



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

Rui Diogo Ferreira Próspero

# **A influência da observação no desempenho de alunos de 3º ciclo e ensino secundário na modalidade de Andebol**

Nome do orientador: Prof. Dr. Deborah Kramer

Nome do orientador cooperante: Prof. Alexandre Barreto

**2º ciclo de estudos em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário**

Almada, 2024



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

Rui Diogo Ferreira Próspero

## **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, 2024

# Índice

1. Introdução .....	11
2. Área I – Dimensão Profissional, Social e Ética .....	13
2.1. Caracterização e História do Colégio .....	13
2.2. Missão, Visão e Valores.....	14
2.3. Caracterização dos Espaços .....	15
2.4. Espaços Desportivos.....	15
2.4.1. Espaço 1- Ginásio 1: .....	15
2.4.2. Espaço 2- Ginásio Pequeno:.....	16
2.4.3. Espaço 3- Espaço Coberto:.....	16
2.4.4. Espaço 4- Campo Exterior:.....	16
2.5. Caracterização das Turmas .....	17
3. Área II Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem .....	21
3.1. Planeamento.....	21
3.1.1. Modelo de Ensino- Etapas.....	22
3.2. Ensino 24 .....	
3.3. Avaliação .....	25
4. Área III- Participação na Escola e Relação com a Comunidade .....	29
4.1. Outras atividades .....	30
5. Área IV- Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida .....	35
5.1. Resumo .....	35
5.2. Abstract.....	36
5.3. Introdução .....	37
5.4. Materiais e Métodos .....	38
5.4.1. Amostra.....	38
5.4.2. Instrumentos .....	39
5.4.3. Procedimentos.....	39
5.4.4. Análise de Dados .....	40
5.5. Resultados .....	40
5.6. Discussão.....	41
5.7. Conclusão .....	42
6. Reflexão Final.....	43
7. Referências bibliográficas .....	45



## **Índice de Tabelas**

Tabela 1 Valores do Colégio Minerva, retirado de "Projeto Educativo" .....	14
Tabela 2 Preferências dos alunos do 10ºA na disciplina de EF .....	18
Tabela 3 Preferências dos alunos do 9ºB na disciplina de EF .....	19
Tabela 4 Preferências dos alunos do 6ºA na disciplina de EF .....	20
Tabela 5 Evolução nas matérias 3ºP 9ºB.....	24
Tabela 6 Classificação da aptidão física.....	27
Tabela 7. Definição das Componentes do TSAP .....	39
Tabela 8. Análise Descritiva da Amostra .....	40
Tabela 9 Registo de Observação do grupo 1.....	40
Tabela 10 Registo de Observação do grupo 2.....	41
Tabela 11 Comparação da média, nos momentos pré e pós intervenção, das variáveis entre os dois grupos .....	41

## **Índice de Figuras**

Figura 1 Ginásio 1 .....	15
Figura 2. Ginásio 2 .....	16
Figura 3. Espaço Coberto.....	16
Figura 4. Campo Exterior.....	16
Figura 5 Festa de Ginásio .....	30
Figura 6 Dia da Educação Física.....	31
Figura 7 Manhã Desportiva .....	31
Figura 8 Orientação Noturna.....	32
Figura 9 Gincana.....	32
Figura 10 Acampamento Minervino.....	33



## Resumo

O Relatório Final de Estágio foi desenvolvido ao longo da Prática de Ensino Supervisionada (PES), sendo esta uma das unidades curriculares que consta no mestrado em ensino da educação física nos ensinos básicos e secundários do ISEIT do Instituto Jean Piaget de Almada. Foi realizado durante o estágio no Colégio Minerva localizado no Barreiro. O presente documento 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.

A dimensão Profissional, Social e Ética está relacionada com a aprendizagem do aluno, através da transmissão de conhecimentos e aprendizagens que contribuam para a evolução do mesmo, para tal foi utilizado o próprio saber, assim como todo o conhecimento e experiência dos professores orientadores que me acompanharam ao longo de toda a PES, desta forma contribuindo para a minha evolução enquanto futuro professor de Educação Física (EF). A dimensão do Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem prende-se em três vertentes: planeamento, ensino e avaliação. No que diz respeito ao planeamento das várias questões relacionadas à lecionação da disciplina de EF, nomeadamente, plano anual de turma, organização das sessões de aulas, assim como a definição dos objetivos específicos a alcançar nas diferentes matérias da EF. No ensino foram aplicadas estratégias que promovam a aprendizagem dos alunos através de um clima benéfico que incentive o desenvolvimento das relações entre professor-aluno e aluno-aluno, contribuindo na participação dos alunos nas atividades a desenvolver ao longo do ano. Na questão da avaliação, a cada matéria da disciplina estão atribuídos objetivos de acordo com o ano de escolaridade, definidos através de documentos próprios para esse efeito como o Planeamento Plurianual e as Metas Essenciais de Aprendizagem. A Dimensão da Participação na Escola e Relação com a Comunidade Escolar está relacionada com a participação do professor estagiário no processo de ensino-aprendizagem através das várias atividades desenvolvidas ao longo da PES. Na dimensão do Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida será apresentado o projeto de investigação sobre a influência da observação no desempenho de alunos de 3ºciclo e ensino secundário na modalidade de Andebol, através da utilização do Team Sports Assessment Procedure (TSAP), em situação de jogo. A amostra é constituída por 30 alunos divididos em dois grupos, distribuída por 8º ano (n=10), 9º ano (n=10) e 10ºano (n=10). Após 6 sessões de 10 minutos os alunos do grupo observador apresentaram melhores resultados nas variáveis de bolas recebidas, bolas ofensivas e remates, no entanto os resultados não mostram diferenças significativas entre os grupos na maioria das variáveis.



## **Abstract**

The Final Internship Report was developed during the Supervised Teaching Practice (PES), which is one of the curricular units in the master's programme in physical education teaching in basic and secondary education at the ISEIT of the Jean Piaget Institute in Almada. It was carried out during my internship at Colégio Minerva in Barreiro. This document is organised into four dimensions: Area I- Professional, social and ethical; Area II- Development of teaching and learning; Area III- Participation in the school and relationship with the community; Area IV- Lifelong professional development.

The Professional, Social and Ethical dimension is related to the student's learning, through the transmission of knowledge and learning that contributes to the student's evolution, for which I used my own knowledge, as well as all the knowledge and experience of the supervising teachers who accompanied me throughout the PES, thus contributing to my evolution as a future Physical Education (PE) teacher. The dimension of the Development of Teaching and Learning is threefold: planning, teaching and assessment. Regarding the planning of the various issues related to the teaching of PE, namely the annual class plan, the organisation of class sessions, as well as the definition of the specific objectives to be achieved in the different PE subjects. In teaching, strategies have been applied that promote student learning through a beneficial climate that encourages the development of teacher-student and student-student relationships, contributing to student participation in activities throughout the year. As far as assessment is concerned, each subject is assigned objectives according to the year of schooling, defined through specific documents such as Multi-Year Planning and the Essential Learning Targets. The Participation in the School and Relationship with the School Community dimension is related to the trainee teacher's participation in the teaching-learning process through the various activities developed throughout the PES. In the Lifelong Professional Development dimension, the research project on the influence of observation on the performance of 3rd cycle and secondary school students in handball, using the Team Sports Assessment Procedure (TSAP), in a game situation, will be presented. The sample consisted of 30 students divided into two groups, distributed into 8th grade (n=10), 9th grade (n=10) and 10th grade (n=10). After six 10-minute sessions, the students in the observer group showed better results in the variables of balls received, offensive balls and shots, but the results show no significant differences between the groups in most of the variables.



## 1. Introdução

O Relatório Final foi desenvolvido no âmbito da unidade curricular de Prática de Ensino Supervisionada, do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, lecionada no Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada. O presente relatório foi realizado ao longo de todo o ensino supervisionado (PES), nomeadamente no Colégio Minerva no Barreiro. Para melhor sistematizar a informação, o presente documento 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.

No presente estudo estão apresentadas as competências necessárias em cada uma das áreas do Estágio Pedagógico, promovendo uma reflexão e uma apresentação dos vários aspetos referentes ao Estágio Pedagógico como, as turmas atribuídas, o processo de ensino- aprendizagem, a qualidade dos contextos de ensino, a participação na vida da comunidade educativa e na organização de eventos desportivos, à participação ativa no desporto escolar existente no colégio, a cooperação, o respeito e a interajuda com os colegas do grupo de Educação Física na escola, os diferentes níveis de planeamento (turma, etapa, unidade de ensino). Este documento possibilita a promoção do sentido crítico e reflexivo, contribuindo para o desenvolvimento pessoal e profissional como futuro professor. O processo de análise e reflexão oferece a oportunidade de avaliar experiências, práticas e conhecimentos, permitindo uma compreensão mais profunda do papel do professor. Ao encorajar o pensamento crítico, procura-se fortalecer as habilidades analíticas e reflexivas necessárias para aprimorar continuamente as práticas pedagógicas e abordagens de ensino. Para finalizar, especificamente na área IV, é apresentada uma investigação realizada como atividade da PES ao longo do ano letivo de 2023/2024. 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. Enquanto estudante-estagiário, é fundamental refletir sobre os problemas que interferem na ação docente, integrantes do estágio, e encontrar soluções para suprimir esses mesmos problemas. A temática do projeto surgiu devido à dificuldade que encontrei para colocar todos os alunos da turma em atividade motora em simultâneo sem sobrecarregar os espaços desportivos disponíveis, assim surgiu a ideia da aprendizagem por observação, tendo o estudo como objetivo analisar a influência da observação em alunos de 3ºciclo e ensino secundário, através da utilização do TSAP. Por fim este relatório fornece informações e uma investigação sobre a aprendizagem por observação com a intenção de promover reflexões acerca de métodos alternativos que auxiliem o aluno na sua aprendizagem.



## **2. Área I – Dimensão Profissional, Social e Ética**

Na dimensão profissional, social e ética procurei desde o início do estágio entregar a minha total dedicação aos alunos, através da transmissão de conhecimentos e aprendizagens essenciais, visando a evolução dos alunos. Para isso foi necessário criar desde cedo um ambiente propício à aprendizagem, através de uma relação respeitosa, garantindo o bem-estar entre professores e alunos para que seja possível desenvolver todas as componentes das suas características individuais e culturais.

Segundo Ucho (2015), uma participação ativa num estágio permite a obtenção de múltiplos conhecimentos importantes para a formação profissional, proporcionando o desenvolvimento de competências do futuro professor. Assim, enquanto elemento ativo da comunidade escolar, como professor estagiário estive sempre disponível para participar no processo de ensino através da lecionação das aulas, atividades extracurriculares, na organização de torneios, reuniões e na organização de vários eventos desenvolvidos pelo colégio ao longo do ano. Procurando contribuir com a minha responsabilidade, competência, num ambiente de cooperação com os colegas de Educação Física, de cordialidade, respeito e interajuda. Esta forma de estar permitiu uma aquisição de conhecimentos baseados na continuidade de trabalho, ou seja, quanto maior o empenhado e participação tarefas mais conhecimento adquiri.

Neste contexto de professor estagiário foram-me atribuídas três turmas de 27 alunos, o 10<sup>ª</sup>A, o 9<sup>ª</sup>B e o 6<sup>ª</sup>B que terminou com 26 alunos após a saída de uma aluna. Uma vez que se trata de turmas e alunos com capacidades, idades e personalidades diferentes foi necessário ajustar e aplicar estratégias de ensino diferentes ao longo do ano para cada turma. Segundo Li (2023), de forma a melhorar a qualidade do ensino e promover o desenvolvimento dos alunos é fundamental considerar as necessidades individuais de cada um e procurar utilizar os métodos mais adequados.

