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

Samuel Jerónimo Sousa

Relatório Final de Estágio

Perceção da Competência Motora dos Professores em relação à Competência Motora Real dos Alunos

Orientador interno: Professor Doutor Fábio Saraiva Flôres

Orientador externo: Professor Hugo Amiguinho

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

Samuel Jerónimo Sousa

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)

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

Almada, 2024

Índice

1. Introdução 10

2. Área I – Profissional, Social e Ética 11

2.1 Caracterização do Colégio 11

2.2 Competências Desenvolvidas 12

2.3 Expectativas do Estágio 13

2.4 Caracterização das Turmas 13

2.5 Caracterização dos Espaços 14

2.6 Projeto Educativo 15

2.7 Rotação de Espaços EF 15

3. Área II – Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem 16

3.1 Planeamento 16

3.1.1 Plano de Aula 17

3.2 Ensino 17

3.3 Avaliação 18

4. Área III – Participação na Escola e Relação com Comunidade 19

4.1 Direção de Turma 19

4.2 Desporto Escolar 19

RESUMO 21

Abstract 21

1. INTRODUÇÃO 22

2. MATERIAIS E MÉTODOS 23

2.1 Amostra 23

2.2 Instrumentos e Procedimentos Éticos 24

2.3 Análise Estatística 26

3. RESULTADOS 26

4. DISCUSSÃO 27

5. CONCLUSÃO 28

6. Referências 29

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Valores Descritivos da Amostra..... 24

Índice de Figuras

Figura 1 - Calendário Escolar 12
Figura 2 - Visualização Aérea CCF 14
Figura 3 - