

Curso de Pós-graduação em Educação Especial, Domínio Cognitivo e Motor
Trabalho de Projeto no Domínio da Formação

O impacto de atividades cooperativas e motoras no desenvolvimento cognitivo e emocional de crianças com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão

Autor: João Manuel Ribeiro de Matos

Orientado por: Professora Joana Machado Bastos Rodrigues de Carvalho

fevereiro de 2025

Curso de Pós-graduação em Educação Especial, Domínio Cognitivo e Motor

**O impacto de atividades cooperativas e motoras no desenvolvimento cognitivo
e emocional de crianças com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão**

João Manuel Ribeiro de Matos

Curso de Pós-graduação em Educação Especial, Domínio Cognitivo e Motor

**O impacto de atividades cooperativas e motoras no desenvolvimento cognitivo
e emocional de crianças com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão**

Aprovado para defesa, em ____ de _____ de 202__

(Professora Joana Machado Bastos Rodrigues de Carvalho)

fevereiro de 2025

Declaração de autoria e autorização para depósito de documentos, no âmbito do Curso de Pós-Graduação em Educação Especial, Domínio Cognitivo e Motor

Declaro que o trabalho académico com o título “O impacto de atividades cooperativas e motoras no desenvolvimento cognitivo e emocional de crianças com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão”, de que este documento é parte integrante, é original e foi realizado pelo autor especificamente para este fim e que, em todos os momentos da sua realização, foram respeitados os princípios éticos na investigação científica e na realização de atividades académicas.

Declaro, para os devidos efeitos, que concedo gratuitamente à Escola Superior de Educação de Fafe, para além do título e resumo por mim disponibilizados, autorização para arquivar e tornar acessível aos interessados, nomeadamente através do seu repositório institucional, biblioteca ou publicação, o referido trabalho, que disponibilizo em formato digital.

A subscrição da presente declaração não implica a renúncia à titularidade dos direitos de autor nem ao direito de usar a obra em trabalhos futuros, os quais são pertença do seu criador intelectual.

Escola Superior de Educação de Fafe,

Em 27 de fevereiro de 2025

O aluno:

(João Manuel Ribeiro de Matos)

AGRADECIMENTOS

Nunca, até muito recentemente, tinha ponderado enveredar por um curso superior na área da Educação Especial: pensava tratar-se de uma área enfadonha, burocrática, com os seus decretos-lei e documentação diversa... No entanto, fui-me apercebendo que esta é também uma peça fundamental do puzzle que é a educação, e que, sem ela, o puzzle fica incompleto.

A presente investigação representa não apenas um percurso académico, mas também um desafio pessoal, marcado pelo compromisso e pela dedicação ao longo de todo o processo.

Agradeço, em primeiro lugar, à minha orientadora, Professora Joana Carvalho, cuja disponibilidade e acompanhamento foram essenciais para a validação do trabalho desenvolvido. O seu olhar crítico e sugestões pertinentes ajudaram-me a garantir a coerência e a qualidade deste estudo.

Aos meus colegas de percurso, pelo apoio e pelas partilhas que, de alguma forma, enriqueceram esta caminhada.

Agradeço também a toda a comunidade educativa do Externato das Escravas do Sagrado Coração de Jesus, pela sua abertura para receber e colaborar com o meu projeto; um bem-haja a todos.

Por fim, um agradecimento especial à minha família e amigos, sobretudo à Vera, a minha esposa, e à Leonor, minha filha, pela compreensão nos momentos de maior exigência (e ausência). Este trabalho reflete, acima de tudo, um esforço pessoal e independente, guiado pela vontade de aprofundar o conhecimento e contribuir para a Educação Especial.

Não sei o que o futuro me reserva relativamente à educação, ou ao meu lugar nela; contudo, tenho a certeza que Deus providenciará...

O IMPACTO DE ATIVIDADES COOPERATIVAS E MOTORAS NO DESENVOLVIMENTO COGNITIVO E EMOCIONAL DE CRIANÇAS COM MEDIDAS DE SUPORTE À APRENDIZAGEM E INCLUSÃO

Resumo

Este trabalho de investigação pretendeu avaliar o impacto de atividades cooperativas e motoras no desenvolvimento cognitivo, emocional e motor de crianças com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão. A intervenção, fundamentada em teorias como as de Vygotsky (1978) e Gardner (1983), baseia-se na Pedagogia do Coração, alinhando-se com os valores cristãos do Externato das Escravas do Sagrado Coração de Jesus. A metodologia inclui atividades motoras cooperativas, observações comportamentais e estudos de caso, promovendo inclusão e empatia. Os resultados encontrados incluem melhorias no desenvolvimento integral das crianças, reforçando a importância de práticas pedagógicas inclusivas.

Palavras-chave: Inclusão, Desenvolvimento Emocional, Atividades Cooperativas, Educação Especial, Pedagogia do Coração

Abstract

This research aimed to evaluate the impact of cooperative and motor activities on the cognitive, emotional, and motor development of children receiving learning support and inclusion measures. The intervention, based on theories such as those of Vygotsky (1978) and Gardner

(1983), is grounded in the Pedagogy of the Heart and aligns with the Christian values of the Externato das Escravas do Sagrado Coração de Jesus. The methodology includes cooperative motor activities, behavioral observations, and case studies, fostering inclusion and empathy. The findings indicate improvements in the holistic development of the children, reinforcing the importance of inclusive pedagogical practices.

Keywords: Inclusion, Emotional Development, Cooperative Activities, Special Education, Pedagogy of the Heart

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Resumo dos registos na Grelha de Observação de Comportamentos do 1.º Ciclo (por dimensão).....	19
Tabela 2 - Resumo dos registos na Grelha de Observação de Comportamentos do 2.º Ciclo (por dimensão).....	20
Tabela 3 - Resumo dos registos na Grelha de Observação de Comportamentos do 3.º Ciclo (por dimensão).....	20

Índice de Figuras

<i>Figura 1.</i> Impacto das atividades por ciclo.....	21
--	----

Índice

Resumo	ii
Introdução	8
Revisão da Literatura	8
<i>Definição da pedagogia e sua evolução histórica</i>	8
<i>A Pedagogia do Coração como Evolução</i>	9
<i>Práticas Pedagógicas Enraizadas no Coração</i>	10
<i>Educação que Prepara para a Vida em Comunidade</i>	10
<i>Perspetivas Teóricas e Abordagens Integradoras: Fundamentos para a Pedagogia do</i> <i>Coração</i>	11
<i>Vygotsky e a Importância da Interação Social</i>	11
<i>Gardner e as Inteligências Múltiplas</i>	12
<i>Bowlby e a Segurança Emocional</i>	12
Método	13
<i>Abordagem Quantitativa</i>	14
<i>Abordagem Qualitativa</i>	14
<i>Triangulação de Dados</i>	14
Participantes	15
Instrumentos e Procedimentos	15
Resultados	19
Discussão	22
Conclusão	25
<i>Limitações ao estudo</i>	26

Referências.....	27
Anexo 1 – Jogos Cooperativos e Exercícios Motores Adaptados	I
Anexo 2 – Grelha de Observação de Comportamentos.....	II
Anexo 3 – Questionário de Bem-Estar – 1.º Ciclo.....	III
Anexo 4 – Questionário de Bem-Estar – 2.º Ciclo.....	IV
Anexo 5 – Questionário de Bem-Estar – 3.º Ciclo.....	V
Anexo 6 – Avaliação do Impacto das Atividades:	VI
Perspetiva de Professores/Educadores.....	VI
Anexo 7 – Quadro Resumo de Aulas – 1.º Ciclo.....	VIII
Anexo 8 – Quadro Resumo de Aulas – 2.º Ciclo.....	IX
Anexo 9 – Quadro Resumo de Aulas – 3.º Ciclo.....	X
Anexo 10 – Quadro Resumo do Questionário de Bem-Estar – 1.º Ciclo	XI
Anexo 11 – Quadro Resumo do Questionário de Bem-Estar – 2.º Ciclo	XII
Anexo 12 – Quadro Resumo do Questionário de Bem-Estar – 3.º Ciclo	XIII

O impacto de atividades cooperativas e motoras no desenvolvimento cognitivo e emocional de crianças com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão

Introdução

Este trabalho aborda a importância de atividades cooperativas e motoras no contexto da Educação Especial, propondo uma intervenção prática para crianças com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão. Alinhado com os valores do Externato das Escravas do Sagrado Coração de Jesus (doravante designado apenas por Externato), o projeto visa promover o desenvolvimento integral das crianças, respeitando suas necessidades individuais e incentivando um ambiente escolar inclusivo.