No que diz respeito ao aspeto profissional, ao longo do estágio curricular foi possível aplicar o conhecimento adquirido tanto na licenciatura como no mestrado, para além da aquisição de novos conhecimentos e competências através da experiência prática no dia a dia com os alunos e professores de Educação Física que estiveram sempre disponíveis para ajudar promovendo um ambiente de interajuda. Segundo Carraro *et al.*, 2022, é importante haver a formação do professor de Educação Física em aspetos práticos pois favorecem práticas reflexivas que garantem o desenvolvimento profissional, equipando os professores com competências, conhecimentos e habilidades pedagógicas para impactar positivamente os alunos nas aulas de Educação Física.

### **2.1. Caracterização e História do Colégio**

O Colégio Minerva, localizado Barreiro atualmente conta com alunos desde o berçário até ao 12<sup>º</sup>, começou por ser um projeto pedagógico de Educação Integrada. Foi a quase total inexistência deste tipo de escolas que levou duas técnicas de educação, uma professora e uma psicóloga numa escola de Ensino Especial, a empenharem-se em dar vida a esta ideia.

Confrontadas com a impossibilidade de nesse tempo (1982) se conseguir organizar oficialmente este tipo de escola, decidiram concretizar esse projeto por sua conta e risco, criando assim uma escola de educação integrada, especialmente vocacionada para deficientes auditivos. A meio de 1991 o projeto ganha vida e o colégio começa a funcionar.

O grande apuramento técnico, em termos pedagógicos, necessário ao ensino de surdos, associado a um largo conjunto de estratégias de Educação, resultaram eficazmente junto destes alunos, mas também com tanta ou maior eficácia, junto das restantes crianças.

Foi a procura permanente de novas estratégias, aliada ao entusiasmo e trabalho de toda a equipa que, gradualmente, tem vindo a constituir o corpo técnico do Colégio, numa luta incansável pela qualidade, os fatores determinantes do sucesso desta escola.

As instalações adquiridas em 1987, situavam-se na Rua Miguel Pais, 142, no centro do Barreiro, num edifício dos finais do século XIX, que o Minerva remodelou de acordo com as suas necessidades pedagógicas, que levou ao reconhecimento pelo Ministério da Educação em 1991, que lhe atribuiu então uma autorização definitiva de funcionamento. Nesse mesmo ano, a lotação esgotou e começaram as listas de espera. Foi necessário encontrar um espaço provisório para o alargamento do 1º Ciclo e para a instalação do 2º Ciclo do Ensino Básico. Foi nesta altura que o Ministério da Educação concedeu, no ano de 1997/98, a autorização provisória de funcionamento com o 2º Ciclo e enviou o seu parecer favorável, ao projeto de ampliação de instalações, a construir no Parque dos Casquilhos.

Em 2001/02, o Colégio Minerva concretizou a transferência das instalações para o Espaço dos Casquilhos que passou a oferecer serviços desde o pré-escolar ao 3º ciclo do ensino básico. O edifício que ficou disponível passou, nesta altura, a albergar a Creche Minerva, sob tutela da Segurança Social, e a receber crianças a partir dos 4 meses. Na sequência do encerramento do Externato Dom Manuel de Mello, no ano de 2013/2014, o Colégio Minerva com o objetivo de alargar o número de alunos do 2º e 3º ciclos a duas turmas por ano, propôs-se a fazer a exploração do espaço, para onde, gradualmente, transitaram os alunos do 1º ciclo. Esta transição permitiu o arranque do ensino secundário, nas instalações dos Casquilhos, mais especificamente do 10º ano. Os restantes anos deste nível de ensino abriram gradualmente, até ao ano 2017/2018. Atualmente, o Colégio funciona com alunos desde a Creche até ao 12º ano de escolaridade. Estas informações foram retiradas do documento “Projeto Educativo” do Colégio Minerva.

## 2.2. Missão, Visão e Valores

O colégio Minerva destaca a sua missão de proporcionar uma educação de excelência, centrada no desenvolvimento global de cada aluno, num ambiente de realização diária e feliz. Tem como visão ser uma referência de excelência, criar agentes de mudança e ajudar a alcançar objetivos. O colégio Minerva tem como valores os três 3C's e são eles, competência, comprometimento e confiança que são explicitados na Tabela 1.

<b>Competência:</b>	<b>Comprometimento:</b>	<b>Confiança:</b>
Conhecimento	Dedicação	Segurança
Exigência	Alteridade	Responsabilidade
Profissionalismo	Trabalho de Equipa	Transparência
Conduta pessoal com Impacto positivo	Cumprimento de Objetivos e Prazos	Cordialidade
		Comunicação

*Tabela 1 Valores do Colégio Minerva, retirado de "Projeto Educativo"*

### **2.3. Caracterização dos Espaços**

Ambos os espaços que constituem o colégio estão localizados na zona central da cidade. O Edifício principal foi construído pelos seus fundadores e está situado numa área residencial. Nas proximidades, encontram-se outras escolas assim como um hospital e um hipermercado. O segundo espaço está localizado também numa área residencial mais antiga. O espaço principal conta com várias instalações, salas de aulas organizadas por níveis de ensino, sala de música, sala de educação visual, laboratórios e biblioteca. Para o espaço de recreio está destinado um espaço de recreio coberto, um parque infantil e o exterior do edifício. Relativamente a espaços de apoio o colégio conta com a sala de professores, enfermaria, portaria, sala de reuniões, gabinete de direção e secretaria.

### **2.4. Espaços Desportivos**

O grupo de EF do colégio Minerva conta com 4 espaços desportivos, 2 ginásios, 1 espaço interior e 1 campo exterior para a lecionação das aulas. A utilização destes espaços baseou-se num sistema de rotatividade semanal definido como Roulement de Instalações estabelecido em conjunto pelos professores de EF no início do ano letivo. O grupo de EF é também responsável pela elaboração de outros documentos como Protocolos de avaliação inicial, Critérios de Avaliação, Metas Essenciais, Planos anuais, Metas de Avaliações das Modalidades, documentos auxiliares da área dos conhecimentos como testes e trabalhos de grupo etc.

#### **2.4.1. Espaço 1- Ginásio 1:**

O ginásio 1 é composto por um campo de voleibol coberto que permite tirar e por a rede consoante a atividade. Neste espaço é possível abordar o Voleibol, Corfebol e Ginástica (Solo, Aparelhos e Acrobática).



*Figura 1 Ginásio 1*

#### **2.4.2. Espaço 2- Ginásio Pequeno:**

Este espaço é uma sala de espelhos pequena que permite realizar trabalho de Aptidão Física e Dança.



*Figura 2. Ginásio 2*

#### **2.4.3. Espaço 3- Espaço Coberto:**

Este espaço é composto por um campo de basquetebol com 2 tabelas, aqui é possível abordar o Basquetebol, Badminton, Voleibol (consoante o exercício) e Atletismo.



*Figura 3. Espaço Coberto*

#### **2.4.4. Espaço 4- Campo Exterior:**

Este espaço é composto por um campo de futsal com duas balizas que permite abordar o Futsal e o Andebol.



*Figura 4. Campo Exterior*

## 2.5. Caracterização das Turmas

### Turma do 10º A

A turma do 10º A pertence ao ensino secundário do curso de ciências e é composta por 27 alunos (14 do género feminino e 13 do género masculino). A turma apresenta uma média de idades de 15,62 anos, as raparigas apresentam uma média de idade de 15,5 anos e os rapazes apresentam uma média de idade de 15,85 anos. A turma conta com 2 horas semanais de Educação Física distribuídas em 2 aulas de 1h por semana. Apresenta níveis de maturidade elevados o que permite desenvolver outro tipo de trabalhos e atividades, os alunos na sua maioria são bastante empenhados e mesmo apesar de apresentarem algumas dificuldades em determinadas áreas esforçam-se para cumprir com o que lhes foi pedido, é uma turma que consegue trabalhar de forma autónoma onde não é necessária uma vigilância constante da parte do professor. É uma turma com muito potencial, com alunos com boas capacidades, bom comportamento, bom empenho em aula, motivados e apresentam boas relações entre si. É heterogénea a nível de competências, mas onde os alunos com mais dificuldades em determinadas tarefas se esforçam para evoluir e acompanhar os colegas. Analisando a tabela seguinte podemos observar que as modalidades que os alunos mais gostam são a Ginástica e o Voleibol, a maioria da turma gosta muito da disciplina de Educação Física, no entanto a disciplina favorita é Matemática. A maioria dos alunos pratica um desporto fora do Colégio.

Nº Aluno	Modalidade Favorita	Gosto por E.F 1 a 5	Disciplina Favorita	Pratica Desporto?
1	Ginástica	4	MAT	Ballet
2	Ginástica	5	ING	Ginástica
3	Voleibol	4	BIO	
4	Ginástica	4	BIO	Equitação
5	Basquetebol	4	MAT	Basquetebol
6	Voleibol	4	ING	
7	Basquetebol	5	FQ	Basquetebol
8	Patinagem	1	FQ	Patinagem
9	Ginástica	3	BIO	Dança
10	Voleibol	4	MAT	
11	Badminton	4	MAT	
12	Voleibol	5	EF	Voleibol
13	Voleibol	5	MAT	
14	Judo	4	FQ	Judo
15	Futsal	4	EF	Futsal
16	Ginástica	4	FQ	Ténis e Ginástica
17	Voleibol	5	MAT	
18	Ginástica	4	MAT	

Nº Aluno	Modalidade Favorita	Gosto por E.F 1 a 5	Disciplina Favorita	Pratica Desporto?
19	Ginástica	5	EF	Ginástica e dança
20	Atletismo	4	ING	Orientação
21	Voleibol	4	EF	
22	Voleibol	3	EF	Atletismo
23	Badminton	4	ING	
24	Badminton	1	ING	
25	Badminton	2	GEOMETRIA	Karaté
26	Futsal	5	MAT	Futebol
27	Badminton	3	FQ	Natação

*Tabela 2 Preferências dos alunos do 10ºA na disciplina de EF*

### **Turma do 9º B**

A turma do 9º B pertence ao 3º ciclo do ensino básico e é composta por 27 alunos (11 do género masculino e 16 do género feminino). A média de idades de 14,81 anos, os rapazes apresentam uma média de idade de 14,7 anos e as raparigas apresentam uma média de idades de 14,8 anos de idade. A turma conta com 2 horas semanais de Educação Física distribuídas em 2 aulas de 1h por semana. É heterogénea onde existe uma diferença de níveis entre alunos nas várias modalidades. De forma geral apresenta um empenho moderado que requer exercícios mais competitivos para tentar trazer alguma intensidade e motivação para os alunos. Em termos de comportamento não há referencias negativas a fazer, os alunos são simpáticos, empenhados e apresentam boas relações entre si. Analisando a tabela podemos ver que a maioria dos alunos tem como modalidade favorita o basquetebol até por ser o desporto que praticam fora do colégio. Curiosamente, apesar de a maioria dos alunos ter respondido que a sua disciplina favorita era a Educação Física a maioria apresenta um gosto moderado pela disciplina.

Nº Aluno	Modalidade Favorita	Gosto por E.F 1 a 5	Disciplina Favorita	Pratica Desporto?
1	Badminton	3	ESP	Badminton
2	Voleibol	4	ING	
3	Voleibol	3	ESP	
4	Voleibol	3	PORT	
5	Futsal	3	EF	Futsal
6	Basquetebol	4	ING	Basquetebol
7	Dança	3	HIST	
8	Futsal	3	HIST	

Nº Aluno	Modalidade Favorita	Gosto por E.F 1 a 5	Disciplina Favorita	Pratica Desporto?
9	Badminton	3	ING	
10	Patinagem	4	EF	Patinagem
11	Ginástica	4	ESP	Ginástica
12	Patinagem	5	EF	Patinagem
13	Voleibol	3	PORT	
14	Basquetebol	3	EF	
15	Natação	3	EF	Futsal
16	Ginástica	5	EF	Patinagem
17	Dança	3	ING	
18	Basquetebol	4	EF	Basquetebol
19	Basquetebol	4	EF	Basquetebol
20	Basquetebol	4	EF	Basquetebol
21	Andebol	3	EF	
22	Basquetebol	4	EF	
23	Basquetebol	3	EF	Basquetebol
24	Ginástica	4	EF	
25	Basquetebol	2	EF	
26	Futsal	5	PORT	
27	Ginástica	3	ING	Dança

*Tabela 3 Preferências dos alunos do 9ºB na disciplina de EF*

### **Turma do 6º B**

A turma do 6º B pertence ao 2º ciclo do ensino básico e é composta por 26 alunos (12 do género masculino e 14 do género feminino). Apresenta uma média de idade de 10,03 anos, os rapazes apresentam uma média de idade de 10,08 anos e as raparigas apresentam uma média de idade de 10 anos. É uma turma mais homogénea onde de forma geral os alunos se encontram em níveis de aprendizagem semelhantes. Os alunos são empenhados e têm bastantes potenciais de aprendizagem, apesar das dificuldades esforçam-se para tirar proveito dos exercícios que lhes são apresentados, em termos comportamentais não há referências negativas a fazer, bom comportamento, bom empenho em aula, motivados e apresentam boas relações entre si, foram poucos os alunos que apresentaram falta de motivação em aula. Analisando a tabela podemos ver que a maioria dos alunos tem o Voleibol como a sua modalidade favorita, a turma de forma geral gosta muito de Educação Física sendo a disciplina favorita da grande maioria, apesar de a maioria não praticar qualquer desporto fora do Colégio.

<b>Nº Aluno</b>	<b>Modalidade Favorita</b>	<b>Gosto por E.F 1 a 5</b>	<b>Disciplina Favorita</b>	<b>Pratica Desporto?</b>
1	Voleibol	5	EF	
2	Voleibol	5	EF	
3	Voleibol	4	EF	Karaté
4	Voleibol	4	EF	
5	Futsal	4	EF	
6	Dança	2	EV	
7	Atletismo	3	EF	
8	Dança	5	HIST	Dança
9	Dança	4	Música	
10	Futebol	5	EF	Futebol
11	Futsal	5	EF	Futebol
12	Voleibol	5	Ciências N.	Patinagem
13	Voleibol	4	EF	
14	Voleibol	4	EF	
15	Futsal	3	EF	Futebol
16	Ginástica	5	EF	Patinagem
17	Voleibol	5	TIC	
18	Ginástica	4	EF	Ginástica
19	Ginástica	4	EF	Ginástica
20	Voleibol	4	EF	
21	Voleibol	5	Música	
22	Voleibol	4	EF	
23	Basquetebol	3	EF	
24	Ginástica	4	EF	Ginástica
25	Basquetebol	2	EF	
26	Futsal	5	EF	Futebol

*Tabela 4 Preferências dos alunos do 6ºA na disciplina de EF*

### 3. Área II Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem

#### 3.1. Planeamento

A área do planeamento diz respeito a todo o processo realizado anterior à leção, a planificação da disciplina de EF tem em conta 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, definidas de acordo com um planeamento anual. Andrade *et al.*, (2020) define o planeamento pelo conjunto de decisões tomadas na fase pré-interativa do ensino. Segundo Derri *et al.*, (2014) a literatura em educação física mostra nos que a planificação é um dos fatores que está relacionado à eficácia e sucesso dos professores, citando vários outros autores como Kyrgyridis, Derri, & Kioumourtzoglou, 2006; O'Sullivan & Tsangaridou, 1992.

A planificação de Educação Física deve ser feita através de um planeamento anual geral, sendo depois adaptado especificamente às necessidades de cada turma. Nesta planificação é importante considerar a calendarização letiva, a rotação dos espaços de educação física assim como as características dos mesmos, as condições climáticas (Seabra *et al.*, 2016). Para além de todas as atividades elaboradas no colégio, como festas temáticas, visitas de estudo etc. é também fundamental considerar as atividades desenvolvidas pelo grupo de Educação Física que acabam por ter um peso importante na definição do Macro ciclo.

Na definição do Macro ciclo é fundamental realizar uma análise da informação obtida através da avaliação inicial realizada, é também crucial consultar o Plano Plurianual elaborado pelo próprio departamento de educação física onde se encontram os objetivos específicos de cada matéria de ensino de todos os anos escolares. As atividades a desenvolver e os poucos espaços desportivos do colégio apresentam um peso significativo na Planificação do Ano Letivo. Tendo em conta estes fatores foram definidos momentos de avaliação das turmas por períodos, no final do respetivo período. O Planeamento está organizado em 36 semanas de aulas distribuídos pelos 3 períodos adotando o Modelo de Ensino Por Etapas que segundo Andrade *et al.*, (2020) permite estruturar as aprendizagens ao longo do ano num contexto de continuidade e acompanhamento do aluno. Após a definição destes momentos iniciou-se um trabalho de planeamento do ano letivo através das Etapas de Ensino, sendo a 1ª etapa de Avaliação Inicial, a 2ª etapa de Recuperação e Aprendizagem, a 3ª etapa de Aprendizagem e Desenvolvimento e a 4ª Etapa de Desenvolvimento e Consolidação.

O modelo de ensino por etapas requer um conjunto de condições, sendo um dos quais a polivalência dos espaços desportivos, que permite a possibilidade de leção das diferentes matérias. Cada espaço de aula privilegia que seja abordada determinada matéria tendo em conta a realidade de Portugal (Andrade *et al.*, 2020), mais concretamente do colégio onde foi feito o estágio curricular nem sempre foi possível assegurar este princípio, assim em alguns momentos foi necessário adotar um modelo de ensino misto. No 1º período os professores procuram abordar matérias individuais e coletivas como o voleibol, o basquetebol e o atletismo, que possam ser lecionadas no espaço interior ou no espaço Semicoberto para que não sejam necessárias alterações constantes devido ao clima, garantindo um processo de ensino-aprendizagem de sucesso. Para além disso foi também importante a área da aptidão física onde são trabalhados aspetos físicos como resistência, força, flexibilidade e agilidade, para além disso a área dos conhecimentos foi abordada ao longo dos períodos foi planeado aplicar testes escritos de conhecimento das modalidades lecionadas nesse período. No 2º período o grupo de educação física tem a responsabilidade de organizar os Minervais e a Festa de Ginásio na qual os alunos apresentam diversas performances de dança, ginástica de solo, ginástica de aparelhos

e ginástica acrobática, como professor estagiário fiquei responsável por ajudar os alunos ao longo das aulas a desenvolver e a melhorar as suas performances de dança e ginástica através de *feedbacks* corretivos e de ajuda física para que não tivessem medo de tentar elementos gímnicos de maior dificuldade. Assim, para além da área da aptidão física e do conhecimento o planeamento do 2º período foi maioritariamente focado nas várias áreas da ginástica e dança, procurando sempre que possível continuar a desenvolver os alunos nas matérias consideradas mais críticas para cada turma. No 3º período o objetivo passou por trabalhar de forma mais frequente as modalidades de corfebol e andebol uma vez que é nesta altura do ano que as condições climatéricas favorecem a utilização do campo exterior. Durante os períodos do ano letivo procurou definir-se matérias a trabalhar de forma mais regular de maneira a garantir um tempo de prática frequente e adequado às suas necessidades. Para o processo de aprendizagem é importante considerar a repetição como um fator determinante, relacionada com métodos de armazenamento e transmissão da informação motora ao nível do sistema nervoso (Andrade *et al.*, 2020).

### **3.1.1. Modelo de Ensino- Etapas**

Segundo o “Plano de Etapas” desenvolvido pelo grupo de EF a primeira etapa de Avaliação Inicial foi composta por 7 semanas de aulas para realizar a Avaliação Inicial das turmas, 5 para Atividades Físicas e 2 para Aptidão Física FITescola (15 setembro até 27 outubro). Nesta fase o objetivo passa por:

- ✓ Avaliar o nível inicial dos alunos e as suas respetivas possibilidades de progressão no conjunto de matérias presentes no plano plurianual das atividades e aptidão física.
- ✓ Identificar os alunos com maiores dificuldades em cada matéria e aspetos fundamentais no tratamento dessas mesmas matérias como métodos de organização, formação de grupos etc.
- ✓ Recolher informações de modo a estabelecer metas para o ano letivo.
- ✓ Efetuar uma apresentação das matérias aos alunos, permitindo-lhes um primeiro contacto com as mesmas.
- ✓ Aferir de que forma os alunos reagem a determinados *feedbacks* e quais as instruções mais indicadas para cada aluno e turma.

Esta primeira Etapa ocorreu durante a primeira fase de estágio, a minha participação neste processo foi maioritariamente de observação, observando o decorrer das aulas, os *feedbacks* e formas de trabalhar de ambos os professores cooperantes. Para além de os observar fazia também um questionamento ativo sobre o porquê de determinadas estratégias. Para além dessa observação existia a troca de ideias entre mim e os professores cooperantes relativamente às avaliações e observações retiradas de cada aluno.

A 2ª Etapa de Recuperação e Aprendizagem é composta por 7 semanas até ao fim do Período contando com 10 aulas. Nesta etapa é importante analisar os resultados obtidos na etapa anterior através da avaliação inicial e começar a definir as prioridades das várias turmas nas várias áreas abordadas ao longo do ano (Atividades físicas/Aptidão Física). A etapa foi definida pelos professores cooperantes de forma a organizar as matérias e as formas de trabalhar de acordo com as dificuldades de cada turma. No caso do estagiário, ambas as suas turmas do 9º e 10º ano apresentavam necessidades semelhantes a nível das Atividades Físicas, à exceção da modalidade de Basquetebol. Relativamente à aptidão física, foram analisados os resultados dos Testes FITescola e uma das funções do estagiário foi procurar

estratégias que ajudassem a melhorar os resultados obtidos, assim, um dos métodos utilizados foi a criação de estações próprias de aptidão física onde foi realizado trabalho de força, agilidade, flexibilidade e resistência. Apesar de nesta etapa o aluno ainda desempenhar um papel de observação participou de forma mais direta nas várias estações de trabalho, acompanhando os professores cooperantes pelas várias estações até começar a orientar tarefas e circuitos das aulas onde transmitia feedbacks e correções.

A 3ª Etapa de Aprendizagem e Desenvolvimento é composta por 12 semanas (de 4 de janeiro a 24 de março), nesta fase o objetivo é fazer uma avaliação global dos resultados obtidos na etapa anterior e analisar se existiu, uma evolução nas diferentes áreas, se os métodos de ensino utilizado foram benéficos para os alunos e quais os aspetos que ficaram por melhorar. Apesar de um maior número de aulas dedicados às ginásticas e às danças devido aos Minervais, consoante a rotação dos espaços desportivos houve uma continuidade de trabalho de forma a suprimir as dificuldades que permaneceram em cada turma da 2ª Etapa, relativamente à aptidão física o trabalho de flexibilidade e agilidade foi feito de forma mais frequente de modo a facilitar a aprendizagem dos alunos em vários movimentos da ginástica e dança. Na 3ª Etapa devido à importância da preparação para os minervais ainda não foi possível ao estagiário assumir totalmente as turmas que lhe foram atribuídas, no entanto desempenhou um papel de professor coadjuvante, com uma participação ainda mais ativa no decorrer das aulas, tanto em conjunto com os professores cooperantes como de forma mais independente em determinados momentos da aula sob a observação e orientação dos mesmos. Transmitiu feedbacks, orientou estações de forma autónoma e realizou registos de avaliação em conjunto com os professores.

A 4ª Etapa de Desenvolvimento e Consolidação é mais curta, composta por 10 semanas. Nesta fase o objetivo é alcançar todas as metas propostas no início do ano letivo. Aqui foram introduzidas novas matérias como o Andebol e o Corfebol, decidi juntamente com os Professores Cooperantes avaliar estas modalidades no 3º Período devido aos espaços disponíveis e ao clima mais vantajoso para a prática da modalidade, era importante trabalhar a modalidade de andebol no campo exterior sem ser interrompido devido à chuva. Assim, o objetivo passou por introduzir a modalidade de andebol numa altura do ano que permitisse a utilização do campo exterior de forma regular, também devido ao tema abordado na Dimensão IV do relatório final de estágio. Além disso, seria importante abordar uma modalidade alternativa que não tivesse sido tão trabalhada anteriormente e que fosse lecionável no espaço interior para as ocasiões em que estivéssemos a trabalhar apenas com esse espaço. No período anterior as turmas conseguiram alcançar os objetivos propostos no início do ano para maioria das matérias, no entanto, foi necessário continuar a trabalhar algumas modalidades para garantir a consolidação das mesmas como o badminton e o voleibol. Assim, o planeamento contemplava um número aulas consoante as necessidades de cada turma para serem trabalhadas estas matérias. Nesta fase o aluno já se encontrava a realizar a lecionação de forma completa e autónoma, sendo responsável pelo planeamento e coordenação total das aulas, tendo apenas o orientador a observar. Ao longo desta fase em algumas ocasiões as turmas foram divididas em grupos consoante os níveis de aprendizagem em que os alunos se encontravam, distribuídos de maneira que fosse possível realizar um trabalho diferenciado com cada grupo de alunos que correspondesse às suas necessidades. Ao longo desta etapa foram criadas tabelas relativas à evolução dos alunos e aos aspetos a melhorar que permitissem acompanhar a sua aprendizagem de forma contínua (Verificar tabela 5)

<b>Análise da evolução nas matérias 3º Período 9ºB</b>	
<b>Andebol A</b>	Evolução positiva no aspeto do passe e do drible, apesar de ainda permanecerem algumas dificuldades. Pouca evolução nos princípios do ataque.
<b>Andebol B</b>	Grande evolução na transição ataque-defesa após aplicação de exercícios mais competitivos que penalizam as equipas que não defendem em bloco.
<b>Corfebol A</b>	Pouca evolução. A turma confunde as regras das modalidades apesar de ter evoluído ligeiramente na questão da profundidade e largura com bola.
<b>Corfebol B</b>	Evolução positiva nos lançamentos, mas pouca evolução na intensidade excessiva de jogo.
<b>Badminton</b>	Pouca evolução. A turma dá mais continuidade de jogo, mas erra na execução técnica e posicional.

*Tabela 5 Evolução nas matérias 3ºP 9ºB*

### **3.2. Ensino**

O ensino teve por base 3 pilares, o Plano Plurianual das Atividades Físicas, das Aprendizagens Essenciais e o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória. Para cada matéria a lecionar estão definidos objetivos específicos que variam de acordo com os 3 níveis de especificação, o nível Introdutório, elementar e avançado. A cada nível está atribuído um grau de competência prática de interpretação dos conteúdos lecionados.

Ao longo da PES o aluno estagiário procurou criar desde início uma relação e um clima positivo com os alunos de modo a garantir o empenho e interesse dos mesmos na disciplina de educação física, para além de estabelecer uma relação positiva com os alunos foi também crucial para garantir um ensino de qualidade adquirir conhecimentos específicos das várias matérias a lecionar. Depois de adquirido o conhecimento foi importante a utilização de uma comunicação correta que fosse também simples e de fácil compreensão para os alunos. Segundo Constantino *et al.*, (2022) nas suas aulas, os professores de Educação Física devem ter em atenção aspetos como o elevado tempo de empenho motor, liderança, gestão de tempo, equipamento e espaço, clima positivo de aula, garantir sucesso e interesse, boa comunicação, apresentar um bom planeamento, apresentar uma boa instrução e feedbacks (Rink & Hall, 2008, cit. por Alves, 2016). Segundo Albuquerque (2010) do ponto de vista dos alunos a característica mais importante de um bom professor de educação física é o seu relacionamento com os estudantes destacando a amizade, a disponibilidade para receber o aluno, compreensão das necessidades do aluno e empatia, como segunda característica segue-se o conhecimento específico, como terceira característica é apontada a comunicação e linguagem.

Segundo Vieira (2015) os professores servem-se de vários tipos de métodos, estilos, modelos e estratégias de ensino de acordo com as suas próprias orientações educacionais. Mosston e Ashworth (2008) definem um estilo de ensino como um plano para fornecer informações, garantir oportunidades de prática, e transmitir feedback, com o objetivo de alcançar uma melhor compreensão e aquisição de conceitos por parte dos alunos. Os mesmos autores organizam os estilos de ensino em dois grandes grupos, os estilos de ensino convergentes (Comando, Tarefa, Recíproco, Autoavaliação, Inclusivo) que se focam na reprodução de conhecimentos e habilidades e os estilos divergentes (Descoberta guiada, Descoberta convergente, Descoberta divergente, Programa individual, Iniciado pelo aluno, Autoensino), que procuram a produção de novos conhecimentos e habilidades onde o maior grau de decisão está entregue ao aluno. Ao longo da PES foram mais utilizados os estilos de ensino convergentes onde o professor apresenta um maior grau de decisão. As utilizações destes estilos de ensino permitem que o professor tenha um maior aproveitamento de tempo, permitindo de forma

rápida e eficaz a realização das tarefas, permite transmitir informação de forma rápida para todos os alunos ao mesmo tempo, permite um maior controlo da aula e da disciplina, promovendo menos espaço para comportamentos fora da tarefa, estes estilos de ensino podem ser utilizados quando o professor tem poucos conhecimentos sobre a turma (Snoxell, 2014). Ao longo do estágio, foram aplicadas estratégias de acordo com as necessidades individuais de cada turma. Na turma do 6ºB existiu uma maior necessidade de uma estratégia que permitisse maior controlo da dinâmica da aula e nos objetivos a alcançar na mesma. As turmas do 9ºB e 10ºA apresentavam maior autonomia, assim, não existia tanta necessidade de controlo, foram várias vezes utilizadas estratégias de tarefa onde professor ainda estabelece os objetivos e as instruções básicas, mas existe maior flexibilidade para que os alunos completem as tarefas de acordo com suas próprias capacidades e ritmos. Por outro lado, foi utilizado em todas as turmas o método de ensino por questionamento de modo a verificar a aprendizagem dos alunos ao longo das aulas, trabalhando a questão de aquisição de habilidades práticas e o conhecimento teórico das diferentes matérias abordadas. Apesar de ir alterando o estilo de ensino e as estratégias utilizadas, manteve-se sempre um modelo de aula onde os alunos passavam por duas a três estações com modalidades diferentes, para além disso ao longo das aulas procurou trabalhar-se o aspeto da Aptidão Física dos alunos que abrangem diferentes aspetos como resistência, força, flexibilidade e outros indicadores relacionados à saúde e à condição física dos alunos.

Como referi anteriormente, considero fundamental começar por garantir um clima de aula positivo e enriquecedor, para isso foram utilizadas várias estratégias relacionadas com a organização das aulas como a formação de grupos de trabalho permitindo que os alunos ficassem juntos com os colegas que sentiam mais conforto e confiança até para que os alunos se sentissem mais dispostos a participar de forma empenhada nas atividades propostas, formação de grupos heterogéneos onde os alunos com mais facilidades procuravam incentivar e ajudar os colegas com mais dificuldades. Relativamente aos comportamentos indesejados ou de indisciplina apesar de terem ocorrido esporadicamente o professor-estagiário deve estar preparado para lidar com essas situações, uma das estratégias utilizadas foi a prevenção desses comportamentos procurando separar os alunos mais agitadores por grupos distintos. Um dos grandes desafios, como professor estagiário, foi a constante adaptação às necessidades individuais de cada turma nas diferentes matérias, para isso, procurei aplicar estratégias que ajudassem a turma a atingir os objetivos propostos para cada aula, como a adaptação de um exercício complexo para um mais simples (situação de jogo de voleibol 2x2 para cooperação 2+2). Em outras ocasiões houve a necessidade de adaptar o conteúdo da aula ao estado de espírito dos alunos, por exemplo o facto de terem avaliações de outras disciplinas logo após a aula de EF acabava por influenciar na sua capacidade de concentração para abordar uma nova matéria.

### **3.3. Avaliação**

Na extensão curricular da disciplina de Educação Física consideram-se três grandes áreas:

- **Atividades Físicas;**
- **Aptidão Física;**
- **Conhecimentos.**

As normas de referência para a definição de sucesso em Educação Física abrangem três áreas essenciais de avaliação específicas desta disciplina, que representam as principais áreas de abrangência:

- A. Atividades Físicas (Matérias): Esta área concentra-se nas atividades físicas em si, abrangendo as habilidades, técnicas e desempenho dos alunos em matérias específicas relacionadas à Educação Física.
- B. Aptidão Física: Aqui, o foco recai na avaliação da aptidão física dos alunos, que inclui aspectos como resistência, força, flexibilidade e outros indicadores de saúde e aptidão física.
- C. Conhecimentos: relativos aos processos de elevação e manutenção da Aptidão Física e à interpretação e participação nas estruturas e fenômenos sociais no seio dos quais se realizam as Atividades Físicas.

Na área de atividades físicas, foram avaliadas as competências relacionadas com as matérias de ensino da Educação Física, como o Futsal, a Ginástica, entre outras.

As normas de referência consideram a especificação de cada matéria do programa em três níveis: Introdução, Elementar e Avançado. Cada aluno é avaliado com base na sua posição em relação a cada matéria em um dos seguintes níveis: (NI) Não atinge o Nível Introdução; (I) Nível Introdução; (E) Nível Elementar; (A) Nível Avançado.

Essa especificação abrange competências motoras, participação e conhecimento relacionados a cada matéria, incluindo regulamentos, técnicas, táticas e outros aspectos relevantes. A avaliação nessa área permite classificar a demonstração das competências em diferentes níveis do programa e analisar a qualidade do desempenho dos alunos.

As situações de prova representam as condições em que os alunos devem alcançar os objetivos estabelecidos nos programas de cada matéria, como sequências gímnicas, situações de jogo, coreografias de dança, entre outras.

Para a classificação final (3º Período) na disciplina de Educação Física, de todas as matérias em que o aluno foi previamente avaliado, seleciona-se um conjunto de referência para o seu sucesso, de acordo com as regras. O conjunto das matérias escolhidas para determinar ou aferir o sucesso pode ser diferente de aluno para aluno.

É importante mencionar que no início de cada período foi despendida uma aula para que os alunos tivessem conhecimento sobre os critérios de avaliação e os objetivos a alcançar em cada matéria por período letivo no programa de EF do Colégio Minerva.

Na área de aptidão física, é feita a avaliação do nível de desenvolvimento da Aptidão Física dos alunos por meio da aplicação de um conjunto de testes que fazem parte da bateria de testes de Avaliação da Aptidão Física chamada "FITescola". Esses testes abrangem diferentes aspectos da aptidão física, como resistência, força, flexibilidade e outros indicadores relacionados à saúde e à condição física dos alunos. É uma bateria de teste com o objetivo de avaliar a aptidão física e a atividade física, para o efeito, integra uma bateria de testes dividida em três áreas, a Aptidão Aeróbia, a Composição Corporal e a Aptidão Neuromuscular.

A análise dos resultados é fundamentada na tabela de valores de referência para a Zona Saudável da Aptidão Física (ZSAF), que é organizada conforme a idade, sexo e capacidade motora dos indivíduos. Essa avaliação possibilita determinar se o aluno se encontra dentro ou fora dos parâmetros considerados saudáveis nas capacidades mais diretamente associadas à saúde, tais como resistência, força e flexibilidade, além de permitir a avaliação da composição corporal.

Nível	%	Referências
5	100%	O aluno está na Zona Saudável nos <b>cinco</b> testes
4	80%	O aluno está na Zona Saudável nos <b>quatro</b> testes
3	60%	O aluno está na Zona Saudável nos <b>três</b> testes
2	40%	O aluno está na Zona Saudável nos <b>dois</b> testes
1	20%	O aluno está na Zona Saudável nos <b>um</b> teste
-----	0%	O aluno não está na Zona Saudável em <b>nenhum</b> teste

*Tabela 6 Classificação da aptidão física retirado de “Critérios de Avaliação EF”*

Na área dos conhecimentos, os alunos são avaliados por meio de uma variedade de métodos, que podem incluir testes, trabalhos escritos individuais ou em grupo, questões orais, entrevistas e outros instrumentos de avaliação. Essa avaliação busca verificar o entendimento e a retenção dos conhecimentos teóricos e conceituais relacionados aos objetivos do programa de Educação Física. Nesta área os alunos devem mostrar domínio das matérias realizadas no período e correta utilização do vocabulário da disciplina.

Para avaliação dos alunos dispensados das atividades físicas (permanente ou temporariamente) deve ser apresentada a Declaração Médica (nos termos da legislação em vigor) que inclua as atividades que estão interditas, as que são permitidas de forma condicionada e as que podem ser praticadas sem contraindicações. O professor, deverá definir com o aluno e com o Encarregado de Educação, um Plano Adaptado de Aprendizagem e Avaliação onde são definidos os instrumentos de avaliação a utilizar, seja, fichas curtas / relatórios, arbitragem, questionamento oral, ajudas, teste escrito, trabalho temático escrito com apresentação oral à turma, portfólio individual anual ou caderno diário individual. Esta estratégia foi fundamental para incluir uma aluna do 9ºB na aula de EF com problemas de coluna, portadora de uma Declaração Médica entregue ao Diretor de Turma impedindo a prática das aulas de EF no 2º Período onde foi majoritariamente lecionado ginástica de solo, aparelhos e acrobática, foi importante também para mim uma vez que me permitiu passar pela experiência de criar um plano alternativo para a aluna. Nesta sequência a mesma, ficou responsável por apoiar com a distribuição de material, realizar fichas curtas, relatórios ao longo das aulas e efetuar ajudas gímnicas básicas aos colegas.

Segundo Simões *et al.*, (2014), não basta solicitar determinados comportamentos, temos de avaliar para ver se estes foram induzidos. A avaliação faz parte do processo educativo e é imprescindível em qualquer proposta de educação, a avaliação está ligada ao processo de ensino e aprendizagem. Esta tem como objetivo identificar o que o aluno aprendeu, o que necessita de aprender e quais as suas dificuldades. Em termos práticos, no decorrer do estágio, procurei realizar a avaliação de acordo com os parâmetros previamente definidos para cada matéria de acordo com o ano de escolaridade, tanto eu quanto os meus orientadores externos procurámos realizar as avaliações em situação de jogo (modalidades coletivas) ao invés de situações isoladas como exercícios-critérios uma vez que considerámos ser a mais próxima da realidade da prática das modalidades. Ao longo das situações de avaliação, como professor estagiário, procurei seguir os objetivos definidos, como exemplo, para as matérias coletivas em situações ofensivas em que os alunos procurassem atacar com largura e profundidade, aclarando espaços, e que não houvesse uma aglomeração de alunos em função da bola. Considerei fundamental utilizar algumas estratégias que facilitassem o momento de observação dos alunos, como observar um menor número de alunos em simultâneo, por outro lado, priorizei a

observação dos alunos com maiores dificuldades visto que necessitam de mais tempo de observação e mais *feedbacks* ao longo da avaliação. Por outro lado, considero que os alunos com maiores capacidades são mais fáceis de avaliar, visto que é mais fácil de identificar certos comportamentos desejados. A avaliação apresenta um caráter identificador das falhas durante o processo de ensino-aprendizagem, proporcionando a possibilidade de delinear, repensar e reformular estratégias que possibilitem a evolução e aprendizagem dos alunos (Xavier e Fernandes, 2011). Uma das vantagens da PES foi a possibilidade de através da avaliação repensar nas estratégias de ensino utilizadas e analisar através dos resultados dos alunos se estes estão a conseguir alcançar com sucesso os objetivos definidos para as diferentes matérias da disciplina.

Ao longo do estágio foram realizados três tipos de avaliação, inicial, formativa e sumativa. No início de ano letivo é realizada uma avaliação inicial de diagnóstico de modo a identificar as atividades prioritárias e definir objetivos. Durante cada período realizou-se uma avaliação formativa por matéria de modo a informar o professor, os alunos, Conselhos de Turma e os Encarregados de Educação sobre a progressão dos alunos, permitindo uma análise sobre uma possível alteração de planeamento se necessário. Por fim a avaliação sumativa como dito anteriormente foi usada de modo a identificar o que o aluno aprendeu e identificar se alcançou os objetivos definidos no início do ano letivo. Considero que os vários tipos de avaliação se complementam e refletem um modelo de ensino bem estruturado e focado no desenvolvimento contínuo do aluno, oferece feedback frequente e permite ajustes ao longo do ano respondendo às necessidades dos alunos. Contudo deve ser um processo equilibrado com o objetivo de apoiar o desenvolvimento dos alunos e não apenas monitorizar. Ao longo do estágio foi possível perceber que para alguns alunos os momentos de avaliação frequentes geravam uma situação de pressão constante porque se focavam demasiado nos resultados, desta forma, é importante dar a conhecer aos alunos os critérios e a função de cada momento de avaliação ajuda os mesmos a não se focarem tanto nos resultados e ajuda os alunos a terem uma melhor perceção de como são avaliados na disciplina.

#### 4. Área III- Participação na Escola e Relação com a Comunidade

Esta área, implica o envolvimento do aluno estagiário na vida da comunidade educativa, ao longo de todo o ano letivo, esta área procura relatar as atividades nas quais o estudante participou durante o estágio. A sua ação no processo pedagógico e no ensino-aprendizagem esteve sempre integrada nas atividades em que esteve inserido enquanto professor estagiário. As atividades incluíram reuniões do departamento de Educação Física, aulas lecionadas, Desporto Escolar, torneios internos e externos e projetos escolares. Como futuro professor de Educação Física, é essencial vivenciar todas as áreas que inserem o ensino, os alunos e o processo pedagógico. As reuniões do grupo de Educação Física foram extremamente importantes para a formação. No sentido em que permitiram perceber que por trás de uma aula de Educação Física, há todo um trabalho burocrático e administrativo que mantém a organização do departamento. Em cada reunião, discutiram-se ideias e debateram-se os conteúdos da disciplina, como o Plano Plurianual das Atividades Físicas e Conhecimentos, entre outros aspetos. Nas primeiras reuniões, o objetivo era analisar toda a documentação de planeamento, incluindo o Plano Anual de Atividades, o Plano Plurianual, o Desporto Escolar, os critérios de avaliação e a organização de equipamentos e materiais. Como estagiário, o aluno considera que essas reuniões foram fundamentais para a sua evolução como futuro professor, pois permitiram ter um contacto direto com a realidade do ensino da Educação Física e entender como deve ser preparado todo o ano letivo.

Apesar das várias atividades desenvolvidas, as aulas de Educação Física foram o principal foco, trabalhando constantemente para melhorar a prestação como professor. A dedicação aos alunos foi sempre uma grande vantagem, facilitando o processo de estabelecer relações positivas com todas as turmas, o que permitiu uma conexão rápida com os alunos levando a um ambiente de aula muito positivo e propício à aprendizagem, enriquecendo significativamente o trabalho desenvolvido. A inexperiência inicial deu lugar a algumas dificuldades de organização e transmissão de feedback que puderam ser corrigidas ao longo do processo de estágio. No entanto, procurei sempre manter um ambiente positivo e entusiasmante nas aulas, planificando as tarefas de acordo com as necessidades e características dos alunos. Nessa planificação foram surgindo alguns desafios devido ao facto de o colégio apresentar carência tanto de instalações como de material desportivo, apesar disso consegui adaptar os exercícios às condições disponíveis e quando me deparei com mais dificuldade contei com o apoio dos meus orientadores para ajudarem a encontrar uma melhor opção.

Para além das aulas de Educação Física o estudante acompanhou um dos seus orientadores no Desporto Escolar de Badminton. Os treinos ocorriam em dois horários terça-feira de manhã e quinta-feira à tarde, onde os alunos que não conseguiam estar presentes num horário tinham a hipótese de comparecer no outro, em cada treino estavam presentes entre 5 a 10 alunos tanto rapazes quanto raparigas. No início do ano foi realizado um trabalho mais técnico, criando situações específicas para suprimir as dificuldades dos alunos, depois com a evolução dos mesmos ao longo do ano os treinos consistiram maioritariamente em situação de jogo tanto de singulares como de pares. Este acompanhamento do Desporto Escolar permitiu aprofundar o conhecimento dentro da modalidade e possibilitou uma experiência que só a parte prática pode dar, enquanto professor estagiário considero que a participação no desporto escolar foi extremamente positiva para a minha evolução. Relativamente ao Projeto Escolar ao longo de todo o ano letivo, estive envolvido em várias atividades organizadas pelo departamento de Educação Física.

Segundo Gomila *et al.*, (2018) as relações positivas entre as famílias, as escolas e a comunidade conduzem a melhores resultados académicos e ao bem-estar geral das crianças e das suas famílias.

Assim o colégio procura realizar inúmeras atividades ao longo do ano para envolver as famílias e os alunos, o aluno estagiário esteve envolvido na organização das mesmas.

#### 4.1. Outras atividades

A **Festa de Ginásio** é a atividade que encerra o 2º período letivo onde os alunos apresentam os seus esquemas nos quais trabalharam durante todo o período letivo, são feitas várias apresentações, desde dança, a ginástica de solo, de aparelhos, acrobática, judo, até corrida de obstáculos para os mais pequenos, apresentada para toda a comunidade escolar. Nesta atividade o estudante estagiário esteve responsável por auxiliar em aspetos como a escolhas das músicas, a planificação das atividades, a entrada das turmas e dos alunos no palco nos tempos certos, nas correções e feedbacks durante os ensaios, do transporte dos materiais e da montagem do “palco”.



*Figura 5 Festa de Ginásio*

No **Dia da Educação Física** foi organizado um conjunto de torneios com o objetivo de promover a atividade física e a saúde dos alunos e professores. Estes puderam inscrever-se em várias modalidades tanto coletivas formando equipas com os seus colegas como individuais. Os torneios organizados foram nas modalidades de Futsal, Basquetebol, Voleibol, Ténis de Mesa, Badminton e ainda uma competição de Aptidão Física. Esta atividade foi preparada ao longo de várias semanas onde o aluno estagiário auxiliou na parte da divulgação, da inscrição dos alunos, na parte logística que envolveu a colocação de cartazes, de montagem dos campos e dos materiais. No decorrer da atividade o aluno ficou responsável por organizar de forma independente o torneio de ténis de mesa, sendo juiz dos jogos, desde as fases de grupos dos vários ciclos de estudo até às finais.



Figura 6 Dia da Educação Física

A **Manhã Desportiva** foi organizada pelos alunos do 12º ano que consiste numa manhã passada na praia composta por várias atividades e jogos para toda a comunidade escolar. Apesar desta atividade ser organizada pelos alunos enquanto professor estagiário foi desenvolvido um papel de “orientador” auxiliando os alunos sempre que estes sentissem mais dificuldade quer na escolha das atividades a desenvolver como na própria organização das mesmas.

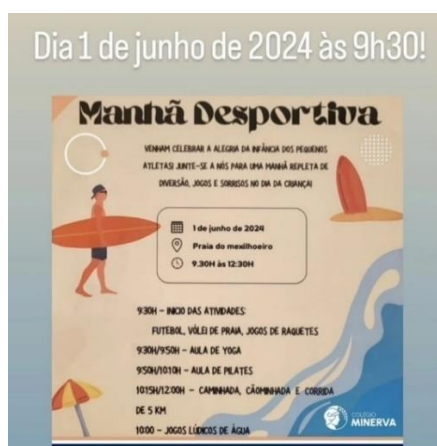


Figura 7 Manhã Desportiva

A **Orientação Noturna** foi organizada pelos alunos do 12º ano que consistiu numa corrida de orientação em equipas para toda a comunidade escolar, durante o período da noite pela cidade do Barreiro. Enquanto professor estagiário foi desenvolvido um papel de “orientador” auxiliando os alunos sempre que estes sentissem mais dificuldade como na escolha dos desafios ao longo do percurso ou na própria organização dos mesmos.



Figura 8 Orientação Noturna

A **Gincana** foi uma atividade organizada pela equipa de Educação Física no Parque da Cidade do Barreiro, na qual os alunos desde a creche ao secundário participam num conjunto de atividades como insufláveis, escalada, ténis, Basquetebol, Corfebol, Futsal, Orientação, Jogos tradicionais, Desportos de Combate e Dança. Nesta atividade o professor estagiário participou na organização, no transporte e montagem dos materiais, para além de ficar responsável pela estação de Futsal onde organizou equipas, torneios e desafios.



Figura 9 Gincana

O **Acampamento Minervino** consistiu numa saída com os alunos durante 5 dias, com destino a Salir do Porto, o tema do acampamento foi o Euro 2024, onde cada turma escolheu uma das seleções e os alunos “vestiram” o papel de jogadores. Ao longo dos dias foram organizadas várias atividades, como o Treino de Craques; O Euro Somos Nós; Fora de Jogo; Para Além do Relvado. Nestas atividades os alunos aperfeiçoaram as suas habilidades com treinadores especializados, exploraram a cultura e a diversidade dos países participantes do campeonato europeu com atividades de artes manuais, recuperaram os músculos nas águas de S. Martinho do Porto com uma noite de cinema e ainda tiveram a oportunidade de explorar a beleza natural do ambiente de acampamento através de jogos divertidos

e trilhos emocionantes. Durante esta semana de acampamento o professor estagiário ficou responsável por acompanhar o seu grupo durante as diversas atividades garantindo que o planeamento era cumprido, acompanhando os alunos ao longo do dia ficando responsável por entregar as refeições do pequeno-almoço, almoço, lanche, jantar e ceia. Para além de acompanhar o seu grupo o aluno ficou responsável por realizar um conjunto de jogos distribuídos por estações ao longo da praia juntamente com os colegas do Departamento de Educação Física.



Figura 10 Acampamento Minervino

Estas atividades realizadas fora da aula incentivam os alunos a realizar atividade física de forma prazerosa contribuindo para promover um estilo de vida ativo e saudável enriquecendo a EF e a interdisciplinaridade. Em destaque o acampamento Minervino que permitiu alinhar outros campos de conhecimento ao desporto, como artes, atividades manuais e geográfica enriquecendo a formação dos alunos complementando o currículo da EF.



## 5. Área IV- Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida

### A INFLUÊNCIA DA OBSERVAÇÃO NO DESEMPENHO DE ALUNOS DE 3º CICLO E ENSINO SECUNDÁRIO NA MODALIDADE DE ANDEBOL

#### 5.1. Resumo

**Enquadramento:** Quando se trata de Educação Física geralmente pensamos em movimento e em prática direta nas atividades, por vezes, esquecemo-nos da importância da observação no processo de aprendizagem. A aprendizagem observacional é considerada uma ferramenta importante para aprender habilidades motoras. **Objetivo:** Analisar a influência da observação em alunos de 3º ciclo e ensino secundário, através da utilização do TSAP, em situação de jogo de Andebol. **Métodos:** A amostra é constituída por 30 alunos do 8º ano (n=10), 9º ano (n=10) e 10º ano (n=10), sendo a amostra foi dividida em dois grupos: Grupo com tarefa de observação (G1) e Grupo sem tarefa de observação (G2). Como instrumento de observação foi utilizado o *Team Sports Assessment Procedure* (TSAP) sendo o mesmo, focado nos aspetos ofensivos do jogo com bola, permitindo avaliar a forma como um jogador entra na posse de bola e a forma como utiliza essa mesma posse. Durante as aulas de Educação Física os alunos do G1 realizaram 60 minutos de observação + prática de jogo de andebol 5x5 distribuídos em períodos de 10 minutos ao longo de 6 aulas, enquanto o G2 apenas realiza 60 minutos de prática de jogo de andebol 5x5 distribuídos em períodos de 10 minutos ao longo de 6 aulas. Em termos de procedimento estatístico, foi utilizado o programa IBM SPSS, inicialmente foi realizado o teste de Shapiro-Wilk que confirmou a normalidade de cada variável do estudo. Após confirmada a normalidade foi feita uma comparação da média dos grupos em cada variável através do teste t. **Resultados:** Apesar do G1 apresentar melhores resultados, apenas se verificou diferença significativa numa das cinco variáveis, nomeadamente nas bolas ofensivas. **Conclusões:** O uso desta ferramenta por parte dos alunos em 6 sessões de 10 minutos não contribuiu para um melhor desempenho significativo do grupo observador. O tempo de observação aplicado, limitado apenas a 6 sessões de 10 minutos pode não ser suficiente para melhorar significativamente o desempenho dos alunos quando utilizado o TSAP para avaliar o desempenho.

**Palavras-chave:** Observação, TSAP, Andebol

## THE INFLUENCE OF OBSERVATION ON THE PERFORMANCE OF 3RD CYCLE AND SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN THE SPORT OF HANDBALL

### 5.2. Abstract

**Background:** When it comes to Physical Education we usually think of movement and direct practice in activities, sometimes forgetting the importance of observation in the learning process. Observational learning is considered an important tool for learning motor skills. **Objective:** To analyze the influence of observation on 3rd cycle and secondary school students, through the use of TSAP, in a handball game situation. **Methods:** The sample consisted of 30 students from the 8th grade (n=10), 9th grade (n=10) and 10th grade (n=10). The sample was divided into two groups: Group with observation task (G1) and Group without observation task (G2). The Team Sports Assessment Procedure (TSAP) was used as an observation tool, focusing on the offensive aspects of the game with the ball, making it possible to assess how a player enters possession of the ball and how he uses it. During Physical Education lessons, G1 students carried out 60 minutes of observation + practice of a 5x5 handball game, distributed in 10-minute periods over 6 lessons, while G2 only carried out 60 minutes of practice of a 5x5 handball game, distributed in 10-minute periods over 6 lessons. In terms of the statistical procedure, the IBM SPSS program was used. Initially, the Shapiro-Wilk test was carried out to confirm the normality of each variable in the study. After confirming normality, a comparison was made of the mean of the groups in each variable using the t-test. **Results:** Although G1 showed better results, there was only a significant difference in one of the five variables, namely offensive balls. **Conclusions:** The use of this tool by the students in six 10-minute sessions did not contribute to a significant improvement in the performance of the observer group. The observation time applied, limited to just 6 10-minute sessions, may not be enough to significantly improve student performance when TSAP is used to assess performance.

**Keywords:** Observation, TSAP, Handball

### 5.3. Introdução

Os professores de Educação Física muitas vezes têm as suas próprias concessões e orientações educacionais que moldam a maneira como planeiam, ensinam e avaliam o conteúdo ao longo do ano letivo. As mesmas podem variar amplamente entre os professores e podem influenciar as abordagens pedagógicas, os métodos de ensino, a ênfase dada a diferentes aspetos da disciplina e as prioridades na avaliação dos alunos. É importante que os professores estejam cientes disso e que procurem abordagens pedagógicas que sejam eficazes e alinhadas com os objetivos de ensino da Educação Física e também com os recursos disponíveis para o fazer. Da mesma forma, os alunos têm formas variadas de aprender e observar um desporto pode ser positivo para eles.

Esta investigação procura encontrar metodologias de ensino que amplifiquem as possibilidades de aprendizagem e o refinamento de movimentos dentro da modalidade de Andebol. Assim, com este trabalho procuro encontrar mais uma ferramenta que auxilie os professores a lecionarem as aulas de forma que o aluno esteja sempre em processo de aprendizagem, seja através da prática ou da observação.

Segundo Han (2022) é crucial que os professores de EF utilizem técnicas eficazes para a transmissão de conhecimento e desenvolvimento de habilidades motoras nos alunos. Desta forma, os alunos com maior competência motora tendem a estar mais disponíveis para se envolverem em atividades físicas de moderada a vigorosa intensidade ao contrário de alunos com menos competência motora (M. Adank et al., 2018). Quando se trata de Educação Física geralmente pensamos em movimento e em prática direta nas atividades e por vezes esquecemo-nos da importância da observação no processo de aprendizagem.

Segundo Silva (2019) a observação é uma prática intrínseca ao ser humano, que envolve o ato de direcionar a atenção para um evento ou situação com o propósito de realizar investigações ou análises. É uma habilidade fundamental que nos permite recolher informações, entender o ambiente ao nosso redor e aprofundar conhecimentos sobre diversos assuntos. A aprendizagem por observação permite que as pessoas adquiram novos conhecimentos e habilidades ao observar o comportamento de outros e as consequências dessas ações. O processo de atenção seletiva desempenha um papel fundamental na aprendizagem por observação. Este processo é responsável por determinar o que está a ser observado e por extrair as informações mais relevantes da ação. Para aprender de forma eficaz, é essencial concentrar a atenção no que está a ser observado (Tani et al., 2011). De acordo com Ladewing (2000), o autor destaca a importância da atenção no processo de aprendizagem, a atenção exerce uma função importante na capacidade de retenção de informações relevantes, pois é através dela que as informações são guardadas na memória de longa duração. É importante os professores de EF criarem um ambiente que facilite a aprendizagem utilizando estratégias que procurem a diminuição das exigências no processo da atenção. Ao utilizar estratégias de atenção seletiva, será mais fácil para o aluno selecionar informações relevantes à tarefa e conseqüentemente, facilitar a aprendizagem e a “performance”.

Segundo Han (2022), a aprendizagem observacional é uma abordagem pedagógica eficaz que pode influenciar o desenvolvimento de habilidades motoras dos alunos em todos os níveis de EF. O autor afirma ainda que há fortes evidências que suportam o efeito da aprendizagem de habilidades motoras dos alunos através da observação, em comparação com os alunos que não praticaram a observação. Vários autores (Hung et al., 2018; Kretschmann, 2017; O’Loughlin et al., 2013; Potdevin et al., 2018) mencionam que a aprendizagem observacional é considerada um método poderoso para aprender habilidades motoras, melhorando significativamente as habilidades motoras dos alunos em matérias

como ginástica, natação, badminton e basquetebol. Em diversas áreas os alunos que participam na aprendizagem por observação têm um melhor desempenho em tarefas físicas do que aqueles que apenas praticam individualmente. A oportunidade de observar um colega durante a prática parece melhorar a aquisição de competências (Martineau *et al.*, 2013). Intercalar a prática observacional com a prática física pode beneficiar o desempenho e a consolidação da memória (Larssen *et al.*, 2021).

Assim, seria crucial a utilização de uma abordagem que direcionasse a atenção dos alunos observadores para determinadas ações específicas como recuperações de bola, bolas ofensivas, passes efetuados entre outros, que permita retirar as informações mais relevantes das ações em jogo. Este instrumento pode auxiliar os alunos na sua tarefa de observação entregando-lhes algumas referências de observação. De acordo com Perazzetti (2023) foram também publicados diversos estudos sobre o uso da ferramenta TSAP em várias outras modalidades como no Futebol (Blomqvist *et al.*, 2005), no basquetebol (Catarino *et al.*, 2017), em hóquei no gelo (Nadeau *et al.*, 2008) e em voleibol (Richard *et al.*, 2002). Dito isto, foi utilizado o *Team Sports Assessment Procedure* (TSAP) como ferramenta de observação, sendo a mesma, focada nos aspetos ofensivos do jogo com bola, permitindo avaliar a forma como um jogador entra na posse de bola e a forma como utiliza essa mesma posse (Gréhaigne *et al.*, 1997). Segundo Madeira (2013) o TSAP fornece dados aos professores sobre os desempenhos táticos dos alunos nos jogos desportivos coletivos permitindo uma avaliação autêntica. Apesar de não ser esse o foco do estudo, este instrumento de análise oferece também aos pesquisadores científicos a capacidade de recolher dados essenciais para as suas investigações, garantindo a obtenção de um conjunto de dados confiáveis sobre o desempenho dos jogadores no processo ofensivo com bola e o seu impacto no jogo, permitindo avaliar o desempenho e a contribuição dos jogadores durante o jogo, refletindo as suas habilidades técnicas e táticas. O instrumento proporciona uma base sólida para a análise do desempenho dos jogadores e do seu papel nas estratégias de jogo, auxiliando na compreensão das suas capacidades e contribuições para a equipa (Richard *et al.*, 1999).

