o jogo reinicia depois do lado onde se aumentou a distância.</p> <p>A distancia das pedras vai aumentando e perde quem não conseguir saltar a mesma distancia que a mosca.</p> <p>Critério de eficácia: saltar o mais longe possível.</p> <p>Estação 3 (cobra)</p> <p>Os alunos caminham sobre uma superfície reduzida (tronco no solo) e voltam deslocando-se lateralmente sobre o tronco.</p> <p>Critério de eficácia: deslocar-se sobre um tronco sem se desequilibrar.</p> <p>Nível avançado: o aluno caminha num tronco com menor diâmetro; Nível intermédio: o aluno caminha num tronco com maior diâmetro.</p> <p>Estação 4 (ouriço)</p> <p>Cada aluno transpõe os obstáculos da floresta (teia construída com sisal) no espaço previamente delimitado. Quando terminar inicia o seu colega.</p> <p>Deverão realizar o exercício todos os elementos do grupo, tentando não tocar na teia.</p> <p>Critério de eficácia: o aluno transpõe a teia sem tocar no sisal.</p> <p>Nível avançado: o aluno transpõe a teia; Nível intermédio: o aluno transpõe a teia com malha maior (buracos com diâmetro com cerca de 60 cm).</p> <p>Estação 5 (pássaros)</p> <p>Os alunos saltam para tocar num ramo de árvore com receção equilibrada no solo.</p> <p>Critério de eficácia: saltar em altura e tocar no ramo.</p> <p>Nível avançado: o aluno toca no ramo a 1,60 m; Nível intermédio: o aluno toca no ramo a 1,40 m.</p>
<p>FINAL</p>		<p>Os alunos posicionam-se em círculo.</p> <p>De seguida, a professora explica a composição dançada entre os animais.</p> <p>Os animais que estavam nas estações estão agora dispostos pela mata.</p> <p>Os grupos andam em coluna aleatoriamente pelo espaço próximo dos animais. Ao som da professora (tocando com duas pinhas), o primeiro aluno do grupo toca num animal e, por magia, transformam-se nesse animal, primeiro com a forma do corpo, depois desloca-se como esse animal e termina com a forma do corpo. Os seus colegas deverão imitar. Os grupos deslocam-se pela mata e ao som da professora (som das pinhas) voltam ao normal.</p> <p>Depois o aluno que estava a frente na coluna vai para último e repetem o esquema até que todos os alunos sejam o primeiro.</p>
<p>5'</p>		
<p>41'</p>		

45'	4'	 <p>Na sala de aula Os alunos realizam uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios. Os grupos trabalham a escrita dos números (pontuações) por extenso e por classes. Registo em tabelas.</p>	<p>Depois, os grupos analisam os dados das suas pontuações e através da Dança das Classes, expressam o número e os restantes grupos terão de descobrir, sendo que 1 passo grande corresponde 1 centena, 1 passo médio = 1 dezena e 1 passo pequeno = 1 unidade.</p> <p>A professora dá o feedback da aula e faz uma avaliação do desempenho dos alunos na aula.</p>
-----	----	--	---

APÊNDICE 5

Aula N.º 4	Local Escola	14 março de 2022 2.ª semana	Hora: 9:30-10:15
População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)			
Conteúdos Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; salto em apoio unipedal; salto sobre um obstáculo; salto em duplo apoio; transposição de obstáculos; rolamento longitudinal; Perícias e Manipulações Lançamento de bola com precisão; Jogos Jogo de cooperação: corrida de estafeta; “Agarra o lenço”; Educação Artística: Dança Apropriação e Reflexão			
Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de: <u>Deslocamentos e Equilíbrios</u> Transpor obstáculos sucessivos, sem acentuadas mudanças de velocidade; Realizar saltos de coelho no solo, com amplitudes variadas, evitando o avanço dos ombros no momento do apoio das mãos; Subir e descer uma corda suspensa; <u>Perícias e Manipulações</u> Lançar uma bola em precisão a um alvo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; Saltar à corda no lugar com coordenação global e fluidez de movimentos; <u>Jogos</u> Cooperar com os seus pares e alcançar o objetivo de cada jogo; <u>Educação Artística:</u> <u>Dança</u> Adequar movimentos do corpo com estruturas rítmicas marcadas pelo jogo cantado;			
Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional Recursos materiais: 5 cordas, 5 cordas com 5m, 10 pneus, 5 bolas, cronómetro, 1 arco, fita adesiva de 2 cores, 5 folhas A3 coloridas			

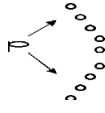

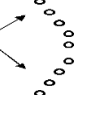
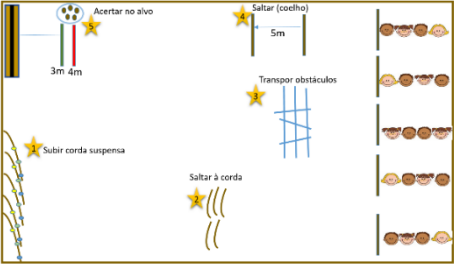
Tempo		Organização	Tarefas/ Situções de aprendizagem
T	P		
Inicial			
12'	3'		<p>Os alunos posicionam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações: a professora apresenta os grupos de trabalho para a aula, formando 5 grupos de 4 elementos.</p> <p>Tarefa 1: A professora explica o jogo a realizar. Os alunos realizam um jogo de corrida de estafetas, posicionando-se atrás de uma marcação. Depois o primeiro da coluna de cada grupo move-se o mais rápido possível, numa distância de 10 metros e regressa para junto da sua equipa. Os alunos movem-se de acordo com as indicações da professora (corrida; salto de coelho; rolamento longitudinal no colchão e salto unipedal), cada equipa escolhe a ordem da equipa para realizar a corrida de estafetas, tendo em conta o exercício.</p> <p>Ganha a equipa/grupo que primeiro conseguir concluir todas as distâncias.</p> <p>Tarefa 2: Os alunos mantêm os grupos já formados, realizam o jogo "Apanha o lenço". Em cada uma das equipas/grupos, as crianças devem estar em coluna e a segurar os ombros do colega que está à sua frente. O último jogador enfia um lenço/corda no bolso de trás. O primeiro jogador será a cabeça do grupo e vai tentar conduzir a sua equipa até à cauda da equipa adversária para arrancar o lenço do bolso.</p> <p>Ganha a equipa/grupo que tiver em sua posse mais lenços.</p>
	5'		
	1'		
	3"		
FUNDA MENTAL			<p>Mantendo os grupos, estes colocam-se à mesma distância e ao sinal da professora os primeiros 4 elementos iniciam o exercício 1. Depois de fazerem passarem ao exercício 2 e assim sucessivamente. O aluno quando vê o seu colega a chegar ao exercício 2, inicia o exercício 1. O aluno não poderá seguir para o próximo exercício se o seu colega ainda lá estiver, aguardando no mesmo exercício.</p> <p>Repetem 3 vezes todos os elementos do grupo.</p> <p>Ganha a equipa/grupo que terminar em primeiro todos os exercícios o número de repetições pedidas.</p> <p>Exercício 1 Cada aluno sobe uma corda suspensa e toca num dos nós (diferentes cores para diferentes alturas). Critério de eficácia: subir o mais alto possível e descer de forma equilibrada a corda alternando a ação das mãos e membros inferiores. Nível avançado: o aluno sobe até ao terceiro nó a 1,50m; Nível intermédio: o aluno sobe até ao primeiro nó/cor.</p>
15'	3'		
	20'		

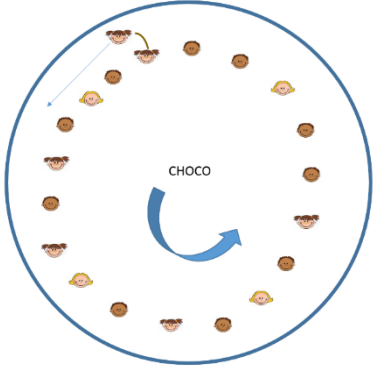
<p>35'</p>		<p>Exercício 2 Cada aluno salta 5 vezes à corda nas marcas no chão (em apoio unipedal ou em duplo apoio). Cada aluno tem 3 tentativas. Critério de eficácia: saltar 5 vezes à corda sem interrupções. Nível avançado: o aluno salta 5 vezes sem interrupções; Nível intermédio: o aluno salta 2 vezes sem interrupções e, se necessitar, com um ressalto prévio.</p> <p>Exercício 3 Cada aluno transpõe os obstáculos (10 pneus), num percurso com cerca de 1,5m, em que terão de saltar em duplo apoio. Critério de eficácia: concluir o trajeto mantendo o equilíbrio. Nível avançado: o aluno faz o percurso mantendo o equilíbrio saltando em duplo apoio; Nível intermédio: o aluno faz o percurso saltando alternadamente.</p> <p>Exercício 4 Cada aluno realiza saltos de coelho numa distância de 5m. Critério de eficácia: concluir o caminho com saltos de coelho. Nível avançado: o aluno conclui o caminho de 5m com saltos de coelho. Nível intermédio: o aluno realiza os saltos de coelho numa distância menor.</p> <p>Exercício 5 Cada aluno lança a bola a uma marca na parede e recebe a bola a uma distância de 4 metros. O aluno tem 2 tentativas. Critério de eficácia: acertar com a bola na marca delimitada e receber a bola. Nível avançado: o aluno acerta na marca a uma distância de 4 m e recebe-a após o ressalto na parede; Nível intermédio: o aluno acerta na marca a uma distância de 3m e recebe-a após o ressalto na parede.</p>
<p>FINAL</p>	<p>Roda simples concêntrica</p>	<p>Os alunos ouvem a explicação do jogo cantado “Lencinho”.</p>
<p>37'</p>	<p>2'</p> <p>8'</p> 	<p>Os alunos colocam-se em roda, com as mãos atrás das costas. Uma outra criança, escolhida anteriormente, corre à volta e por fora da roda feita pelos colegas com um lenço na mão. O centro da roda é o local de castigo: o choco.</p> <p>Ninguém na roda pode olhar para trás, podendo apenas espreitar por entre as suas pernas quando o jogador com o lenço passa. Quando a criança que tem o lenço entender, deixa-o cair discretamente atrás de um dos companheiros da roda e continua a correr.</p> <p>Se, entretanto, o colega da roda descobrir que o lenço está caído atrás de si apanha-o e tenta agarrar o outro que, continuando a correr, tenta alcançar o lugar que foi deixado vago na roda pelo primeiro. Se não o conseguir agarrar, continua o jogo, correndo à volta da roda e indo deixar o lenço atrás de outro. Se o conseguir agarrar, o que corria de lenço na mão vai de castigo para o choco, sendo a “pata choca”. No choco, tem de estar de cócoras.</p>

45'	<p>Na sala de aula, os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.</p>	<p>Pode acontecer que a criança da roda não repare que o lenço caiu atrás de si. Se assim acontecer, a que corre, depois de dar uma volta completa à roda, alcança o lenço no local onde o deixou cair. Neste caso, passa o primeiro para o choco tornando-se a “pata choca”. A criança que corria com o lenço na mão continua deixando cair o lenço atrás de outro. Um jogador só se livra do choco quando um outro jogador para lá vai (no choco só pode estar uma “pata choca”). Também se livra do choco se conseguir apanhar o lenço caído atrás de alguém. Neste caso, esse alguém vai para o choco.</p> <p>É vulgar que as crianças ajudem a criança que corre e cantam repetidamente, esta estrofe:</p> <p>“Eu perdi, eu perdi o meu lencinho No terreiro, no terreiro a brincar Minha mãe, minha mãe não me dá outro Eu fiquei, eu fiquei a chorar...” “Aqui vai o lenço, aqui fica o lenço, ...” (repetidamente)</p> <p>A professora dá o feedback da aula.</p>
-----	---	--

APÊNDICE 6

Aula N.º 5	Local Natureza	Dia: 16 março de 2022	Hora: 9: 30-10:15
		2.ª semana	
<p>População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)</p>			
<p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; salto em apoio unipedal; salto sobre um obstáculo; salto em duplo apoio; transposição de obstáculos; rolamento longitudinal;</p> <p>Perícias e Manipulações Lançamento de bola com precisão;</p> <p>Jogos Jogo de cooperação: corrida de estafeta; “Agarra o eucalipto”;</p> <p>Educação Artística:</p> <p>Dança Apropriação e Reflexão</p>			
<p>Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p><u>Deslocamentos e Equilíbrios</u> <ul style="list-style-type: none"> Transpor obstáculos sucessivos, sem acentuadas mudanças de velocidade; Realizar saltos de coelho no solo, com amplitudes variadas, evitando o avanço dos ombros no momento do apoio das mãos; Subir e descer uma corda suspensa; </p> <p><u>Perícias e Manipulações</u> <ul style="list-style-type: none"> Lançar uma bola em precisão a um alvo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; Saltar à corda no lugar com coordenação global e fluidez de movimentos; </p> <p><u>Jogos</u> Cooperar com os seus pares e alcançar o objetivo de cada jogo;</p> <p><u>Educação Artística:</u></p> <p><u>Dança</u> Adequar movimentos do corpo com estruturas rítmicas marcadas pelo jogo cantado;</p>			
<p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional</p> <p>Recursos naturais: 5 cordas, 5 cordas com 5m, sisal, 5 pinhas, cronómetro, paus, 10 troncos/paus cortados</p>			