Revisão da Literatura

Definição da pedagogia e sua evolução histórica

A pedagogia é amplamente reconhecida como a arte e ciência da educação, abrangendo práticas e teorias que promovem o desenvolvimento integral do ser humano. Segundo Biesta (2015), a pedagogia vai além da transmissão de conhecimentos, sendo um processo de formação de indivíduos comprometidos com a sociedade. Autores contemporâneos como Moran (2015) destacam o impacto das tecnologias digitais nas práticas educativas, desafiando educadores a reconfigurar o ensino.

Abordagens como a de Freire (1996) enfatizam a pedagogia como ato político e ético, enquanto Barnett (2012) propõe a educação como preparação para a imprevisibilidade. Immordino-Yang e Damasio (2007) reforçam o papel das emoções na aprendizagem, conectando dimensões cognitivas e sociais. Delors *et al.* (1996) sugerem uma educação multicultural que promova o aprender a ser, conviver e fazer.

A Pedagogia do Coração como Evolução

A Pedagogia do Coração emerge como uma abordagem centrada no amor e na compaixão, elementos que promovem a formação integral do ser humano (Rúbio, 2008). Este enfoque, inspirado nos valores cristãos, integra dimensões emocionais, espirituais e cognitivas, destacando a importância de relações significativas entre educadores e educandos. Santa Rafaela Maria, fundadora da Congregação das Escravas do Sagrado Coração de Jesus, serve de modelo com a sua visão de entrega e amor incondicional, enfatizando a educação como um ato que transforma tanto o coração quanto a mente.

No contexto contemporâneo, onde desafios globais e avanços tecnológicos impõem novas demandas, a Pedagogia do Coração apresenta-se como uma resposta relevante. Ao priorizar valores éticos e competências socioemocionais, ela promove uma educação que forma cidadãos conscientes e empáticos.

Práticas Pedagógicas Enraizadas no Coração

A Pedagogia do Coração materializa-se em práticas que valorizam o acolhimento, a escuta ativa e o respeito pela individualidade de cada aluno. O foco é criar um ambiente de aprendizagem seguro e acolhedor, onde a combinação de firmeza e ternura orienta as interações. As atividades pedagógicas incluem estratégias como o acompanhamento individualizado, que considera os talentos e as necessidades específicas de cada aluno, além de promover jogos cooperativos que incentivam a empatia e a colaboração.

Essas práticas visam não apenas o desenvolvimento acadêmico, mas também o fortalecimento das dimensões emocionais e sociais dos alunos, em linha com os valores das Escravas do Sagrado Coração de Jesus. A atenção personalizada e o uso do diálogo como ferramenta central reforçam o objetivo de tocar o coração dos educandos, promovendo a sua transformação integral.

Educação que Prepara para a Vida em Comunidade

Mais do que preparar para o sucesso individual, a Pedagogia do Coração tem como objetivo formar cidadãos comprometidos com a construção de uma sociedade justa e solidária. No Externato, as práticas educativas alinham-se com os valores cristãos, incentivando os alunos a reconhecerem a sua dignidade, respeitarem o próximo e contribuírem ativamente para a comunidade. Esse enfoque ressalta a educação como um processo de humanização, que integra

saberes académicos e valores éticos para um impacto duradouro na vida dos educandos e na sociedade.

Perspetivas Teóricas e Abordagens Integradoras: Fundamentos para a Pedagogia do Coração

A Pedagogia do Coração, tal como implementada no Externato, apoia-se em diversas teorias educacionais que complementam e enriquecem os seus objetivos. Estas teorias fornecem um quadro para compreender o desenvolvimento humano e para criar práticas pedagógicas alinhadas com o respeito pela individualidade, o fortalecimento das competências socioemocionais e a construção de uma comunidade solidária.

Vygotsky e a Importância da Interação Social

A Teoria do Desenvolvimento Social de Lev Vygotsky (1978) destaca a interação como elemento central da aprendizagem. O conceito de Zona de Desenvolvimento Proximal (ZDP) oferece uma base sólida para práticas que envolvem atividades cooperativas e motoras no Externato. Ao trabalhar em equipa, os alunos são encorajados a superar desafios com o apoio de colegas e educadores, promovendo tanto o desenvolvimento cognitivo quanto a autorregulação emocional.

Essa abordagem é consistente com a Pedagogia do Coração, que valoriza o acompanhamento personalizado e a criação de vínculos afetivos como meio para “ganhar o

coração” dos aprendentes. A colaboração ativa nos jogos e atividades reflete a visão de que o coração se forma em relação, no contexto de uma comunidade de apoio e crescimento mútuo.

Gardner e as Inteligências Múltiplas

A Teoria das Inteligências Múltiplas de Howard Gardner (1983) permite personalizar o ensino para atender às diversas capacidades dos alunos. No contexto do Externato, as inteligências interpessoal e intrapessoal são particularmente relevantes, pois são essenciais para o desenvolvimento da empatia, do autoconhecimento e da resiliência emocional.

Por meio de práticas reflexivas e dinâmicas cooperativas, a Pedagogia do Coração estimula a autodescoberta e o fortalecimento das relações humanas. Estas práticas ajudam os alunos a desenvolverem uma compreensão mais profunda de si mesmos e dos outros, promovendo uma formação integral e harmoniosa.

Bowlby e a Segurança Emocional

A Teoria do Apego de John Bowlby (1969) sublinha a importância dos vínculos afetivos para o bem-estar emocional e o desenvolvimento das crianças. A Pedagogia do Coração incorpora este princípio ao criar um ambiente onde cada aluno se sente acolhido, valorizado e seguro. Professores e mediadores assumem um papel essencial como figuras de apego, oferecendo suporte emocional e modelando comportamentos de cuidado e compaixão.

A literatura sobre atividades cooperativas e motoras enfatiza a sua importância no desenvolvimento cognitivo, emocional e social das crianças. Autores como Vygotsky (1978)

sublinham o papel crucial da interação social na aprendizagem, enquanto Gardner (1983) destaca a relevância das inteligências múltiplas, em especial as inteligências interpessoal e intrapessoal, no fortalecimento de competências socioemocionais. No contexto da educação inclusiva, práticas fundamentadas nessas teorias promovem o desenvolvimento integral e a participação ativa dos alunos, independentemente das suas necessidades educativas.

Estudos recentes, como os de Immordino-Yang e Damasio (2007), corroboram a conexão entre emoções e aprendizagem, reforçando a importância de abordagens pedagógicas que integrem dimensões afetivas e cognitivas.