Por fim, o objetivo geral deste projeto passa por analisar a influência da observação, através da utilização do TSAP no desempenho dos alunos em situação de jogo de Andebol através da comparação entre o grupo com observação e o grupo sem observação.

## **5.4. Materiais e Métodos**

### **5.4.1. Amostra**

A amostra é constituída por 30 alunos do ensino básico e secundário de nível introdutório na modalidade de andebol, a amostra é reduzida devido aos critérios de exclusão, para além do estudo ser focado apenas em alunos de nível introdutório, foi estipulado que os alunos não podiam participar sem autorização do Encarregado de Educação, 10 alunos foram excluídos por não estarem presentes nos momentos da intervenção.

Trata-se de uma amostra por conveniência composta por alunos do Colégio Minerva no Barreiro com idades compreendidas entre os 13 e os 16 anos, matriculados no ano letivo de 2023/2024 e inscritos na disciplina de Educação Física.

A amostra foi dividida em dois grupos: Grupo com observação (G1) e Sem observação (G2). O G1 é constituído por 15 alunos que para além de participarem e realizarem o jogo de andebol 5x5 observam outros colegas na mesma situação de jogo. O G2 é constituído por 15 alunos que apenas realizam a situação de jogo de andebol 5x5 e não realizam essa tarefa de observação.

### 5.4.2. Instrumentos

#### *Team Sports Assessment Procedure*

O *Team Sports Assessment Procedure* (TSAP) é usado tanto em desportos como em aulas de Educação Física por estudantes, professores, treinadores e pesquisadores para avaliar o desempenho em jogos como a integração da compreensão tática, tomada de decisões e desempenho de habilidades (Grehaigine et al., 1997).

O objetivo principal deste instrumento é fornecer dados objetivos sobre o desempenho ofensivo dos jogadores em diferentes jogos de invasão e de rede, evitando o uso de testes padronizados que não fornecem comportamentos táticos dos jogadores (Richard et al., 2002).

A ideia básica deste procedimento é considerar os comportamentos específicos dos alunos e das equipas durante o jogo, resumindo os dados recolhidos sob a forma de ocorrências totais ou sob a forma de um índice de desempenho. Assim, a ferramenta TSAP concentra-se nos aspetos ofensivos do jogo com a bola, avaliando como um jogador ou equipa obtém a posse de bola e como utiliza essa mesma posse de bola (Gréhaigine et al., 1997).

<b>Componentes do TSAP</b>	
<b>BC</b>	<i>Considera-se uma bola conquistada quando um jogador interceitou, roubou de um adversário ou recapturou após um remate à baliza malsucedido ou após uma quase perda de posse de bola para a equipa adversária.</i>
<b>BR</b>	<i>O jogador recebe a bola de um parceiro e não perde imediatamente o controle da mesma.</i>
<b>BP</b>	<i>Considera-se uma bola perdida quando um jogador a perde para a equipa contrária sem ter marcado um golo.</i>
<b>BO</b>	<i>Considera-se uma bola ofensiva quando um passe para um colega coloca pressão na equipa contrária, na maioria das vezes leva a um remate.</i>
<b>R</b>	<i>É considerado um remate uma bola perigosa que leve a direção da baliza, independentemente de ser marcado ponto ou não.</i>

*Tabela 7. Definição das Componentes do TSAP*

**Legenda:** BC: Bola Conquistada; BR: Bola Recebida; BP: Bola Perdida; BO: Bola Ofensiva; R: Remate.

### 5.4.3. Procedimentos

Em primeiro lugar o projeto de investigação foi apresentado à direção do colégio para ter o seu aval, depois foi contactado o coordenador de Educação Física que estava envolvido na investigação para definirmos o melhor momento para dar início às atividades para que pudesse encaixar da melhor forma no plano anual das atividades. Posteriormente o projeto foi apresentado também aos estudantes, convidando-os a participar e aos respetivos encarregados de educação com o consentimento informado para esclarecer quaisquer dúvidas e autorizarem a participação do seu educando. Assim, numa primeira aula foi realizada uma avaliação inicial de andebol em situação de jogo 5x5 a 87 alunos das turmas do 8º, 9º e 10º ano de modo a avaliar o nível de competência dos alunos. Os alunos que se encontravam acima do nível introdutório ou aqueles cujos encarregados de educação não autorizaram a participação foram excluídos e de forma aleatória foram formadas duas equipas de cinco elementos dentro de cada uma das 3 turmas.

Depois de formadas as equipas e definidos os grupos foi feito um primeiro momento de avaliação recorrendo à ferramenta de observação TSAP onde as equipas do G1 realizaram jogo de andebol 5x5 contra as equipas do G2 dentro das respetivas turmas.

O jogo foi gravado para que fosse possível fazer uma contabilização exata do número de bolas recebidas, conquistadas, ofensivas, remates e bolas perdidas de cada aluno.

Numa terceira etapa durante as aulas de Educação Física os alunos do G1 realizaram 60 minutos de observação de jogo de andebol 5x5, distribuídos em períodos de 10 minutos ao longo de 6 aulas, utilizando o TSAP de forma a direcionar a sua observação. Enquanto os alunos do G2 se encontravam noutra atividade de aula os alunos do G1 observavam os colegas de nível elementar e avançado que não participaram no estudo, após o grupo observador assistir os colegas ambos os grupos realizavam o mesmo exercício de andebol em simultâneo durante o mesmo período.

Por fim repetiu-se a avaliação, onde o G1 e o G2 realizaram novo jogo de andebol. Esse momento foi gravado e foi feita uma nova avaliação individualizada de cada aluno recorrendo à mesma ferramenta de observação TSAP para que fosse novamente contabilizado o número de ações de cada aluno relativamente ao número de bolas recebidas, conquistadas, ofensivas, remates e bolas perdidas.

#### 5.4.4. Análise de Dados

O tratamento estatístico foi realizado recorrendo ao programa IBM SPSS. Inicialmente foi realizado o teste de Shapiro-Wilk que confirmou a normalidade de cada variável (BR, BC, BP, BO, R). Após confirmada a normalidade foi feita uma comparação da média dos grupos em cada variável através do teste t com nível de significância de  $p < 0,05$ .

#### 5.5. Resultados

	n	Média (DP)	%
Idade (anos)	30	15,00 (0,83)	-
Género			
Feminino	22	15,00 (0,75)	73,3
Masculino	8	15,00 (1,06)	26,7
Escolaridade			
8º ano	10	14,00 (0,00)	33,3
9º ano	10	15,00 (0,00)	33,3
10º ano	10	16,00 (0,00)	33,3

Tabela 8. Análise Descritiva da Amostra

**Legenda:** n: número de alunos; DP: desvio padrão; %: percentagem

<b>Registo de Observação do grupo observador</b>											
<b>1ª Observação</b>						<b>2ª Observação</b>					
<i>Entrada na Posse da Bola</i>		<i>Utilização da Bola</i>				<i>Entrada na Posse da Bola</i>		<i>Utilização da Bola</i>			
BC	BR	BP	BR	BO	R	BC	BR	BP	BR	BO	R
13	117	25	117	18	28	14	161	24	161	35	37

Tabela 9 Registo de Observação do grupo 1

**Legenda:** BC: Bola Conquistada; BR: Bola Recebida; BP: Bola Perdida; BO: Bola Ofensiva; R: Remate

<b>Registo de Observação do grupo sem observação</b>											
<b>1ª Observação</b>						<b>2ª Observação</b>					
<i>Entrada na Posse da Bola</i>			<i>Utilização da Bola</i>			<i>Entrada na Posse da Bola</i>			<i>Utilização da Bola</i>		
<i>BC</i>	<i>BR</i>	<i>BP</i>	<i>BR</i>	<i>BO</i>	<i>R</i>	<i>BC</i>	<i>BR</i>	<i>BP</i>	<i>BR</i>	<i>BO</i>	<i>R</i>
19	131	20	131	36	42	26	131	14	131	27	47

*Tabela 10 Registo de Observação do grupo 2*

**Legenda:** BC: Bola Conquistada; BR: Bola Recebida; BP: Bola Perdida; BO: Bola Ofensiva; R: Remate

	Com Observação	Sem Observação	t	P
	Media (DP)	Media (DP)		
BR	2,93 (4,49)	0,0 (3,3)	2,034	0,052
BP	-0,06 (1,70)	-0,40 (1,88)	0,508	0,616
BC	-0,06 (1,53)	0,46 (2,19)	-0,770	0,448
BO	1,13 (2,29)	-0,60 (2,26)	2,084	0,046
R	0,60 (2,02)	0,33 (2,38)	0,330	0,744

*Tabela 11 Comparação da média, nos momentos pré e pós intervenção, das variáveis entre os dois grupos*

**Legenda:** BC: Bola Conquistada; BR: Bola Recebida; BP: Bola Perdida; BO: Bola Ofensiva; R: Remate

Analisando a tabela 11 podemos observar que a única variável onde se verifica uma diferença significativa na evolução entre os grupos é a das Bolas Ofensivas  $p=0,046$ . Apesar de não se verificar uma diferença significativa o grupo com observação apresentou melhor evolução relativamente ao número de Bolas Recebidas e Remates

## 5.6. Discussão

O presente estudo ao analisar as variáveis utilizadas pela ferramenta de observação TSAP identificou que apenas 6 sessões de 10 minutos não foram suficientes para encontrar diferenças significativas entre os grupos, no entanto verificou-se uma maior evolução no grupo com observação relativamente aos parâmetros de utilização de bola (BR; R) encontrando até uma diferença significativa na evolução do número de bolas ofensivas geradas pelo grupo observador. A partir da inexistência de estudos mais específicos nesta área, a discussão destes dados baseia-se em estudos que utilizam outras ferramentas de observação como o GPAI que segundo Mortágua (2010) apresenta resultados muitos semelhantes ao TSAP. Na área dos Conhecimentos avaliados em Educação Física o uso de uma ferramenta de observação (GPAI) mostrou contribuir significativamente para o aumento do conhecimento dos alunos (Marcías *et al.*, 2018). Num estudo relacionado (Figueiredo *et al.*, 2008) o treino dos alunos como observadores (15 sessões) permitiu ao grupo experimental obter melhores resultados de conhecimento declarativo em comparação com o grupo de controlo, a segunda hipótese do estudo dos autores era que o treino dos alunos como observadores permitiria ao grupo experimental obter melhores resultados na execução das habilidades no jogo. Os resultados não permitem confirmar esta hipótese com certeza, embora em todas as avaliações de resultados existam diferenças entre os dois grupos a favor do grupo experimental, no caso do Basquetebol essa diferença não é estatisticamente

significativa. Ricardo (2005) num estudo semelhante ao anterior realizado em Portugal o autor encontrou valores ainda mais significativos para o grupo experimental após 25 sessões. Esta divergência nos resultados encontrados na presente investigação pode estar relacionada com o menor número de sessões de observação dos alunos (6) quando comparados a estes estudos (15; 25 sessões). A presente investigação ao analisar a performance de alunos de 3ºciclo e ensino secundário na modalidade de Andebol mostrou que existiu uma diferença significativa para grupo com observação na média de bolas ofensivas jogadas. Este resultado vai de encontro com outros estudos onde se compara a aprendizagem por observação vs aprendizagem sem observação mostrando uma melhora significativa nas habilidades motoras em matérias como ginástica, natação, badminton e basquetebol (Hung et al., 2018; Kretschmann, 2017; O'Loughlin et al., 2013; Potdevin et al., 2018).