Tempo		Organização	Tarefas/ Situações de aprendizagem
T	P		
Inicial			
12'	3'		<p>Os alunos posicionam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações: a professora apresenta os grupos de trabalho para a aula, formando 5 grupos de 4 elementos.</p> <p>Tarefa 1: A professora explica o jogo a realizar. Os alunos realizam um jogo de corrida de estafetas, posicionando-se atrás de uma marcação. Depois do primeiro da coluna de cada grupo move-se o mais rápido possível, numa distância de 10 metros e regressa para junto da sua equipa. Os alunos movem-se de acordo com as indicações da professora (corrida; salto de coelho; rolamento longitudinal e salto unipedal), cada equipa escolhe a ordem da equipa para realizar a corrida de estafetas, tendo em conta o exercício. Ganha a equipa/grupo que primeiro conseguir concluir todas as distâncias.</p> <p>Tarefa 2: Os alunos mantêm os grupos já formados, realizam o jogo "Apanha o eucalipto". Em cada uma das equipas/grupos, as crianças devem estar em coluna e a segurar os ombros do colega que está à sua frente. O último jogador enfia um lenço/corda no bolso de trás. O primeiro jogador será a cabeça do grupo e vai tentar conduzir a sua equipa até à cauda da equipa adversária para arrancar o lenço do bolso. Ganha a equipa/grupo que tiver em sua posse mais lenços.</p>
	5'		
3"			
FUNDA MENTAL	3'		<p>Mantendo os grupos, estes colocam-se à mesma distância e ao sinal da professora os primeiros 4 elementos iniciam o exercício 1. Depois de fazerem passam ao exercício 2 e assim sucessivamente. O aluno quando vê o seu colega a chegar ao exercício 2, inicia o exercício 1. O aluno não poderá seguir para o próximo exercício se o seu colega ainda lá estiver, aguardando no mesmo exercício. Repetem 3 vezes todos os elementos do grupo. Ganha a equipa/grupo que terminar em primeiro todos os exercícios o número de repetições pedidas.</p> <p>Exercício 1 Cada aluno sobe uma corda suspensa e toca num dos nós (diferentes cores/nós para diferentes alturas). Critério de eficácia: subir o mais alto possível e descer de forma equilibrada a corda alternando a ação das mãos e membros inferiores.</p>
20'			

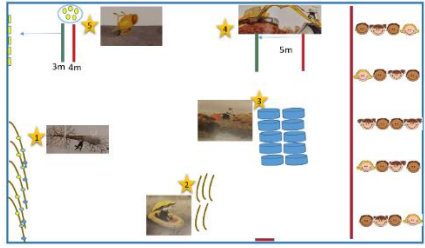
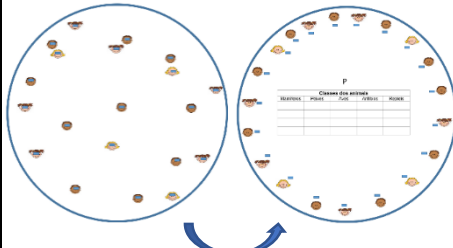
35'			<p>Nível avançado: o aluno sobe até ao terceiro nó a 1,50m; Nível intermédio: o aluno sobe até ao primeiro nó/cor a 0,50m.</p> <p>Exercício 2 Cada aluno salta 5 vezes à corda nas marcas no chão (em apoio unipedal ou em duplo apoio). Cada aluno tem 3 tentativas. Critério de eficácia: saltar 5 vezes à corda sem interrupções. Nível avançado: o aluno salta 5 vezes sem interrupções; Nível intermédio: o aluno salta 2 vezes sem interrupções e, se necessitar, com um ressalto prévio.</p> <p>Exercício 3 Cada aluno transpõe os obstáculos (troncos cortados), num percurso com cerca de 1,5m, em que terão de saltar em duplo apoio. Critério de eficácia: concluir o trajeto mantendo o equilíbrio. Nível avançado: o aluno faz o percurso mantendo o equilíbrio saltando em duplo apoio; Nível intermédio: o aluno faz o percurso saltando alternadamente.</p> <p>Exercício 4 Cada aluno realiza saltos de coelho numa distância de 5m. Critério de eficácia: concluir o caminho com saltos de coelho. Nível avançado: o aluno conclui o caminho de 5m com saltos de coelho. Nível intermédio: o aluno realiza os saltos de coelho numa distância menor.</p> <p>Exercício 5 Cada aluno lança a pinha a uma marca na árvore a uma distância de 4 metros. O aluno tem 2 tentativas. Critério de eficácia: acertar com a bola na marca na árvore. Nível avançado: o aluno acerta na marca a uma distância de 4 m; Nível intermédio: o aluno acerta na marca a uma distância de 3m.</p>
FINAL			<p>Os alunos recordam o jogo cantado e fazem uma adaptação à letra "Lencinho".</p>
37'	2'	<p>Roda simples concêntrica</p> 	<p>Os alunos colocam-se em roda, com as mãos atrás das costas. Uma outra criança, escolhida anteriormente, corre à volta e por fora da roda feita pelos colegas com uma casca de eucalipto na mão. O centro da roda é o local de castigo: o choco.</p> <p>Ninguém na roda pode olhar para trás, podendo apenas espreitar por entre as suas pernas quando o jogador com o lenço passa. Quando a criança que tem a casca entender, deixa-a cair discretamente atrás de um dos companheiros da roda e continua a correr.</p> <p>Se, entretanto, o colega da roda descobrir que a casca está caída atrás de si apanha-a e tenta agarrar o outro que, continuando a correr, tenta</p>
	8'		

<p>45'</p>	<p>Na sala de aula, os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.</p>	<p>alcançar o lugar que foi deixado vago na roda pelo primeiro. Se não o conseguir agarrar, continua o jogo, correndo à volta da roda e indo deixar a casca atrás de outro. Se o conseguir agarrar, o que corria de casca na mão vai de castigo para o choco, sendo a “pata choca”. No choco, tem de estar de cócoras. Pode acontecer que a criança da roda não repare que a casca caiu atrás de si. Se assim acontecer, a que corre, depois de dar uma volta completa à roda, alcança a casca no local onde o deixou cair. Neste caso, passa o primeiro para o choco tornando-se a “pata choca”. A criança que corria com a casca na mão continua deixando cair a casca atrás de outro. Um jogador só se livra do choco quando um outro jogador para lá vai (no choco só pode estar uma “pata choca”). Também se livra do choco se conseguir apanhar a casca caída atrás de alguém. Neste caso, esse alguém vai para o choco. É vulgar que as crianças ajudem a criança que corre e cantam repetidamente, esta estrofe: “Eu perdi, eu perdi a minha casca Na mata, na mata a brincar Minha mãe, minha mãe não me dá outra Eu fiquei, eu fiquei a chorar...” “Aqui vai a casca, aqui fica a casca, ...” (repetidamente) A professora dá o feedback da aula.</p>
------------	---	---

APÊNDICE 7

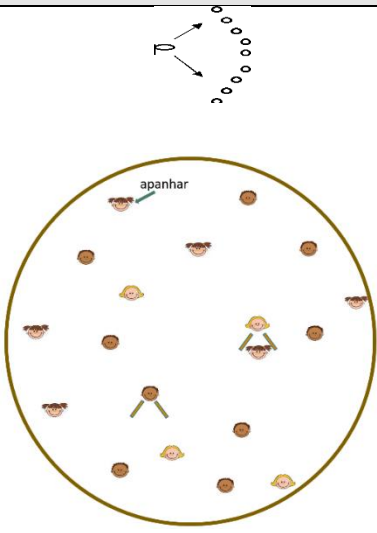
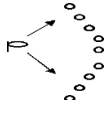
Aula N.º 6	Local Escola (interdisciplinar)	Dia: 18 março de 2022 2.ª semana	Hora: 9:30- 10:15
População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)			
Conteúdos Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; salto em apoio unipedal; salto sobre um obstáculo; salto em duplo apoio; transposição de obstáculos; rolamento longitudinal; Perícias e Manipulações Lançamento de bola com precisão; Jogos Jogo de cooperação: corrida de estafeta; “Agarra a cauda”; Estudo do Meio Seres vivos: semelhanças e diferenças observáveis; Artes Visuais Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas; Expressão Dramática Criação de um animal.			
Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de: Deslocamentos e Equilíbrios Transpor obstáculos sucessivos, sem acentuadas mudanças de velocidade; Realizar saltos de coelho no solo, com amplitudes variadas, evitando o avanço dos ombros no momento do apoio das mãos; Subir e descer uma corda suspensa; Perícias e Manipulações Lançar uma bola em precisão a um alvo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; Saltar à corda no lugar com coordenação global e fluidez de movimentos em duplo apoio ou apoio alternado; Jogos Cooperar com os seus pares e alcançar o objetivo de cada jogo; Estudo do Meio Categorizar os seres vivos de acordo com semelhanças e diferenças observáveis (animais, tipos de: revestimento, locomoção) Educação Artística Artes Visuais Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas; Expressão Dramática Explorar as possibilidades motoras e expressivas do corpo em diferentes atividades (de movimento livre ou orientado, ...)			
Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional Recursos materiais: 5 cordas, 5 cordas com 5m, 10 pneus, 5 bolas, cronómetro, 1 arco, fita adesiva de 2 cores, 5 folhas A3 coloridas, fita adesiva de dupla face, 20 cartões, 5 animais construídos, elementos de cada estação, cartaz A3			

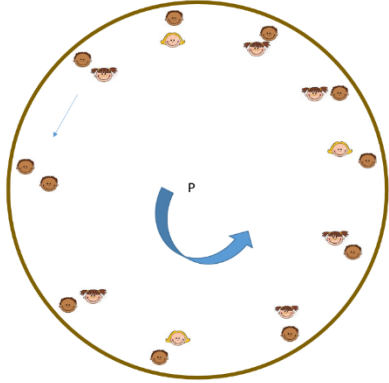
Tempo		Organização	Tarefas/ Situções de aprendizagem	
T	P			
Inicial				
3'	3'	Os alunos escutam parte da história “Ousado e organizado” na sala de aula	<p>Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações: a professora apresentará os grupos de trabalho para a aula, formando 5 grupos de 4 elementos.</p> <p>Tarefa 1: A professora explica o “Jogo dos animais”: os alunos colocam-se atrás dos animais construídos na sala de aula (utilizados na aula 3). Depois o primeiro da coluna de cada grupo move-se o mais rápido possível, numa distância de 10 metros e regressa para junto da sua equipa. Ao som da professora, cada elemento do grupo desloca-se como o animal que a professora escolher (texugo: salto em dois apoios; raposa: corrida; ouriço: salto de coelho; cobra: rolar longitudinal; pássaros: salto unipedal).</p> <p>Depois voltam para o ponto inicial, atrás do seu animal e repetem o exercício, mas agora deslocando-se como a raposa, ouriço, cobra e pássaros.</p> <p>Ganha a equipa/grupo que primeiro conseguir concluir as distâncias, deslocando-se como os animais escolhidos.</p> <p>Tarefa 2: Os alunos mantêm os grupos já formados, realizam o jogo “Apanha a cauda”. Em cada uma das equipas/grupos, as crianças devem estar em coluna e a segurar os ombros do colega que está à sua frente. O último jogador enfia uma corda no bolso de trás, imitando a cauda do texugo. O primeiro jogador será a cabeça do animal e vai tentar conduzir a sua equipa até à cauda da equipa adversária para arrancar a corda do bolso.</p> <p>Ganha a equipa/grupo que tiver em sua posse mais (caudas) dos texugos.</p>	
				5'
				1'
				3"
12'				
FUNDA MENTAL		Nos dias anteriores, os grupos são chamados a participar ativamente na aula. Com os grupos já formados, desenharam/pintaram no campo da escola elementos que os remetam para a história (árvore arrancada, inundação, lama, escavadora, betoneira) nos locais indicados pela professora, para a realização dos exercícios.	A professora explica que irão organizar a floresta como fez o texugo.	
15'	3'			<p>Mantendo os grupos, estes colocam-se à mesma distância e ao sinal da professora os primeiros 4 elementos iniciam o exercício 1. Depois de fazerem passam ao exercício 2 e assim sucessivamente. O aluno quando vê o seu colega a chegar ao exercício 2, inicia o exercício 1. O aluno não poderá seguir para o próximo exercício se o seu colega ainda lá estiver, aguardando no mesmo exercício. Repetem 3 vezes todos os elementos do grupo.</p> <p>Ganha a equipa/grupo que terminar em primeiro todos os exercícios o número de repetições pedidas.</p>

