



Campus Universitário de Almada  
Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada

Henrique Augusto Ferreira Barreiros

## **Relatório Final de Estágio**

**Orientador(a):** Prof. Dra. Renata Willig

**Orientador Cooperante:** Mestre Daniel Pó

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

Almada, 2023



Campus Universitário de Almada  
Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada

Henrique Augusto Ferreira Barreiros

## **Relatório Final de Estágio**

Relatório Final de Estágio apresentado com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (Despacho n.º 7255/2015).

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

Almada, 2023

## **Agradecimentos**

Primeiro que tudo, agradecer à minha família. Pai, Mãe e Irmão, não tenho palavras para descrever o quanto me ajudaram nesta fase importantíssima da minha vida, sem vocês não estaria nesta posição e não seria a pessoa que sou hoje, um obrigado eterno.

Ao meu irmãozinho, que me deu força para lutar, encontrou uma fase muito complicada ao nível da sua saúde e deu-me forças para terminar esta fase da minha vida que ele sempre apoiou!

Agradecer aos meus companheiros de turma e amigos. Obrigado pela ajuda, sem todos vocês não conseguiria completar esta etapa, obrigado pela partilha de momentos, pelo convívio, pela camaradagem e principalmente pela amizade e respeito, nunca vos esquecerei, *bacas* para sempre.

Agradecer ao Coordenador do Mestrado, Professor Doutor Fábio Flores, pela dedicação aos seus alunos e preocupação pelo crescimento do Instituto que representa e pelos alunos que ajuda a formar, um muito obrigado a ambos.

Agradecer a todos os professores do Instituto Piaget de Almada pela partilha de ensinamentos, pela partilha das suas experiências de vida, pela ajuda constante na minha formação como aluno e como futuro profissional de educação física, um muito obrigado.

Agradecer à minha Orientadora de Estágio, a Professora Doutora Renata Willig, pela sua ajuda constante e por me orientar de forma incrível durante este ano final de mestrado, um muito obrigado.

Agradecer ao Professor Daniel Pó, um muito obrigado pela oportunidade de trabalhar consigo no local que um dia me viu crescer. O professor sempre foi uma inspiração para mim como docente, nunca encontrei uma pessoa tão apaixonada pela profissão e com uma dedicação ao trabalho que nunca vi nos meus 26 anos de vida, nunca me esquecerei os seus ensinamentos e companheirismo, muito obrigado!

Agradecer ao Instituto Piaget, pela oportunidade de me formar na sua filosofia e por me deixar fazer parte da sua história, espero que a escola continue a evoluir de forma positiva e que consiga ajudar os seus alunos da melhor forma possível, agradecer a oportunidade de conhecer professores e companheiros de turma que nunca esquecerei.

Um bem-haja a todos!

## Índice

<i>Resumo</i> .....	VII
<i>Abstract</i> .....	VIII
<i>INTRODUÇÃO</i> .....	9
<i>ÁREA I – PROFISSIONAL, SOCIAL E ÉTICA</i> .....	10
<i>a. Caracterização da Escola</i> .....	10
<i>b. Caracterização das Turmas</i> .....	14
<i>ÁREA II - DESENVOLVIMENTO DO ENSINO E APRENDIZAGEM</i> .....	16
<i>a. Planeamento</i> .....	16
<i>b. Ensino</i> .....	19
<i>c. Avaliação</i> .....	20
<i>ÁREA III - PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA E RELAÇÃO COM A COMUNIDADE</i> .....	25
<i>a. Desporto Escolar</i> .....	25
<i>b. Outras atividades</i> .....	26
<i>c. Direção de Turma</i> .....	26
<i>ÁREA IV - DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL AO LONGO DA VIDA</i> .....	28
1. <i>Introdução</i> .....	30
2. <i>Materiais e Métodos</i> .....	31
2.1 <i>Amostra</i> .....	31
2.2 <i>Instrumentos</i> .....	31
2.3 <i>Intervenção – Aula paradesportiva</i> .....	32
2.4 <i>Procedimentos</i> .....	32
2.5 <i>Análise de Dados</i> .....	32
3. <i>Resultados</i> .....	33
4. <i>Discussão</i> .....	34
5. <i>Conclusão</i> .....	35
7. <i>Referências</i> .....	36
8. <i>REFLEXÃO FINAL</i> .....	40

## **Índice de Anexos**

<i>ANEXO</i> .....	42
<i>Anexo 1- Questionário CAIPE-R – Página 1</i> .....	42
<i>Anexo 1.1- Questionário CAIPE-R – Página 2</i> .....	43
<i>APÊNDICE</i> .....	44
<i>Apêndice I – Aula Paradesportiva</i> .....	44
<i>Apêndice II – Panfleto Informativo</i> .....	45
<i>Apêndice III – Plano da Aula Paradesportiva</i> .....	47

## Índice de Figuras

<i>Figura 1. Vista aérea dos Espaços Desportivos da ESPN</i> .....	11
<i>Figura 2. Polidesportivo Coberto</i> .....	12
<i>Figura 3. Ginásio Pequeno</i> .....	12
<i>Figura 4. Ginásio Grande</i> .....	13
<i>Figura 5. Exterior Nascente</i> .....	13
<i>Figura 6. Exterior Poente Sul</i> .....	14
<i>Figura 7. Exterior Poente Norte</i> .....	14

## **Índice de Tabelas**

<i>Tabela 1. Número de turmas e alunos da ESPN .....</i>	<i>11</i>
<i>Tabela 2. Subáreas e matérias da área das Atividades Físicas .....</i>	<i>21</i>
<i>Tabela 3. Subáreas e matérias da área da Aptidão Física .....</i>	<i>21</i>
<i>Tabela 4. Classificações das turmas do 8ºB e 11ºB na Área das Atividades Físicas .....</i>	<i>24</i>
<i>Tabela 5. Classificações das turmas do 8ºB e 11ºB na Área da Aptidão Física.....</i>	<i>24</i>
<i>Tabela 6. Classificações das turmas do 8ºB e 11ºB na Área dos Conhecimentos.....</i>	<i>24</i>
<i>Tabela 7. Análise Descritiva da Amostra.....</i>	<i>33</i>
<i>Tabela 8. Contato com pessoas com deficiência e competitividade pré e pós intervenção.....</i>	<i>33</i>
<i>Tabela 9. Comparação das atitudes pré e pós aula paradesportiva.....</i>	<i>34</i>

## Resumo

O Relatório Final foi desenvolvido ao longo da Prática de Ensino Supervisionada, com a participação indireta do local em que o estagiário realizou o estágio supervisionado, nomeadamente na Escola Secundário do Pinhal Novo. De modo que, para melhor sistematizar a informação, o presente relatório encontra-se organizado em quatro dimensões: Área I – Profissional, social e ética; Área II – Desenvolvimento do ensino e aprendizagem; Área III – Participação na escola e relação com a comunidade; Área IV – Desenvolvimento profissional ao longo da vida. Na dimensão profissional, social e ética o futuro Professor de Educação Física e/ou Professor-Estagiário focou-se em garantir a total dedicação aos alunos e à sua aprendizagem, promovendo a transmissão de conhecimentos e aprendizagens essenciais, que ajudassem na evolução dos alunos, recorrendo ao saber próprio, aos professores que rodearam este processo e que transmitiram conhecimentos e experiências que permitiram otimizar os valores como professor de Educação Física. Na dimensão do Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem temos o planeamento, que aborda questões relacionadas com a disciplina de Educação Física e a forma como esta leva à contabilização de vários fatores que influenciam a organização das sessões de aulas das turmas, tendo sempre em vista os objetivos de cada turma e de cada matéria. Por outro lado, no ensino temos várias estratégias aplicadas de forma a promover de um clima de aula positivo e enriquecedor incentivando as relações dos alunos com o professor estagiário, dos alunos entre si e dos alunos para com as atividades a desenvolver, em termos de comportamentos de indisciplina e de confrontação, o professor-estagiário deve saber lidar perante tais situações, fomentando um controlo eficaz das mesmas e ainda mais importante na sua prevenção, ambas as turmas que acompanho apresentam um bom comportamento em aula. Relativamente à Avaliação, todas as matérias da Educação Física têm os seus objetivos bem definidos, de acordo com o ano de escolaridade, através do Plano Plurianual da Área das Atividades Físicas e cabe ao professor utilizar as referências de ensino do Plano Plurianual para realizar a avaliação do aluno nas diferentes matérias. Na Dimensão da Participação na Escola e Relação com a Comunidade poderemos afirmar que a participação no processo pedagógico e no processo de ensino-aprendizagem esteve sempre entrosado nas atividades como professor-estagiário, principalmente nas reuniões do departamento de Educação Física, nas aulas lecionadas, em reuniões de direção de turma, reuniões de conselho de turma, torneios internos e externos ou projetos escolares. Por fim, na dimensão do Desenvolvimento ao Longo da vida será apresentado o projeto de investigação centrado nas atitudes de alunos de 3º ciclo e ensino secundário face à inclusão, sendo analisado as atitudes dos alunos de uma escola pública em relação à inclusão de colegas com deficiência antes e depois da vivência de uma aula paradportiva nas aulas de Educação Física.

## **Abstract**

The Final Report was developed during the Supervised Teaching Practice (PES), with the indirect participation of the place where the trainee carried out the supervised internship, namely the Pinhal Novo Secondary School. To better systematize the information, this report is organized into four dimensions: Area I - Professional, Social, and Ethical; Area II - Development of Teaching and Learning; Area III - Participation in School and Relationship with the Community; Area IV - Lifelong Professional Development. In the professional, social, and ethical dimension, the future Physical Education Teacher and/or Trainee Teacher focuses on ensuring total dedication to the students and their learning, promoting the transmission of essential knowledge and learning that would help the students' evolution, using their knowledge, the teachers who surrounded this process and who transmitted knowledge and experiences that allowed them to optimize their values as a Physical Education teacher. In the dimension of the Development of Teaching and Learning, we have planning, which addresses issues related to the subject of Physical Education and how it leads to the accounting of various factors that influence the organization of class sessions, always bearing in mind the objectives of each class and each subject. On the other hand, in teaching, we have several strategies to promote a positive and enriching classroom climate, encouraging the relationships between the students and the trainee teacher, between the students themselves, and between the students and the activities to be developed. Regarding indiscipline and confrontational behavior, the trainee teacher must know how to deal with such situations, fostering effective control of them and, even more importantly, preventing them; both the classes I teach have good behavior in class. Concerning assessment, all Physical Education subjects have objectives well defined by grade through the Multi-Year Plan for the Physical Activities Area, and it is up to the teacher to use the teaching references in the multi-year plan to assess the students in the different subjects. In the dimension of Participation in School and Relationship with the Community, we can say that participation in the pedagogical process and in the teaching-learning process was always part of my activities as a trainee teacher, especially in meetings of the Physical Education Department, in the classes I taught, in class management meetings, class council meetings, internal and external tournaments or school projects. Finally, in the Lifelong Development dimension, the research project focusing on the attitudes of 3rd cycle and secondary school students towards inclusion will be presented, analyzing the attitudes of students in a public school towards the inclusion of colleagues with disabilities before and after experiencing a para-sports activity in Physical Education classes.

## INTRODUÇÃO

O Relatório Final de Estágio (RF) foi elaborado no âmbito da unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada (PES), do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, lecionada no Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada (Instituto Piaget). O RF foi desenvolvido ao longo da PES, com a participação indireta do local em que o estagiário realizou o estágio supervisionado na área da Educação Física (EF), nomeadamente na Escola Secundário do Pinhal Novo, consequentemente, também com a participação dos alunos e do Professor cooperante Daniel Pó.

Em vista disso, o grande objetivo deste RF é transparecer o desenvolvimento do estagiário no alcance das suas competências, dos seus objetivos e na otimização das suas capacidades perante os desafios associados à PES. Assim, este documento permite a promoção do estagiário no seu sentido crítico e reflexivo, bem como a capacidade de investigador e procurar respostas que ajudem a melhorar a EF, especialmente a nível da inclusão. Todo este processo possibilitou um desenvolvimento pessoal e profissional elevado, enquanto futuro professor de EF.

Assim, para melhor sistematizar a informação o presente relatório encontra-se organizado em quatro dimensões: i) Área I – Profissional, Social e Ética; ii) Área II – Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem; iii) Área III – Participação na Escola e Relação com a Comunidade; iv) Área IV – Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida. Isso porque estas 4 áreas apresentam uma visão mais ampla das várias dimensões que abrangem a PES e todo o processo que envolve o ensino da Educação Física numa escola pública.

Para finalizar, especificamente na área IV, é apresentado um artigo científico que foi realizado como atividade da PES ao longo do ano letivo de 2022/2023. Esta tarefa perfaz a elaboração e implementação de um projeto de investigação, bem como a disseminação do conhecimento científico desenvolvido através da construção do artigo. Tarefa esta que é baseada na ideia da investigação-ação, a qual não deve ser compreendida como uma metodologia investigação, mas sim “uma forma de investigar para a educação” (Coutinho, et. al., 2009, p.376). Logo, enquanto estudante-estagiário, é fundamental refletir sobre os problemas interferem na ação docente, integrantes do estágio, e encontrar soluções para suprimir esses mesmos problemas.

Assim, a temática do projeto centrou-se nas atitudes inclusivas dos alunos, tendo o estudo como objetivo analisar as atitudes dos alunos de uma escola pública em relação à inclusão de colegas com deficiência antes e depois da vivência de uma aula paradesportiva nas aulas de educação física. É válido salientar que a escolha do tema de investigação foi fortalecida após a observação de comportamentos e atitudes de alguns alunos face à integração de um colega com necessidades educativas especiais, nomeadamente autismo, numa das turmas que a PES decorreu.

## **ÁREA I – PROFISSIONAL, SOCIAL E ÉTICA**

Na dimensão profissional, social e ética o futuro Professor de EF e passado Professor-Estagiário, focou-se em garantir a total dedicação aos alunos e às suas aprendizagens, promovendo a transmissão de conhecimentos e aprendizagens essenciais, que ajudassem na evolução dos alunos. Para isso, recorreu-se ao saber próprio, à pesquisa de conhecimento teórico, bem como aos professores que rodearam este processo e que transmitiram conhecimentos e experiências que permitiram otimizar os valores como professor de EF. Para além disto, manteve-se sempre uma relação de respeito e contribuição para com todos os envolvidos na comunidade escolar, desde alunos, professores, colegas de estágio e auxiliares educativas. Também, foi promovida a qualidade dos contextos de inserção do processo educativo, de modo a garantir o bem-estar dos alunos e o desenvolvimento de todas as componentes da sua identidade individual e cultural.

Como cidadão responsável e com valores, o professor-estagiário apresentou-se sempre disponível para contribuir na melhoria do ensino através da responsabilidade, competência, cooperação e entreatajuda, seja nas atividades extracurriculares, torneios externos/internos, reuniões de departamento de EF e na participação de reuniões de conselho de turma. Perante estes valores, desenvolveu-se estratégias de apoio às turmas que foram atribuídas, um 8º ano, com 26 alunos, e um 11º ano, com 23 alunos, do curso de Ciências e Tecnologia. Sabendo que se trata de alunos com saberes diferentes e personalidades distintas, cada turma apresenta características diferentes, principalmente a nível maturacional, e algumas das estratégias utilizadas obtiveram resultados mais significativos numa turma em relação à outra. A experiência cotidiana é fundamental na obtenção de um saber pedagógico recorrendo a estratégias de ensino (Stacciarini & Esperidião, 1999).

Relativamente ao desenvolvimento profissional, o professor-estagiário pôde colocar em prática o conhecimento adquirido ao longo de 3 anos da sua licenciatura em Educação Física e Desporto, assim como 2 anos de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. A formação contínua do professor é cada vez mais um suporte positivo para o mesmo (Kogut, 2014). A afirmação de Kogut refletiu na aprendizagem ao longo do estágio, o professor-estagiário otimizou o seu conhecimento através da continuidade de trabalho, ou seja, quanto mais empenhado e focado estava nas tarefas mais conhecimento adquiria. Também, contou-se com a colaboração e ensinamentos dos Orientadores de Estágio e restantes colegas do departamento de EF, os quais foram acolhedores ao longo de todo o ano letivo e contribuíram imenso para evolução do professor-estagiário. Ainda, desenvolveu-se uma relação de proximidade entre todos os professores e o professor-estagiário, aspeto que ajudou imenso na extração do conhecimento de cada um deles, salientando que as observações de aulas dos Professores de EF foram um fator muito forte para o enriquecimento enquanto futuro docente.

### **a. Caraterização da Escola**

A Escola Secundária do Pinhal Novo (ESPN) pertence ao Agrupamento Escola Secundária do Pinhal Novo, não se encontrando agrupada a mais nenhuma entidade escolar. A escolaridade abrangida pela ESPN vai desde o 7º ano do 3º ciclo até ao 12º ano do ensino secundário, tornando-a assim a única escola da freguesia a acolher o ensino secundário. No ano letivo 2022/2023 a ESPN contou com 1977 alunos, distribuídos por 80 turmas (tabela 1).

Tabela 1. Número de turmas e alunos da ESPN

<b>Escola Secundária do Pinhal Novo</b>			
<b>3º Ciclo</b>		<b>Ensino Secundário</b>	
<b>7ºAno</b>	13 turmas	<b>11ºAno</b>	12 turmas
<b>8ºAno</b>	13 turmas	<b>11ºAno Profissional</b>	1 turma
<b>9ºAno</b>	15 turmas	<b>12ºAno</b>	10 turmas
<b>10º Ano</b>	12 turmas	<b>12º Ano Profissional</b>	2 turmas
<b>10ºAno Profissional</b>	2 turmas		
<b>Total</b>	55 turmas	<b>Total</b>	25 turmas

Para este conjunto de turmas, a escola possui uma ampla arquitetura (figura 1), composta por 3 blocos (A, B e C) onde os alunos se apresentam presencialmente para as suas aulas. O bloco “A”, é o bloco principal, onde se encontra localizada a sala dos professores, a biblioteca, a reprografia, o gabinete da direção, a secretaria da escola, a sala de diretores de turma e o auditório, enquanto os demais blocos, são compostos por salas de aula onde os alunos se apresentam para as suas aulas diárias. Cada bloco é composto por uma funcionária não docente que fica responsável pelo controlo do mesmo. A escola possui um refeitório para alunos e professores e um bar, para além disto a escola é composta por um vasto espaço para que os alunos se desloquem durante os intervalos. Ainda tem disponíveis 6 espaços desportivos, 3 campos exteriores e 3 espaços interiores.

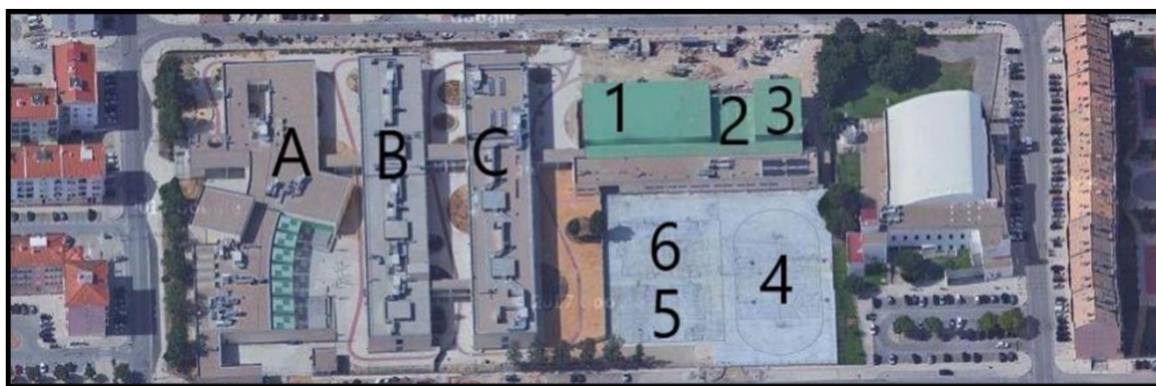


Figura 1. Vista aérea dos Espaços Desportivos da ESPN

Uma vez que a presente PES está relacionada a disciplina da EF, é importante detalhar um pouco mais os 6 espaços desportivos, que a escola possui:

- **Espaço 1- Polidesportivo Coberto:**

Composto por 3 campos transversais de basquetebol (6 tabelas), 1 campo longitudinal de Andebol/Futebol (2 balizas), 4 campos de Voleibol (4 redes) no exterior e 1 fita de Voleibol no interior. No espaço 1 é possível realizar qualquer modalidade coletiva, trabalho de condição física e lançamento do peso (espaço exterior de terra batida com 4 campos de voleibol). Também é possível realizar atividades de ténis.



Figura 2. Polidesportivo Coberto

- **Espaço 2- Ginásio Pequeno:**

Espaço destinado a Ginástica (Aparelhos, Acrobática e Solo), Luta, Dança e Condição Física. É composto por vários colchões de quedas, vários tapetes de solo, 2 espaldar, 2 Trampolins Reuthers, 1 boque, 1 minitrampolim, 2 Plintos, 3 espelhos.

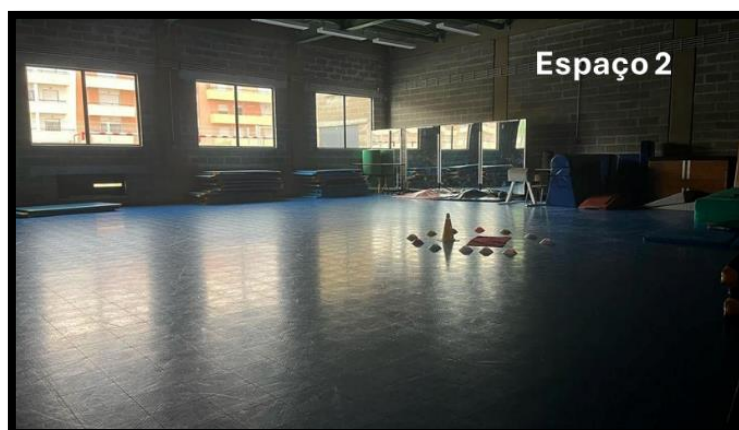


Figura 3. Ginásio Pequeno

- **Espaço 3- Ginásio Grande:** Composto por 3 campos de Badminton transversais, também usados como campos de voleibol. Caso necessário, temos à disposição 1 fita de voleibol, capaz de cobrir todo o espaço 3 e 1 fita de badminton com o mesmo efeito da fita de voleibol, estas poderão ser utilizadas por todos os professores se assim o entenderem. Este espaço é destinado à modalidade de Voleibol (Educação Física e Desporto Escolar), Badminton (Educação Física e Desporto Escolar), Condição Física, Ginástica (solo e acrobática) e Dança (Tradicional e Social). As modalidades coletivas de Andebol, Futebol, Basquetebol também poderão ser aplicadas neste espaço apesar de não haver balizas ou tabelas de basquetebol, assim como, atividades de ténis.



Figura 4. Ginásio Grande

- **Espaço 4- Exterior Nascente:**

Campo exterior composto por 1 campo longitudinal de Andebol/Futebol (2 balizas), 2 campos de Basquetebol transversais (4 tabelas) e 1 pista de atletismo. Neste espaço é possível realizar qualquer modalidade coletiva (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol), Atletismo (velocidade, barreiras e estafetas). Também é possível realizar atividades de ténis.



Figura 5. Exterior Nascente

- **Espaço 5- Exterior Poente Sul:**

Campo exterior composto por 1 campo longitudinal de Andebol/Futebol (2 balizas), 2 campos de Basquetebol transversais (4 tabelas) e uma pista de saltos (triplo-salto e salto em comprimento). Neste espaço é possível realizar qualquer modalidade coletiva (Andebol, Basquetebol, Futebol e Voleibol). Também é possível desenvolver o lançamento de peso com a devida segurança, bem como realizar atividades de ténis.



Figura 6. Exterior Poente Sul

- **Espaço 6- Exterior Poente Norte:**

Campo exterior composto por 1 campo longitudinal de Andebol/Futebol (2 balizas), 2 campos de Basquetebol transversais (4 tabelas, e duas zonas de voleibol com duas fitas. Também é possível realizar atividades de ténis.



Figura 7. Exterior Poente Norte

O professor-estagiário foi muito bem integrado pelos restantes professores do grupo de EF da ESPN, sendo uma ajuda importantíssima ao longo da PES, da mesma forma, ao longo do processo de aprendizagem, adotou um discurso de respeito e entreajuda, de modo que os alunos possam evoluir como grupo, através de uma relação saudável e amigável, em que a entreajuda e companheirismo esteja presente em todos os momentos da aula, em todas as turmas que acompanho. Marques & Carreiro da Costa (2015) concluíram no seu estudo que o compromisso cooperante ameniza as diferenças individuais e potencia a aprendizagem dos alunos.

#### **b. Caracterização das Turmas**

A turma do 8ºB pertence ao 3º ciclo do ensino básico e é composta por 26 alunos (13 do sexo masculino e 13 do sexo feminino), no início do ano a turma recebeu um aluno proveniente da Ucrânia, mas o aluno retornou ao seu país no final do 1º período. No 2º período a turma recebeu um novo aluno, proveniente do Paquistão. A turma apresenta uma média de 13,73 anos de idade (referente ao 3º período), os rapazes apresentam uma média de 13,53 anos de idade e as raparigas uma média de 13,92. A turma tem 3 aulas de EF semanais, de 50 minutos cada. No total das disciplinas da turma, os alunos têm uma carga horária de 1500 minutos semanais.

A turma do 11º B é composta por 23 alunos (12 do sexo masculino e 11 do sexo feminino). A turma recebeu uma nova aluna, no final do 2º Período, proveniente do Brasil. A turma apresenta uma média de 16,39 anos de idade (referente ao 3º período), os rapazes apresentam uma média de 16,41 anos de idade e as raparigas uma média de 16,36. Ambas as turmas têm 3 aulas de EF de 50 minutos, dando

um total de 150 minutos de EF semanais. No total das disciplinas da turma, os alunos têm uma carga horária de 1620 minutos semanais. Durante todo o ano letivo, nas aulas de EF, havia alunos impossibilitados de realizar a aula, ou por motivos de doença ou por lesão, perante estas situações, o professor-estagiário, numa das suas várias funções, desenvolveu estratégias que permitam integrar os alunos na aula mesmo que fisicamente não seja possível participar em todas as atividades da aula. Dito isto, em termos práticos, os alunos participavam da seguinte forma:

- Ajuda na organização do material a utilizar na aula;
- Ajuda na recolhe do material utilizado nas diferentes tarefas da aula;
- Nas Modalidades Coletivas, os alunos participaram como árbitros de partida;
- No Atletismo, os alunos podem participaram como juízes de chamada e como medidores de saltos (Salto em Comprimento e Triplo- Salto), assim como dar sinal de partida na corrida de velocidade e corrida de estafetas;
- Na Ginástica, podem dar apoio aos colegas de turma nos elementos gímnicos de solo e aparelhos através das ajudas;
- Na Luta, os alunos participam como juízes e ajudam na atribuição de pontos ao vencedor;

## ÁREA II - DESENVOLVIMENTO DO ENSINO E APRENDIZAGEM

### a. Planeamento

O planeamento na EF é um bom método de trabalho, este permite o desenvolvimento da disciplina principalmente no alcance dos objetivos de cada matéria (Medeiros, 2018). O planeamento da disciplina de EF leva à contabilização de vários fatores que influenciam a organização das sessões de aulas das turmas, tendo sempre em vista os objetivos de cada turma e de cada matéria, estas últimas definidas de acordo com um planeamento anual.

Antes de iniciar a planificação de cada etapa do plano anual da EF, temos de recuar um pouco e considerar a calendarização letiva, nomeadamente as atividades letivas definidas pela escola, assim como as paragens letivas (férias, feriados regionais, nacionais e possíveis visitas de estudo). Outro dos aspetos a ter em consideração na definição do Plano Anual são as atividades definidas pelo grupo de EF, nomeadamente, datas de torneios escolares (Jogos Desportivos Escolares) e as Avaliações da Aptidão Física (FITescola), sendo a última muito importante para o aluno, isto porque o conceito de aptidão física está diretamente relacionada com a saúde (Londrina, 2014). Para definir as matérias a abordar, em cada etapa, foi consultado o Plano Plurianual de Atividades, sendo este um documento baseado nos Programas Nacionais da Educação Física (PNEF) e definido pelo departamento de EF, no Plano Plurianual de Atividades Físicas encontram-se os objetivos específicos de cada matéria de ensino, de todos os anos escolares (7º ao 12º ano).

Ainda, para elaborar o planeamento anual é importante considerar o Roulement de Espaços. Este apresenta a organização e distribuição dos espaços desportivos por todas as turmas e professores de EF. Através deste documento é possível distribuir os espaços ao longo de todo o ano letivo, para além disto, é possível observar quais as prioridades entre espaços. De acordo com o roulement, quando as condições climatéricas (chuva ou pisos molhados) inviabilizam as aulas nos espaços exteriores é necessária uma adaptação aos espaços livres que seguem os seguintes critérios:

- 1ª Prioridade: Turmas dos cursos profissionais
- 2ª Prioridade: Turmas de Curso Técnico de Desporto e por anos – 10.º, 11.º e 12.º, escolhendo por esta ordem: espaço 1, 3 e 2;
- 3ª Prioridade: Restantes turmas escolhem por ordem – 12.º, 11.º, 10.º, 9.º, 8.º e 7.º e das mais numerosas para as menos, escolhendo por esta ordem: espaço 1, 3 e 2.

Após ter em conta todos os aspetos referidos anteriormente, foram definidos os momentos de avaliação das turmas, por período, sendo estes aplicados sempre no final de cada período, após isso, iniciou-se o planeamento do Plano Anual através das Etapas de Ensino, nomeadamente a 1ª Etapa de Prognóstico; a 2ª Etapa das Prioridades; a 3ª Etapa da Progressão e a 4ª Etapa do Produto. De acordo com Amoroso & Varregoso (2015) na ótica dos estagiários a aprendizagem por etapas é vantajosa pela sua progressividade e tempo de aprendizagem nas diversas matérias. Dentro de cada etapa realizou-se um planeamento semanal de todas as aulas e os seus conteúdos.

Assim, para a presente PES o Plano Anual estava organizado em 33 semanas de aulas (todo o ano letivo). O 1º Período foi composto por 38 aulas, o 2º Período por 36 aulas e o 3º Período por 24 aulas, sendo este o período mais curto. Assim, a EF está organizada pelo Modelo de Ensino por Etapas (4Ps): 1ª Etapa: Prognóstico (Avaliação inicial - início do 1º Período); 2ª Etapa: Prioridades (até ao fim do 1º Período); 3ª Etapa: Progressão (Desenvolvimento – até ao fim do 2º Período); e 4ª Etapa: Produto (3º Período)

A 1ª Etapa, definida como Prognóstico, é composta por 5 semanas de aulas para preparar e realizar a Avaliação Inicial das turmas. A avaliação inicial/prognóstico permite a cada professor orientar e organizar o seu trabalho na turma (Pedro, 2010). Assim, foram necessárias 4 semanas para Atividades Físicas (19 setembro até 13 outubro) e a 5ª, e última, semana para Aptidão Física-FITescola (17 de outubro a 21 outubro). De modo que foram estabelecidos alguns objetivos específicos para a 1ª Etapa, dentre eles:

- Avaliar o nível inicial de cada aluno, assim como as possibilidades de progressão dos mesmos no conjunto das matérias do plano plurianual das atividades físicas e aptidão física;
- Identificar, quais os alunos críticos por matéria, assim como fundamentos críticos no tratamento de cada matéria (métodos de organização, normas de ética, questões de segurança, formação de grupos, entre outros);
- Definição das grandes etapas do ano letivo (4Ps);
- Recolha de informações com o intuito de definir quais as prioridades de desenvolvimento (objetivos) para a etapa seguinte (prioridades);
- Obter informações para, em consonância com o professor cooperante, estabelecer finalidades/metapas por o ano;
- Realizar uma primeira abordagem com os alunos e permitir-lhes o contacto com as matérias a serem desenvolvidas na disciplina.
- Perceber a forma como os alunos reagem às instruções de feedback.
- Desenvolver um bom clima de aula;
- Identificar os alunos cujas características físicas ou intelectuais indiquem necessidades específicas.

Ainda na 1ª Etapa, o professor-estagiário estava na 1ª fase do estágio, a qual é caracterizada pela observação. Nesta fase o estagiário observava as aulas e feedbacks provenientes do professor cooperante, de modo a visionar a sua postura em aula, ou seja, a sua colocação no espaço, a projeção de voz, o seu questionamento aos alunos, organização da aula/alunos. Ainda, realizou-se um acompanhamento de outros professores de EF, através de fichas de observação de aulas, realizou-se a planificação dos planos de aula e registos de turma (assiduidade, sumários e avaliações), para além do acompanhamento do Desporto Escolar e da Direção de Turma do 8ºB.

Após a definição e análise da 1ª etapa definiu-se a etapa das Prioridades (2ª Etapa). Assim, a 2ª Etapa foi composta por 7 semanas de aulas, que se estenderam até ao fim do 1º Período. Esta etapa mostrou-se importante na definição das grandes prioridades/dificuldades das turmas, seja nas Atividades Físicas como na Aptidão Física. Para isto, foram observados os resultados das Avaliações Iniciais, nas diferentes matérias das atividades físicas e nos testes de aptidão física (FITescola). Nesta perspectiva, a Etapa foi definida em consonância com o professor cooperante, com o intuito de planear e organizar as matérias prioritárias de acordo com as dificuldades de cada turma, visto que ambas as turmas (8º e 11º) apresentavam necessidades diferentes, tanto ao nível das Atividades Físicas como da Aptidão Física.

Ao nível das Atividades Físicas as grandes prioridades do 8ºB foram as modalidades de Voleibol, Futebol e Ginástica e na turma do 11ºB as grandes prioridades são as modalidades de Ginástica, Futebol e Voleibol. Na Aptidão Física a turma do 8º B tem 10 alunos fora da zona saudável no Vaivém, em seguida temos as Extensões de Braços com 9 alunos fora da zona saudável e 8 alunos fora da zona saudável no teste de Flexibilidade dos Membros Inferiores, nos Abdominais e Impulsão Horizontal temos 4 alunos fora da zona saudável e no teste de flexibilidade de ombros tínhamos todos os alunos

na zona saudável. No 11<sup>º</sup>B a Flexibilidade dos Membros Inferiores, Vaivém e na Impulsão Horizontal apresenta 5 alunos fora da zona saudável, no teste das extensões de braços temos 3 alunos fora da zona saudável, na flexibilidade de ombros temos 2 alunos fora da zona saudável e nos abdominais não registámos nenhum caso fora da zona saudável.

Após a análise dos resultados da aptidão física, desenvolveram-se estratégias que ajudassem os alunos a melhorar os resultados obtidos na 1<sup>ª</sup> avaliação dos testes FITescola. Neste sentido, uma das formas de otimizar a performance dos alunos foi através dos aquecimentos iniciais, sendo estes desenvolvidos de diferentes formas de modo a estimular o aluno no desenvolvimento da sua força, resistência, impulsão e flexibilidade. Após a definição das grandes prioridades das turmas, prosseguiu-se a planificação de toda a etapa, analisando os espaços destinados às turmas no Roulement e fazendo a distribuição das matérias prioritárias e menos prioritárias pelas sessões de aula a serem trabalhadas, este processo foi feito semanalmente, tendo em conta aspetos como a hora da aula, as características do espaço de aula e as necessidades da turma.

Logo, na 2<sup>ª</sup> Etapa o professor-estagiário já se encontrava na 2<sup>ª</sup> fase do estágio, a lecionação com coadjuvação do professor cooperante. Esta fase proporcionou ao professor-estagiário uma participação mais direta na aula, mas em conjunto com o professor cooperante, momento em que o professor-estagiário começou a transmitir mais feedbacks, orientar/apoiar nas tarefas/estações ou circuitos das aulas. Além disso, manteve-se o acompanhamento de outros professores de EF da escola, através de fichas de observação de aulas, observa-se mais independência na realização das planificações de planos de aula, planeamento de etapas e registos de turma (assiduidade, sumários e avaliações).

Na 3<sup>ª</sup> Etapa tínhamos a Progressão, composta por um total de 36 sessões de aula, repartidas por 12 semanas (todo o 2<sup>º</sup> período). O planeamento desta etapa passou por uma avaliação global dos resultados da 2<sup>ª</sup> Etapa, neste processo realiza-se uma análise de toda as matérias prioritárias abordadas na 2<sup>ª</sup> Etapa, esta análise permitiu verificar se as turmas apresentavam uma evolução positiva ou negativa nas diferentes matérias e quais as que ainda necessitam de evolução, através desta análise foi traçado um planeamento específico para que os alunos pudessem suprimir todas as dificuldades que permaneceram da 2<sup>ª</sup> etapa das prioridades. Para além disso, foram definidas estratégias que ajudassem os alunos a melhorar os resultados obtidos na aptidão física, assim como nas competências a alcançar nas diferentes matérias das atividades físicas.

Assim, na 3<sup>ª</sup> Etapa o professor-estagiário iniciava a 3<sup>ª</sup> e última fase do estágio, a lecionação por inteiro. Esta fase envolveu o planeamento e coordenação total das aulas, tendo apenas o orientador cooperante a observar as ações do professor-estagiário como professor de EF. Houve continuidade do acompanhamento de outros professores de EF, através de fichas de observação de aulas, para além da realização de toda a planificação das etapas finais, dos planos de aula e registos da turma (assiduidade, sumários e avaliações), para além do acompanhamento do Desporto Escolar.

Na 4<sup>ª</sup> Etapa tínhamos o Produto, o qual foi composto por 24 sessões de aulas, ou seja, 6 semanas de aulas, sendo o período mais curto do ano letivo. Neste período, o grande objetivo passou por alcançar todas as metas propostas no Plano Plurianual das Atividades Físicas, dos Conhecimentos e da Aptidão Física. Ainda houve a necessidade de suprimir algumas dificuldades sentidas pelos alunos, mas durante o planeamento da etapa, as matérias já se encontraram dentro do panorama proposto pelo plano plurianual das atividades físicas. Assim, na 4<sup>ª</sup> Etapa manteve-se a lecionação por inteiro. O planeamento e coordenação total das aulas, tendo apenas o orientador cooperante a observar as ações do estagiário. Apesar da lecionação integral, manteve-se o acompanhamento de outros

professores de EF como observador, através de fichas de observação de aulas, acompanhamento do Desporto Escolar, realizou-se toda a planificação das etapas finais, dos planos de aula e registos da turma (assiduidade, sumários e avaliações).

Segundo Bossle (2007), o planeamento é uma construção orientadora da ação docente, que organiza e dá direção a uma prática coerente para com os objetivos a se propõe. De facto, o método organizacional por Etapas facilita bastante a organização geral da disciplina de EF, este permite uma distribuição adequada das sessões de aula de cada período, distribuição das matérias prioritárias de cada turma, bem como permite uma organização adequada dos vários momentos de avaliação que compõem a disciplina de EF. De acordo com Inácio (2015) o Plano Anual de Turma deverá considerar a organização geral do ano letivo em etapas, nomeadamente, em períodos mais reduzidos de tempo que facilitem a orientação e regulação do processo de ensino-aprendizagem.

No que toca ao plano de aula, o professor estagiário divide a mesma em 3 partes: a parte inicial (aquecimento inicial), parte fundamental (conteúdos da aula) e parte final (alongamentos e retorno à calma). Os objetivos gerais definem os conteúdos a serem trabalhados em aula, cada matéria é sujeita a um conjunto de objetivos específicos que definem o que deve ser trabalhado pelo aluno. O professor estagiário teve de desenvolver estratégias de ensino que ajudassem os alunos a aprender os conteúdos a alcançar em cada matéria, seja através de situações jogadas (1x1, 2x2, 3x3) ou técnica individual do aluno.

## **b. Ensino**

Ao nível do Ensino, foi utilizado como instrumento o Plano Plurianual das Atividades Físicas, sendo este uma representação do PNEF de Jacinto et al. (2001) e das Aprendizagens Essenciais de Educação Física de (Ensino, 2018). Cada matéria de ensino é composta por diferentes objetivos específicos, estes variam de acordo com o seu nível de especificação: Introdução (I), elementar (E) e avançado (A). Cada nível traduz a atividade representativa de um certo grau de competência prática de interpretação dos conteúdos de cada matéria. A partir da análise do conteúdo dos objetivos específicos de cada matéria, o departamento de Educação Física, procurou simplificar os entendimentos sem comprometer as suas exigências. Esse exercício concretizou-se na definição das referências de aprendizagem, referências de ensino e indicadores de observação.

As referências de aprendizagem, correspondem à interpretação mais simples possível dos objetivos específicos em cada nível/ano, estas informações foram retiradas do Plano plurianual das atividades físicas, documento desenvolvido pelo departamento de EF da ESPN, realizado pelo departamento de EF. As referências de ensino referem-se aos conteúdos curriculares de cada matéria e devem merecer atenção por parte dos professores quando lecionam. Já os indicadores de observação representam (os aspetos observáveis) as características específicas de um determinado nível, que sinalizam o facto de estarmos perante o efeito desejado (consecução dos objetivos), permitindo determinar se os critérios de avaliação são cumpridos ou não. Para Vieira (2015) os professores recorrem a vários tipos de métodos, modelos, estilos e estratégias de ensino em conformidade com o que são as suas orientações educacionais. Segundo Mosston & Ashworth (2008) o ensino é um conjunto de tomada de decisões. O estilo de ensino mais utilizado durante a PES foi o Estilo por Comando, em que o professor-estagiário tomava todas as decisões durante a aula e os alunos seguiam essas decisões.

Ao longo do estágio utilizou-se estratégias como a Instrução Direta, as decisões tomadas eram feitas de forma autónoma com o objetivo de ajudar os alunos no processo aquisição de aprendizagens, utilizou-se um ensino através do questionamento, com o intuito de testar a aprendizagem dos alunos

ao longo das aulas, sendo esta uma forma de testar os conhecimentos dos alunos e se estes estão atentos aos ensinamentos transmitidos durante as aulas. Utilizou-se um modelo de Multiatividades ao longo do ano através de um modelo por etapas, os alunos realizavam cerca de 2 a 3 modalidades por aula. E por fim, utilizou-se um modelo de desporto para a paz, com o intuito de promover a cooperação entre os alunos na realização das tarefas, com um espírito desportivo, com respeito e fair-play e o Modelo de Instrução Centrada no Fitness foi abordado em todas as aulas, na busca de um rigor físico que alcançasse os objetivos da Aptidão Física dos alunos.

Nas estratégias de ensino pretende-se aplicar formas de promoção de um clima de aula positivo e enriquecedor incentivando as relações dos alunos com o professor-estagiário, dos alunos entre si e dos alunos para com as atividades a desenvolver. Em termos de comportamentos de indisciplina e de confrontação, o professor-estagiário deve saber lidar perante tais situações, fomentando um controlo eficaz das mesmas e ainda mais importante na sua prevenção, situações que não foram tão evidenciadas na PES, visto que ambas as turmas apresentavam um bom comportamento em aula.

Um dos grandes objetivos do âmbito do ensino da EF é uma adequada da gestão de aula, dando uso as estratégias de ensino coerentes e eficazes, que permitam o controlo e a organização da aula, tendo em foco o tempo de empenhamento motor dos alunos e a sua aprendizagem. Contudo, nem sempre o professor-estagiário conseguiu gerir da melhor forma o tempo de aula, mas é importante mencionar que a organização dos alunos foi cada vez mais eficaz, ou seja, as “perdas de tempo” foram trocadas pelo melhor aproveitamento do tempo em tarefa motora. Dentro do objetivo geral evidenciado anteriormente existem vários objetivos específicos, tais como a adoção de um pensamento crítico, determinando a escolha e justificação dos estilos de ensino aplicados, o modo de gestão de aula, a forma como a informação é transmitida durante a aula, saber ajustar as tarefas às necessidades dos alunos, avaliar os problemas da turma e intervir através de feedbacks pedagógicos que permitam a evolução do aluno. Na transmissão de feedback, há a necessidade de melhorar em alguns aspetos, nomeadamente no ciclo de feedback.

### **c. Avaliação**

A avaliação da disciplina é contínua, de natureza essencialmente formativa e tem como referência os objetivos gerais do 3.º Ciclo do Ensino Básico e do Ensino Secundário, organizados ao redor de três áreas de demonstração de competências: Atividades Físicas, Aptidão Física e Conhecimentos (mencionado no planeamento). É através da Avaliação que se realiza a identificação das aprendizagens do aluno, de modo a melhorar as dificuldades observadas, possibilitando também ganhos na aprendizagem do aluno (Wardlaw, 1978). O processo avaliativo engloba períodos de avaliação formal das competências previstas em cada uma destas áreas, nomeadamente: atividade física, aptidão física e conhecimento. Na área da atividade física são avaliadas competências relacionadas com as matérias de ensino da Educação Física, que se encontram discriminados em níveis de complexidade crescente: Introdução e Elementar. Para o cumprimento de cada um destes dois níveis o aluno evidenciou simultaneamente conhecimentos, capacidades/habilidades (desempenhos) e atitudes, numa lógica integrada da aprendizagem. A avaliação das aprendizagens nesta área permite, ao professor-estagiário, ajuizar sobre a demonstração das competências dos níveis do programa e analisar a qualidade de desempenho dos seus alunos. As situações de prova, constante no Protocolo de Avaliação de Educação Física, são as condições de realização dos objetivos que constam nos programas de cada matéria, nomeadamente: situações de jogo, sequências gímnicas, percurso de saltos, coreografias gímnicas, provas atléticas, coreografias de dança, percursos de orientação, luta). De entre

todas as matérias que o aluno trabalhou e foi avaliado, seleciona-se das seguintes subáreas, as que servirão de referência para o seu sucesso. Ao longo das várias Etapas do Modelo de Ensino aplicado, o aluno é avaliado de forma contínua, aula pós aula, tendo em vista a progressão do mesmo em cada matéria, este método de ensino é ajustado ao que o aluno demonstra na aula, através da realização de exercícios práticos.

Tabela 2.Subáreas e matérias da área das Atividades Físicas

<b>Subáreas</b>	<b>Matérias</b>
<b>Jogos Desportivos Coletivos</b>	<i>Andebol; Basquetebol; Futebol; Voleibol</i>
<b>Ginástica</b>	<i>Solo; Aparelhos; Acrobática</i>
<b>Atletismo</b>	<i>Corridas; Saltos; Lançamentos</i>
<b>Atividades Rítmicas Expressivas</b>	<i>Danças Sociais; Danças Tradicionais Portuguesas</i>
<b>Outras</b>	<i>Ténis; Orientação; Luta</i>

### **Aptidão Física**

São avaliadas as capacidades motoras que demonstram aptidão aeróbia e aptidão neuromuscular enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física (ZS), da bateria de testes do FITescola®, de acordo com a idade e género dos discentes. A avaliação das aprendizagens nesta área permitiu-nos recolher informação sobre o grau de desenvolvimento das componentes da Aptidão Física e uma análise da qualidade no que toca ao desempenho do aluno. As situações de prova são as constantes no programa FITescola®, selecionando-se, de entre todas as capacidades motoras que o aluno trabalhou e foi avaliado, um conjunto de testes que servirão de referência para o seu sucesso. Na ESPN é realizado um total de 6 testes, logo, os alunos para estarem no patamar máximo (nota máxima na área da ApF, ou seja, 100%) devem de apresentar todos os testes de aptidão física dentro da zona saudável. A escala de classificação da aptidão física vai do nível 1 ao 5. O grupo de EF aplica a seguinte metodologia de avaliação: se o aluno apresentar menos de 2 testes positivos, este, permanece com o patamar 1 (equivalente a 20%), se apresentar 2 testes positivos fica no patamar 2 (40%), para alcançar o patamar 3 (60%) tem de apresentar, obrigatoriamente, o teste do vaivém, 1 teste de força e 1 de flexibilidade positivos, para alcançar o patamar 4 (80%), o aluno tem de apresenta 4 testes, obrigatoriamente, o vaivém, 2 de força e 1 de flexibilidade ou 5 testes positivos, sendo obrigatório o vaivém, 3 testes de força e 1 flexibilidade, por fim, para alcançar o patamar 5 (100%), o alunos tem de apresentar todos os testes positivos.

Tabela 3.Subáreas e matérias da área da Aptidão Física

<b>Componentes da Aptidão Física / Capacidades Motoras</b>	<b>Testes Recomendados</b>
<b>Composição Corporal</b>	<i>Índice de Massa Corporal</i>

<b>Aptidão Aeróbia: <u>Resistência</u></b>		<i>Vaivém</i>
<b>Aptidão</b>	<b><u>Força</u></b>	<i>Abdominais; Flexões de Braços; Impulsão Horizontal</i>
<b>Neuromuscular</b>	<b><u>Flexibilidade</u></b>	<i>Flexibilidade de Ombros; Senta e Alcança</i>

## Conhecimentos

São avaliados conhecimentos consignados nas aprendizagens essenciais relativos aos processos de desenvolvimento e manutenção da Aptidão Física e/ou à aprendizagem dos conhecimentos relacionados com a interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais, no seio dos quais se realizam as atividades físicas, que se encontram elencados, para cada ano de escolaridade, no Plano Plurianual de Educação Física. A avaliação das aprendizagens nesta área permite, ao professor-estagiário, ajuizar sobre a demonstração de competências como a participação nas atividades de aprendizagem, clareza e correção linguística e compreensão, mobilização, integração e aplicação de conceitos e ideias utilizados. As atividades de aprendizagem consistem na aplicação de metodologias que favoreçam a elaboração de produtos, tais como, sala de aula invertida, descoberta guiada e *design thinking*, no Ensino Básico e trabalho de projeto, no 11º ano de escolaridade, podendo os alunos optar pelas produções que mais lhes convier – infografia, vídeo, podcast, álbum fotográfico, encenação, relatório de trabalho laboratorial, apresentação/comunicações orais, mapa de conceitos, maquete. Na avaliação dos Conhecimentos é tido em conta a Documentação (20%), a Apresentação (30%) e o Domínio (50%). No 1º período os alunos foram classificados através de um pré-projeto, no 2º período, os alunos foram avaliados novamente pelo pré-projeto, apresentado no 1º período, sendo este muito mais desenvolvido nesta fase. No 3º período foi feita a entrega e apresentação dos projetos de ambas as turmas (8º e 11ºano). Na obtenção da classificação final, é feita a contabilização do patamar das atividades físicas, da aptidão física e dos conhecimentos, gerando a nota final de período. Por fim, na área dos conhecimentos, se o aluno atingir o nível 1 ou 2 não atinge o nível Introdutório, se alcançar o nível 3 está no nível Introdutório, se atingir o nível 4 está no nível Elementar, se atingir o nível 5 está no nível Avançado.

## Sistema de Classificação

A classificação final dos alunos é atribuída considerando o definido nas AEEF, o explicitado no artigo 18.º, da Portaria n.º 223-A/2018, de 3 de agosto (Ensino Básico) e no artigo 20.º, da Portaria n.º 226-A/2018, de 7 de agosto (Ensino Secundário) e o sistema de classificação determinado pelo Grupo Disciplinar de Educação Física, para cada ano de escolaridade, nas três áreas de demonstração de competências. Tendo em conta estas três áreas, foram definidos 5 perfis de aprendizagem que retratam perfis de competência específicos, no final de cada ano de escolaridade, cada um deles é subdividido em 2 intervalos de classificação considerando o intervalo de referência para o sucesso nesta disciplina, o intervalo intermédio (nível 3, no Ensino Básico e 10 – 11 valores, no Ensino Secundário). Todas as matérias essenciais do Plano Plurianual de atividades físicas são classificadas com um nível de especificação diferente, sendo esse nível o objetivo a alcançar nos vários anos de escolaridade nas várias matérias, estes níveis de especificação são uma adaptação dos PNEF. De acordo com Siedentop (1986), os PNEFs fazem muita diferença em termos de desenvolvimento pessoal e no sucesso do próprio aluno. Cada nível é classificado com uma pontuação: NI = 0 pontos; i = 0,5 pontos; l = 1 ponto; e = 1,5 pontos; E = 2 pontos; a = 2,5 pontos; A = 3 pontos.

Nas avaliações práticas o aluno é classificado de acordo com o nível em que se encontra nas diferentes matérias, sendo feito um somatório de todas as classificações obtidas pelo aluno. Esses níveis são somados e classificados com uma pontuação final, essa pontuação vão ajudar o professor-estagiário a verificar o patamar em que o aluno se encontra na área das Atividades Físicas. Os patamares no ensino básico vão do nível 1 ao 5 e no ensino secundário, dos valores 0 até ao 20. Assim como as Atividades Físicas, temos de classificar a Aptidão Física do aluno, essa classificação é feita de acordo com o número de testes de Aptidão Física positivos, ou seja, dentro da zona saudável. Alguns estudos indicam que os professores de EF têm por base informar os seus estudantes acerca dos critérios de avaliação (Darido, 2012).

A EF é uma disciplina de cariz eminentemente prático e a área das Atividades Físicas uma forte componente do seu currículo, o que define o Nível/Intervalo de Classificação dos alunos é a qualidade do seu desempenho nesta área, desde que os mesmos evidenciem competências essenciais nas áreas da Aptidão Física e na dos Conhecimentos, de acordo com o Perfil de Aprendizagem definido pelo Grupo Disciplinar de Educação Física. Se o aluno não evidenciar as competências essenciais na área da Aptidão Física e/ou na dos Conhecimentos, ser-lhe-á atribuída uma classificação de acordo com o definido no nível/intervalo anterior ao que se encontra, atendendo às seguintes condições:

- Não evidencia competências numa das áreas, será classificado conforme o estipulado no topo do nível/intervalo anterior ao que se situa;
- Não evidencia competências nas duas áreas, será classificado conforme o estipulado no limite inferior do nível/intervalo anterior ao que se encontra.

Os alunos que demonstrem dominar as competências essenciais na área das Atividades Físicas, mas que se recusem realizar qualquer um dos testes da área da Aptidão Física ou qualquer uma das atividades de aprendizagem na área dos Conhecimentos, serão classificados com o definido 2 intervalos abaixo ao que se encontra. Admite-se ajustamentos aos critérios definidos na área da Aptidão Física no caso de alunos que, apesar da participação, interesse e empenho manifestados, se encontram fora da Zona Saudável, mais precisamente, a aplicação de outros testes incluídos na bateria de testes do FITescola®, como por exemplo, na aptidão aeróbia: teste da Milha, em alternativa ao teste do Vaivém.

Os alunos com características especiais e/ou com atestado médico, que os impeçam de cumprir o currículo normal, são analisados caso a caso, admitindo-se a possibilidade e/ou a necessidade de elaboração de um Plano Educativo Especial, procedendo-se a adaptações do currículo e dos critérios de avaliação. Para a avaliação de alunos sujeitos a Planos Educativos Especiais, na Educação Física, são definidos critérios de avaliação adaptados tendo como referência todas as áreas de demonstração de competências da disciplina, de acordo com os objetivos que os alunos possam cumprir.

Nas tabelas 3, 4 e 5 é possível observar as classificações de ambas as turmas orientadas pelo professor-estagiário nas 3 áreas que compõem a disciplina de EF: Na tabela 3 temos as classificações obtidas pelos alunos nos 3 períodos letivos, na tabela 4 temos todas a média de notas de ambas as turmas, ao longo dos 3 períodos letivos, na área da Aptidão física. Por fim, na tabela 5, é possível observar as médias dos alunos nos 3 períodos letivo na área dos conhecimentos.

Tabela 4. Classificações das turmas do 8ºB e 11ºB na Área das Atividades Físicas

Área das Atividades Físicas	8ºB			11ºB		
	1ºPeríodo	2ºPeríodo	3ºPeríodo	1ºPeríodo	2ºPeríodo	3ºPeríodo
<b>n</b>	28	28	28	24	24	24
<b>Média de notas</b>	3,18	3,50	3,71	12,92	13,83	15,13

Legenda: n= número de participantes.

Tabela 5. Classificações das turmas do 8ºB e 11ºB na Área da Aptidão Física

Área da Aptidão Física	8ºB			11ºB		
	1ºPeríodo	2ºPeríodo	3ºPeríodo	1ºPeríodo	2ºPeríodo	3ºPeríodo
<b>n</b>	28	28	28	24	24	24
<b>Média de notas</b>	3,12	3,96	4,12	15,43	16,58	18,04

Legenda: n=número de participantes

Tabela 6. Classificações das turmas do 8ºB e 11ºB na Área dos Conhecimentos

Área dos Conhecimentos	8ºB			11ºB		
	1ºPeríodo	2ºPeríodo	3ºPeríodo	1ºPeríodo	2ºPeríodo	3ºPeríodo
<b>n</b>	28	28	28	24	24	24
<b>Média de notas</b>	0	0	2,25	0	13,87	14,48

Legenda: n= número de participantes

As tabelas 4, 5 e 6 são representativas das classificações obtidas, pela amostra do estudo, ao longo do ano letivo. Na área das Atividades Físicas ambas as turmas apresentam uma evolução positiva da média de notas, em que o 8ºB evoluiu as suas classificações em 16,6% e o 11ºB em 17,1% no 3º período em relação ao 1º período. No que toca às Aptidões Físicas o 8ºB evoluiu 32% e o 11ºB 16,9% no 3º período em relação ao 1º. Na área dos conhecimentos apenas contabilizamos o 3º período, visto que durante o ano houve várias alterações na entrega de pré-projetos e projetos. A média da turma do 8ºB é muito baixa devido há não presença de vários alunos no momento de avaliação do projeto. Na turma do 11ºB, temos uma média mais elevada com 14,48 valores.

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

Nesta dimensão será apresentada todas as experiências vivenciadas nas atividades em contexto de estágio, sendo algumas com maior destaque como reuniões do departamento de EF, acompanhamento do Desporto Escolar, do Diretor de Turma e Turmas de Estágio. As reuniões do grupo de EF foram muito importantes em termos concepcionais, por detrás de uma aula de EF, existe todo um trabalho burocrático/administrativo que mantém a organização de todo um departamento da Educação Física. Como futuro professor de EF, é imperial a experenciação de todas as áreas que envolvem o ensino, os alunos e o processo-pedagógico. Em todas as reuniões havia discussão de ideias, debates sobre os conteúdos da disciplina (Plano Plurianual das Atividades Físicas e Conhecimentos), entre outros aspetos. As primeiras reuniões tinham como objetivo analisar toda a documentação de Planeamento (Plano Anual de Atividades, Plano Plurianual, Desporto Escolar, Critérios de Avaliação e Organização de Equipamentos/Materiais).

Para o professor-estagiário, as reuniões tiveram um papel crucial na sua evolução como futuro professor, estas permitiram um contato com a realidade do ensino da EF e como esta deve ser preparada. Estas experiências não foram proporcionadas no estágio da licenciatura, mas felizmente o estagiário teve oportunidade no mestrado. As aulas de Educação Física sempre foram o grande foco, tendo em vista a melhoria das capacidades como professor de EF e principalmente como pedagogo. A dedicação ao aluno sempre foi uma vantagem pessoal para o professor-estagiário, assegurar uma relação positiva com todas as turmas, proporcionando um trabalho mais enriquecedor. Obviamente que nem sempre as aulas ocorreram na perfeição, haverá sempre aspetos a corrigir com os quais devemos aprender continuamente ao longo do tempo, entre eles, erros de organização e erros na transmissão de Feedback. As aulas sempre mantiveram um clima positivo e entusiasmante, a planificação das tarefas era pensada, em função dos alunos e das suas necessidades. A escola sempre deu ótimas condições de realização, seja em termos de espaciais ou materiais, logo, havia todas as condições necessárias para que os alunos aprendessem.

#### **a. Desporto Escolar**

Em termos de Desporto Escolar, houve um acompanhamento da modalidade de Badminton em coadjuvação com o professor Luís Lagartixa. O desporto escolar promove a formação desportiva, aquisição e desenvolvimento de comportamentos, respeito pelas regras, pelos outros e por si mesmo, integração social, bem como desenvolvimento harmonioso e equilibrado (Sacramento, 2014). Os treinos ocorriam 3 vezes à semana (segundas, terças e quartas), em cada treino tinham sempre uma média de 8 a 10 alunos, desde o 7º ano até ao 12º ano, com um grupo equipa misto, em termos de escalões tinham infantis A e B, iniciados, juvenis e juniores, sejam masculinos como femininos. Nos treinos de segundas e terças-feiras, temos apenas 1 hora de prática, enquanto nas quartas-feiras temos 3 horas de prática. Em termos de conteúdo, nos treinos mais curtos realizamos maioritariamente situação de jogo, seja de 1x1 ou 2x2 (pares femininos ou masculinos), nos treinos de quarta-feira, realizamos uma preparação mais técnica, criando situações jogadas com o intuito de aperfeiçoar os aspetos técnico-táticos dos alunos. O acompanhamento da modalidade foi muito positivo, permitiu adquirir mais experiência perante a modalidade de badminton, mais conhecimento como juiz de jogo e permitiu-me analisar as semelhanças/diferenças entre a aula e o treino, apesar de ser dito “treino”, trata-se de uma aula com uma continuidade da interação professor-aluno.

## **b. Outras atividades**

As escolas são essenciais para que os jovens adquiram mais conhecimento, melhores capacidades sócio emocionais, incluindo autorregulação e resiliência, bem como a otimização das suas capacidades de pensamento crítico que fornecem as bases necessárias para um futuro saudável (*WHO Guideline on School Health Services*, 2021). A convite do IPDJ, a ESPN participou na 2ª edição da “*MAIOR AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO MUNDO*”, a mesma ocorreu através da plataforma MS TEAMS, com a filmagem em direto das atividades que ocorriam da escola, nisto participaram várias escolas do país e da Europa. Este evento contou com a participação de todos os professores de EF e professores-estagiários, os estagiários ficaram responsáveis por executar o aquecimento inicial através de uma mini-aula aeróbica para todas as turmas presentes, esta experiência foi muito positiva no que toca à integração no grupo, a relação criada entre todo o departamento de EF foi muito importante para o desenrolar do ano letivo. É possível afirmar que existem provas suficientes de que a prática habitual de atividade física deve ser incentivada durante a adolescência, tanto na procura de um melhor estado de saúde, como na tentativa de preparar sujeitos jovens para a prática constante de AF durante a idade adulta (Pinto Guedes, 2005).

Para além deste evento, a ESPN desenvolveu uma Feira da Saúde, que ocorreu nos dias 20 a 24 de março, com diversas atividades diárias, nestas atividades houve Exposições de sensibilização para a importância da saúde, atividades físicas e de bem-estar, uma sessão de alimentação saudável, jogos tradicionais, HipHop, sessões de Higiene Oral, Workshops, Aulas de Educação Sexual e Saúde Mental e Sensibilização para o malefício do Tabaco e HPV, entre outros.

É crucial que todos os jovens olhem para a sua vida com precaução e cuidados reforçados para evitar os diversos riscos associados à inatividade física, existem provas suficientes para concluir que a inatividade física é um dos problemas, associados à saúde pública, mais importantes no século XXI (Blair, 2009). A atividade física leva à libertação de endorfinas, aumento do fluxo sanguíneo e aumento da oxigenação cerebral, a regulação da tensão arterial pode reduzir o stress, a ansiedade e sintomas de depressão, por fim refere que a prática de desporto em jovens ajuda no desenvolvimento das competências sociais (Kleszczewska, 2019). Um dos objetivos do Dia Europeu do Desporto foi apresentar aos alunos algumas das variadas modalidades de Desporto Escolar que a escola oferece, deste modo poderíamos motivar os alunos a experimentar os treinos das modalidades praticadas nesse dia e futuramente mantê-los nas mesmas todo o ano letivo.

## **c. Direção de Turma**

Outro grande objetivo do estágio supervisionado passa por um acompanhamento próximo de uma turma, em consonância com o próprio Diretor de turma, esta tarefa tem o propósito de acompanhar o mesmo nas diferentes atividades que o cargo exija, nomeadamente informações sobre os alunos ou assuntos a tratar com os Encarregados de Educação. Assim, para melhor conhecer o grupo de trabalho, foi realizado um estudo de turma, com a aplicação do teste sociométrico, para conhecer as relações interpessoais dos alunos entre si.

O teste sociométrico é um instrumento que observa aspetos sociais de acordo com as escolhas e rejeições de um grupo (Moreno, 1953), ainda este instrumento apresenta relações de afinidade ou conflito (Alves & Duarte, 2010). O teste sociométrico foi composto por 10 questões relacionadas com as preferências e rejeições dos alunos na formação de grupos de trabalho, seja na disciplina de EF, assim como noutras disciplinas da turma ou em convívios nos tempos livres. Em todas as questões, os alunos poderiam mencionar até 3 colegas da turma nas respostas às mesmas. O teste sociométrico foi

aplicado como estratégia para criar grupos de trabalho na disciplina de EF, com os resultados do questionário foram criados 3 tipos de grupos: heterogêneos como homogêneos e por afetividade, os grupos foram sendo aplicados durante todo o ano letivo, os grupos eram escolhidos de acordo com o objetivo de cada aula.

Ao longo das várias conversas com a diretora de turma, o professor-estagiário concluiu que o papel da mesma é muito objetivo na orientação de uma turma, seja no acompanhamento individual de cada aluno, de forma a suprimir as duas dificuldades e otimizar o seu potencial, assim como medidora de conflitos, sendo estes recorrentes numa turma e o teste sociométrico permitiu ao professor-estagiário medir o nível de socialização dos alunos entre si, de modo a evitar esses mesmos conflitos. A comunicação com Encarregados de Educação é uma das funções mais principais do diretor de turma que permite esta ligação entre a escola e os pais dos educandos. De modo a concluir, o papel desenvolvido pelo diretor de turma é muito difícil, com grandes responsabilidades, levando o mesmo a possuir um papel multifacetado nas suas funções.

## ÁREA IV - DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL AO LONGO DA VIDA

### A INFLUÊNCIA DE UMA AULA PARADESPORTIVA NA ATITUDE DOS ALUNOS DE UMA ESCOLA PÚBLICA EM RELAÇÃO À INCLUSÃO DE ALUNOS COM DEFICIÊNCIA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

#### Resumo

**Enquadramento:** A Educação Física, enquanto disciplina integrante dos currículos, não pode permanecer à margem do movimento inclusivo. O processo de inclusão tem diferentes barreiras e facilitadores, os quais podem estar relacionados com as atitudes dos alunos. Diferentes tipos de programas de intervenção de sensibilização para a deficiência podem otimizar significativamente o conhecimento e as atitudes dos alunos sem deficiência para com os seus pares com deficiência.

**Objetivo:** Analisar as atitudes de alunos de 3º ciclo e ensino secundário face à inclusão de alunos com deficiência após a vivência de uma aula de educação física sobre paradesporto numa escola Pública.

**Métodos:** A amostra é constituída por 40 alunos do 8º ano (n=20) e 11º ano (n=20). Para avaliar as atitudes em relação a inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física foi utilizado o questionário CAIPE-R, o qual permite analisar três tipos de atitudes (globais, gerais e específicas da educação física). A intervenção consistiu na aplicação uma aula de educação física, em cada turma, sobre o paradesporto envolvendo as modalidades de Voleibol Sentado e Boccia. Para análise de dados, foi utilizado o programa IBM SPSS Statistics, sendo realizada uma análise descritiva das características da amostra (Idade, Género e Escolaridade). Para verificar a influência da aula paradesportiva nas atitudes globais, atitudes gerais da educação física e atitudes específica dos alunos utilizou-se o teste não-paramétrico de Wilcoxon, com nível de significância de  $p < 0,05$ . **Resultados:** Os resultados demonstram que não se verificaram diferenças significativas antes e depois da aula sobre o Paradesporto nas Atitudes Globais temos ( $p=0,760$ ), nas Atitudes Gerais ( $p=0,597$ ) e nas Atitudes Específicas ( $p=0,754$ ). **Conclusões:** A implementação de apenas uma aula paradesportiva não modifica significativamente as atitudes de alunos sem deficiência em relação a inclusão de alunos com deficiência nas aulas de educação física.

**Palavras-chave:** Atitudes, Inclusão, Desporto Adaptado, Educação Física

## THE INFLUENCE OF A PARASPORTS ACTIVITY ON THE ATTITUDE OF PUBLIC-SCHOOL STUDENTS TOWARDS THE INCLUSION OF STUDENTS WITH DISABILITIES IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

### Abstract

**Background:** At school level, inclusion in Physical Education has been inadequately dealt with in Portugal. Physical education, as an integral part of the curriculum, cannot remain on the sidelines of the inclusive movement. The inclusion process has different barriers and facilitators, which can be related to students' attitudes. Different types of disability awareness intervention programs can significantly optimize the knowledge and attitudes of non-disabled students towards their disabled peers. **Objectives:** To analyze the attitudes of 3rd cycle and secondary school students towards the inclusion of students with SEN in the experience of a para-sports activity for Physical Education classes in a public school. **Methods:** The sample consisted of 40 students from the 8th grade (n=20) and 11th grade (n=20). The CAIPE-R questionnaire was used to assess attitudes towards the inclusion of students with disabilities in physical education classes. This questionnaire makes it possible to analyze three types of attitudes (global, general and specific to physical education). The intervention consisted of a physical education lesson in each class on para-sports, involving sitting volleyball and boccia. In terms of data processing and analysis, the IBM SPSS Statistics program was used. A descriptive analysis of the sample's characteristics (age, gender and schooling) was carried out and mean, standard deviation and percentage values were presented. The Wilcoxon non-parametric test was used to verify the influence of the para-sports class on the students' global attitudes, general attitudes towards physical education and specific attitudes, with a significance level of  $p < 0.05$ . **Results:** The results show that there were no significant differences between pre- and post-intervention in Global Attitudes ( $p = 0.760$ ), General Attitudes ( $p = 0.597$ ) and Specific Attitudes ( $p = 0.754$ ). **Conclusions:** When analyzing the attitudes of 3rd cycle and secondary school students from a public school towards the inclusion of students with disabilities before and after a para-sports class, it was concluded that the implementation of only one para-sports class does not significantly change the attitudes of non-disabled students towards the inclusion of students with disabilities in physical education classes.

**Keywords:** CAIPE-R, Student Attitudes, Intervention Program

## 1. Introdução

De acordo com o Programa do XXI Governo Constitucional, o governo assume, como prioridade, o seu envolvimento numa escola inclusiva permitindo facilitar e formar os seus alunos com o nível de educação a que têm direito (DRE, 2021). Em 1977, a UNESCO delineava um documento que contribua na evolução da humanidade na sua relação com as pessoas com deficiência (Coelho et al., 2007). Contudo, mais tarde é reconhecida que a educação de crianças e jovens com necessidades educativas especiais não se podem desenvolver de forma isolada e devem fazer parte de uma estratégia global de educação e de uma nova política social e económica o que implica uma profunda reforma da escola regular (UNESCO, 1994).

No âmbito escolar são inúmeras as disciplinas existentes, a Educação Física, enquanto disciplina integrante dos currículos, não pode permanecer à margem do movimento inclusivo, sendo esta uma área disciplinar que deverá constituir-se como um complemento para que a escola se torne mais inclusiva (Campos & Fernandes, 2015). Em Portugal, ainda apontasse que a inclusão na EF tem sido inadequadamente tratada, existindo inúmeras razões pelas quais ela tem potencialidade para ser um meio para a concretização da educação inclusiva, nomeadamente, pelo facto intrínseco à própria natureza das atividades desenvolvidas na disciplina, permitindo uma ampla participação dos alunos mesmo dos que apresentam dificuldades (Rodrigues, 2003).

O processo de inclusão tem diferentes barreiras e facilitadores, os quais podem estar relacionados com as atitudes dos alunos, pois estas demonstram a forma como os alunos se comportam face à inclusão de colegas com deficiência (Campos & Fernandes, 2015). A proposta de Educação Inclusiva traduz-se numa ambição antiga, se devidamente compreendida como sendo de boa qualidade para todos e com todos, na procura de meios para remover barreiras na aprendizagem dos alunos (Silva Neto et al., 2018). As atitudes são um processo ativo que provoca uma alteração ao nível do pensamento, capacidade de ação e é correlativo com um regulamento cognitivo, motor, afetivo e fisiológico (Santos et al., 2001). Assim, a atitude tem uma enorme relevância dentro dos aspetos que compõem o comportamento humano, ela é desenvolvida em idades muito jovens e que ao longo do futuro poderá ser alterada perante as nossas experiências de vida (Silverman & Subramaniam, 1999). Portanto, compreendê-la é crucial para torná-la como facilitadora da inclusão. De acordo com Cidade (1998) a EF permite uma valorização e integração de alunos com necessidades educativas especiais através de uma adequada adaptação às suas capacidades.

De acordo com Block (1995) devemos ter em consideração as atitudes de alunos sem NEE perante um aluno com NEE, pois estas podem ser desagradáveis e afetarem o ambiente geral da aula, assim como a capacidade do aluno com deficiência de se sentir aceite e incluído. Neste sentido, inúmeras investigações têm explorado as atitudes de estudantes sem deficiência em relação à inclusão de pares com deficiência (Block, 1995; Slininger et al., 2000; Verderber, et al., 2003), demonstrando que os programas de intervenção, baseados em movimentos paralímpicos, influenciam positivamente a mudança de atitude dos alunos sem deficiência face à inclusão de alunos com deficiência (Campos & Fernandes et al., 2015). Neste sentido, diferentes tipos de programas de intervenção de sensibilização para a deficiência podem otimizar significativamente o conhecimento e as atitudes dos alunos sem deficiência para com os seus pares com deficiência, nas aulas de Educação Física (Lindsay e Edwards, 2013), contudo poucos estudos têm verificado a influência de uma atividade desportiva para pessoas com deficiência inserida como um conteúdo na aula de EF. Assim, o objetivo do presente estudo é analisar as atitudes de alunos de 3ºciclo e ensino secundário face à inclusão de alunos com deficiência na vivência de uma aula paradesportiva para as aulas de Educação Física numa escola Pública.

## 2. Materiais e Métodos

A presente investigação-ação, desenvolvida com uma amostra por conveniência, recebeu aprovação da Comissão de Ética do Instituto Piaget (P33-S53-10/2023) e foi conduzida em conformidade com as diretrizes para estudos envolvendo seres humanos, conforme especificado na Declaração de Helsinque. De acordo com Pinto (2021) as universidades têm desenvolvido uma epistemologia institucional que tem valorizado o conhecimento e que este seja discutido e transmitido academicamente, levando a um conhecimento prático através da investigação-ação e a sua construção de conhecimento prático. O mesmo autor ainda reforça a necessidade de refletir sobre a própria investigação, pressupondo que o professor é competente o suficiente para levantar questões no âmbito da sua prática através de estratégias que visam a otimização da própria obra.

### 2.1 Amostra

Todos os estudantes frequentavam regularmente as aulas de EF numa turma de 8º e outra de 11º ano, de uma escola pública do distrito de Setúbal, foram convidados a participar do estudo e apenas aqueles que aceitaram participar voluntariamente no estudo e apresentaram o consentimento informado assinado, após explicação e esclarecimento de todas as dúvidas dos estudantes e encarregados de educação, foram incluídos na pesquisa. De modo que aqueles estudantes que não participaram de alguma das etapas da investigação foram excluídos. Assim, a amostra final foi composta por 40 alunos, de ambos os sexos e com média de idade de 17 anos, matriculados no 3º ciclo (n=20) e ensino secundário (n=20).

### 2.2 Instrumentos

#### *Questionário CAIPE-R*

Foi utilizado o questionário o Children's Attitudes Towards Integrated Physical Education- revised – CAIPE-R (Block, 1995), traduzido e validado para a população portuguesa por Campos, Ferreira e Block (2014) para avaliar as atitudes dos alunos sem deficiência face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física. O CAIPE-R é uma teoria do comportamento planeado que proporciona uma descrição específica de tarefas e comportamentos habitualmente observados num contexto de inclusão, este questionário foi desenvolvido com o intuito de avaliar as atitudes dos alunos sem deficiência face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física (Sandra et al., 2016). Este instrumento é constituído por onze itens em que os indivíduos têm de exprimir os seus níveis de acordo ou desacordo, os quais avaliam: Atitude Global na aula de Educação Física (Atitude Global) – somatório de todos dos 11 itens do questionário; Atitudes Gerais de inclusão na aula de Educação Física (Atitude Geral) - somatório das questões de 1 a 6; e Atitudes Específicas face às alterações das Regras desportivas (Atitudes Específicas) - somatório das questões 7 a 11. Todas as questões foram respondidas por meio de uma escala de Likert de 4 pontos (1= Não, 2= Provavelmente não; 3 = Provavelmente sim 4 = Sim), sendo a pergunta 2 reconvertidas na correspondência à escala de Likert, pois apresenta a afirmação de forma negativa.

Ainda o instrumento apresenta uma ficha de identificação dos dados pessoais (iniciais do ano, idade, data de nascimento, género, turma e ano). Complementarmente apresenta 6 grandes itens acerca de: i.) conhecer alguém com deficiência ou necessidades especiais; ii) ter na turma colega com deficiência ou necessidades especiais; iii) ter nas aulas de educação física colega com deficiência ou necessidades

especiais; iv) identificar a sua autopercepção de competitividade; v) experiência com alguma modalidade desportiva para pessoas com deficiência; e vi) ter assistido alguma modalidade ou evento desportivo para pessoas com deficiência. Nesta etapa o participante deve responder a cada item através da marcação de uma das opções, ler e marcar a opção que corresponde à sua realidade.

### **2.3 Intervenção – Aula paradesportiva**

A intervenção consistiu no desenvolvimento de uma aula sobre o Paradesporto na aula de educação física, com o intuito didático de sensibilizar os alunos e otimizar o conhecimento dos mesmos relativamente às modalidades paradesportivas de Boccia e Voleibol Sentado. Paradesporto, é um conceito amplo, engloba uma vasta diversidade e possibilidades de desportos praticados pelas pessoas com deficiência (Leardy et al. 2018; Winckler, 2022). Deste modo, realizou-se uma sessão de 50 minutos para cada turma, ou seja, em uma aula de educação física de cada turma foi desenvolvido o plano de atividades para a vivência das modalidades de Boccia e Voleibol Sentado.

Em cada sessão foi realizada uma breve explicação das modalidades, seguida da vivência prática das modalidades paradesportivas através de duas variantes progressivas de exercícios, para cada modalidade. A atividade seguiu o modelo de aulas desenvolvido na escola, aulas politemáticas, sendo a turma dividida em dois grupos estando investigador Y a orientar a atividade de Boccia e paralelamente o investigador X a ministrar o Voleibol Sentado, após 20 minutos os grupos trocavam de estação (anexo I). Na parte final da aula, mantendo a estrutura normal de uma aula de educação física, houve a recapitulação do objetivo da aula com um breve encerramento verbal e esclarecimento de dúvidas. Além disso, essa parte também foi acompanhada da distribuição de um panfleto de informações adicionais (apêndice I), de modo a sensibilizar e otimizar os seus conhecimentos sobre as modalidades de Paradesporto desenvolvidas. As aulas decorreram no Ginásio da escola, sendo este um ambiente próprio para uma aula de educação física e sem interferência de fatores externos.

### **2.4 Procedimentos**

Primeiramente apresentou-se o projeto de investigação à direção da escola e após a sua aprovação os professores de educação física envolvidos foram contactados. Para estes além da explicação do projeto, foi questionado o melhor momento de desenvolver a atividade de modo a inseri-la no planeamento anual das atividades. Posteriormente apresentou-se o estudo aos estudantes, convidando-os também a participar, para aqueles que aceitaram participar voluntariamente os seus encarregados da educação foram contactados para apresentar o consentimento informado, para que, após todas as dúvidas esclarecidas, pudessem autorizar a participação do seu educando.

Assim, numa primeira aula foi feita a 1ª aplicação do questionário CAIPE-R (momento pré intervenção) à amostra do estudo, em formato digital através do Microsoft Forms, como tarefa individual a desenvolver na aula de educação física. Uma semana depois foi desenvolvida a aula de Paradesporto (intervenção) e, por fim, uma semana após a aplicação do programa de intervenção, a amostra do estudo respondeu novamente ao Questionário CAIPE-R (momento pós intervenção), similarmente a primeira aplicação.

### **2.5 Análise de Dados**

Para o tratamento e análise dos dados foi utilizado o programa IBM SPSS Statistics, sendo realizada uma análise descritiva das características da amostra (Idade, Género e Escolaridade) e apresentando valores de média, desvio padrão e percentagem. Para verificar a influência da aula paradesportiva nas

atitudes globais, atitudes gerais da educação física e atitudes específica dos alunos utilizou-se o teste não-paramétrico de Wilcoxon, com nível de significância de  $p < 0,05$ .

### 3. Resultados

Na tabela 7 são apresentados os dados descritivos das características gerais amostra. Os resultados não sofreram qualquer alteração do pré para pós intervenção, o que seria de esperar visto a amostra ser a mesma.

Tabela 7. Análise Descritiva da Amostra

	Pré			Pós	
	n	Média (DP)	%	Média (DP)	%
Idade (anos)	40	15,08 (1,49)	-	15,08 (1,49)	-
Género					
Feminino	21	15,14 (1,49)	52,5	15,14 (1,49)	52,5
Masculino	19	15,00 (1,52)	47,5	15,00 (1,52)	47,5
Escolaridade					
8º ano	20	13,75 (,78)	50	13,75 (,78)	50
11º ano	20	16,40 (,50)	50	16,40 (,50)	50

Legenda: n: número de participantes; DP: desvio padrão; %: percentagem

Na tabela 8 são apresentados os dados relativos ao contato da amostra com pessoas com deficiência, para além do contato com modalidades desportivas para pessoas com deficiência e por fim, a competitividade pré e pós intervenção. Apesar dos valores apresentados, poderemos verificar que, no pré-intervenção, 62,5% da amostra do estudo apresentou um contato prévio com uma ou mais pessoas com deficiência ou NEE, independentemente de esta ser da sua família, turma ou colega na aula de Educação Física.

Tabela 8. Contato com pessoas com deficiência e competitividade pré e pós intervenção

	Pré		Pós			
	Sim n (%)	Não n (%)	Sim n (%)	Não n (%)		
<b>Convívio com pessoas com deficiência</b>						
Família e PcD	17 (42,5)	23 (57,5)	17 (42,5)	23 (57,5)		
Turma e PcD	15 (37,5)	25 (62,5)	15 (37,5)	25 (62,5)		
Aula de EF e PcD	15 (37,5)	25 (62,5)	15 (37,5)	25 (62,5)		
<b>Modalidade desportiva para pessoa com deficiência</b>						
Experimentou	8 (20)	32 (80)	9 (22,5)	31 (77,5)		
Assistiu modalidade/evento	16 (40)	24 (60)	21 (52,5)	19 (47,5)		
	Pré			Pós		
	ÑC n (%)	MMC n (%)	MC n (%)	ÑC n (%)	MMC n (%)	MC n (%)
Competitividade	5 (12,5)	29 (72,5)	6 (15)	7 (17,5)	28 (70)	5 (12,5)

Legenda: %: percentagem; EF: educação física; PcD: pessoa com deficiência; ÑC: não competitivo(a); MMC: mais ou menos competitivo(a); MC: muito competitivo

Na Tabela 9 podemos observar que não se verificou diferenças significativas entre o pré e pós-intervenção nas Atitudes Globais temos ( $p=0,760$ ), nas Atitudes Gerais ( $p=0,597$ ) e nas Atitudes Específicas ( $p=0,754$ ).

Tabela 9.Comparação das atitudes pré e pós aula paradesportiva

	Pré-intervenção (n=40)		Pós-intervenção (n=40=)		p
	Media (DP)	Mediana	Media (DP)	Mediana	
Atitudes Globais	36,7 (4,59)	35,0	37,2 (3,41)	36,0	,760
Atitudes Gerais	19,2 (2,53)	18,0	19,7 (1,93)	18,0	,597
Atitudes Específicas	17,5 (2,41)	18,0	17,5 (1,96)	18,0	,754

Legenda: n: número de participantes; DP: desvio padrão; IQ: Interquartil; Z: número de DP em relação à Média; P: Significância

#### 4. Discussão

O presente ao analisar as atitudes de alunos de 3º ciclo e ensino secundário face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de educação física antes e depois de uma aula paradesportiva (programa de intervenção) identificou que apenas um contato com o paradesporto não foi suficiente para alterar as atitudes, tanto globais, gerais e específicas da Educação Física. Estes resultados não vão de encontro a outros estudos que também utilizaram o mesmo questionário (CAIPE-R) antes e depois de uma intervenção envolvendo modalidades desportivas para pessoas com deficiência, os quais especificamente apresentam alterações significativas nas atitudes globais (Godinho, 2009), gerais da EF (Godinho, 2009) e específicas das regras (EF) (Cabral, 2016; Sullivan, 2021; Ješina ,2006; Entresede, 2022). Esta divergência nos resultados pode estar relacionada com o tamanho da amostra, isto porque todos estudos supracitados apresentam mais de 110 participantes, contrariamente ao presente que teve 20 alunos de 3º ciclo e 20 alunos de ensino secundário.

Enquanto Entresede (2022) e Ješina (2006) tiveram uma intervenção de 90 minutos, tendo o primeiro realizado a intervenção com de atividades paralímpicas (exercícios de sensibilização, atletismo, boccia, goalball, voleibol sentado). Já Godinho (2009) apenas aplicou o questionário CAIPE-R, através de uma investigação transversal, em que não aplicou qualquer programa de intervenção à sua amostra. As inúmeras estratégias de implementar as modalidades paradesportivas para alunos sem deficiência a fim de verificar o seu efeito nas atitudes são apresentados na literatura.

Portanto, os fatores metodológicos, como o tamanho de amostra , tempo de intervenção e número de atividade paralímpicas, poderão ser fatores determinantes na divergência observada entre o presente estudo e os restantes autores.

Ao comparar o presente estudo com a literatura de estudos desenvolvidos com a comunidade portuguesa identificou-se a mesma divergência nos resultados, sugerindo-se que esta diferença possa estar relacionada tanto com o número de modalidades, o tempo de contato e os ciclos de escolaridade. Relativamente ao ciclo de escolaridade e número de modalidades, estudos anteriores realizados apenas com o 3º ciclo encontraram diferenças significativas nas atitudes globais (Amaral, 2009), gerais (Cabral, 2016) e específicas (Amaral, 2009; Cabral, 2016). Tanto o estudo de Amaral (2009) como o de Cabral (2016) trabalharam com maior número de modalidades, respetivamente 5 (Boccia, Goalball,

Voleibol Sentado, Atividade Aquáticas e Basquetebol em Cadeiras de Rodas) e 4 (Atletismo com guia, Boccia, Goalball e voleibol sentado).

Relativamente ao tempo de contato, presente estudo possibilitou 50 minutos de contato por turma, sendo a literatura diversificada quanto ao tempo e mudanças de atitudes positivas e significativas. Godinho (2009) aplicou duas sessões de 45 minutos nos seus alunos e não obteve resultados significativos nas Atitudes Globais e Gerais. Por outro lado, Campos & Fernandes (2015) aplicaram duas sessões de 60 minutos e alcançaram resultados significativos em todas as atitudes (Globais, Gerais e Específicas). No entanto, Cabral (2016) aplicou no seu estudo uma aula de 90 minutos e verificou uma melhoria positiva nas atitudes gerais e específica, por outro lado, as atitudes globais não sofreram alterações.

Complementarmente, é importante analisar as atitudes e o contato com pessoas com deficiência, visto que o contato prévio com familiares ou pessoas próximas levam a atitudes positivas face à inclusão (Weisel, 1988; Block, 1995; Panagiotou, 2008; Amaral, 2009). De modo que no presente estudo apenas 42,5% da amostra já teve contato prévio com algum familiar com deficiência e 37,5% da amostra já teve contato com algum colega na turma e nas aulas de EF com deficiência, este poderá ser um fator a considerar na justificação dos resultados obtidos nas atitudes pós-intervenção, contudo não podemos deixar de referir que essa análise foi realizada em um pequeno grupo.

Ainda, é importante destacar que o presente estudo apresenta apenas uma turma do 3º ciclo e do ensino secundário, sendo importante que futuros estudos aumente o número de turmas participantes para melhor compreensão das atitudes nos dois respetivos ciclos de escolaridade. Ainda se sugere que futuros estudos possam desenvolver diferentes metodologias relativamente ao tempo e número de modalidades envolvidas, para melhor perceber se é o tempo de contato ou o número de modalidades vivências como o fator mais relevante para a alterações positivas nas atitudes em relação a inclusão de alunos com deficiência.

## **5. Conclusão**

Ao analisar as atitudes de alunos do 3º ciclo e ensino secundário, de uma escola pública, face à inclusão de alunos com deficiência antes de depois de uma aula paradesportiva concluiu-se que a implementação de apenas uma aula paradesportiva não modifica significativamente as atitudes de alunos sem deficiência em relação a inclusão de alunos com deficiência nas aulas de educação física. O tempo de prática aplicado, limitado a uma única aula de 50 minutos, pode não ser suficiente para alterar positivamente as atitudes dos alunos sem deficiência, tanto as atitudes globais como as gerais e específicas da educação física. Apesar dos resultados obtidos não serem favoráveis para uma mudança nas atitudes em relação a inclusão de alunos com deficiência, é importante que os professores de Educação Física continuem a buscar e desenvolver estratégias que possam ajudar os alunos com deficiência no processo da inclusão, seja com a aplicação de atividades paradesportivas ou outras estratégias como a formação dos alunos através de projetos de sensibilização para a temática.

## 7. Referências

- Alves, M. L. T., & Duarte, E. (2010). O processo inclusivo nas aulas de Educação Física: Um estudo sobre o teste sociométrico. *Revista da Educação Física/UEM*, 21(3), 479–491. <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v21i3.7764>
- Amaral, J. (2009). Atitudes dos alunos sem deficiência face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física – Estudo exploratório dos alunos do 9º ano de escolaridade. Dissertação de Licenciatura, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra.
- Amoroso, J. P., & Varregoso, I. (2015). S Cpd. *Revista da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto*, 49–54.
- Blair, S. N. (2009). Physical inactivity: The biggest public health problem of the 21st century. *British Journal of Sports Medicine*, 43(1), 1–2. [https://doi.org/10.1016/s1440-2440\(07\)70066-x](https://doi.org/10.1016/s1440-2440(07)70066-x)
- Block, M. E. (1995). Development and validation of the Children’s Attitudes Toward Integrated Physical Education-Revised (CAIPE-R) inventory. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 12(1), 60–77. <https://doi.org/10.1123/apaq.12.1.60>
- Bossle, F. (2007). Planejamento de ensino na educação física - uma contribuição ao coletivo docente. *Movimento (ESEFID/UFRGS)*, 8(1), 31–39. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.2635>
- Cabral, T. F. P. (2016). *Atitudes dos Alunos sem Deficiência Face à Inclusão de Alunos com Deficiência nas Aulas de Educação Física Universidade. June*, 121.
- Campos, M. J., Ferreira, J. P., & Block, M. E. (2014). Analysing the structure, validity and reliability of the physical educators’ attitude toward teaching individuals with Disabilities III - Peatid III. *Annals of Research in Sport and Physical Activity*, 5, 103–114. [https://doi.org/10.14195/2182-7087\\_5\\_16](https://doi.org/10.14195/2182-7087_5_16)
- Campos, M. J., & Fernandes, C. (2015). *Im pact of the Paralympic Week in Students ’ Attitudes Toward I nclusion Impacto da Semana Paralímpica nas Atitudes dos Alunos Face à inclusão. 1*, 5–11.
- Coutinho, C., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M., & Vieira, S. (2009). Investigação-acção: metodologia preferencial nas práticas educativas. *Psicologia, Educação e Cultura*, 13 (2), 355–380.
- Darido, S. C. (2012). A Avaliação da Educação Física na Escola. *In: UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA*, 16, 127–140.
- DRE. (2021). Presidência do Concelho de Ministros. Resolução do Conselho de Ministros 27/2021. *Diário da República - I Série-B*, 27, 5–13.
- Ensino, C. D. O. (2018). *Educação física. 2*.
- Entresede, Maria João.(2022). Atitudes de estudantes do ensino secundário face à inclusão de colegas com deficiência nas aulas de Educação Física – Impacto de um programa de sensibilização. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra
- Gaintza, Z., & Castro, V. (2020). Physical education sessions in secondary school: Attitudes towards the inclusion of students with disabilities. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(1), 214–221. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.01028>
- Godinho, J. (2009). Estudo exploratório das atitudes dos alunos do 8º ano face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física. Dissertação de Licenciatura, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra.
- Inácio, G., Graça, M., Lopes, D., Lino, B., Teles, A., Lima, T., & Marques, A. (2015). Planeamento na Ótica dos Professores Estagiários de Educação Física: Dificuldades e Limitações. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 55–67. [https://doi.org/10.14195/1647-8614\\_48-1\\_4](https://doi.org/10.14195/1647-8614_48-1_4)

- Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J., & Carvalho, L. (2001). Ensino Básico 3º ciclo. Programa de Educação Física (Reajustamento). *PNEFF*, 1–165.
- Ješina, O., Lucas, S., Kudláček, M., Janečka, Z., Machová, I., & Wittmannová, J. (2006). Effect of an intervention program on attitude of elementary school children toward inclusion of children with disability. In *8th European Congress of Adapted Physical Activity, Olomouc, Rep. Checa*.
- João, M., Ferreira, J. P., & Block, M. E. (2013). European Federation of Adapted Physical Activity,, 2013 An ANALYSIS INTO THE STRUCTURE, VALIDITY AND RELIABILITY OF THE CHILDREN' S ATTITUDES TOWARDS INTEGRATED PHYSICAL EDUCATION- REVISED. *European Federation of Adapted Physical Activity, 2013 an analysis into the structure, validity and reliability of the children' s attitudes towards integrated physical education- revised*, 6(2), 29–37.
- Kleszczewska, D., Mazur, J., & Siedlecka, J. (2019). Family, school and neighborhood factors moderating the relationship between physical activity and some aspects of mental health in adolescents. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 32(4), 423–439. <https://doi.org/10.13075/ijomeh.1896.01389>
- Kogut, M. (2014). *A importância da formação continuada do professor de educação física e a influência na prática pedagógica*. July.
- Leardy, L. Nuria Mendoza Laiz; Raúl Reina Vaillo; David Sanz Rivas; Javier Pérez Tejero (2018). Libro blanco del deporte de personas con discapacidad en España.
- Lindsay, S., & Edwards, A. (2013). A systematic review of disability awareness interventions for children and youth. *Disability and Rehabilitation*, 35(8), 623-646.
- Londrina, U. E. De. (2014). *The importance of health-related physical fitness Artigo de Revisão IMPORTÂNCIA DA APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE THE IMPORTANCE OF HEALTH-RELATED PHYSICAL FITNESS*. May.
- Marques, A., & Carreiro da Costa, F. (2015). A importância do trabalho colaborativo para o sucesso do ensino em Educação Física . Um estudo de caso sobre um departamento de Educação Física. *Centro de Pesquisa e Desenvolvimento Desportivo*, 1–7.
- Medeiros, C. L. De. (2018). A importância do planejamento nas aulas de educação física reinaldo ribeiro resumo. *Revista Acadêmica Escola Superior do Ministério Público do Ceará*, 69–84.
- Meiros-Coelho, C., & Izquierdo Camila Santos, T. (2007). Educação para todos e sucesso de cada um: do Relatório Warnock à Declaração de Salamanca. J. M. Sousa (Org.). Actas do IX Congresso da SPCE: Educação para o sucesso: políticas e actores. Vol. 2. Universidade da Madeira, 26 a 28 de abril de 2007. (Porto): SPCE, 178-189. ISBN 978-989-8148-21-6.
- Moreno, J. L. (1953). *Who shall survive? Foundations of sociometry, group psychotherapy and socio-drama* (2nd ed.). Beacon House.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching Physical Education*. First Online Edition
- Panagiotou, A. K., Evaggelinou, C., Doulkeridou, A., Mouratidou, K., & Koidou, E. (2008). ATTITUDES OF 5th AND 6th GRADE GREEK STUDENTS TOWARD THE INCLUSION OF CHILDREN WITH DISABILITIES IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES AFTER A PARALYMPIC EDUCATION PROGRAM. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 1(2), 31–43. <https://doi.org/10.5507/euj.2008.007>
- Parada, I. das D. (2014). *Atitudes dos Alunos Face à Inclusão de Alunos com Deficiência , nas Aulas de Educação Física- Comparação em alunos do 2º ciclo e secundário Isabel das Dores Parada Isabel das dores Parada Pires*. 57.
- Pedro, D. A. C. (2010). Daniel André Conceição Pedro. O Planeamento Plurianual em Educação Física Estudo Multicaso em Escolas de Lisboa.
- Pinto Guedes, D., Correa Lopes, C., & Pinto Guedes, J. E. R. (2005). Reproducibility and validity of the

- International Physical Activity Questionnaire in adolescents. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 11(2), 151–158. <https://doi.org/10.1590/s1517-86922005000200011>
- Pinto, R. F. (2021). Pesquisa em Educação. In *Pesquisa em Educação: Possibilidades investigativas/formativas da pesquisa-ação*. Edições Loyola, São Paulo, Brasil. <https://doi.org/10.29327/539929>
- Rodrigues, D. A. (2003). a Educação Física Perante a Educação Inclusiva: Reflexões Conceptuais E Metodológicas. *Revista da Educação Física/UEM*, 14(1), 67–73.
- Ruth Eugênia Cidade, P. S. F. (1998). Educação física e inclusão: considerações para a prática pedagógica na escola. *Integração - MEC*, 1–7.
- Sacramento, Rui Resende; Mendes, C; Lima, R; Pimenta, N; Castro, J. (2014). Desporto escolar: A opinião dos alunos de uma escola cidadina. *ISMAI (Instituto Superior da Maia)*.
- Sandra, D., Argueta, E., Wachter, N. H., Silva, M., Valdez, L., Cruz, M., Gómez-Díaz, R. A., Casas-saavedra, L. P., De Orientación, R., Salud México, S. de, Virtual, D., Social, I. M. del S., Mediavilla, J., Fernández, M., Nocito, A., Moreno, A., Barrera, F., Simarro, F., Jiménez, S., ... Faizi, M. F. (2016). Atitudes dos Alunos sem Deficiência Face à Inclusão de Alunos com Deficiência nas Aulas de Educação Física. *Revista CENIC. Ciências Biológicas*, 152(3), 28.
- Afonso, F. (2011). As atitudes dos alunos face à inclusão dos seus pares cm deficiência nas aulas de educação física. 1–64.
- Santanna Sobrinho, J. (2021). Capítulo V. *Terreiros Egúngún: um culto ancestral afro-brasileiro*, 254–258. <https://doi.org/10.7476/9786556304137.0008>.
- Santos, F. C. M. (2001). Da Importância dos Conteúdos na Atitude dos Alunos Face à Aula de Educação Física.
- Siedentop, D., Mand, C., & Taggart, A. (1986). *Physical Education*. Mayfield Publishing Company, Ohio.
- Silva Neto, A. D. O., Ávila, É. G., Sales, T. R. R., Amorim, S. S., Nunes, A. K. F., & Santos, V. M. (2018). Educação inclusiva: uma escola para todos. *Revista Educação Especial*, 31(60), 81. <https://doi.org/10.5902/1984686x24091>
- Silverman, S., & Subramaniam, P. R. (1999). Student attitude toward physical education and physical activity: A review of measurement issues and outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 19(1), 97–125. <https://doi.org/10.1123/jtpe.19.1.97>
- Slininger, D., Sherrill, C. & Jankowski, C. (2000). Children's attitudes toward peers with severe disabilities: Revisiting contact theory. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 17, 176-196.
- Stacciarini, J. M. R., & Esperidião, E. (1999). Repensando estratégias de ensino no processo de aprendizagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 7(5), 59–66. <https://doi.org/10.1590/s0104-11691999000500008>
- Sullivan, A. C., Berkowitz, R. J., & Wolf, D. L. (2021). Middle School Students' Attitudes Toward Including Students with Disabilities in an Invasion Game Basketball Unit. *Palaestra*, 35(1).
- Teixeira, D. M. (2011). Importância do estágio supervisionado para a formação de professores. *Importância Do Estágio Supervisionado Para a Formação De Professores.*, 1–4.
- UNESCO. (1994). Declaração de Salamanca e Enquadramento da Acção na área das Necessidades Educativas Especiais.
- Verderber, J. M., Rizzo, T. L., & Sherrill, C. (2003). Assessing student intention to participate in inclusive physical education. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 20(1), 26-45.
- Vieira. (2015). As orientações educacionais dos professores, o currículo e a promoção de estilos de vida ativos em educação física. 821.
- Weisel, A. (1988). Contact with Mainstreamed Disabled Children and Attitudes Towards Disability: A multidimensional analysis. *Educational Psychology*, 8(3), 161–168. <https://doi.org/10.1080/0144341880080303>

Winckler, C. (2022). Definindo o Paradesporto. Paradesporto Brasil + Acessível, 2022. -- 13 p.:  
il. color

WHO. Guideline on school health services. (2021). World Health Organization.

## 8. REFLEXÃO FINAL

Neste momento reflexivo considero-me muito satisfeito e orgulhoso da prestação como professor-estagiário. Esta foi uma experiência gratificante, em que foram criadas relações pessoais excelentes com os alunos, os professores, os auxiliares e a comunidade escolar. A prática de ensino supervisionado permitiu um desenvolvimento contínuo do professor-estagiário para o futuro, transpondo várias adversidades e desafios que fizeram o estagiário crescer enquanto pedagogo e principalmente como professor.

Esta experiência desenvolveu no estagiário a valorização da importância da relação entre professor-aluno. Neste contexto, as relações desenvolvidas foram sempre positivas ao longo de todo o ano letivo, facilitando o processo de ensino-aprendizagem e evidenciada na transmissão de conhecimentos. Como professor, sinto que consegui evoluir a minha postura em aula gradualmente, as minhas intervenções foram aperfeiçoadas aula após aula, o desenvolvimento do ato de ensinar, seja na transmissão de conhecimentos como na preparação de todo o ato de ensino. Uma das maiores dificuldades que senti como professor, foi a transmissão de Feedback, inicialmente o estagiário demonstrava alguma reticência nas suas intervenções, com receio de errar, mas com o tempo e prática, foi ganhando confiança aula pós aula, acabando por suprimir essa dificuldade ao longo do estágio com a ajuda do orientador externo.

Neste ponto, é importante mencionar a significância das 3 fases do estágio. A primeira foi a de observação de aulas e feedbacks provenientes do professor cooperante, visionamento da sua postura em aula, ou seja, a sua colocação no espaço, a projeção de voz, o seu questionamento aos alunos, organização da aula/alunos. Realizou-se um acompanhamento de outros professores de Educação Física, através de fichas de observação de aulas, para além disso, o estagiário era responsável pela planificação dos planos de aula e registos de turma (assiduidade, sumários e avaliações), para além do acompanhamento do Desporto Escolar e da Direção de Turma do 8ºB.

Já a segunda fase faz referência a participação mais direta na aula em conjunto com o professor cooperante. Nesta fase o estagiário já transmitia mais feedbacks, com uma orientação nas tarefas das aulas (estações ou circuitos). Ainda, manteve o acompanhamento de outros professores de EF, através de fichas de observação de aulas. Neste momento já se observava mais independência na realização das planificações de planos de aula, planeamento de etapas e registos de turma (assiduidade, sumários e avaliações).

A 3 e última fase é a do planeamento e coordenação total das aulas, tendo apenas o orientador cooperante a observar as ações do professor-estagiário. A continuidade do acompanhamento de outros professores de EF, através de fichas de observação de aulas, realizar toda a planificação das etapas finais, dos planos de aula e registos da turma (assiduidade, sumários e avaliações), para além do acompanhamento do Desporto Escolar.

Todo o processo de acompanhamento do professor cooperante e posterior lecionação por inteiro tem uma lógica pertinente, devemos acompanhar, gradualmente a realidade da lecionação da disciplina com a observação, a mesma ajudará o professor-estagiário a compreender a dinâmica das aulas e o modus operandi de um professor com vários anos de experiência como docente. Este processo ajuda na integração do professor-estagiário no contexto envolvente da prática de ensino, passando da observação à coadjuvação e terminando com lecionação por inteiro, sendo este um processo crescente da ação do professor-estagiário, que aperfeiçoa o alcance dos seus objetivos.

Ainda, a realização da investigação abriu uma nova realidade, a da inclusão, permitindo compreender a necessidade de evolução das escolas em relação à importância de sensibilizar os alunos para a realidade do Paradesporto e do conhecimento dos alunos sem deficiência face à inclusão de alunos com NEE ou deficiência. Ao longo do desenvolvimento da investigação houve uma frequente evolução como investigador, principalmente no tratamento estatístico dos dados recolhidos, tendo sido esta, uma dificuldade por superar no passado.

Toda a experiência adquirida nestes 10 meses ajudaram na preparação para o mundo do trabalho e para os desafios que abraçam a profissão da Educação Física. Iniciou-se uma aventura como professor-estagiário e termina-se uma aventura como futuro professor e mestre de Educação Física, olhando o dia-a-dia como mais um pedagogo e transmissor de conhecimentos e aprendizagens.

## ANEXO

### Anexo 1- Questionário CAIPE-R – Página 1

## ATITUDES DOS ALUNOS EM RELAÇÃO À EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA

Tradução autorizada e validada por Campos, Ferreira, & Block (2013), a partir do questionário *Children's Attitudes Towards Integrated Physical Education - Revised* (CAIPE - R), Block (1995).

### Informações gerais:

Este questionário contém uma série de afirmações sobre as aulas de Educação Física. Não há respostas certas ou erradas, apenas se pretende saber a tua opinião sobre a possível participação de um aluno, a quem vamos chamar João, que poderia vir a frequentar a tua aula de Educação Física. As respostas são anónimas e confidenciais.

O João tem a mesma idade que tu, mas não consegue andar e usa uma cadeira de rodas para se deslocar. O José gosta de participar nos mesmos jogos que tu, mas não o faz muito bem. Apesar de conseguir impulsionar a cadeira de rodas, ele é mais lento que tu e cansa-se facilmente. O José consegue lançar uma bola, mas não muito longe. Ele consegue segurar as bolas que são jogadas diretamente para ele, e consegue acertar numa bola com uma raquete, mas não consegue lançar uma bola de basquetebol com altura suficiente para encestá-la. Pelo facto das suas pernas não se moverem, ele não consegue chutar uma bola.