A Pedagogia do Coração, amplamente adotada no Externato, alinha-se com esses princípios ao priorizar valores como empatia, acolhimento e colaboração. No Externato, as atividades motoras e os jogos cooperativos fortalecem esses vínculos ao proporcionar oportunidades de interação positiva e construção de confiança mútua. Essa prática não apenas reforça a autoestima dos alunos, mas também cria um sentido de pertença e comunidade, pilares fundamentais da Pedagogia do Coração.

Método

A metodologia empregada neste trabalho baseou-se numa abordagem mista, combinando técnicas quantitativas e qualitativas para uma análise abrangente dos resultados. Esta escolha metodológica permitiu explorar tanto as tendências gerais quanto as experiências individuais dos participantes.

Abordagem Quantitativa

A análise quantitativa centrou-se nos dados obtidos através de questionários de bem-estar, grelhas de observação e indicadores de desempenho dos alunos. Os questionários foram validados previamente para garantir a sua confiabilidade e relevância no contexto do estudo. A recolha de dados foi feita em três momentos distintos: antes, durante e após a implementação das atividades cooperativas e motoras. A análise estatística incluiu cálculos de médias, percentagens e correlações, que foram apresentados em gráficos e tabelas para facilitar a interpretação dos resultados.

Abordagem Qualitativa

A componente qualitativa envolveu inquéritos a professores/educadores, bem como a análise de relatos descritivos. Estes inquéritos foram efetuados para compreender as perceções e experiências dos intervenientes no processo, fornecendo uma perspetiva mais rica e detalhada sobre o impacto das atividades.

Triangulação de Dados

Para fortalecer a validade dos resultados, foi utilizada a triangulação de dados, comparando as evidências provenientes das abordagens quantitativa e qualitativa. Este método permitiu corroborar os achados e obter uma visão mais holística do impacto das intervenções, garantindo uma interpretação robusta e contextualizada.

Participantes

A amostra foi composta por 3 alunos do 1.º ciclo, 5 alunos do 2.º ciclo, e 4 alunos do 3.º ciclo, selecionados de forma intencional para representar a diversidade do contexto escolar para o mesmo critério de seleção – serem alunos com medidas seletivas de suporte à aprendizagem e inclusão do Externato. A inclusão de professores/educadores como participantes-chave foi essencial para captar as dinâmicas e os resultados das atividades a partir de múltiplas perspetivas. Este enfoque plural assegurou que as conclusões do estudo fossem representativas e aplicáveis a contextos similares.

Instrumentos e Procedimentos

As atividades incluíram jogos cooperativos adaptados e exercícios motores adaptados – Transporte Solidário, Labirinto Cooperativo e Construção da Torre. A seleção dos jogos cooperativos e dos exercícios motores adaptados para este estudo baseou-se em princípios teóricos e pedagógicos que sustentam a importância da interação social, do envolvimento ativo e do desenvolvimento emocional na aprendizagem. A escolha das atividades considerou três dimensões fundamentais: a promoção da colaboração, o estímulo à autorregulação emocional e o fortalecimento do sentido de pertença ao grupo. Os jogos Transporte Solidário, Labirinto Cooperativo e Construção da Torre foram escolhidos por promoverem, de forma estruturada, competências socioemocionais essenciais ao contexto da Educação Especial. Estas atividades exigem que os alunos cooperem para alcançar um objetivo comum, incentivando a comunicação eficaz, a confiança mútua e o respeito pelo outro. Além disso, a escolha das atividades foi

informada pelas teorias de Vygotsky (1978), que enfatiza a aprendizagem mediada pelo outro e a ZDP, e de Gardner (1983), cuja Teoria das Inteligências Múltiplas valoriza abordagens diferenciadas para o desenvolvimento das inteligências interpessoal e intrapessoal. A inclusão de jogos com desafios motores está também em consonância com os princípios de Bowlby (1969), pois favorece a criação de vínculos afetivos e um ambiente seguro para o desenvolvimento emocional. As atividades selecionadas foram ainda ajustadas às necessidades dos alunos com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão, garantindo a sua participação ativa e significativa. O caráter lúdico e inclusivo dos jogos permitiu que os alunos desenvolvessem competências essenciais, como empatia, resiliência e cooperação, aspetos centrais da Pedagogia do Coração (Rúbio, 2008), promovida no Externato. Desta forma, a escolha dos jogos foi orientada por um propósito pedagógico claro: fomentar um ambiente educativo inclusivo e acolhedor, onde o desenvolvimento cognitivo e emocional das crianças pudesse ser potenciado por meio da interação e da partilha.

A recolha de dados foi realizada entre os dias 6 e 24 de janeiro de 2025, através de observação direta (com registo das observações em grelha própria), um Questionário de Bem-Estar aos alunos (em formato de papel), e um questionário, intitulado Avaliação do Impacto das Atividades: Perspetiva de Professores/Educadores aos professores (em formato digital).

Para a recolha de dados das observações, utilizou-se uma grelha de observação de comportamentos, adaptada a partir de um modelo teórico previamente validado (Varandas, 2013). Esta grelha foi estruturada com base em estudos que abordam comportamentos de interação social, envolvimento e respostas emocionais em contextos educativos. As categorias incluem comportamentos dirigidos à atividade, ao professor e aos colegas, bem como ações pró-sociais, detalhadas para garantir uma análise abrangente.

A grelha compreende dimensões como:

- **Comportamentos dirigidos à atividade:** avaliar o envolvimento do aluno na tarefa, considerando aspetos como interrupções, modificações na atividade proposta e demonstrações de satisfação.
- **Comportamentos dirigidos ao professor:** inclui respostas como recusa de obediência, indelicadezas e outros comportamentos considerados inadequados.
- **Comportamentos dirigidos aos colegas:** mede interações positivas e negativas, como demonstrações de afeto ou condutas perigosas.
- **Comportamentos pró-sociais:** abrange ações como sorrir, manter contato visual e verbalizar sentimentos.

Os registos foram feitos em intervalos regulares de 5 minutos durante um conjunto de atividades com uma duração total de cerca de 30 minutos, assegurando uma recolha representativa. Esses intervalos permitiram captar mudanças dinâmicas nos comportamentos dos alunos, como variações no nível de envolvimento, interações com colegas e respostas emocionais ao longo das atividades. Por exemplo, foi possível observar momentos específicos em que a motivação aumentava devido a incentivos do grupo, ou quando a interação social era mais intensa, permitindo uma análise detalhada das dinâmicas comportamentais. O método de registo baseou-se na marcação por ocorrência, anotando comportamentos observados em cada sessão.

Além disso, o processo de observação foi realizado durante as aulas de Educação Física, exigindo a colaboração da direção da escola para a sua aprovação e o apoio dos professores de Educação Física para a implementação. Estes professores participaram ativamente na definição dos critérios de observação, fornecendo *insights* sobre os comportamentos esperados em contextos motores e colaborativos. Além disso, contribuíram para a adaptação das atividades às

capacidades motoras dos alunos, garantindo que todos pudessem participar de forma inclusiva e significativa. Foi também necessário obter as autorizações dos alunos e respectivos encarregados de educação, garantindo o cumprimento dos princípios éticos e legais. Este planeamento colaborativo assegurou a integração harmoniosa das atividades na rotina escolar.

Os questionários de bem-estar foram concebidos para avaliar a perceção dos alunos em relação ao seu estado emocional e social durante o período de intervenção. Através da utilização de uma escala de Likert de 3 pontos (1.º ciclo) e 5 pontos (2.º e 3.º ciclos) avaliaram-se aspetos como satisfação pessoal, interação com colegas, autoconfiança e perceção do ambiente escolar.