No entanto, a investigação apresenta algumas limitações que deverão ser tidas em conta, a ferramenta de observação TSAP não contempla alguns fatores importantes como a qualidade dos gestos técnicos e ações sem bola (comunicação dos alunos com a equipa, atitude competitiva, postura defensiva, desmarcações, ocupações de espaços vazios, etc.). Neste sentido ao analisar o grupo observador diariamente e nos próprios momentos de avaliação foi perceptível uma atitude mais positiva em jogo, após a perda da posse de bola a equipa recuava imediatamente e defendia como um todo, os alunos tentavam aplicar gestos técnicos de maior dificuldade como o remate em suspensão, contrariamente ao grupo não observador, estas diferenças podem ser explicadas devido ao facto do G1 observar os colegas a jogar desta forma.

## **5.7. Conclusão**

Ao analisar o desempenho de alunos de 3ºciclo e ensino secundário em situação de jogo na modalidade de andebol através da ferramenta de observação Team Sports Assessment Procedure conclui-se que o uso desta ferramenta por parte dos alunos em 6 sessões de 10 minutos não contribuiu para um melhor desempenho significativo do grupo observador. O tempo de observação aplicado, limitado apenas a 6 sessões de 10 minutos pode não ser suficiente para melhorar significativamente o desempenho dos alunos quando utilizado o TSAP para avaliar o desempenho. Apesar dos resultados obtidos é importante que os professores de Educação Física continuem a procurar desenvolver estratégias de ensino que possam ajudar no desenvolvimento dos alunos.

## 6. Reflexão Final

Em nota de reflexão, considero que a PES foi uma experiência gratificante que me permitiu voltar a encontrar pessoas que me marcaram muito pela positiva e também criar relações pessoais com alunos, professores e funcionários, para além disso foi uma etapa essencial para a minha formação enquanto futuro professor de Educação Física, proporcionando aprendizagens que só mesmo a prática e o dia a dia na escola o podem fazer.

Ao longo deste tempo passei por várias fases que me permitiram melhorar enquanto professor de forma segura e gradual até assumir a responsabilidade total das várias turmas. A fase de observação permitiu-me perceber as dinâmicas das aulas de Educação Física, observar várias estratégias e formas de trabalhar. As fases seguintes de coadjuvação sob orientação dos professores cooperantes foram especialmente importantes para a prática constante de habilidades pedagógicas, cruciais para ganhar mais confiança com os alunos e para entender a sensibilidade que os *feedbacks* exigem, percebendo como cada estudante tem a sua forma de reagir a determinada correção. A última fase de foi sem dúvida a mais desafiadora, mas também fundamental para a consolidação das minhas competências pedagógicas, capacidade de organização e tomada de decisão.

A PES permitiu-me ultrapassar algumas dificuldades iniciais como a gestão do tempo de aula, a necessidade de adaptação às diferenças individuais de cada aluno e da sua forma de aprender e a transmissão de *feedbacks* onde por vezes demonstrava algumas reticências nas minhas intervenções com medo de errar.

Proporcionou também a oportunidade de participar em outras atividades e interagir de forma ativa na comunidade escolar, integrando-me nas várias atividades desportivas desenvolvidas ao longo do ano letivo, reforçando a importância do papel do professor para além da sala de aula, como um agente participativo na vida do colégio. Todo o conhecimento e experiências vividas durante a PES foram determinantes para me preparar para o mundo do trabalho nesta profissão de Professor de Educação Física.

Ainda, a realização da investigação proporcionou-me vários momentos de reflexão crítica sobre outra estratégia de ensino que não conhecia e que pode ser benéfica para os alunos. Para além disso permitiu-me evoluir também como investigador principalmente no tratamento estatístico dos dados, dificuldade que por superar no passado. Apesar dos resultados encontrados na presente investigação, enquanto futuro professor de EF considero fundamental não apenas quantificar ações e sim valorizar sempre o aluno que se esforça e procura evoluir sem receio de errar.



## 7. Referências bibliográficas

- Albuquerque, C. (2010). Processo ensino-aprendizagem: características do professor eficaz. *Millenium*, (39), 55-71.
- Alves, P. M. C. (2016). Os Professores de Educação Física e a Promoção Dde um Estilo de Vida Ativo (Doctoral dissertation, Universidade de Lisboa (Portugal)).
- Andrade, J., Cruz, A., Patrício, D., Correia, R., & Marques, A. (2020). Viabilidade do planeamento por etapas: visão dos estudantes-estagiários. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 6(1), 62-67.
- Blomqvist, M., Vääntinen, T., & Luhtanen, P. (2005). Assessment of secondary school students' decision-making and game-play ability in soccer. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 10(2), 107–119. <https://doi.org/10.1080/17408980500104992>
- Carraro, A., Colangelo, A., Santi, G., Conti, C., Petrini, M., & Gobbi, E. (2022). An Internet-Supported Continuing Professional Development Training with Secondary School Physical Education Teachers: Protocol for the Physical Education for Moving (PE4MOVE) Trial. *Sustainability*, 14(18), 11579.
- Catarino, L. M., Carvalho, H. M., & Gonçalves, C. E. (2017). Análisis del conocimiento táctico a través del procedimiento d evaluación del deporte del equipo / TSAP: Un estudio de caso en baloncesto. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias Del Deporte*, 6(1), 141. <https://doi.org/10.6018/293591>
- Constantino, D., Marques, C., Silva, C., Furão, D., Calado, M., & Vieira, F. (2022). As características dos Professores de Educação Física que influenciam um estilo de vida ativo e saudável. *Germinare— Revista Científica do Instituto Piaget*, (2), 17-32.
- Figueiredo, L. M., Lago, C., & Villarino, M. F. (2008). Análisis del efecto de un modelo de evaluación recíproca sobre el aprendizaje de los deportes de equipo en el contexto escolar. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 21.
- Gomila, M. A., Pascual, B., & Quincoces, M. (2018). Family-school partnership in the Spanish education system. *Journal of Education for Teaching*, 44(3), 309-320.
- Gréhaigne, J.-F., Godbout, P., & Bouthier, D. (1997). Performance Assessment in Team Sports. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16(4), 500–516. <https://doi.org/10.1123/jtpe.16.4.500>
- Han, Y., Syed Ali, S. K. Bin, & Ji, L. (2022). Use of Observational Learning to Promote Motor Skill Learning in Physical Education: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 10109. <https://doi.org/10.3390/ijerph191610109>
- Hung, H.-C., Shwu-Ching Young, S., & Lin, K.-C. (2018). Exploring the effects of integrating the iPad to improve students' motivation and badminton skills: a WISER model for physical education. *Technology, Pedagogy and Education*, 27(3), 265–278. <https://doi.org/10.1080/1475939X.2017.1384756>
- Kretschmann, R. (2017). Employing tablet technology for video feedback in physical education swimming class. *Journal of E-Learning and Knowledge Society*, 13(2), 103–1115. <https://doi.org/10.20368/1971-8829/1322>
- Kyrgyridis, P., Derri, V., & Kioumourtzoglou, E. (2006). Παράγοντες που Συμβάλλουν στην Αποτελεσματική Διδασκαλία της Φυσικής Αγωγής: Ανασκοπική Μελέτη. *Inquiries in Physical Education and Sport*, 4(3), 409-419.

- Ladewig, I. (2000). A importância da atenção na aprendizagem de habilidades motoras. *Revista paulista de educação física*, 3, 62-71.
- Larssen, B. C., Ho, D. K., Kraeutner, S. N., & Hodges, N. J. (2021). Combining observation and physical practice: Benefits of an interleaved schedule for visuomotor adaptation and motor memory consolidation. *Frontiers in Human Neuroscience*, 15, 614452.
- Li, L. (2023). Classroom Teaching Decision-Making Optimization for Students' Personalized Learning Needs. *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 18(9).
- M. Adank, A., H. H. Van Kann, D., A. A. Hoeboer, J. J., I. de Vries, S., P. J. Kremers, S., & B. Vos, S. (2018). Investigating Motor Competence in Association with Sedentary Behavior and Physical Activity in 7- to 11-Year-Old Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(11), 2470. <https://doi.org/10.3390/ijerph15112470>
- MADEIRA, A. L. P. P. (2013). Estudo de padrões de jogo de andebol em educação física – jogos com alunos do mesmo nível e com alunos de aptidão heterogénea [Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias]. <http://hdl.handle.net/10437/4907>
- Macías-Romero, J., & Otero-Saborido, F. M. (2018). Effects of using an assessment instrument on procedural knowledge in team sports. *Journal of Physical Education and Sport*, 18, 1021-1027.
- Martineau, B., Mamede, S., St-Onge, C., Rikers, R. M., & Schmidt, H. G. (2013). To observe or not to observe peers when learning physical examination skills; that is the question. *BMC medical education*, 13, 1-6.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching physical education: First online edition*. Spectrum Institute for Teaching and Learning.
- Nadeau, L., Richard, J.-F., & Godbout, P. (2008). The validity and reliability of a performance assessment procedure in ice hockey. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 13(1), 65–83. <https://doi.org/10.1080/17408980701444718>
- O'Loughlin, J., Chróinín, D. N., & O'Grady, D. (2013). Digital video: The impact on children's learning experiences in primary physical education. *European Physical Education Review*, 19(2), 165–182. <https://doi.org/10.1177/1356336X13486050>
- O'sullivan, M., & Tsangaridou, N. (1992). What undergraduate physical education majors learn during a field experience. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63(4), 381-392.
- Perazzetti, A., Dopsaj, M., & Tessitore, A. (2023). Technical and tactical evaluation of ball possession in international youth water polo matches using the Team Sport Assessment Procedure (TSAP) instrument. *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 12(2), 3–9. <https://doi.org/10.26773/mjssm.230901>
- Potdevin, F., Vors, O., Huchez, A., Lamour, M., Davids, K., & Schnitzler, C. (2018). How can video feedback be used in physical education to support novice learning in gymnastics? Effects on motor learning, self-assessment and motivation. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(6), 559–574. <https://doi.org/10.1080/17408989.2018.1485138>
- Ricardo, V. (2005). *Novas Estratégias de Ensino para os Jogos Desportivos: Um estudo experimental na modalidade de basquetebol em alunos do 9º ano de escolaridade*.
- Richard, J.-F., Godbout, P., & Griffin, L. L. (2002). Assessing game performance: an introduction to the team sport assesment procedure (TSAP). *Physical & Health Education Journal*, 68(1), 12–18.

- Richard, J.-F., Godbout, P., Tousignant, M., & Gréhaigne, J.-F. (1999). The Try-Out of a Team Sport Performance Assessment Procedure in Elementary and Junior High School Physical Education Classes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 18(3), 336–356. <https://doi.org/10.1123/jtpe.18.3.336>
- Rink, J. E., & Hall, T. J. (2008). Research on effective teaching in elementary school physical education. *The Elementary School Journal*, 108(3), 207-218.
- Seabra, C., Silva, E., & Resende, R. (2016). A prática de ensino supervisionada em educação física. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 2(3), 32-47.
- Silva, A. V. da. (2019). A importância da aprendizagem por observação para o melhor desempenho físico dos futuros oficiais combatentes do exercito brasileiro [ACADEMIA MILITAR DAS AGULHAS NEGRAS]. <http://bdex.eb.mil.br/jspui/handle/123456789/5606>
- Simões, J., Fernandes, C., & Lopes, H. (2014). Avaliar em educação física: a necessidade de um quadro conceptual. *Problemáticas da educação física I*, 17-23.
- Snoxell, E. (2014). The effect of teaching styles upon skill improvement and perceived enjoyment in badminton in year 7 boys. Investigative Research Report.
- Tani, G., Bruzi, A. T., Bastos, F. H., & Chiviakowsky, S. (2011). O estudo da demonstração em aprendizagem motora: estado da arte, desafios e perspectivas. DOI: 10.5007/1980-0037.2011v13n5p392. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, 13(5). <https://doi.org/10.5007/1980-0037.2011v13n5p392>
- Uchoa, P. do N. (2015). A importância do estágio supervisionado para a formação docente: um relato de experiência. *Revista Didática Sistêmica*, 17(2), 43–57. <https://periodicos.furg.br/redsis/article/view/5562>
- Xavier, C., & Fernandes, C. (2011). Algumas ponderações sobre avaliação em educação física escolar. *Diálogos Educacionais*, Campo Grande, MS, 2(1), 59-67.