<p>20'</p> <p>35'</p>		<p>Exercício 1 (árvore arrancada) Cada aluno sobe uma corda suspensa e toca num dos nós (diferentes cores para diferentes alturas). Critério de eficácia: subir o mais alto possível e descer de forma equilibrada a corda alternando a ação das mãos e membros inferiores. Nível avançado: o aluno sobe até ao terceiro nó a 1,50m; Nível intermédio: o aluno sobe até ao primeiro nó/cor.</p> <p>Exercício 2 (inundado) Cada aluno salta 5 vezes à corda nas marcas no chão (em apoio unipedal ou em duplo apoio). Cada aluno tem 3 tentativas. Critério de eficácia: saltar 5 vezes à corda sem interrupções. Nível avançado: o aluno salta 5 vezes sem interrupções; Nível intermédio: o aluno salta 2 vezes sem interrupções e, se necessitar, com um ressalto prévio.</p> <p>Exercício 3 (lama) Cada aluno transpõe os obstáculos (10 pneus), num percurso com cerca de 1,5m, em que terão de saltar em duplo apoio. Critério de eficácia: concluir o trajeto mantendo o equilíbrio. Nível avançado: o aluno faz o percurso mantendo o equilíbrio saltando em duplo apoio; Nível intermédio: o aluno faz o percurso saltando alternadamente.</p> <p>Exercício 4 (escavadora) Cada aluno realiza saltos imitando a escavadora numa distância de 5m. Critério de eficácia: concluir o caminho com saltos de “escavadora”. Nível avançado: o aluno conclui o caminho de 5m com saltos. Nível intermédio: o aluno realiza os saltos numa distância menor.</p> <p>Exercício 5 (betoneira) Cada aluno lança a bola a uma marca na parede e recebe a bola a uma distância de 4 metros. O aluno tem 2 tentativas. Critério de eficácia: acertar com a bola na marca delimitada e receber a bola. Nível avançado: o aluno acerta na marca a uma distância de 4 m e recebe-a após o ressalto na parede; Nível intermédio: o aluno acerta na marca a uma distância de 3m e recebe-a após o ressalto na parede.</p>
<p>FINAL</p>	<p>Roda simples concêntrica</p>  <p>Na sala de aula, os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios</p>	<p>Os alunos dispõem-se em círculo. A professora cola um papel (fita adesiva de dupla face) o nome de um animal na testa de cada aluno. Os jogadores deverão circular pelo ambiente durante 2 minutos e fazer perguntas aos outros para que o ajudem a descobrir que bicho ele é, por exemplo: “Eu tenho patas?”; “Eu sei latir?” Posteriormente, em roda, cada aluno deve mimar esse animal, dizer que bicho acredita ser e a que classe pertence, colocando o nome do animal (colado na testa) num cartaz com as classes dos animais (mamíferos, peixes, aves, anfíbios, répteis). A professora dá o feedback da aula.</p>
<p>37'</p> <p>45'</p>	<p>2'</p> <p>8'</p>	

APÊNDICE 8

<p>Aula N.º 7</p>	<p>Local Natureza</p>	<p>Dia: 21 março de 2022 3.ª semana</p>	<p>Hora: 9: 30- 10:15</p>
<p>População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)</p>			
<p>Conteúdos Deslocamentos e Equilíbrios Apoio unipedal (pé-coxinho); marcha em superfícies reduzidas; marcha com os pés atados; salto em duplo apoio; corrida.</p> <p>Perícias e Manipulações Transporte de objeto portátil;</p> <p>Jogos Jogos de cooperação: “Manteiga derretida”, transporte de uma pinha;</p> <p>Educação Artística: Dança Apropriação e Reflexão</p>			
<p>Objetivos da aula</p> <p>O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p><u>Deslocamentos e Equilíbrios</u> Deslocar-se para a frente em apoio unipedal; Caminhar à frente e à retaguarda sobre uma superfície reduzida (tronco); Caminhar à frente num percurso com um dos pés atados (ao colega);</p> <p><u>Perícias e Manipulações</u> Transportar um objeto portátil num trajeto;</p> <p><u>Jogos:</u> Saltar em duplo apoio e percorrer um percurso; Caminhar com um colega segurando um elemento apenas com uma parte do corpo;</p> <p><u>Educação Artística</u> <u>Dança</u> Adequar movimentos do corpo com estruturas rítmicas marcadas pela dança.</p>			
<p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional</p> <p>Recursos naturais: sinalização da partida/chegada dos percursos com paus ou pinhas; 2 cordas; 2 pinhas; 1 tronco; 2 pedaços de cortiça</p>			

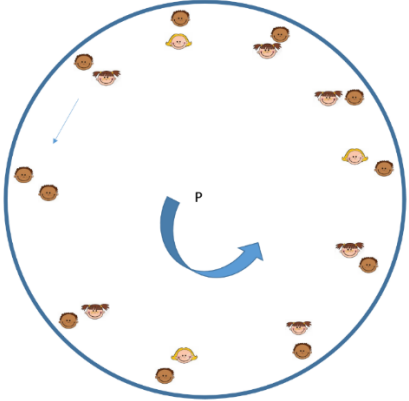
Tempo		Organização	Tarefas/ Situações de aprendizagem
T	P		
Inicial			
10'	3'		<p>Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações para o jogo "Manteiga derretida" em que há um aluno a apanhar.</p> <p>Esse aluno começa a contar uma história, e quando diz as palavras "manteiga derretida", começa o jogo. Sempre que apanha alguém, esse aluno vai afastando as pernas para os lados como se estivesse a "derreter". Para salvar essa pessoa, outro jogador que não estiver a apanhar tem de passar por baixo dela.</p> <p>O objetivo é o aluno tentar apanhar todos os outros. Repete-se o jogo, mudando o aluno que está a apanhar.</p>
	7'		
FUNDAMENTAL			<p>Cada estação está representada por um número de 1 a 5.</p> <p>A professora explica o que cada grupo faz em cada estação, enquanto exemplifica.</p> <p>Os grupos são distribuídos pelas estações e ao sinal da professora iniciam os exercícios.</p> <p>A cada 4min os grupos rodam de estação (em cada estação deverão repetir o exercício até terminar o tempo definido). Deverão aguardar pelo sinal da professora para rodar.</p> <p>Estação 1</p> <p>Um aluno, de cada vez, transporta (ida e volta) um pedaço de cortiça entre as pernas, saltando em duplo apoio, numa distância 5m.</p> <p>Critério de eficácia: cumprir o trajeto com saltos sucessivos, sem deixar cair o pedaço de cortiça.</p> <p>Nível avançado: o aluno cumpre o trajeto saltando em duplo apoio sem deixar cair o pedaço de cortiça; Nível intermédio: o aluno cumpre o trajeto sem deixar cair o pedaço de cortiça, sem saltar.</p> <p>Estação 2</p> <p>Um aluno de cada vez caminha por cima de um tronco colocado no solo à frente e à retaguarda.</p> <p>Critério de eficácia: deslocar-se no tronco sem se desequilibrar!</p> <p>Nível avançado: o aluno desloca-se no tronco em equilíbrio à frente e à retaguarda; Nível intermédio: o aluno desloca-se no tronco em equilíbrio apenas à frente.</p> <p>Estação 3</p>
12'	2'		
	23'		

35'		<p>Os alunos (a pares) transportam uma pinha numa distância de 4 metros, segurando a pinha com uma parte do corpo (ombro, depois cabeça e por fim braço).</p> <p>Critério de eficácia: concluir o trajeto sem deixar cair a pinha no solo.</p> <p>Nível avançado: o aluno conclui o trajeto sem deixar cair a pinha; Nível intermédio: o aluno conclui o trajeto sem deixar cair a pinha com a ajuda das mãos.</p> <p>Estação 4</p> <p>Os alunos (a pares) atam com sisal o pé esquerdo de um com o pé direito do outro, virados para a frente, realizam um percurso de 3 metros o mais rápido possível.</p> <p>Critério de eficácia: concluir o trajeto mantendo o equilíbrio e a cooperação entre eles sem cair no solo.</p> <p>Nível avançado: os alunos completam o trajeto mantendo o equilíbrio; Nível intermédio: os alunos completam o trajeto desequilibrando-se ou caindo.</p> <p>Estação 5</p> <p>Um aluno de cada vez realiza um trajeto de 5 metros em apoio unipedal (ida e volta).</p> <p>Critério de eficácia: concluir o trajeto, mantendo o equilíbrio, ou seja, sem se apoiar no solo com o pé contrário.</p> <p>Nível avançado: o aluno conclui o trajeto em equilíbrio; Nível intermédio: o aluno conclui o trajeto, alternando o pé.</p>										
FINAL	Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas	Os alunos aprendem verso a verso a dança de roda "A caminho de Viseu". Depois a professora demonstra na roda o movimento que corresponde a cada verso.										
5'		<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="885 1301 1045 1332">Letra</th> <th data-bbox="1045 1301 1398 1332">Movimento</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="885 1332 1045 1458">Indo eu, indo eu a caminho de Viseu</td> <td data-bbox="1045 1332 1398 1458">Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas. Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="885 1458 1045 1615">Encontrei o meu amor. Ai, Jesus, que lá vou eu.</td> <td data-bbox="1045 1458 1398 1615">Quando a letra diz "encontrei" levamos as mãos ao coração e quando diz "Ai, Jesus..." faz-se o gesto de ficar apaixonado. Faz-se isto duas vezes.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="885 1615 1045 1771">Ora truz truz truz, Ora traz traz traz.</td> <td data-bbox="1045 1615 1398 1771">Viramo-nos para o nosso par e batemos três vezes com as mãos dele. Viramo-nos para a pessoa que temos do outro lado e batemos outras três vezes. Faz-se isto duas vezes.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="885 1771 1045 1962">Ora chega, chega, chega, Ora arreda lá para trás.</td> <td data-bbox="1045 1771 1398 1962">Damos novamente as mãos voltando à primeira posição. Damos quatro passos em direção ao centro da roda e voltamos para trás com outros quatro. Faz-se isto duas vezes.</td> </tr> </tbody> </table>	Letra	Movimento	Indo eu, indo eu a caminho de Viseu	Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas. Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.	Encontrei o meu amor. Ai, Jesus, que lá vou eu.	Quando a letra diz "encontrei" levamos as mãos ao coração e quando diz "Ai, Jesus..." faz-se o gesto de ficar apaixonado. Faz-se isto duas vezes.	Ora truz truz truz, Ora traz traz traz.	Viramo-nos para o nosso par e batemos três vezes com as mãos dele. Viramo-nos para a pessoa que temos do outro lado e batemos outras três vezes. Faz-se isto duas vezes.	Ora chega, chega, chega, Ora arreda lá para trás.	Damos novamente as mãos voltando à primeira posição. Damos quatro passos em direção ao centro da roda e voltamos para trás com outros quatro. Faz-se isto duas vezes.
Letra	Movimento											
Indo eu, indo eu a caminho de Viseu	Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas. Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.											
Encontrei o meu amor. Ai, Jesus, que lá vou eu.	Quando a letra diz "encontrei" levamos as mãos ao coração e quando diz "Ai, Jesus..." faz-se o gesto de ficar apaixonado. Faz-se isto duas vezes.											
Ora truz truz truz, Ora traz traz traz.	Viramo-nos para o nosso par e batemos três vezes com as mãos dele. Viramo-nos para a pessoa que temos do outro lado e batemos outras três vezes. Faz-se isto duas vezes.											
Ora chega, chega, chega, Ora arreda lá para trás.	Damos novamente as mãos voltando à primeira posição. Damos quatro passos em direção ao centro da roda e voltamos para trás com outros quatro. Faz-se isto duas vezes.											
40'												
5'												
45'	Na sala de aula, os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.											