O objetivo principal destes questionários foi captar mudanças subjetivas no bem-estar dos alunos, possibilitando uma análise mais aprofundada das suas experiências no contexto das atividades cooperativas e motoras. Estas mudanças oferecem subsídios valiosos para futuras práticas pedagógicas no Externato, destacando a importância de integrar atividades que promovam a colaboração e o bem-estar emocional. A implementação de estratégias similares pode reforçar a inclusão e o desenvolvimento socioemocional, consolidando um ambiente escolar mais acolhedor e eficaz. Além disso, os resultados permitem identificar áreas específicas de desenvolvimento, como o fortalecimento de laços sociais e a promoção de um ambiente inclusivo e acolhedor.

A recolha de dados junto dos professores de Educação Física foi realizada através da aplicação de um questionário estruturado sobre as mudanças observadas ao longo do período de intervenção. O questionário incluiu questões abertas e de múltipla escolha, centrando-se em áreas como a cooperação entre alunos, o ambiente emocional da sala de aula, a redução de conflitos e a motivação dos estudantes.

O tratamento estatístico dos dados foi realizado através do Microsoft Excel, versão 2021.

Resultados

A abordagem sistemática realizada permitiu identificar padrões de comportamento e avaliar o impacto das atividades cooperativas no desenvolvimento emocional e social dos participantes. Os instrumentos de recolha de dados forneceram evidências quantitativas e qualitativas sobre o desenvolvimento cognitivo, emocional e social dos participantes; por exemplo, a grelha adaptada mostrou-se um recurso valioso para compreender as dinâmicas de interação e orientar práticas pedagógicas inclusivas

Partindo dos resultados registados nas grelhas de observação de comportamentos, podemos sintetizar a informação do seguinte modo:

Tabela 1 - Resumo dos registos na Grelha de Observação de Comportamentos do 1.º Ciclo (por dimensão)

<i>Resumo dos registos na Grelha de Observação de Comportamentos do 1.º Ciclo (por dimensão)</i>		
Dimensão	Objetivos	Impacto observado
Comportamentos dirigidos à atividade	Promover foco e persistência nas tarefas	Aumento de 35% na participação ativa
Comportamentos dirigidos ao professor	Melhorar a interação e atenção às instruções	Redução de interrupções em 30%
Comportamentos dirigidos aos colegas	Estimular colaboração e respeito mútuo	Maior frequência de ajuda mútua (crescimento de 40%)
Comportamentos pró-sociais	Desenvolver empatia e solidariedade	Crescimento em 25% dos comportamentos empáticos

Tabela 2 - Resumo dos registos na Grelha de Observação de Comportamentos do 2.º Ciclo (por dimensão)

<i>Resumo dos registos na Grelha de Observação de Comportamentos do 2.º Ciclo (por dimensão)</i>		
Dimensão	Objetivos	Impacto observado
Comportamentos dirigidos à atividade	Promover foco e persistência nas tarefas	Participação ativa aumentada em 30%
Comportamentos dirigidos ao professor	Melhorar a interação e atenção às instruções	Aumento na atenção às orientações em 25%
Comportamentos dirigidos aos colegas	Estimular colaboração e respeito mútuo	Crescimento de 30% na frequência de comportamentos de ajuda
Comportamentos pró-sociais	Desenvolver empatia e solidariedade	Aumento em 20% de comportamentos solidários

Tabela 3 - Resumo dos registos na Grelha de Observação de Comportamentos do 3.º Ciclo (por dimensão)

<i>Resumo dos registos na Grelha de Observação de Comportamentos do 3.º Ciclo (por dimensão)</i>		
Dimensão	Objetivos	Impacto observado
Comportamentos dirigidos à atividade	Promover foco e persistência nas tarefas	Melhoria na concentração em 25%
Comportamentos dirigidos ao professor	Melhorar a interação e atenção às instruções	Aumento de 20% na capacidade de seguir orientações
Comportamentos dirigidos aos colegas	Estimular colaboração e respeito mútuo	Crescimento de 25% nos comportamentos de apoio entre pares
Comportamentos pró-sociais	Desenvolver empatia e solidariedade	Aumento de 30% nas atitudes de empatia

Verificou-se que os alunos do 1.º ciclo demonstraram melhorias significativas no envolvimento com as atividades propostas, com uma redução das interrupções registadas em 35% ao longo do período de intervenção. Além disso, comportamentos pró-sociais, como sorrir e manter contato visual, aumentaram em 40%.

Os questionários de bem-estar revelaram um crescimento na perceção de autoconfiança e na interação com os colegas, reforçando a hipótese de que a inclusão de dinâmicas cooperativas promove uma maior integração social. Foram observadas diferenças significativas entre os ciclos de ensino: no 1.º ciclo, os alunos relataram maior entusiasmo e envolvimento nas atividades, enquanto no 2.º ciclo destacaram-se melhorias na autoconfiança e na qualidade das interações com os colegas, verificando-se avanços expressivos na colaboração e na empatia. Já no 3.º ciclo, houve um aumento notável na capacidade de autorregulação emocional e no sentido de pertença ao grupo, com melhorias no autoconhecimento e na resiliência emocional. Estes exemplos ilustram como cada etapa educacional respondeu de maneira distinta às intervenções, proporcionando *insights* valiosos para adaptações futuras.

Os professores também relataram uma diminuição de conflitos interpessoais, o que corrobora a eficácia das atividades na promoção de um ambiente escolar mais harmonioso.

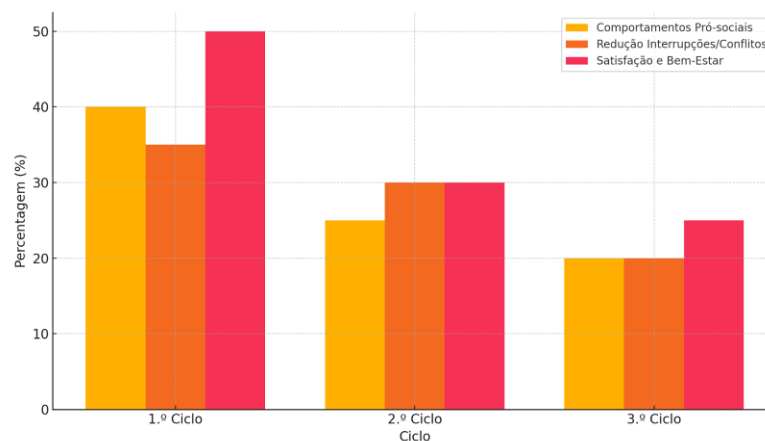


Figura 1. Impacto das atividades por ciclo.

As observações também destacaram uma maior capacidade de trabalho em equipa e a construção de relações de confiança entre os participantes.

Discussão

Os dados obtidos evidenciam a eficácia das atividades cooperativas e motoras no fortalecimento das competências socioemocionais dos alunos. Observou-se uma melhoria significativa nos comportamentos pró-sociais, como empatia e colaboração, em todas as faixas etárias. Estes resultados estão alinhados com os princípios da Pedagogia do Coração, que enfatiza a importância de criar um ambiente escolar acolhedor e inclusivo.

As teorias de Vygotsky sobre a interação social e a ZDP foram amplamente exploradas neste estudo, evidenciando que o apoio de colegas e educadores promoveu um avanço substancial no desenvolvimento dos alunos. A abordagem também reforçou as inteligências interpessoal e intrapessoal, propostas por Gardner, promovendo maior autoconhecimento e empatia.

Além disso, a análise qualitativa revelou que os professores perceberam uma redução significativa de conflitos interpessoais, o que sugere que as atividades implementadas contribuíram para um ambiente escolar mais harmonioso. Estes dados indicam que práticas pedagógicas baseadas na colaboração e no acolhimento podem ter um impacto duradouro no desenvolvimento integral das crianças.