Pensa no João ao ler as frases e assinala com uma cruz a resposta que melhor descreve a tua opinião.

	SIM	PRO- VAVEL- MENTE SIM	PRO- VAVEL- MENTE NÃO	NÃO
1) Seria bom ter o João na minha aula de Educação Física.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Uma vez que o João não consegue jogar muito bem, ele iria tornar o jogo mais lento para todos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Se estivéssemos a praticar um jogo de equipa como o basquetebol, seria bom ter o João na equipa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) A Educação Física seria divertida se o João estivesse nas minhas aulas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, eu conversaria com ele e seria seu amigo/ sua amiga.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Se o João estivesse na minha aula de Educação Física, gostaria de ajudá-lo a jogar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) Se estivéssemos a jogar basquetebol, eu estaria disposto/a a passar a bola ao João.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Que alterações nas regras acharias correto fazer, para que um aluno como o João pudesse jogar basquetebol?				
8) Durante as aulas de basquetebol, seria bom permitir que o João lançasse a bola para um cesto mais baixo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Se estivéssemos a jogar basquetebol e o João estivesse na área restritiva ("garrafão"), eu permitiria que ele permanecesse por mais tempo (cinco segundo em vez de três).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10) Seria bom deixar o João fazer passes livremente para um colega de equipa (ou seja, ninguém poderia roubar a bola ao José).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11) Se estivéssemos a jogar basquetebol e o João pegasse na bola, ajudaria e cooperaria para que ele marcasse um cesto (estando o José na minha equipa).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### Anexo 1.1- Questionário CAIPE-R – Página 2

Iniciais do Nome: \_\_\_\_\_ Ano e Turma \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_ Data de

nascimento \_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_. Género: Masculino  Feminino

.....  
Assinala com uma cruz (X) a opção:

1)	<input type="checkbox"/> <b>SIM</b> , alguém da minha família ou um o meu / uma amiga minha tem uma deficiên- u necessidades especiais. Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tem? _____		<input type="checkbox"/> <b>NÃO</b> , eu não tenho nenhum membro da minha família, nem amigos/amigas com de- ficiência ou com necessidades especiais.	
2)	<input type="checkbox"/> <b>SIM</b> , na minha turma tenho ou já tive um/a colega com deficiência ou com neces- sidades especiais Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tem? _____		<input type="checkbox"/> <b>NÃO</b> , eu nunca tive um/a colega na turma com deficiência ou com necessidades espe- ciais	
3)	<input type="checkbox"/> <b>SIM</b> , nas minhas aulas de Educação Física tenho ou já tive um/a colega com deficiência ou com necessidades especiais Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tinha? _____		<input type="checkbox"/> <b>NÃO</b> , eu nunca tive um/a colega na aula de Educação Física, com deficiência ou com ne- cessidades especiais	
4)	Eu sou:			
	<input type="checkbox"/> <b>MUITO COMPETITIVO(A)</b> (Eu gosto de vencer, e fico frustrado(a) quando perco).	<input type="checkbox"/> <b>MAIS OU MENOS COMPETITIVO(A)</b> (Eu gosto de vencer, mas não importa se perco algumas vezes).	<input type="checkbox"/> <b>NÃO COMPETITIVO(A)</b> (Realmente não importa se ganho ou perco, eu só jogo para me divertir).	
5)	Já alguma vez experimentaste alguma modalidade desportiva para pessoas com deficiência?			
	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não	Se _____ sim, _____ onde: _____	

6)	Já alguma vez assististe a alguma modalidade desportiva ou a algum evento desportivo para pessoas com deficiência?	
	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não

Se sim, onde: \_\_\_\_\_

*Agradecemos a tua colaboração!*

Data (preenchimento): \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

## APÊNDICE

### Apêndice I – Aula Paradesportiva



*Figura 2. Atividade de Voleibol Sentado*



*Figura 3. Atividade de Boccia*

## Apêndice II – Panfleto Informativo

### Campo do Voleibol Sentado

Altura da rede  
1,15m Homens  
1,05m Mulheres  
10m  
2m  
3m

### Classes funcionais Voleibol Sentado

<b>VS1</b>	<b>Deficiência</b> ex.: amputação, paralisia cerebral, espinha bífida, MS-um dos membros encurtados até 1/3; Ombro - impossibilidade de levantar o braço acima de 90º; MI - um dos membros encurtado até 1/3; amputação; amputação ao nível dos dois tornozelos;
<b>VS2</b>	<b>Deficiência mínima</b> ex.: amputação, paralisia cerebral; MS-um dos membros encurtados mais de 1/3; Cotovelo - entre 30 e 60% de mobilidade articular; Pulso - 7 dedos (2 mãos) sem movimento/ausentes; MI - um dos membros encurtado mais de 1/3; Pé - amputação acima dos dedos do pé;

**INSTITUTO  
PIAGET**

### MESTRADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

Projeto de Investigação

Investigadores  
Andreia Duarte  
Bruno Amaral  
Delfim Doutel  
Henrique Barreiros  
Hugo Neves  
Prof. Dra. Renata Willig

2022/2023

# BOCCIA

# &

# VOLEIBOL SENTADO

### ATIVIDADE PARADESPORTIVA

## O QUE É O BOCCIA?

- Jogo de precisão e inteligência;
- Praticado por pessoas com paralisia cerebral e doenças neurológicas;
- Não há limite de idade;
- Jogo misto, individual, pares e equipa

### Objetivo

Colocar as bolas de cor:



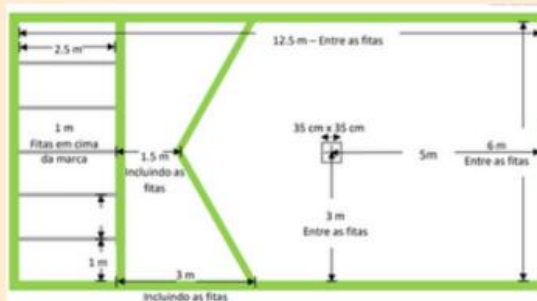
O mais perto possível da bola alvo (bola branca);



Lançada por um primeiro jogador para dentro do recinto de jogo (campo de Boccia)



## Campo de Boccia



## Classes funcionais Boccia

BC1	JGR com paralisia cerebral com apoio de ATD
BC2	JGR com paralisia cerebral sem apoio de ATD
BC3	JGR com paralisia cerebral, com apoio de ATD (produtos de apoio e/ou equipamento ex.: calha/rampa, capacete com ponteiro, extensões para a boca, mãos ou outra)
BC4	JGR com deficiência motora sem diagnóstico de paralisia cerebral



## O QUE É O VOLEIBOL SENTADO?

- Semelhante ao voleibol tradicional;
- Participação de atletas com diferentes deficiências física/motora;

### Objetivo

- Fazer a bola cair no campo adversário;
- O contacto com o chão deve ser mantido em toda e qualquer ação, sendo apenas permitido perdê-lo nos deslocamentos;
- As demais regras são semelhantes ao voleibol;

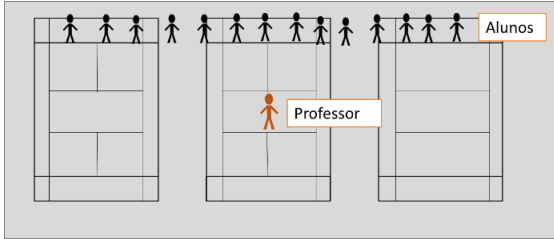


## Apêndice III – Plano da Aula Paradesportiva

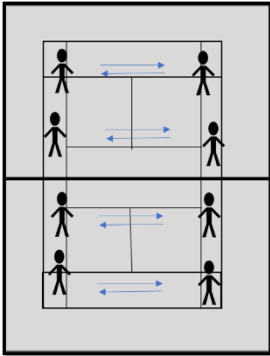
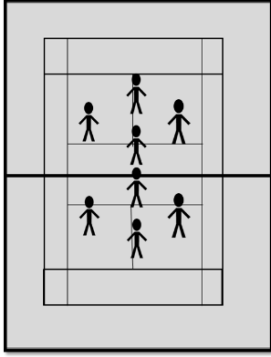
 <b>Instituto PIAGET</b>	<p><i>Campus Universitário de Almada</i>  <i>Instituto Superior de Estudos Interdisciplinares e Transculturais</i>  <a href="http://www.ipiaget.org">www.ipiaget.org</a></p> <p>Ano letivo 2022/2023</p>
---	--

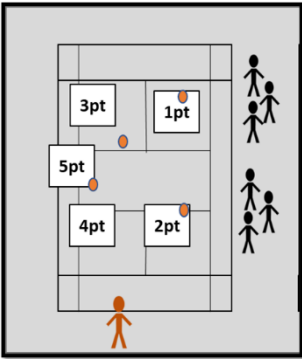
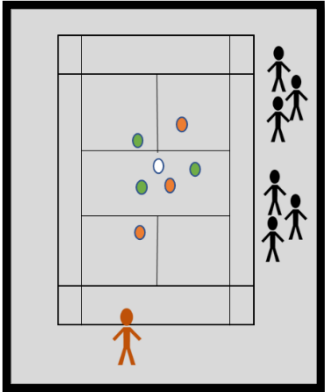
### Objetivos gerais: Introdução ao Voleibol Sentado e Boccia

UD: Desporto Paralímpico	Aula Nº: 79	Ano/Turma: 8 ºB/11ºB	Profª. Estagiário: Henrique Barreiros	Orientador: Prof. Daniel Pó
Nº alunos: 23 e 26	Data: 04.05	Duração: 50min	Espaço: 3	Material: 12 Bolas de Voleibol, 2 Kits de Boccia

Conteúdos	Obj. Específicos	Obj. Operacionais/estratégias	Esquema	Duração		Notas
				TP	T T	
<b>Instrução Inicial</b>	<p>-Briefing Inicial;</p> <p>- <b>Contextualização das modalidades e Objetivos da Investigação.</b></p> <p><b>Aquecimento</b> Específico: <b>Voleibol Sentado</b></p>	<p>Contextualização sobre as modalidades adaptadas, nomeadamente o Voleibol Sentado e Boccia. Neste momento inicial iremos explicar as regras de cada modalidade adaptada e responder a eventuais questões dos alunos.</p> <p><b>Aq. Específico:</b> Realização dos deslocamentos executados em jogo de voleibol sentado “têm que utilizar as mãos para se deslocar com o rabo em contacto com o chão” - ex: sentados no chão ao som do apito/palma deslocam-se em diferentes sentidos/direções.</p>	<p><b>Ex:</b></p> 	6´	10´	<p>Dirigir a turma para uma posicionamento em meia-lua ou lado a lado na linha lateral.</p> <p>Exercicio deve ser dirigido sob o comando do professor.</p>
				+		
				4´		

## Parte Fundamental (1 Bloco)

<p><b>1º Bloco:</b></p> <p><b>Voleibol Sentado (Jogo do Lixo)</b></p> <p style="text-align: center;">&amp;</p> <p><b>Voleibol Sentado (jogo formal de 4x4/5x5)</b></p> <p style="text-align: center;">+</p>	<p><b>Jogo do Lixo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercício progressivo para o jogo formal de voleibol sentado.</li> <li>- Adaptação à modalidade;</li> <li>- Introdução aos diversos gestos técnicos usados na modalidade</li> </ul> <p><b>Voleibol Sentado:</b></p> <p>- Dar a experienciar aos alunos a modalidade paralímpica e as regras que a regem.</p>	<p><b>Jogo do lixo:</b></p> <p>Repartir a turma em dois grupos, um grupo por campo de Voleibol, cada grupo divide-se em duas equipas, dentro de cada equipa serão formados pares para a execução dos gestos técnicos. Cada Grupo possui um total de 4 bolas de Voleibol. O objetivo de cada equipa é impedir que as bolas permaneçam no seu lado do campo, para isso os jogadores devem de jogar a bola para o campo adversária sob a rede aplicando os gestos técnicos aprendidos.</p> <p><b>1ºMomento:</b> Execução de gestos técnicos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.º Só toque (passe)- 1'</li> <li>2.º Só manchete - 1'</li> <li>3.º Só serviço - 1'</li> </ol> <p><b>2ºMomento:</b> Realização do jogo do lixo com a aplicação do gesto técnico aprendido. Cada ronda tem 1 minuto de tempo.</p> <p><b>Voleibol Sentado:</b></p> <p>Situação de jogo forma de 4x4 ou 5x5 em campo de voleibol reduzido. Usar as regras fundamentais da modalidade.</p>	<p><b>1ºMomento:</b></p>  <p><b>Voleibol Sentado:</b></p> 	<p><b>2ºMomento:</b></p>	<p>5'</p> <p style="text-align: center;">+</p> <p>10'</p>	<p>15'</p> <p style="text-align: center;">+</p> <p>25'</p>	<p>Repartir a turma em dois grupos de Trabalho. Metade está no Voleibol Sentado e o restante grupo no Boccia.</p> <p>Ao fim de 15 minutos os grupos trocam de modalidade.</p> <p>O Objetivo é que todos os alunos possam experienciar ambas as modalidades.</p>
---	---	---	--	--------------------------	---	--	---

<p><b>Boccia (jogo dos papéis)</b></p>	<p><b>Jogo dos Papéis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Exercício progressivo para o jogo formal de Boccia.</li> <li>- Adaptação à modalidade;</li> </ul>	<p><b>Jogo dos Papéis:</b></p> <p>Ao longo do espaço de jogo estarão 5 zonas de pontuação, cada um com uma distância diferente (mais perto ao mais longe). Cada zona representa uma pontuação (1 a 5 pts). Para ganhar o ponto, o aluno deverá colocar a bola de Boccia em cima da zona, somando a pontuação corresponde à mesma. Cada aluno terá 3 tentativas.</p>	<p><b>Jogo dos papéis:</b></p> 	<p>5'</p>	<p>30'</p>	<p>O professor responsável pela modalidade deve estar atento às ações dos alunos, na correção de regras de jogo que possam ser mal interpretadas pelos alunos.</p>
<p><b>Boccia (jogo formal)</b></p>	<p><b>Boccia:</b></p> <p>-Dar a experienciar aos alunos a modalidade paralímpica e as regras que a regem.</p>	<p><b>Boccia:</b></p> <p>Situação de jogo formal. Cada Equipa é composta por 3 elementos. Cada elemento terá direito a lançar 2 bolas (6 bolas no total). No final, após todos lançarem, a equipa vencedora é a que colocar mais bolas da mesma cor junto da bola branca.</p>		<p>10'</p>	<p>45'</p>	

<p><b>Retorno à Calma (Alongamentos)</b></p>	<p>-Baixar batimento cardiaco; -Alongamentos estáticos e dinâmicos - Perceber quais as dificuldades dos alunos</p>	<p>Realizar alongamentos estáticos e dinâmicos para melhorar a flexibilidade dos alunos e a recuperação muscular.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Extensão vertical de braços;</li> <li>2. Extensão anterior de braços;</li> <li>3. Extensão posterior de braços;</li> <li>4. Abdução ombros</li> <li>5. Lateralização do pescoço</li> <li>6. Extensão lateral de braços</li> <li>7. Extensão dos Isquiotibiais</li> <li>8. Extensão Lateral do tronco</li> <li>9. Flexão de pernas</li> </ol>		<p>5´</p>	<p>50´</p>
--	--	--	--	-----------	------------