APÊNDICE 9

Aula N.º 8	Local Escola	24 março de 2022 3.ª semana	Hora: 9: 30- 10:15
População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)			
<p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Apoio unipedal (pé-coxinho); marcha em superfícies reduzidas; marcha com os pés atados; salto em duplo apoio; corrida.</p> <p>Perícias e Manipulações Transporte de objeto portátil;</p> <p>Jogos Jogos de cooperação: “Manteiga derretida”</p> <p>Educação Artística: Dança Apropriação e Reflexão</p>			
<p>Objetivos da aula</p> <p>O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p><u>Deslocamentos e Equilíbrios</u> Deslocar-se para a frente em apoio unipedal; Caminhar à frente e à retaguarda sobre uma superfície reduzida (muro); Caminhar à frente num percurso com um dos pés atados (ao colega);</p> <p><u>Perícias e Manipulações</u> Transportar um objeto portátil num trajeto;</p> <p><u>Jogos:</u> Saltar em duplo apoio e percorrer um percurso; Caminhar com um colega segurando um objeto apenas com uma parte do corpo;</p> <p><u>Educação Artística</u> <u>Dança</u> Adequar movimentos do corpo com estruturas rítmicas marcadas pela dança.</p>			
<p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional</p> <p>Recursos materiais: sinalização da partida/chegada dos percursos – fita adesiva colorida; 2 cordas; 2 bolas; muro; 2 pedaços de borracha</p>			



Tempo		Organização	Tarefas/ Situações de aprendizagem
T	P		
Inicial			
3'	7'		<p>Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações para o jogo "Manteiga derretida" em que há um aluno a apanhar.</p> <p>Esse aluno começa a contar uma história, e quando diz as palavras "manteiga derretida", começa o jogo. Sempre que apanha alguém, esse aluno vai afastando as pernas para os lados como se estivesse a "derreter". Para salvar essa pessoa, outro jogador que não estiver a apanhar tem de passar por baixo dela. O objetivo é o aluno tentar apanhar todos os outros. Repete-se o jogo, mudando o aluno que está a apanhar.</p>
10'			
FUNDA MENTAL			<p>Cada estação está representada por um número de 1 a 5.</p> <p>A professora explica o que cada grupo faz em cada estação, enquanto exemplifica. Os grupos são distribuídos pelas estações e ao sinal da professora iniciam os exercícios. A cada 4min os grupos rodam de estação (em cada estação deverão repetir o exercício até terminar o tempo definido). Deverão aguardar pelo sinal da professora para rodar.</p> <p>Estação 1 Um aluno, de cada vez, transporta (ida e volta) um pedaço de borracha entre as pernas, saltando em duplo apoio, numa distância 5m. Critério de eficácia: cumprir o trajeto com saltos sucessivos, sem deixar cair o pedaço de borracha. Nível avançado: o aluno cumpre o trajeto saltando em duplo apoio sem deixar cair o pedaço de borracha; Nível intermédio: o aluno cumpre o trajeto sem deixar cair o pedaço de borracha, sem saltar.</p> <p>Estação 2 Um aluno de cada vez caminha no muro do campo à frente e à retaguarda. Critério de eficácia: deslocar-se no muro sem se desequilibrar! Nível avançado: o aluno desloca-se no muro em equilíbrio à frente e à retaguarda; Nível intermédio: o aluno desloca-se no muro em equilíbrio apenas à frente.</p> <p>Estação 3 Os alunos (a pares) transportam uma bola de esponja média numa distância de 4 metros, segurando a bola com uma parte do corpo (ombro, depois cabeça e por fim braço). Critério de eficácia: concluir o trajeto sem deixar cair a bola no solo.</p>
12'	2'		
	23'		

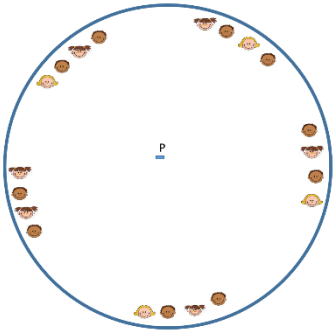
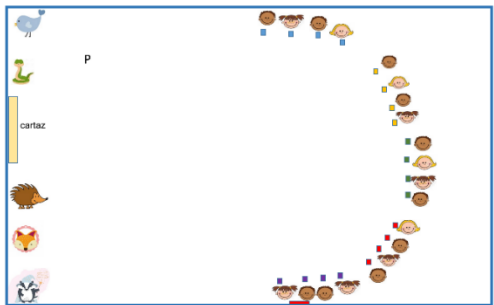
35'		<p>Nível avançado: o aluno conclui o trajeto sem deixar cair a bola; Nível intermédio: o aluno conclui o trajeto sem deixar cair a bola com a ajuda das mãos.</p> <p>Estação 4 Os alunos (a pares) atam com uma corda o pé esquerdo de um com o pé direito do outro, virados para a frente, realizam um percurso de 3 metros o mais rápido possível.</p> <p>Critério de eficácia: concluir o trajeto mantendo o equilíbrio e a cooperação entre eles sem cair no solo.</p> <p>Nível avançado: os alunos completam o trajeto mantendo o equilíbrio; Nível intermédio: os alunos completam o trajeto desequilibrando-se ou caindo.</p> <p>Estação 5 Um aluno de cada vez realiza um trajeto de 5 metros em apoio unipedal (ida e volta).</p> <p>Critério de eficácia: concluir o trajeto, mantendo o equilíbrio, ou seja, sem se apoiar no solo com o pé contrário.</p> <p>Nível avançado: o aluno conclui o trajeto em equilíbrio; Nível intermédio: o aluno conclui o trajeto, alternando o pé.</p>										
FINAL												
	Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas	Os alunos recordam a dança de roda "A caminho de Viseu". Depois, com as indicações da professora, os alunos replicam a dança.										
4'		<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="868 1055 1054 1084">Letra</th> <th data-bbox="1054 1055 1406 1084">Movimento</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="868 1084 1054 1223">Indo eu, indo eu a caminho de Viseu</td> <td data-bbox="1054 1084 1406 1223">Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas. Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="868 1223 1054 1386">Encontrei o meu amor. Ai, Jesus, que lá vou eu.</td> <td data-bbox="1054 1223 1406 1386">Quando a letra diz "encontrei" levamos as mãos ao coração e quando diz "Ai, Jesus..." faz-se o gesto de ficar apaixonado. Faz-se isto duas vezes.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="868 1386 1054 1581">Ora truz truz truz, Ora traz traz traz.</td> <td data-bbox="1054 1386 1406 1581">Viramo-nos para o nosso par e batemos três vezes com as mãos dele. Viramo-nos para a pessoa que temos do outro lado e batemos outras três vezes. Faz-se isto duas vezes.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="868 1581 1054 1776">Ora chega, chega, chega, Ora arreda lá para trás.</td> <td data-bbox="1054 1581 1406 1776">Damos novamente as mãos voltando à primeira posição. Damos quatro passos em direção ao centro da roda e voltamos para trás com outros quatro. Faz-se isto duas vezes.</td> </tr> </tbody> </table>	Letra	Movimento	Indo eu, indo eu a caminho de Viseu	Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas. Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.	Encontrei o meu amor. Ai, Jesus, que lá vou eu.	Quando a letra diz "encontrei" levamos as mãos ao coração e quando diz "Ai, Jesus..." faz-se o gesto de ficar apaixonado. Faz-se isto duas vezes.	Ora truz truz truz, Ora traz traz traz.	Viramo-nos para o nosso par e batemos três vezes com as mãos dele. Viramo-nos para a pessoa que temos do outro lado e batemos outras três vezes. Faz-se isto duas vezes.	Ora chega, chega, chega, Ora arreda lá para trás.	Damos novamente as mãos voltando à primeira posição. Damos quatro passos em direção ao centro da roda e voltamos para trás com outros quatro. Faz-se isto duas vezes.
Letra	Movimento											
Indo eu, indo eu a caminho de Viseu	Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas. Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.											
Encontrei o meu amor. Ai, Jesus, que lá vou eu.	Quando a letra diz "encontrei" levamos as mãos ao coração e quando diz "Ai, Jesus..." faz-se o gesto de ficar apaixonado. Faz-se isto duas vezes.											
Ora truz truz truz, Ora traz traz traz.	Viramo-nos para o nosso par e batemos três vezes com as mãos dele. Viramo-nos para a pessoa que temos do outro lado e batemos outras três vezes. Faz-se isto duas vezes.											
Ora chega, chega, chega, Ora arreda lá para trás.	Damos novamente as mãos voltando à primeira posição. Damos quatro passos em direção ao centro da roda e voltamos para trás com outros quatro. Faz-se isto duas vezes.											
39'												
45'	Na sala de aula, os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.	A professora dá o feedback da aula.										

APÊNDICE 10

Aula N.º 9	Local Escola (interdisciplinar)	Dia: 25 março de 2022	Hora: 9: 30-10:15
		3.ª semana	

<p>População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)</p>
<p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Apoio unipedal (pé-coxinho); marcha em superfícies reduzidas; marcha com os pés atados; salto em duplo apoio; corrida.</p> <p>Perícias e Manipulações Transporte de objeto portátil;</p> <p>Jogos Jogos de cooperação: “Jogo das palavras”;</p> <p>Artes Visuais Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas;</p> <p>Estudo do Meio Seres vivos: semelhanças e diferenças observáveis;</p> <p>Português Adivinhas com animais Classificação silábica</p>
<p>Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p><u>Deslocamentos e Equilíbrios</u> Deslocar-se para a frente em apoio unipedal; Caminhar à frente e à retaguarda sobre uma superfície reduzida (muro); Caminhar à frente num percurso com um dos pés atados (ao colega);</p> <p><u>Perícias e Manipulações</u> Transportar um objeto portátil num trajeto;</p> <p><u>Jogos:</u> Saltar em duplo apoio e percorrer um percurso; Caminhar com um colega segurando um objeto apenas com uma parte do corpo;</p> <p><u>Educação Artística</u> Artes Visuais Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas;</p> <p><u>Estudo do Meio</u> Categorizar os seres vivos de acordo com semelhanças e diferenças observáveis (animais, tipos de: revestimento, locomoção)</p> <p><u>Português:</u> Dizer, de modo dramatizado, adivinhas, trava-línguas, lengalengas e poemas memorizados; Classificar as palavras quanto ao número de sílabas;</p>
<p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional</p> <p>Recursos materiais: 2 rolos de fita cola de papel/pintura (sinalização da partida/chegada dos trajetos); fita cola dupla face; 3 cordas ou fitas para atar os pés; 2 vendas; 10 cartões com as adivinhas; 2 pedaços de esferovite; cartaz; 20 cartões – 4 de cada cor (nomes de animais); 1 arco; utensílios de cozinha (tachos, panelas, taças)</p>

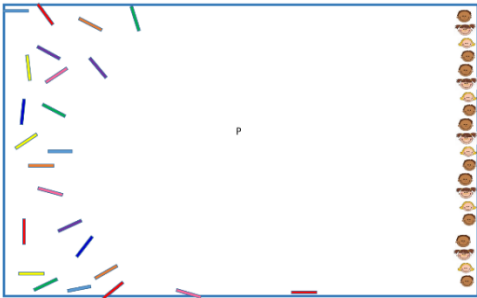
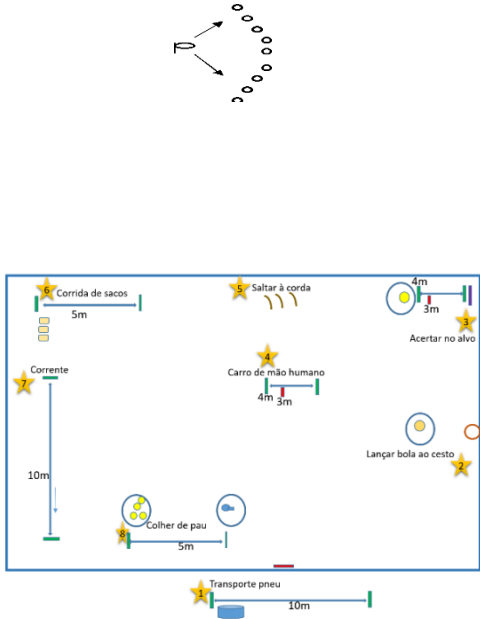
Tempo		Organização	Tarefas/ Situções de aprendizagem																						
T	P																								
Inicial																									
10'	3'	Os alunos escutaram parte da história "Enganado" na sala de aula.	<p>Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações: a professora apresenta os grupos de trabalho para a aula, formando 5 grupos de 4 elementos.</p> <p>Tarefa 1: A professora explica o "Jogo das palavras": os alunos colocam-se em coluna atrás dos animais previamente construídos na sala de aula. Depois cada aluno tira uma palavra (nome do animal), lê em voz alta, dá os passos mediante o número de sílabas e vai a correr e colocar no local correto (monossílabo, dissílabo, trissílabo, polissílabo) – CARTAZ. Repetem todos os elementos do grupo até esgotarem as palavras. Cada grupo tem cartões com uma cor associada para que no final vejamos as palavras colocadas corretamente em cada local (ver esquema). Ganha a equipa/grupo que primeiro conseguir concluir as palavras.</p>																						
	7'	 <p>Palavras: nomes de animais</p> <p>Cartaz</p> <p>Classificação quanto ao número de sílabas</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>MONOSSÍLABO</th> <th>DISSÍLABO</th> <th>TRISSÍLABO</th> <th>POLISSÍLABO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>		MONOSSÍLABO	DISSÍLABO	TRISSÍLABO	POLISSÍLABO																		
MONOSSÍLABO	DISSÍLABO	TRISSÍLABO	POLISSÍLABO																						
FUNDA MENTAL		Depois da visualização da parte da história, os grupos são chamados a participar ativamente na aula. Com os grupos já formados, desenham/pintam/criam no campo da escola elementos que os remetam para a história. Além de pensarem nos elementos para a realização dos exercícios, podem também sugerir exercícios.	<p>Cada estação está representada por um número de 1 a 5.</p> <p>A professora explica o que cada grupo faz em cada estação, enquanto exemplifica. Os grupos são distribuídos pelas estações e ao sinal da professora iniciam os exercícios. A cada 4min os grupos rodam de estação (em cada estação deverão repetir o exercício até terminar o tempo definido). Deverão aguardar pelo sinal da professora para rodar.</p> <p>Estação 1 - Salto com pedra Um aluno, de cada vez, transporta (ida e volta) um pedaço de esferovite (imitando o cimento) entre as pernas, saltando em duplo apoio, numa distância 5m. Critério de eficácia: cumprir o trajeto com saltos sucessivos, sem deixar cair o pedaço de esferovite. Nível avançado: o aluno cumpre o trajeto saltando em duplo apoio sem deixar cair o pedaço de esferovite; Nível intermédio: o aluno cumpre o trajeto sem deixar cair o pedaço de esferovite, sem saltar.</p> <p>Estação 2- Muro Um aluno de cada vez caminha no muro (imitando a floresta organizada – chão com cimento) do campo à frente e à retaguarda. Critério de eficácia: deslocar-se no muro sem se desequilibrar! Nível avançado: o aluno desloca-se no muro em equilíbrio à frente e à retaguarda; Nível intermédio: o aluno desloca-se no muro em equilíbrio apenas à frente.</p>																						
12'	2'																								
	23'																								