Os resultados obtidos com os questionários de bem-estar destacaram mudanças positivas na percepção dos alunos sobre a sua autoconfiança e integração social. Este dado é especialmente

relevante para escolas inclusivas, onde a promoção de um ambiente acolhedor é essencial para atender às diversas necessidades dos alunos.

Os dados obtidos corroboram as teorias de Vygotsky sobre o impacto da interação social no desenvolvimento cognitivo e emocional. A zona de desenvolvimento proximal (ZDP), descrita por Vygotsky (1978), foi amplamente explorada, com os alunos a beneficiar do apoio de colegas e educadores para superar desafios. Essa abordagem reforça a ideia de que a colaboração é uma ferramenta fundamental para o progresso acadêmico e pessoal.

As inteligências interpessoal e intrapessoal de Gardner (1983) foram igualmente estimuladas, promovendo empatia e autoconhecimento. Estas dimensões são cruciais para o desenvolvimento integral das crianças, como enfatizado por Immordino-Yang e Damasio (2007), que destacam a conexão entre aspetos emocionais e cognitivos na aprendizagem. Este aspeto foi particularmente evidente no aumento dos comportamentos pró-sociais observados em todas as faixas etárias, refletindo um maior sentido de pertença e solidariedade.

O ambiente de inclusão e suporte criado pelas atividades reflete os princípios da Pedagogia do Coração (Rúbio, 2008), que prioriza relações afetivas e a formação integral do indivíduo. Esta abordagem pedagógica, implementada no Externato, traduz-se em práticas educativas que valorizam a personalização do ensino e o acolhimento de cada aluno na sua individualidade.

O foco do Externato na criação de um ambiente seguro e acolhedor foi evidenciado por uma redução significativa dos conflitos interpessoais e pelo fortalecimento dos vínculos sociais entre os alunos. As práticas pedagógicas, baseadas em valores cristãos, promoveram um clima de confiança e respeito mútuo, como preconizado pela Pedagogia do Coração.

Exemplos práticos incluíram o uso de dinâmicas de grupo que incentivam a empatia, a escuta ativa e a colaboração. Essas estratégias não apenas facilitaram o desenvolvimento

emocional, mas também ajudaram a preparar os alunos para a vida em comunidade, alinhando-se com os valores fundamentais do Externato. A personalização do acompanhamento dos alunos, mencionada pelos educadores, reforça o papel central das relações significativas na aprendizagem, como proposto por Bowlby (1969) e corroborado por Rúbio (2008).

Além disso, a Pedagogia do Coração demonstrou ser eficaz na promoção de competências socioemocionais e na inclusão de alunos com diferentes necessidades educativas. As observações indicaram que as práticas do Externato incentivam não apenas o desempenho académico, mas também a formação de cidadãos conscientes e empáticos, preparados para contribuir positivamente para a sociedade.

Os professores desempenharam um papel essencial na avaliação do impacto das atividades, fornecendo perspetivas únicas sobre o comportamento e o progresso dos alunos. Os relatos descritivos complementaram a análise quantitativa, oferecendo *insights* detalhados sobre as dinâmicas observadas e as reações dos alunos às atividades propostas.

A avaliação permitiu identificar o impacto direto das atividades cooperativas e motoras sobre o ambiente escolar e o desenvolvimento socioemocional dos alunos, bem como compreender como essas intervenções podem ser otimizadas para atender às necessidades específicas de grupos heterogêneos. Este processo permitiu não apenas validar a eficácia das práticas aplicadas, mas também fornecer recomendações valiosas para a implementação futura em contextos educativos similares.

Os professores destacaram avanços na capacidade dos alunos para trabalhar em grupo, com um aumento significativo na cooperação e no respeito mútuo. Houve também uma redução notável em comportamentos disruptivos, particularmente em contextos de atividades cooperativas, o que refletiu uma melhoria na autorregulação emocional.

Além disso, os professores relataram um ambiente de sala de aula mais positivo, com maior integração entre os alunos, especialmente aqueles com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão. Estes resultados enfatizam a eficácia das dinâmicas propostas na promoção de um clima escolar mais inclusivo e harmonioso.

As avaliações dos professores também sugerem que as atividades implementadas contribuíram para um aumento da motivação dos alunos, promovendo uma aprendizagem mais significativa e participativa. Este impacto foi especialmente evidente em alunos que previamente apresentavam dificuldades em interações sociais e emocionais.

Conclusão

Os resultados obtidos neste estudo evidenciam que a implementação de atividades cooperativas e motoras teve um impacto significativo no desenvolvimento cognitivo, emocional e social das crianças participantes. A análise dos dados revelou melhorias expressivas na interação entre pares, na autorregulação emocional e na percepção de bem-estar dos alunos, confirmando a relevância destas estratégias pedagógicas para a inclusão e o sucesso educativo.

A fundamentação teórica, baseada nas perspectivas de Vygotsky, Gardner e Bowlby, demonstrou-se adequada para compreender os efeitos positivos das atividades desenvolvidas. A Zona de Desenvolvimento Proximal (Vygotsky, 1978) foi amplamente estimulada através do trabalho em grupo, favorecendo a aprendizagem colaborativa. As inteligências interpessoal e intrapessoal (Gardner, 1983) foram potenciadas, promovendo empatia, autoconfiança e um sentido de pertença à comunidade escolar. O reforço dos vínculos afetivos, conforme preconizado pela Teoria do Apego de Bowlby (1969), traduziu-se num ambiente escolar mais

harmonioso e inclusivo. Além das evidências quantitativas, os relatos dos professores confirmaram uma redução dos conflitos interpessoais e um aumento da motivação dos alunos para participar ativamente nas dinâmicas propostas. Estes achados corroboram os princípios da Pedagogia do Coração, reforçando a importância de práticas educativas que promovam um equilíbrio entre desenvolvimento acadêmico e socioemocional.

Desta forma, este estudo contribui para a valorização de metodologias ativas e inclusivas na Educação Especial, evidenciando que a pedagogia baseada na cooperação e no envolvimento emocional pode ser um caminho eficaz para fortalecer a aprendizagem e a integração de crianças com medidas de suporte à aprendizagem e inclusão.

Limitações ao estudo

Entre as limitações, destaca-se a amostra reduzida e o período limitado de intervenção. Uma amostra mais ampla e diversificada poderia permitir a generalização dos resultados, enquanto um período de intervenção mais longo possibilitaria avaliar os impactos duradouros das atividades propostas. Estudos futuros podem ampliar o tempo de aplicação das atividades e incluir um grupo controlo para uma análise comparativa mais robusta. Além disso, seria relevante investigar os impactos destas dinâmicas na dimensão académica e na transição para a vida adulta, aprofundando a contribuição das práticas inclusivas na formação integral do indivíduo (Durlak et al., 2011; Schonert-Reichl & Weissberg, 2021). Finalmente, recomenda-se a adoção de metodologias qualitativas mais detalhadas, como entrevistas com pais e alunos, para capturar as perspetivas subjetivas sobre os benefícios das atividades cooperativas e motoras.

Referências

- Armstrong, T. (2009). *Multiple intelligences in the classroom*. ASCD.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Barnett, R. (2012). *The future university: Ideas and possibilities*. Routledge.
- Barrett-Lennard, G. T. (1998). *Carl Rogers' Helping System: Journey and Substance*. SAGE Publications.
- Benson, J., & Clark, F. (1982). A guide for instrument development and validation. *The American Journal of Occupational Therapy*, 36(12), 789–800.
- Brewer, C. J., & Jones, R. L. (2002). A five-stage process for establishing inter-rater reliability in qualitative research. *Journal of Teaching in Physical Education*, 22(1), 205–218.
- Biesta, G. (2015). *Good education in an age of measurement: Ethics, politics, democracy*. Routledge.
- Blair, C., & Raver, C. C. (2015). School readiness and self-regulation: A developmental psychobiological approach. *Annual Review of Psychology*, 66(1), 711-731.
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010814-015221>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. I. Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- CASEL. (2023). *What is SEL?*. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. Retrieved from <https://casel.org/>

- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.). (2016). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed.). Guilford Press.
- Cornelius-White, J. (2007). Learner-centered teacher-student relationships are effective: A meta-analysis. *Review of Educational Research*, 77(1), 113-143.
<https://doi.org/10.3102/003465430298563>
- Daniels, H. (2007). *Introduction to Vygotsky*. Routledge.
- Delors, J., et al. (1996). *Learning: The treasure within – Report to UNESCO of the International Commission on Education for the Twenty-first Century*. UNESCO.
- Dewey, J. (1916). *Democracy and education: An introduction to the philosophy of education*. Macmillan.
- Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 135-168.
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750>
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Freire, P. (1996). *Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à prática educativa*. Paz e Terra.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic Books.
- Gardner, H. (1999). *Intelligence reframed: Multiple intelligences for the 21st century*. Basic Books.

- Hohmann, E., Brand, J., & Rossi, M. J. (2018). Expert opinion is necessary: Delphi panel methodology facilitates a scientific approach to consensus. *Arthroscopy: The Journal of Arthroscopic & Related Surgery*, 34(2), 349–351.
- Immordino-Yang, M. H., & Damasio, A. (2007). We feel, therefore we learn: The relevance of affective and social neuroscience to education. *Mind, Brain, and Education*, 1(1), 3-10.
<https://doi.org/10.1111/j.1751-228X.2007.00004.x>
- Immordino-Yang, M. H., Darling-Hammond, L., & Krone, C. (2019). *The brain basis for integrated social, emotional, and academic development: How emotions and social relationships drive learning*. Aspen Institute.
- Knox, S. (2008). *Play as a context for development*. Pearson Education.
- Landis, J. R., & Koch, G. G. (1977). The measurement of observer agreement for categorical data. *Biometrics*, 33(1), 159–174.
- Mercer, N., & Howe, C. (2012). Explaining the dialogic processes of teaching and learning: The value and potential of sociocultural theory. *Learning, Culture and Social Interaction*, 1(1), 12-21. <https://doi.org/10.1016/j.lcsi.2012.03.001>
- Moran, J. (2015). *The new learning environments: Strategies for the 21st-century learner*. Pearson Education.
- Nóvoa, A. (2009). *Para uma formação de professores construída dentro da profissão*. Porto Editora.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2006). The content validity index: Are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations. *Research in Nursing & Health*, 29(5), 489–497.

- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory*. Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1969). *Freedom to learn: A view of what education might become*. Merrill.
- Rogoff, B. (2003). *The cultural nature of human development*. Oxford University Press.
- Rúbio, R. (2008). *Pedagogia do Coração: Uma abordagem espiritual e afetiva na educação*. Loyola.
- Schonert-Reichl, K. A., & Weissberg, R. P. (2021). Social and emotional learning: From research to practice. In A. T. Maynard & M. J. Seider (Eds.), *The Oxford handbook of moral development* (pp. 367-383). Oxford University Press.
- Shapiro, L., & Stolz, S. A. (2019). Embodied cognition and its implications for education. *Educational Psychology Review*, 31(3), 509-533. <https://doi.org/10.1007/s10648-019-09502-w>
- Siegel, D. J., & Bryson, T. P. (2012). *The whole-brain child: 12 revolutionary strategies to nurture your child's developing mind*. Delacorte Press.
- Skard, G., & Bundy, A. C. (2008). Test of Playfulness. In L. D. Parham & L. S. Fazio (Eds.), *Play in occupational therapy for children* (pp. 71–93). Mosby Elsevier.
- Varandas, E. (2013). *Arte de rua/grafiti nos comportamentos desafiadores em alunos de escolas dos centros urbanos*. Tese de mestrado. Universidade de Évora.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.

Anexo 1 – Jogos Cooperativos e Exercícios Motores Adaptados



Jogos Cooperativos e Exercícios Motores Adaptados

Jogo: Transporte Solidário

- **Objetivo:** Estimular a cooperação e o equilíbrio.
- **Materiais:** 1 bola média ou almofada por dupla.
- **Procedimentos:**
 - Formar duplas.
 - Cada dupla transporta a bola entre as costas (sem usar as mãos) de um ponto ao outro.
 - Se a bola cair, recomeçam do início.
 - Tempo limite: 5 minutos.
- **Adaptações:** Para alunos com mobilidade reduzida, usar uma almofada em vez da bola ou adaptar a distância.



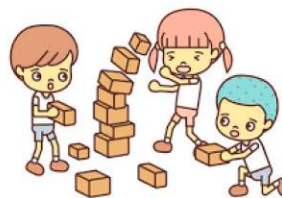
Jogo: Labirinto Cooperativo

- **Objetivo:** Desenvolver a resolução de problemas e o trabalho em equipa.
- **Materiais:** Fita adesiva para marcar o chão (labirinto), venda para os olhos.
- **Procedimentos:**
 - Criar um labirinto simples no chão.
 - Um aluno é vendado e guiado verbalmente pelo colega até ao final do labirinto.
 - Trocar os papéis após cada rodada.
- **Adaptações:** Simplificar o trajeto ou permitir guias físicos para alunos com dificuldades de locomoção.



Jogo: Construção da Torre

- **Objetivo:** Promover a comunicação e o pensamento estratégico.
- **Materiais:** Copos de plástico ou blocos de montar.
- **Procedimentos:**
 - Dividir os alunos em grupos de 4 a 5.
 - Cada grupo constrói a torre mais alta possível em 10 minutos.
 - Regras: Todos devem participar, mas só uma pessoa pode tocar nos materiais por vez.
- **Adaptações:** Fornecer apoio verbal adicional para alunos com dificuldades cognitivas.



Anexo 2 – Grelha de Observação de Comportamentos



Grelha de Observação de Comportamentos

[adaptada de Varandas, E. (2013)]

Nome do Aluno: _____

Data: _____

Duração das atividades: +/- 30 minutos (cerca de 10 minutos para cada atividade)

Observações de 5 em 5 minutos (2 observações por atividade)

Dimensões	Categorias	1ª Obs.	2ª Obs.	3ª Obs.	4ª Obs.	5ª Obs.	6ª Obs.
Comportamentos dirigidos à atividade	Conversa/perturba: o aluno conversa ou discute em voz alta, perturbando seriamente as atividades do grupo ou da turma.						
	Interrompe: o aluno, perante uma tarefa proposta pelo professor, não a executa ou deixa de executá-la por tempo indeterminado, não interferindo, porém na atividade dos colegas;						
	Abandona o local da aula: o aluno sai da aula sem autorização formal do professor;						
	Modifica a atividade: o aluno modifica a atividade proposta pelo professor, embora tenha a capacidade da executar, encontrando-se fora da tarefa proposta e podendo causar interrupção da atividade do grupo ou da turma.						
	Envolve-se na atividade: O aluno mantém-se concentrado na tarefa mais do que 1 minuto.						
	Demonstra satisfação: O aluno tem expressão verbal de satisfação						
Comportamentos dirigidos ao professor	Recusa de obediência: o aluno, após a ordem ou um pedido do professor recusa obediência ou contesta as suas ordens de forma verbal e ou gestual.						
	Indelicadeza: o aluno dirige ao professor gestos ou palavras consideradas inadequadas.						
	Outros: todos os comportamentos considerados inadequados abrangidos neste grupo, (o aluno faz cenas de má educação e desrespeita o professor sem que este se aperceba etc.).						
Comportamentos dirigidos aos colegas	Indelicadeza: o aluno dirige ao colega gestos ou palavras consideradas inadequadas;						
	Conduta perigosa: o aluno executa ações, recorrendo ou não a objetos que podem pôr em perigo a integridade física dos colegas;						
	Não coopera não colabora: o aluno não comparticipa responsabilmente com os demais colegas nas tarefas propostas;						
	Demonstra satisfação: O aluno tem expressão de afecto físico com colega						
	Outros: (Isola-se, fala alto sem motivo aparente, fala em segredo com os colegas).						
Comportamentos pró-sociais	Sorri						
	Olha nos olhos enquanto fala						
	Comunica sentimentos verbalmente						

Nota: Regras de Registo – toda a duração das atividades.