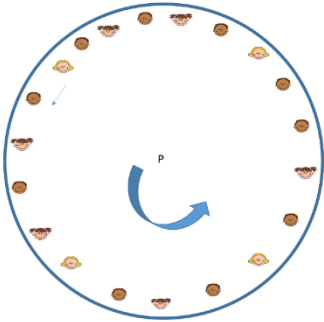
35'			<p>Estação 3 - Arrumação da louça Os alunos (a pares) transportam utensílios de cozinha (tachos, taças) numa distância de 4 metros, segurando o objeto com uma parte do corpo (ombro, depois cabeça e por fim braço) colocando o objeto num arco. Critério de eficácia: concluir o trajeto sem deixar cair o objeto no solo. Nível avançado: o aluno conclui o trajeto sem deixar cair o objeto; Nível intermédio: o aluno conclui o trajeto sem deixar cair o objeto com a ajuda das mãos.</p> <p>Estação 4 - Escuro Os alunos (a pares) atam com uma corda o pé esquerdo de um com o pé direito do outro, virados para a frente, realizam um percurso de 3 metros o mais rápido possível, um dos alunos com olhos vendados. Critério de eficácia: concluir o trajeto mantendo o equilíbrio e a cooperação entre eles sem cair no solo. Nível avançado: os alunos completam o trajeto mantendo o equilíbrio; Nível intermédio: os alunos completam o trajeto desequilibrando-se ou caindo.</p> <p>Estação 5 – Salto para a betoneira Um aluno de cada vez realiza um trajeto de 5 metros em apoio unipedal (ida e volta), imitando o texugo pensativo quando saltou para dentro da betoneira. Critério de eficácia: concluir o trajeto, mantendo o equilíbrio, ou seja, sem se apoiar no solo com o pé contrário. Nível avançado: o aluno conclui o trajeto em equilíbrio; Nível intermédio: o aluno conclui o trajeto, alternando o pé.</p>
FINAL			<p>Os alunos dispõem-se em semicírculo, mantendo os grupos.</p>
4'			<p>Tarefa 1: A professora explica a próxima tarefa “Adivinhas com animais”.</p>
39'			<p>No centro da roda, estão cartões com adivinhas. Cada equipa tem a oportunidade de tirar um cartão com a adivinha; um elemento da equipa tira o cartão e lê. A sua equipa deverá responder. Se não souber a resposta, outra equipa pode responder. Cada equipa repete duas vezes.</p>
45'		<p>Na sala de aula, os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.</p>	<p>Tarefa 2: A professora distribui novamente os cartões coloridos da parte inicial da aula aos alunos/grupos. Depois em semicírculo virados para o cartaz (da aula 6) na parede do campo, um aluno de cada vez, diz o animal que consta no seu cartão e a que classe pretende e desloca-se até ao cartaz e cola na coluna correspondente.</p> <p>A professora dá o feedback da aula.</p>

APÊNDICE 11

Aula N.º 10	Local Escola	Dia: 30 março de 2022	Hora: 9: 30- 10:15
		4.ª semana	

<p>População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)</p>
<p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; transporte de objetos; salto em duplo apoio; marcha em prancha facial;</p> <p>Perícias e Manipulações Lançamento de bola; transporte de objetos; salto à corda;</p> <p>Jogos Jogo de cooperação (fita/grupo);</p> <p>Educação Artística: Dança Apropriação e Reflexão</p>
<p>Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p><u>Deslocamentos e Equilíbrios</u> Correr em diversas direções; Caminhar em prancha facial com o apoio de um colega; Transportar um objeto (pneu, bola) para um local previamente definido; Saltar em duplo apoio;</p> <p><u>Perícias e Manipulações</u> Lançar uma bola em precisão a um alvo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; Saltar à corda no lugar com coordenação global e fluidez de movimentos;</p> <p><u>Jogos</u> Encontrar a sua fita/grupo;</p> <p><u>Educação Artística:</u> <u>Dança</u> Adequar movimentos do corpo com estruturas rítmicas marcadas pela dança.</p>
<p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional</p> <p>Recursos materiais: 3 cordas, cronómetro, telemóvel, coluna, 20 fitas, 1 bola basquetebol, 2 bolas ténis, 1 pino, 1 pneu, 1 colher de pau, 10 bolas pequenas, fita adesiva colorida, 3 sacos de serapilheira</p>


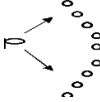
Tempo		Organização	Tarefas/ Situações de aprendizagem
T	P		
Inicial			
10'	5' 5'		<p>Composição dos grupos</p> <p>Os alunos colocam-se à frente da professora e escutam as indicações.</p> <p>No espaço delimitado da mata estão espalhadas vinte (20) fitas coloridas e ao sinal da professora, os alunos deverão ir procurar, no espaço delimitado, a fita e, por sua vez, o seus colegas de grupo. Formam-se assim 7 grupos (6 grupos de 3 elementos e 1 grupo de 2 elementos).</p> <p>Depois cada grupo deve atar a fita no punho do(s) seu(s) colega(s) e escolher um nome para a sua equipa, fazendo a sua apresentação mediante a ordem da professora.</p>
FUNDA MENTAL	3'		<p>Enquanto explica o que cada grupo faz em cada exercício, a professora exemplifica.</p> <p>Os grupos são distribuídos pelos exercícios e ao sinal da professora iniciam.</p> <p>Quando terminam o exercício devem seguir para o exercício seguinte (1, 2, 3 ...8). Os grupos seguem esta sequência, repetindo 2 vezes.</p> <p>Exercício 1</p> <p>O grupo transporta um pneu num trajeto de 10 metros (ida e volta).</p> <p>Critério de eficácia: transportar o pneu sem o deixar cair.</p> <p>Nível avançado: o aluno transporta o pneu sem o deixar cair; nível intermédio: o aluno transporta o pneu, mas precisa de parar no meio do trajeto.</p> <p>Exercício 2</p> <p>Os alunos lançam a bola ao cesto junto à tabela de basquetebol.</p> <p>Critério de eficácia: lançar a bola e acertar no cesto.</p> <p>Nível avançado: o aluno lança a bola e acerta no cesto; nível intermédio: o aluno lança a bola e toca no retângulo da tabela.</p> <p>Exercício 3</p> <p>O grupo tem de lançar uma bola e acertar num alvo/pino a 4 metros.</p> <p>Critério de eficácia: lançar e acertar com a bola num alvo/pino.</p> <p>Nível avançado: o aluno lança e acerta com a bola num pino a 4m; nível intermédio: o aluno lança e acerta com a bola num pino a 3 m.</p> <p>Exercício 4</p> <p>Um aluno em prancha facial desloca-se com o apoio das mãos e com os pés apoiados num colega (carrinho de mão humano) durante 5 metros. Depois trocam de posição e fazem o percurso inverso.</p> <p>Critério de eficácia: deslocar-se sem se desequilibrar.</p> <p>Nível avançado: o aluno desloca-se na forma de carrinho de mão apoiado pelo seu colega a distância de 5 metros; nível intermédio: o aluno desloca-se na forma de carrinho de mão apoiado pelo seu colega a distância de 2 metros.</p> <p>Exercício 5</p>
13'	24'		

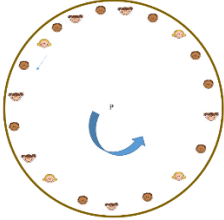
37'		<p>Cada aluno salta 7 vezes à corda (em apoio unipedal ou em duplo apoio). Cada aluno tem 3 tentativas. Critério de eficácia: saltar 7 vezes à corda sem interrupções. Nível avançado: o aluno salta 7 vezes sem interrupções; Nível intermédio: o aluno salta 3 vezes sem interrupções e, se necessitar, com um ressalto prévio.</p> <p>Exercício 6 Os alunos realizam uma corrida de sacos num trajeto de ida e volta (10m) saltando em duplo apoio. Critério de eficácia: saltar mantendo-se em equilíbrio, segurando o saco. Nível avançado: o aluno desloca-se 10 m a saltar em duplo apoio dentro de um saco; nível intermédio: o aluno desloca-se 5 m a saltar em duplo apoio dentro de um saco.</p> <p>Exercício 7 Cada grupo percorre uma distância de 10 metros como uma corrente, isto é, um aluno coloca a sua mão por baixo, o seu colega que está atrás deve segurar a sua mão e deslocar-se. Critério de eficácia: deslocar-se em equilíbrio como uma corrente. Nível avançado: os alunos deslocam-se em equilíbrio como uma corrente durante 10 metros; nível intermédio: os alunos deslocam-se em equilíbrio como uma corrente durante 5 metros.</p> <p>Exercício 8 O grupo tem de transportar bolas pequenas com uma colher de pau (cerca de 10 m) numa mão. Critério de eficácia: transportar a bola sem deixar cair. Nível avançado: o aluno transporta a bola sem deixar cair usando apenas uma mão; nível intermédio: o aluno transporta a bola sem deixar cair e segurando com as duas mãos.</p>								
FINAL	Roda simples concêntrica	<p>Os alunos aprendem verso a verso a dança de roda “Caranguejo não é peixe”.</p>								
40'		<p>“Caranguejo não é peixe Caranguejo peixe é (bis) Caranguejo só é peixe na enchente da maré. (bis)</p> <p>À roda, à roda, à roda O pé, o pé, o pé E palmas, palmas, palmas Caranguejo peixe é.” (bis)</p> <p>Depois a professora demonstra na roda o movimento que corresponde a cada verso:</p> <table border="1" data-bbox="946 1736 1513 1989"> <thead> <tr> <th>Letra</th> <th>Movimento</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>“Caranguejo não é peixe</td> <td>Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas.</td> </tr> <tr> <td>Caranguejo peixe é (bis)</td> <td>Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.</td> </tr> <tr> <td>Caranguejo só é peixe na enchente da maré.</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Letra	Movimento	“Caranguejo não é peixe	Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas.	Caranguejo peixe é (bis)	Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.	Caranguejo só é peixe na enchente da maré.	
Letra	Movimento									
“Caranguejo não é peixe	Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas.									
Caranguejo peixe é (bis)	Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.									
Caranguejo só é peixe na enchente da maré.										
5'										

45'	Na sala de aula, os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.	(bis)	
		À roda, à roda, à roda	Paramos e rodamos para o nosso lado direito enquanto cantamos.
		O pé, o pé, o pé	Viramo-nos para o centro da roda e batemos com o pé direito 3 vezes à frente.
		E palmas, palmas, palmas	Batemos 3 vezes palmas virados para o centro.
		Caranguejo peixe é." (bis)	Batemos 3 vezes palmas virados para o centro. Repetem 2 vezes.
A professora dá o feedback aos alunos.			

APÊNDICE 12

Aula N.º 11	Local Natureza	Dia: 31 março de 2022	Hora: 9:30 – 10:15
		4.ª semana	
População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)			
<p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; transporte de objetos; salto em duplo apoio; marcha em prancha facial;</p> <p>Perícias e Manipulações Lançamento de bola; transporte de objetos; salto à corda;</p> <p>Jogos Jogo de cooperação (fita/grupo);</p> <p>Educação Artística: Dança Apropriação e Reflexão</p>			
<p>Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p><u>Deslocamentos e Equilíbrios</u> <ul style="list-style-type: none"> Correr em diversas direções; Caminhar em prancha facial com o apoio de um colega; Transportar um objeto (tronco, pinha) para um local previamente definido; Saltar em duplo apoio; </p> <p><u>Perícias e Manipulações</u> Lançar uma bola em precisão a um alvo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; Saltar à corda no lugar com coordenação global e fluidez de movimentos;</p> <p><u>Jogos</u> Encontrar a sua fita/grupo;</p> <p><u>Educação Artística:</u> <u>Dança</u> Adequar movimentos do corpo com estruturas rítmicas marcadas pela dança.</p>			
<p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e uma Assistente Operacional</p> <p>Recursos materiais: 3 cordas, cronómetro, telemóvel, coluna, 20 fitas</p> <p>Recursos naturais: pinhas, 1 tronco médio, 1 tronco pequeno, 2 pedaços de cortiça/pinheiro, paus, 3 sacos de serapilheira, bugalhos</p>			

Tempo		Organização	Tarefas/ Situações de aprendizagem
T	P		
Inicial			
10'	5'		<p>Composição dos grupos diferentes</p> <p>Os alunos colocam-se à frente da professora e escutam as indicações. No espaço delimitado da mata estão espalhadas vinte (20) fitas coloridas e ao sinal da professora, os alunos deverão ir procurar, no espaço delimitado, a fita e, por sua vez, o seus colegas de grupo. Formam-se assim 7 grupos (6 grupos de 3 elementos e 1 grupo de 2 elementos). Depois cada grupo deve atar a fita no punho do(s) seu(s) colega(s) e escolher um nome para a sua equipa, fazendo a sua apresentação mediante a ordem da professora.</p>
	5'		
FUNDA MENTAL			<p>Enquanto explica o que cada grupo faz em cada exercício, a professora exemplifica. Os grupos são distribuídos pelos exercícios e ao sinal da professora iniciam. Quando terminam o exercício devem seguir para o exercício seguinte (1, 2, 3 ...8). Os grupos seguem esta sequência, repetindo 2 vezes.</p> <p>Exercício 1</p> <p>O grupo transporta um tronco cortado num trajeto de 10 metros (ida e volta). Critério de eficácia: transportar o tronco sem o deixar cair. Nível avançado: os alunos transportam o tronco sem o deixar cair; nível intermédio: os alunos transportam o tronco, mas precisam de parar no meio do trajeto.</p> <p>Exercício 2</p> <p>Os alunos lançam a pinha ao ramo da árvore a uma distância de 4 metros. Critério de eficácia: lançar a pinha e acertar no ramo da árvore. Nível avançado: o aluno lança a pinha e acerta no ramo da árvore; nível intermédio: o aluno lança a pinha e acerta na árvore.</p> <p>Exercício 3</p> <p>O grupo tem de lançar uma pinha e acertar num alvo/pau a 4 metros. Critério de eficácia: lançar e acertar com a pinha num alvo/pau. Nível avançado: o aluno lança e acerta com a pinha num pau a 4 metros; nível intermédio: o aluno lança e acerta com a pinha a 3 metros.</p> <p>Exercício 4</p> <p>Um aluno em prancha facial desloca-se com o apoio das mãos e com os pés apoiados num colega (carrinho de mão humano) durante 5 metros. Depois trocam de posição e fazem o percurso inverso. O aluno pode usar um pedaço de cortiça (preparado anteriormente) para proteger as mãos.</p>
13'	3'		
24'			

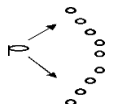
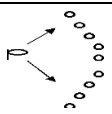
37'			<p>Critério de eficácia: deslocar-se sem se desequilibrar.</p> <p>Nível avançado: o aluno desloca-se na forma de carrinho de mão apoiado pelo seu colega a distância de 5 metros; nível intermédio: o aluno desloca-se na forma de carrinho de mão apoiado pelo seu colega a distância de 2 metros.</p> <p>Exercício 5</p> <p>Cada aluno salta 7 vezes à corda (em apoio unipedal ou em duplo apoio).</p> <p>Cada aluno tem 3 tentativas.</p> <p>Critério de eficácia: saltar 7 vezes à corda sem interrupções.</p> <p>Nível avançado: o aluno salta 7 vezes sem interrupções; Nível intermédio: o aluno salta 3 vezes sem interrupções e, se necessitar, com um ressalto prévio.</p> <p>Exercício 6</p> <p>Os alunos realizam uma corrida de sacos num trajeto de ida e volta (10m) saltando em duplo apoio.</p> <p>Critério de eficácia: saltar mantendo-se em equilíbrio, segurando o saco.</p> <p>Nível avançado: o aluno desloca-se 10 m a saltar em duplo apoio dentro de um saco; nível intermédio: o aluno desloca-se 5 m a saltar em duplo apoio dentro de um saco.</p> <p>Exercício 7</p> <p>Cada grupo percorre uma distância de 10 metros como uma corrente, isto é, um aluno coloca a sua mão por baixo, o seu colega que está atrás deve segurar a sua mão e deslocar-se.</p> <p>Critério de eficácia: deslocar-se em equilíbrio como uma corrente.</p> <p>Nível avançado: os alunos deslocam-se em equilíbrio como uma corrente durante 10 metros; nível intermédio: os alunos deslocam-se em equilíbrio como uma corrente durante 5 metros.</p> <p>Exercício 8</p> <p>O grupo tem de transportar bugalhos com um pedaço de cortiça ou pinheiro (cerca de 10 m) numa mão.</p> <p>Critério de eficácia: transportar o bugalho sem deixar cair.</p> <p>Nível avançado: o aluno transporta o bugalho sem deixar cair usando apenas uma mão; nível intermédio: o aluno transporta o bugalho sem deixar cair e segurando com as duas mãos.</p>
FINAL		Roda simples concêntrica	Os alunos recordam a dança de roda “ Caranguejo não é peixe ”.
40'	3'		<p>“Caranguejo não é peixe Caranguejo peixe é (bis) Caranguejo só é peixe na enchente da maré. (bis)</p> <p>À roda, à roda, à roda O pé, o pé, o pé E palmas, palmas, palmas Caranguejo peixe é.” (bis)</p>

45´	5´	Na sala de aula, os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho dos exercícios.	Depois, todos juntos, replicam a dança aprendida.	
			Letra	Movimento
			“Caranguejo não é peixe Caranguejo peixe é (bis) Caranguejo só é peixe na enchente da maré. (bis)	Roda simples concêntrica de pares de mãos dadas. Avançamos com passo de marcha no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.
			À roda, à roda, à roda	Paramos e rodamos para o nosso lado direito enquanto cantamos.
			O pé, o pé, o pé	Viramo-nos para o centro da roda e batemos com o pé direito 3 vezes à frente.
			E palmas, palmas, palmas	Batemos 3 vezes palmas virados para o centro.
Caranguejo peixe é.” (bis)	Batemos 3 vezes palmas virados para o centro. Repetem 2 vezes.			
			A professora dá o feedback aos alunos.	

APÊNDICE 13

Aula N.º 12	Local Natureza (interdisciplinar)	Dia: 1 abril de 2022	Hora: 9:30- 10:15
		4.ª semana	

<p>População-alvo (idade) 1.º CEB – 2.º ano de escolaridade (7/8 anos)</p> <p>Conteúdos</p> <p>Deslocamentos e Equilíbrios Corrida; transporte de objetos; salto em duplo apoio; marcha em prancha facial;</p> <p>Perícias e Manipulações Lançamento de bola; transporte de objetos; salto à corda;</p> <p>Jogos Jogo de cooperação (fita/grupo);</p> <p>Estudo do Meio Seres vivos: semelhanças e diferenças observáveis; Biodiversidade;</p> <p>Educação Artística:</p> <p>Dança Movimentos locomotores e formas do corpo;</p> <p>Artes Visuais Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas;</p> <p>Cidadania e Desenvolvimento Consciencialização ambiental.</p>
<p>Objetivos da aula O aluno demonstra ser capaz de:</p> <p><u>Deslocamentos e Equilíbrios</u> Correr em diversas direções; Caminhar em prancha facial com o apoio de um colega; Transportar um objeto (tronco, pinha) para um local previamente definido; Saltar em duplo apoio;</p> <p><u>Perícias e Manipulações</u> Lançar uma bola em precisão a um alvo, por baixo e por cima, com cada uma e ambas as mãos; Saltar à corda no lugar com coordenação global e fluidez de movimentos;</p> <p><u>Jogos</u> Encontrar a sua fita/grupo;</p> <p><u>Estudo do Meio</u> Categorizar os seres vivos de acordo com semelhanças e diferenças observáveis (animais, tipos de: revestimento, alimentação, locomoção); Relacionar ameaças à biodiversidade dos seres vivos com a necessidade de desenvolvimento de atitudes responsáveis face à Natureza; Semear uma árvore autóctone;</p> <p><u>Educação Artística:</u></p> <p><u>Dança</u> Criar, de forma individual ou em grupo, pequenas sequências de movimento e/ou composições coreográficas a partir de dados concretos ou abstratos, em processos de improvisação (livre ou parcialmente condicionada);</p> <p><u>Artes Visuais</u> Criação de adereços/elementos utilizando variadas técnicas;</p> <p><u>Cidadania e Desenvolvimento</u> Manifestar atitudes positivas conducentes à preservação do ambiente próximo sendo capaz de apresentar propostas de intervenção.</p>
<p>Recursos: Professora Titular de Turma, Professor de Educação Especial e 1 Assistente Operacional</p> <p>Recursos materiais: corda, sisal, cartões dos animais, cronómetro, telemóvel, coluna, ovos, 10 giz; 10 vasos</p> <p>Recursos naturais: ramos de árvores, pinhas, bugalhos, bolotas, árvores, troncos de árvores, 10 árvores</p>

Tempo		Organização	Tarefas/ Situações de aprendizagem
T	P		
Inicial			
15'	15'	Os alunos escutaram o final da história "Arrumado" na sala de aula	Os alunos deslocam-se a pé para a mata/floresta próxima da escola. Os alunos colocam-se em semicírculo, à frente da professora e escutam as indicações.
	3'	 <p>texugo, coelho, esquilo, raposa, ouriço, minhoca, coruja, gafanhoto, formigas, melro (animais presentes na arrumação da floresta)</p>	<p>Composição dos pares</p> <p>No espaço delimitado da mata estão espalhados cartões dos animais cortados em dois. Ao sinal da professora, cada aluno irá correr com o objetivo de encontrar uma parte do cartão e depois descobrir o seu parceiro. Quando o conseguir, dirige-se ao local inicial da atividade.</p> <p>Após esta tarefa, cada par, terá de preencher o cartão identificativo do animal (evidenciando o modo de locomoção, alimentação, revestimento e classe).</p> <p>Depois a professora escolhe um par e este tem que apresentar o seu animal. O jogo repete-se até todos conhecerem os animais.</p>
10'	7'		
FUNDA MENTAL			
13'	3'		<p>Tendo por base a história, a professora contextualiza a parte final, os animais uniram-se para reerguer a floresta e todos tiveram um papel importante. Enquanto explica o que cada par faz em cada tarefa, a professora exemplifica.</p> <p>Os pares são distribuídos pelas tarefas e ao sinal da professora iniciam os exercícios.</p> <p>A cada 2 min e ao sinal da professora, os pares rodam de tarefa (em cada tarefa devem repetir o exercício até terminar o tempo definido).</p> <p>1. Transporte de um tronco</p> <p>O grupo transporta um tronco cortado num trajeto de 10 metros (ida e volta).</p> <p>Critério de eficácia: transportar o tronco sem o deixar cair.</p> <p>Nível avançado: os alunos transportam o tronco sem o deixar cair; nível intermédio: os alunos transportam o tronco, mas precisam de parar no meio do trajeto.</p> <p>2. Ovo no ninho</p> <p>O aluno sobe um tronco cortado, depois tenta colocar um ovo (previamente pintado na sala de aula) no ninho realizado pelos alunos e salta para o solo.</p> <p>Critério de eficácia: subir para colocar um ovo no ninho dos passarinhos e efetuar uma receção orientada no solo em equilíbrio.</p> <p>Nível avançado: o aluno sobe e coloca um ovo no ninho e salta para o solo; Nível intermédio: o aluno toca no ninho e salta para o solo.</p> <p>3. Escalar/puxar a árvore</p> <p>O aluno/par tem de escalar um declive de terra.</p> <p>Critério de eficácia: subir o declive sem cair.</p> <p>Nível avançado: o aluno sobe o declive sem tocar com as mãos no solo; nível intermédio: o aluno sobe o declive com ajuda das mãos.</p>
	25'		

38		<p>4. Caminho superfícies reduzidas Os alunos caminham à frente e à retaguarda sobre uma superfície reduzida (tronco no solo). Critério de eficácia: deslocar-se à frente e à retaguarda em equilíbrio. Nível avançado: o aluno caminha à frente e à retaguarda em equilíbrio sobre o tronco; o aluno caminha à frente em equilíbrio sobre o tronco.</p> <p>5. Carro de mão humano Um aluno em prancha facial desloca-se com o apoio das mãos e com os pés apoiados num colega (carrinho de mão humano) durante 5 metros. Depois trocam de posição e fazem o percurso inverso. O aluno pode usar um pedaço de cortiça (preparado anteriormente) para proteger as mãos. Critério de eficácia: deslocar-se sem se desequilibrar. Nível avançado: o aluno desloca-se na forma de carrinho de mão apoiado pelo seu colega a distância de 5 metros; nível intermédio: o aluno desloca-se na forma de carrinho de mão apoiado pelo seu colega a distância de 2 metros.</p> <p>6. Subir uma corda suspensa Cada aluno sobe uma corda suspensa e toca num dos nós (diferentes cores para diferentes alturas). Critério de eficácia: subir o mais alto possível e descer de forma equilibrada a corda alternando a ação das mãos e membros inferiores. Nível avançado: o aluno sobe até 1,50m; Nível intermédio: o aluno sobe até ao primeiro nó/cor a 1, 20m.</p> <p>7. Transporte bugalhos O grupo tem de transportar bugalhos com um pedaço de cortiça ou pinheiro (cerca de 10 m) numa mão. Critério de eficácia: transportar o bugalho sem deixar cair. Nível avançado: o aluno transporta o bugalho sem deixar cair usando apenas uma mão; nível intermédio: o aluno transporta o bugalho sem deixar cair e segurando com as duas mãos.</p> <p>8. Pinha/pau O grupo tem de lançar uma pinha e acertar num alvo/pau a 4 metros. Critério de eficácia: lançar e acertar com a pinha num alvo/pau. Nível avançado: o aluno lança e acerta com a pinha num pau a 4 metros; nível intermédio: o aluno lança e acerta com a pinha a 3 metros.</p> <p>9. Desenho/pintura com giz O par tem de decorar o seu vaso. Critério de eficácia: decorar o vaso.</p> <p>10. Apanhar terra O par tem de encher um recipiente com terra do espaço indicado. Critério de eficácia: encher o seu recipiente com terra.</p>
----	--	---

FINAL			
		<p>Roda simples concêntrica https://www.youtube.com/watch?v=Y3Vxjgjp4HA&list=PL0DDEF8EEB4D7BCD&index=1</p>	<p>Os alunos posicionam-se em círculo. A professora explica que irão expressar-se através de uma dança criativa, os animais presentes nesta parte da história. Ao som da música, cada par, pensa nos movimentos do animal atribuído e desloca-se pelo espaço. De seguida, a professora posiciona-se no centro da roda com os cartões/animais da parte inicial da aula. Posteriormente segura com uma mão e eleva alternadamente cada um dos animais com diferentes instruções (levantar os braços, baixar-se, andar mais devagar, ... Entretanto o par correspondente desloca-se até ao centro da roda e replica o seu movimento. A professora explica a parte final da aula, questionando os alunos acerca dos vasos decorados e aterra apanhada. Após um breve diálogo, os pares vão buscar os seus vasos decorados e o recipiente com terra para o local indicado. Os alunos são convidados a semear uma árvore autóctone.</p>
41'	3'		
			<p>As árvores vão para a escola para serem cuidadas pelos alunos e mais tarde irão enriquecer a nossa escola e mata.</p>
45'	4'	Os alunos farão uma breve autoavaliação do seu desempenho na aula e na unidade de ensino.	<p>A professora regista e dá o feedback aos alunos.</p>

APÊNDICE 14

GUIÃO FOCUS GROUP (Unidade de Ensino março 2022)

Dimensões de análise/ questões:

- a) A EF em diferentes contextos (escola e Natureza) 1, 2, 3, 4, 5, 11, 13, 15, 16

- b) A prática interdisciplinar entre a EF e as restantes disciplinas 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 15, 16

Gostaria de vos fazer algumas perguntas sobre as aulas que tiveram por base a história “Arrumado”.

Proposta - Ordem das questões:

1. Neste projeto da turma tiveram aulas no exterior, campo da escola e na Mata. Falem-me dessas aulas.
2. De que se lembram melhor?
3. Quais foram vossas aulas preferidas?
4. Conseguem dizer-me quais o(s) exercício(s) que gostaram mais de fazer?
5. E qual foi o exercício que gostaste menos? Porquê?
6. Gostaram das aulas sobre a história “Arrumado”? Podem dizer-me uma coisa de que tenham gostado?
7. Lembram-se quantas partes tem a história que conheceram nas aulas? Qual foi a parte que gostaram mais? E a parte que gostaram menos?
8. Qual é a primeira coisa em que pensam quando eu digo «arrumado»? «ousado e organizado»? «enganado»? «ajudado»?
9. Acham que nas aulas de EF deste mês fizemos coisas que são importantes para outras disciplinas? Se sim, lembram-se de algumas dessas coisas?
10. Gostaram mais das aulas de EF na mata ou na escola? Porquê?
11. E gostaram mais das aulas de EF relacionadas com a história na mata ou na escola? Porquê?
12. Como avaliam o que fizeram nas aulas de EF? Completem a frase, foi...
13. A utilização dos acelerómetros causou algum desconforto na realização dos exercícios?

14. Falavam com alguém sobre o que fazias nessas aulas? Com quem? O que diziam essas pessoas?
15. Para finalizar, se fossem vocês o(a) professor(a) fariam algo parecido com os vossos alunos? O quê?

Obrigada pela vossa participação!

APÊNDICE 15 – TRANSCRIÇÃO DO GRUPO 1

Grupo 1

7 Alunos

Professora: Neste projeto da turma tiveram aulas no exterior, campo da escola e na Mata. Falem-me dessas aulas.

Do que se lembram melhor?

G: Fizemos muitas coisas, muita ginástica, muitas voltas.

Professora: Quem quer acrescentar?

P: Também estivemos a treinar mais exercícios, para quando vierem algumas coisas mais difíceis, nós estarmos prontos.

Professora: Quais foram as vossas aulas preferidas?

V: Tirar a terra e também colocar o objeto nas pernas e saltar.

T: Gostei de jogarmos à “Manteiga derretida”.

Professora: Vocês estão a dizer os exercícios, eu pergunto as aulas?

P: Gostei da primeira, da décima e da décima segunda.

G: Eu gostei de todas, eram todas físicas e boas, trabalham as pernas, porque elas assim trabalham melhor.

Professora: E conseguem dizer-me o ou os exercícios que gostaram mais? E por que é que gostaste mais desse exercício?

T: Gostei de jogar à “Manteiga derretida”, porque corremos e fazemos Educação Física.

C: Jogar à “Manteiga derretida”, porque corríamos e fazia-nos bem.

P: Gostei mais de fazer de saco de batatas, porque saltámos e também fazíamos Ed. Física.

P: Subir à corda que tinha três cores e tínhamos de tocar, fazer saco de batatas a saltar e na primeira aula nós estivemos a limpar (tirar os cones e as tampas).

Professora: Mais alguém quer acrescentar? Então e qual foi o exercício que gostaram menos?

P: Não há nenhum que eu tenha gostado menos, apenas o mais difícil quando tinha de andar com os olhos vendados, porque me baralhava.

G: Não há nenhum que não gostasse, porque eu gostei de todos. E além disso eu gosto muito de fazer “ginástica”.

Professora: Gostaram das aulas sobre a história “Arrumado”? Podem dizer-me uma coisa de que tenham gostado?

P: Gostei de todas as aulas.

P: Gostei das aulas, porque os jogos eram novos e de aprender as canções de roda.

T: Eu gostei da última parte, porque ele voltou a colocar a floresta como estava.

Professora: Boa! Lembram-se de quantas partes tem a história que conheceram nas aulas? Qual foi a parte que gostaram mais? E a parte que gostaram menos?

P: Eram 12.

Professora: Eram 12 aulas divididas por quantas semanas?

Todos: Quatro.

P: Gostei de todas, mas algumas eram mais difíceis e complicadas. Mais difícil era, na corda, pôr os pés nos nós, mas à segunda já me habituei e já consegui.

P: Gostei de todos, foi fixe... as aulas e adorei fazer os exercícios.

T: O que eu gostei menos foi naquele da corda, porque quando tentava subir, doíam as mãos.

G: Não conseguia escalar muito, porque não sou bom a escalar.

Professora: Por exemplo, era mais fácil escalar na Escola ou na Mata?

Todos: Na Mata.

Professora: Qual é a primeira coisa em que pensam quando eu digo “arrumado”?

G: Lembro-me que o texugo Pedro queria arrumar toda a floresta, porque achava que estava tudo desarrumado.

P: Ele limpou toda a floresta e...

Professora: E quando digo “ousado e organizado”?

G: Ele pôs cimento.

T: E arrancou as árvores.

Professora: Na outra parte, em que ele se sentia “enganado”?

P: Ele queria ir a casa e não conseguia.

Professora: E na última semana? Em que ele foi “ajudado”?

G: Ele foi ajudado a partir o cimento, a plantar as árvores e a pôr as folhas.

T: Também plantou coisas, flores...

Professora: Então o texugo teve a ajuda de quem?

Todos: Dos animais.

G: A raposa, a cobra,...

P: O pássaro e o ouriço.

Professora: Muitos dos animais da floresta vieram ajudá-lo.

Acham que nas aulas de EF deste mês fizeram coisas importantes para outras disciplinas?

Todos: Sim.

V: De subir a corda.

Professora: Aí estamos a trabalhar a EF. Outras...

P: Quando contamos os elementos dentro do nosso arco.

C: Aquele das sílabas em que tínhamos de dar os passos do animal que aparecia e depois tínhamos de colar num cartaz.

P: Se era dissílabo, trissílabo, polissílabo...

Professora: E aí trabalhámos o quê?

Todos: Português.

P: E também Matemática, quando contávamos as sílabas da palavra/animal...

P: E não contamos mais?

P: Sim, quando contamos os elementos que tínhamos dentro do círculo.

C: E quando colocamos no cartaz se o animal é mamífero, peixe, anfíbio, ave ou réptil.

Professora: E aí estamos a trabalhar?

Todos: Estudo do Meio.

Professora: Lembram-se de mais alguma?

Todos: Não.

Professora: E gostaram mais das aulas de EF na mata ou na escola? Porquê?

T: Na mata, porque tinha mais a ver com a história, porque também foi na mata.

Professora: Muito bem!

C: Na mata, porque lá ouvíamos os animais e estávamos na Natureza.

P: Na mata, porque a história passava-se na floresta, estávamos na natureza, ouvíamos os animais e a fazer exercícios que tinham a ver com a Natureza.

P: Na mata, porque ouvíamos os animais e também fizemos os animais que estavam na história e que estavam em cada exercício para nos ajudar a lembrar o exercício.

G: Na mata, porque é um local muito agradável, tem muitos animais, onde podemos estudar mais coisas e dá para fazer mais exercícios.

G: Na mata.

Professora: E gostaram mais das aulas de EF relacionadas com a história na mata ou na escola? Porquê?

T: Na mata, porque tinha a ver com a história e também há animais como na história.

P: Igual.

G: Igual.

Professora: Como avaliam o que fizeram nas aulas de EF? Completem a frase, a experiência das aulas de EF foi ...

G: ginástica

P: fantástica.

P: divertida.

T: espetacular.

C: maravilhosa.

Professora: A utilização dos acelerómetros causou algum desconforto na realização dos exercícios?

G: Apertava um pouquinho, mas não interferia na realização dos exercícios.

V: Fazia bem os exercícios.

C: Não.

T: Não.

P: Não.

P: Não.

Professora: Falavam com alguém sobre o que faziam nessas aulas? Com quem? O que diziam essas pessoas?

P: Sim, com os meus pais. Porque eles confiam em mim, sobre o que consigo fazer e o que há de novidades. Eles diziam que eram fixes.

P: Sim, com os meus pais e os meus avós, quando digo algum exercício que não consigo fazer tão bem, treino também em casa para conseguir. Viam que eu me sentia feliz, por isso as aulas eram divertidas.

T: Com a minha família, diziam que fazia bem, que fazia “ginástica”.

G: E a ginástica faz muito bem à saúde!

Professora: E quando dizemos ginástica queremos dizer o quê?

Todos: Educação Física.

Professora: Para finalizar, se fossem vocês o professor(a) fariam algo parecido com os vossos alunos? O quê?

P: Sim. Repetia as aulas na mata.

P: Na mata, deixava-os explorar no final da aula para treinarem ainda mais os exercícios.

T: Sim, deixava-os explorar e se encontrassem algo que não conheciam, eu ajudava.

G: Sim, eu deixava os meus alunos irem à mata à tarde, todos os dias. Jogava muito com eles e fazia muita EF com os materiais da mata, como na caça aos ovos.

V: Sim, eu deixava-os fazer os exercícios.

C: Sim, fazia na mata e deixava-os explorar para eles se habituarem.

G: Sim.

P. Obrigada pela vossa participação.

APÊNDICE 16 – TRANSCRIÇÃO DO GRUPO 2

Grupo 2

7 Alunos

Professora: Neste projeto da turma tiveram aulas no exterior, campo da escola e na Mata. Falem-me dessas aulas.

Do que se lembram melhor?

F: Manteiga derretida.

L: Gostei de pintar aqueles copos/vasos com as canetas na última aula.

D: Também gostei desse exercício.

D: O jogo em que tínhamos de contar as sílabas, dar os passos que tinha o animal e depois tínhamos de dizer se era monossílabo, dissílabo, trissílabo e polissílabo e correr para o cartaz.

Professora: E conseguem dizer-me o ou os exercícios que gostaram mais? E por que é que gostaram mais desse exercício?

G: Gostei da escalada e dos vasos, porque foram divertidos.

D: O jogo em que tínhamos de transportar uma bola com uma colher e o jogo da raposa.

M: Gostei do jogo da raposa e de pintar os vasos, porque eram decorados à nossa maneira e do colega.

B: Gostei do jogo do equilíbrio, de decorar os copos e aquele em que estávamos a escalar.

L: Aquele do tronco em que tínhamos de transportar o tronco de um lado para o outro e voltar.

F: Gostei mais daquele da escalada e da “Manteiga derretida”, porque tínhamos de escalar e também correr para não nos apanharem.

D: O jogo da teia em que tínhamos o sisal e tínhamos de passar de um lado para o outro. Às vezes, era divertido quando tocava no sisal.

Professora: E o que gostaram menos?

B: Não gostei tanto do sisal, porque estava sempre a tocar.

D: Não me lembro.

F: Não gostei do exercício da teia, porque estava sempre a tocar e o da casinha, porque era muito fácil.

D: Eu não posso dizer, porque gostei de todos.

D: Não gostei do tronco, porque escorregava e o do sisal, porque tocava muitas vezes.

Professora: Gostaram das aulas sobre a história “Arrumado”? Podem dizer-me uma coisa de que tenham gostado?

M: Quando ele andava a limpar a floresta toda.

D: Gostei quando ele percebeu que não devia ter tirado as árvores.

D: Gostei também dessa parte.

F: Gostei quando os animais, em conjunto, estavam a quebrar o solo.

L: Gostei da parte em que plantaram as árvores.

B: Gostei quando o texugo Pedro aprendeu uma grande lição, que não pode limpar a mata toda, apenas o lixo.

Professora: Boa! Lembram-se de quantas partes tem a história que conheceram nas aulas? Qual foi a parte que gostaram mais? E a parte que gostaram menos?

D: Em 4 partes.

B: Eu acho que gostei de todas.

F: Eu gostei de todas as partes.

Professora: Qual é a primeira coisa em que pensam quando eu digo “arrumado”?

B: Lembro-me de um sítio que não tem pó, não tem nada. Tudo nos seus lugares.

D: Lembro-me que ele estava sempre a varrer as folhas.

Professora: E quando digo “ousado e organizado”?

M: Quando ele arrancou as árvores.

Professora: Na outra parte, em que ele se sentia “enganado”?

D: Esqueceu-se da sua casa que ficou por baixo do cimento.

B: Ele queria a mata como estava antes.

D: Como ela disse.

Professora: E na última semana? Em que ele foi “ajudado”?

F: Foi quando ele estava a quebrar o cimento e os outros animais foram ajudá-lo.

M: Quando os animais foram ajudá-lo.

D: Os animais foram ajudar o Pedro, plantar as árvores, ...

B: Ele pediu ajuda aos outros animais, porque não conseguia fazer sozinho.

Professora: Acham que nas aulas de EF deste mês fizeram coisas importantes para outras disciplinas?

L: Trabalhámos os animais.

Professora: Então estamos a trabalhar que disciplina?

L e M: Estudo do Meio.

D: E Matemática, no exercício em que tínhamos de contar as sílabas e a seguir dizer se era monossílabo, dissílabo, ... Aí também trabalhámos Português.

M: Quando estávamos a preencher os cartões também escrevíamos.

Professora: E Educação Física?

Todos: Sim, em todas elas. Escalada, corrida por estafetas, equilíbrio, lançar a bola/pinha, saltar à corda e também dança.

Sim, em todas elas. E gostaram mais das aulas de EF na mata ou na escola? Porquê?

B: Na mata, porque estávamos ao ar livre, lá utilizamos utensílios de lá e na escola usamos utensílios do homem.

L: Na mata, porque conseguimos explorar mais.

D: Eu gostei de fazer na mata e na escola.

M: Eu gostava mais da mata, porque estávamos ao ar livre e tínhamos coisas da Natureza.

D: Na mata, porque ouvíamos os animais e na escola ouvíamos os meninos da Pré a “gritar”.

G: Gostei mais na mata, porque temos coisas da natureza.

F: Gostei mais na mata, porque fazia mais sentido, porque tinha a ver com a história.

Professora: E gostaram mais das aulas de EF relacionadas com a história na mata ou na escola? Porquê?

T: Nas duas, mata e escola.

Professora: Como avaliam o que fizeram nas aulas de EF? Completem a frase, a experiência das aulas de EF foi ...

B: educativa.

L: divertida.

D: excelente!

F: linda!

G: espetacular.

M: Fixe.

Professora: A utilização dos acelerómetros causou algum desconforto na realização dos exercícios?

B: Não sentia nada.

D: Não.

L: Apenas quando tínhamos exercícios como a corrente, encontrávamos a fita.

Professora: Falavam com alguém sobre o que faziam nessas aulas? Com quem? O que diziam essas pessoas?

D: Sim, com as minhas irmãs e os meus pais e um dia uma delas queria jogar à “Manteiga derretida”, porque estávamos em casa e eu pensei nas aulas da mata e jogámos.

Professora: Muito Bem.

M: Com os meus pais e eles dizem que deve ser divertido.

F: Com a minha família e eles acharam divertido.

D: Com a minha mãe ela disse que faz muito bem à nossa saúde.

L: Com o meu irmão e ele disse que era muito bom, porque estamos a trabalhar na natureza e a fazer exercício físico. E a minha mãe disse que um dia queria ir lá também para fazer isso.

B: Com o meu pai e eu expliquei-lhe alguns exercícios.

Professora: Para finalizar, se fossem vocês o professor(a) fariam algo parecido com os vossos alunos? O quê?

M: Sim, porque faz sentido.

F: Sim.

L: Sim, porque é muito bonito.

D: Sim.

Restantes: Sim...

Professora: Obrigada pela vossa participação.

.

APÊNDICE 17 – TRANSCRIÇÃO DO GRUPO 3

Grupo 3

6 Alunos

Professora: Neste projeto da turma tiveram aulas no exterior, campo da escola e na mata. Falem-me dessas aulas. Do que se lembram melhor?

M: Gostei de fazer o jogo que tinha de dizer se era monossílabo, dissílabo, trissílabo e polissílabo e gostei também de colar no cartaz.

F: De fazer a dança de roda, de fazer os exercícios preparados, de subir a corda.

E: De passar a pedra quando estávamos numa roda, daquele em que cada grupo estava numa estação e apontava numa folha o número de vezes que fazíamos.

L: De fazer os exercícios, de jogar à pedrinha, de fazer os aquecimentos, de fazer a dança de roda e de ouvir a história e de estar com os colegas.

D: De subir a corda, quando tínhamos a folha para apontar o número de vezes.

S: Gostei mais de subir a corda, de subir o declive sem o apoio das mãos, aquele em que havia pinhas, bolotas e bugalhos e tinham pontos, da “Manteiga derretida”.

Professora: Quais foram as vossas aulas preferidas?

D: Quando tivemos de subir à corda, quando jogámos à “Manteiga derretida” e quando dançamos “Indo eu, indo eu a caminho de Viseu...”.

S: Quando jogámos à “manteiga derretida”, quando tínhamos o nome do animal na testa e fazíamos perguntas aos nossos colegas e eles diziam ... “Qual a classe do meu animal? - Mamífero” e também gostei da aula em que tínhamos os vasos e tínhamos de pintar.

E: Foi a aula que ele também disse, em que a pinha, a bolota e o bugalho valiam pontos.

L: Quando colamos os cartões na testa, quando subimos à corda e na mata quando tínhamos a teia e subir o declive.

M: Gostei de quando tínhamos de dizer as sílabas, colar no cartaz e dizer a sua classificação, da aula de subir a corda e das canções.

Professora: E conseguem dizer-me o ou os exercícios que gostaram mais? E por que é que gostaram mais desse exercício?

L: De subir a corda.

M: Subir a corda.

S: Manteiga derretida.

D: Manteiga derretida.

E: Quando aprendi a jogar à “Manteiga derretida”.

F: Gostei de todos os exercícios.

Professora: Então e qual foi o exercício que gostaram menos?

L: Não tenho.

S: Na teia, quando tínhamos de saltar, de transportar o bugalho e aquele de saltar com um pedaço de cortiça.

D: O exercício de equilibrar que ainda não consigo fazer bem e o de acertar o pino.

M: Aquele em que tínhamos de pôr o rolo entre as pernas e saltar em dois apoios.

F: Não houve nenhum.

E: Não houve nenhum.

Professora: Avançamos. Gostaram das aulas sobre a história “Arrumado”? Podem dizer-me uma coisa de que tenham gostado?

L: Quando nós plantamos e quando fizemos o vaso.

D: Quando fizemos o vaso, porque no final da história eles também tinham um vaso amarelo que colocaram na terra.

M: Aquela do vaso.

Professora: Lembra-se de quantas partes tem a história que conheceram nas aulas? Qual foi a parte que gostaram mais? E a parte que gostaram menos?

S: Eram 4. Gostei mais quando arrancaram o cimento e plantaram as árvores.

L: Quando ele começou a achar que tinha de mudar as coisas, arrancar o cimento, plantar as árvores.

D: Quando o Pedro colocou o cimento e depois começou a achar que não devia ter feito aquilo, porque chegou a noite e ele queria ir para casa e não dava.

Professora: Qual é a primeira coisa em que pensam quando eu digo “arrumado”?

S: Arrumar a floresta.

E: Limpar a floresta, tirar o lixo.

L: Manter a floresta arrumada.

D: Manter as matas limpas, sem lixo... como nós quando vamos por aquela colina e vemos lixo espalhado.

Professora: E quando digo “ousado e organizado”?

D: Quando ele viu todas aquelas folhas e meteu-as em sacos e arrancou as árvores.

E: Quando as folhas estavam a cair e ele pô-las dentro dos sacos, quando colocou o cimento ficou uma estrada e não uma floresta e quando arrancou as árvores.

Professora: Na outra parte, em que ele se sentia “enganado”?

F: Quando reparou que estava tudo coberto de cimento.

S: Quando ele estava com fome e a comida estava por baixo do cimento, onde era a sua casa.

E: Quando chegou a noite e percebeu que tinha posto cimento por cima da sua casa.

L: O mesmo.

D: Quando chegou a noite e ele foi para a betoneira olhou para a Lua e pensou que não devia ter feito aquilo...

Professora: E a outra parte... Em que ele foi “ajudado”?

D: Quando chamou os carpinteiros, as escavadoras e os animais.

E: Quando ele chamou os animais e os outros...

Professora: Acham que nas aulas de EF deste mês fizeram coisas importantes para outras disciplinas?

L: Matemática, quando tivemos de fazer contas e Estudo do Meio, em que estivemos sempre a trabalhar e no Português, onde tivemos de ler muitas coisas.

M: Tínhamos de dizer se era monossílabo, dissílabo... e depois íamos colocar no cartaz.

S: Aquele em que tínhamos o animal na testa e tínhamos de fazer perguntas.

D: A escalada, que faz parte da Ed. Física.

L: As Expressões quando decoramos o vaso e os animais.

D: Na Dança, “Indo eu...a caminho de Viseu”, “Caranguejo não é peixe...” e “Lá vai uma, ...” (Cantaram a dança toda).

Professora: Muito bem! E gostaram mais das aulas de EF na mata ou na escola? Porquê?

S: Não consigo decidir. Gostei de ambas.

D: Também não consigo. As aulas eram iguais na mata e na escola, só mudavam os materiais.

L: Da mata, porque temos mais materiais naturais e estou mais próxima da natureza.

E: Na mata, porque são materiais naturais e na escola os materiais não são naturais.

F: Não consigo decidir, gostei dos exercícios na mata e na escola.

M: Gostei mais na escola, porque tínhamos mais espaço, porque na mata com as árvores, às vezes era difícil.

Professora: E gostaram mais das aulas de EF relacionadas com a história na mata ou na escola? Porquê?

S: A mesma coisa, não consigo decidir.

D: Não consigo decidir.

L: Um bocadinho na mata, um bocadinho na escola....

E: Na mata e na escola... eram um pouco iguais.

F: Não consigo decidir.

M: Igual à outra pergunta.

Professora: Como avaliam o que fizeram nas aulas de EF? Completam a frase, a experiência das aulas de EF foi ...

M: Linda!

D: Para treinar as outras disciplinas, ...

L: Fantástica.

E: Espetacular!

F: Maravilhosa!!!

S: Boa!

Professora: A utilização dos acelerómetros causou algum desconforto na realização dos exercícios?

M: Sim, apertava um pouquinho.

F: Nahhh

E: Não, quando fazia os exercícios nem me lembrava.

L: Às vezes.

D: Nada.

S: Marcava, mas não magoava.

Professora: Falavam com alguém sobre o que faziam nessas aulas? Com quem? O que diziam essas pessoas?

L: Com os pais, diziam os exercícios que tinha de fazer e que gostei muito.

D: Com os colegas, com os pais... às vezes vou passear com os meus pais e depois faço alguns desses exercícios.

E: Depende. Com os pais ou com os avós e diziam, se eu conseguia, eles diziam BOA, se não conseguia, diziam para treinar mais.

M: Sim, aos meus pais e eles perguntavam se tinha sido capaz.

F: Sim, diziam se tinha corrido bem ou precisava treinar mais.

S: À minha mãe, dizia que podia treinar mais...

Professora: Para finalizar, se fossem vocês o professor(a) fariam algo parecido com os vossos alunos? O quê?

S: Sim, alguns exercícios.

D: Escolhia alguns exercícios da professora e acrescentava outros.

L: Eu pensava em mim, o que eu tinha mais gostado e depois perguntava aos meus alunos o que mais gostaram.

E: Ia fazer alguns dos mesmos, os que eu gostei mais, perguntava se eles também gostaram e acrescentava alguns.

F: Sim, dos que eu mais gostei.

M: Sim, fazia alguns dos exercícios dos que eu mais gostei.

Professora: Então fez sentido estas aulas?

Todos: Sim.

Professora: É DE CONTINUAR?

Todos: Sim.

P. Obrigada pela vossa participação.