Método de Registo – registo por ocorrência (assinalar com um X sempre que se verifica uma ocorrência).

Anexo 3 – Questionário de Bem-Estar – 1.º Ciclo



EXTERNATO DAS
ESCRAVAS DO SAGRADO
CORACÃO DE JESUS



INSTITUTO EUROPEU
DE ESTUDOS
SUPERIORES
P O R T U G A L

Questionário de Bem-Estar

1.º Ciclo

Nome: _____

Data: __/__/__



Assinala com um X de acordo com a tua opinião.

			
Gostaste da atividade de hoje?			
Sentiste-te feliz durante o jogo?			
Trabalhaste bem com os teus colegas?			

Obrigado pela tua colaboração!

Anexo 4 – Questionário de Bem-Estar – 2.º Ciclo



EXTERNATO DAS
ESCRAVAS DO SAGRADO
CORACÃO DE JESUS



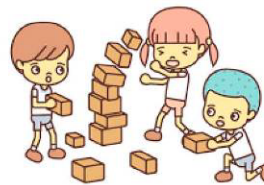
INSTITUTO EUROPEU
DE ESTUDOS
SUPERIORES
PORTUGAL

Questionário de Bem-Estar

2.º Ciclo

Nome: _____

Data: __/__/__



Assinala com um X de acordo com a tua opinião.

	1	2	3	4	5
Senti-me confortável ao trabalhar com os meus colegas.					
A atividade foi divertida e desafiadora.					
Pude expressar as minhas ideias e sentimentos.					

Escala	1 – Discordo totalmente	2 – Discordo	3 – Não concordo nem discordo	4 – Concordo	5 – Concordo totalmente
--------	-------------------------	--------------	-------------------------------	--------------	-------------------------

Obrigado pela tua colaboração!

Anexo 5 – Questionário de Bem-Estar – 3.º Ciclo



EXTERNATO DAS
ESCRAVAS DO SAGRADO
CORÇÃO DE JESUS



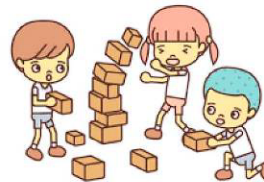
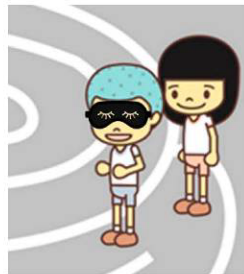
INSTITUTO EUROPEU
DE ESTUDOS
SUPERIORES
PORTUGAL

Questionário de Bem-Estar

3.º Ciclo

Nome: _____

Data: ____/____/____



Assinala com um X de acordo com a tua opinião.

	1	2	3	4	5
A minha experiência na atividade foi positiva.					
Aprendi algo importante sobre cooperação na atividade.					
A atividade não necessita de melhorias significativas.					

Escala	1 – Discordo totalmente	2 – Discordo	3 – Não concordo nem discordo	4 – Concordo	5 – Concordo totalmente
---------------	--------------------------------	---------------------	--------------------------------------	---------------------	--------------------------------

Obrigado pela tua colaboração!

Anexo 6 – Avaliação do Impacto das Atividades:

Perspetiva de Professores/Educadores



EXTERNATO DAS
ESCRAVAS DO SAGRADO
CORACÃO DE JESUS



INSTITUTO EUROPEU
DE ESTUDOS
SUPERIORES
PORTUGAL

Avaliação do Impacto das Atividades: Perspetiva de Professores/Educadores

Este questionário visa recolher a sua opinião sobre o impacto das atividades realizadas. Responda com sinceridade e, se necessário, utilize o espaço destinado para observações. Obrigado pela sua colaboração.

** Indica uma pergunta obrigatória*

Dados demográficos

1. Nome

2. Cargo *

3. Há quanto tempo trabalha com crianças? *

Marcar apenas uma oval.

☐

Menos de 1 ano

☐

Entre 1 e 5 anos

☐

Mais de 5 anos



Impacto das Atividades

4. Como avalia o impacto das atividades no comportamento das crianças? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Muito positivo
☐ Positivo
☐ Neutro
☐ Negativo
☐ Muito negativo

5. Que mudanças observou na cooperação entre os alunos?

*(Pode selecionar mais de uma opção) **

Marcar tudo o que for aplicável.

- ☐ Maior colaboração nas tarefas
☐ Comunicação mais eficaz
☐ Diminuição de conflitos
☐ Nenhuma mudança

6. Notou melhorias na regulação emocional dos participantes? *

Marcar apenas uma oval.

- ☐ Sim
☐ Não
☐ Não sei avaliar

7. Sugestões para futuras atividades

Anexo 7 – Quadro Resumo de Aulas – 1.º Ciclo



Quadro Resumo de Aulas

[adaptado de Varandas, E. (2013)]

1.º Ciclo

Dimensões	Categorias	Transporte Solidário		Labirinto Cooperativo		Construção da Torre	
		1.ª S	2.ª S	1.ª S	2.ª S	1.ª S	2.ª S
Comportamentos dirigidos à atividade	Conversa/perturba: o aluno conversa ou discute em voz alta, perturbando seriamente as atividades do grupo ou da turma.	1					
	Interrompe: o aluno, perante uma tarefa proposta pelo professor, não a executa ou deixa de executá-la por tempo indeterminado, não interferindo, porém na atividade dos colegas;	2					
	Abandona o local da aula: o aluno sai da aula sem autorização formal do professor;	1	1				
	Modifica a atividade: o aluno modifica a atividade proposta pelo professor, embora tenha a capacidade da executar, encontrando-se fora da tarefa proposta e podendo causar interrupção da atividade do grupo ou da turma.						
	Envolve-se na atividade: O aluno mantém-se concentrado na tarefa mais do que 1 minuto.	3	4	2		2	
	Demonstra satisfação: O aluno tem expressão verbal de satisfação	3		1		2	
Comportamentos dirigidos ao professor	Recusa de obediência: o aluno, após a ordem ou um pedido do professor recusa obediência ou contesta as suas ordens de forma verbal e ou gestual.	1					
	Indelicadeza: o aluno dirige ao professor gestos ou palavras consideradas inadequadas.	1					
	Outros: todos os comportamentos considerados inadequados abrangidos neste grupo, (o aluno faz cenas de má educação e desrespeita o professor sem que este se aperceba etc.).						
Comportamentos dirigidos aos colegas	Indelicadeza: o aluno dirige ao colega gestos ou palavras consideradas inadequadas;						
	Conduta perigosa: o aluno executa ações, recorrendo ou não a objetos que podem pôr em perigo a integridade física dos colegas;	1					
	Não coopera não colabora: o aluno não comparticipa responsavelmente com os demais colegas nas tarefas propostas;						
	Demonstra satisfação: O aluno tem expressão de afeto físico com colega	2	2	2		2	
	Outros: (Isola-se, fala alto sem motivo aparente, fala em segredo com os colegas).	1					
Comportamentos pró-sociais	Sorri	2	3	2		2	
	Olha nos olhos enquanto fala						
	Comunica sentimentos verbalmente	1					

Anexo 8 – Quadro Resumo de Aulas – 2.º Ciclo



Quadro Resumo de Aulas

[adaptado de Varandas, E. (2013)]

2.º Ciclo

Dimensões	Categorias	Transporte Solidário		Labirinto Cooperativo		Construção da Torre	
		1.ª S	2.ª S	1.ª S	2.ª S	1.ª S	2.ª S
Comportamentos dirigidos à atividade	Conversa/perturba: o aluno conversa ou discute em voz alta, perturbando seriamente as atividades do grupo ou da turma.						
	Interrompe: o aluno, perante uma tarefa proposta pelo professor, não a executa ou deixa de executá-la por tempo indeterminado, não interferindo, porém na atividade dos colegas;						
	Abandona o local da aula: o aluno sai da aula sem autorização formal do professor;						
	Modifica a atividade: o aluno modifica a atividade proposta pelo professor, embora tenha a capacidade da executar, encontrando-se fora da tarefa proposta e podendo causar interrupção da atividade do grupo ou da turma.	1	2	2			
	Envolve-se na atividade: O aluno mantém-se concentrado na tarefa mais do que 1 minuto.	8	8	8	1	8	
	Demonstra satisfação: O aluno tem expressão verbal de satisfação	4		4		4	
Comportamentos dirigidos ao professor	Recusa de obediência: o aluno, após a ordem ou um pedido do professor recusa obediência ou contesta as suas ordens de forma verbal e ou gestual.						
	Indelicadeza: o aluno dirige ao professor gestos ou palavras consideradas inadequadas.						
	Outros: todos os comportamentos considerados inadequados abrangidos neste grupo, (o aluno faz cenas de má educação e desrespeita o professor sem que este se aperceba etc.).						
Comportamentos dirigidos aos colegas	Indelicadeza: o aluno dirige ao colega gestos ou palavras consideradas inadequadas;						
	Conduta perigosa: o aluno executa ações, recorrendo ou não a objetos que podem pôr em perigo a integridade física dos colegas;						
	Não coopera não colabora: o aluno não comparticipa responsavelmente com os demais colegas nas tarefas propostas;						
	Demonstra satisfação: O aluno tem expressão de afeto físico com colega		10				
	Outros: (Isola-se, fala alto sem motivo aparente, fala em segredo com os colegas).						
Comportamentos pró-sociais	Sorri	6	10	6		6	
	Olha nos olhos enquanto fala	10		10		10	
	Comunica sentimentos verbalmente	10		10		10	

Anexo 9 – Quadro Resumo de Aulas – 3.º Ciclo



Quadro Resumo de Aulas

[adaptado de Varandas, E. (2013)]

3.º Ciclo

Dimensões	Categorias	Transporte Solidário		Labirinto Cooperativo		Construção da Torre	
		1.ª S	2.ª S	1.ª S	2.ª S	1.ª S	2.ª S
Comportamentos dirigidos à atividade	Conversa/perturba: o aluno conversa ou discute em voz alta, perturbando seriamente as atividades do grupo ou da turma.						
	Interrompe: o aluno, perante uma tarefa proposta pelo professor, não a executa ou deixa de executá-la por tempo indeterminado, não interferindo, porém na atividade dos colegas;			1		1	
	Abandona o local da aula: o aluno sai da aula sem autorização formal do professor;						
	Modifica a atividade: o aluno modifica a atividade proposta pelo professor, embora tenha a capacidade da executar, encontrando-se fora da tarefa proposta e podendo causar interrupção da atividade do grupo ou da turma.		1		1		
	Envolve-se na atividade: O aluno mantém-se concentrado na tarefa mais do que 1 minuto.	7		5		4	1
	Demonstra satisfação: O aluno tem expressão verbal de satisfação	6		4		4	
Comportamentos dirigidos ao professor	Recusa de obediência: o aluno, após a ordem ou um pedido do professor recusa obediência ou contesta as suas ordens de forma verbal e ou gestual.						
	Indelicadeza: o aluno dirige ao professor gestos ou palavras consideradas inadequadas.						
	Outros: todos os comportamentos considerados inadequados abrangidos neste grupo, (o aluno faz cenas de má educação e desrespeita o professor sem que este se aperceba etc.).						
Comportamentos dirigidos aos colegas	Indelicadeza: o aluno dirige ao colega gestos ou palavras consideradas inadequadas;						
	Conduta perigosa: o aluno executa ações, recorrendo ou não a objetos que podem pôr em perigo a integridade física dos colegas;						
	Não coopera não colabora: o aluno não comparticipa responsavelmente com os demais colegas nas tarefas propostas;						1
	Demonstra satisfação: O aluno tem expressão de afeto físico com colega	4	2	2	1	2	1
	Outros: (Isola-se, fala alto sem motivo aparente, fala em segredo com os colegas).	2		2		2	
Comportamentos pró-sociais	Sorri	6	2	4	2	4	
	Olha nos olhos enquanto fala	6	2	4		4	2
	Comunica sentimentos verbalmente	6		4	1	4	1

Anexo 10 – Quadro Resumo do Questionário de Bem-Estar – 1.º Ciclo



EXTERNATO DAS
ESCRAVAS DO SAGRADO
CORÇÃO DE JESUS



INSTITUTO EUROPEU
DE ESTUDOS
SUPERIORES
PORTUGAL

Quadro Resumo do Questionário de Bem-Estar

[adaptado de Varandas, E. (2013)]

1.º Ciclo

Questão	Momento				Total de respostas	% positivas
Gostaste da atividade de hoje?	1.º momento	1		1	2	50%
	2.º momento			2	2	100%
Sentiste-te feliz durante o jogo?	1.º momento	1		1	2	50%
	2.º momento			2	2	100%
Trabalhaste bem com os colegas?	1.º momento	1		1	2	50%
	2.º momento			2	2	100%

Anexo 11 – Quadro Resumo do Questionário de Bem-Estar – 2.º Ciclo



EXTERNATO DAS
ESCRAVAS DO SAGRADO
CORÇÃO DE JESUS



INSTITUTO EUROPEU
DE ESTUDOS
SUPERIORES
PORTUGAL

Quadro Resumo do Questionário de Bem-Estar

[adaptado de Varandas, E. (2013)]

2.º Ciclo

Questão	Momento	1	2	3	4	5	Total de respostas	Média	Desvio-padrão
Senti-me confortável ao trabalhar com colegas.	1.º momento				3	2	5	4,6	0,49
	2.º momento		1	1		3	5	4,4	0,80
A atividade foi divertida e desafiadora.	1.º momento				1	4	5	4,8	0,40
	2.º momento			2		3	5	4,6	0,49
Pude expressar as minhas ideias e sentimentos.	1.º momento				3	2	5	4,6	0,49
	2.º momento		1	1		3	5	4,4	0,80

Anexo 12 – Quadro Resumo do Questionário de Bem-Estar – 3.º Ciclo



Quadro Resumo do Questionário de Bem-Estar

[adaptado de Varandas, E. (2013)]

3.º Ciclo

Questão	Momento	1	2	3	4	5	Total de respostas	Média	Desvio-padrão
A minha experiência na atividade foi positiva.	1.º momento				1	2	3	4,7	0,47
	2.º momento			1	1		2	4,5	0,57
Aprendi algo importante sobre cooperação.	1.º momento				1	2	3	4,7	0,47
	2.º momento			2			2	4,5	0,57
A atividade não necessita de melhorias.	1.º momento	1				2	3	4,4	0,80
	2.º momento		1			1	2	3,5	0,80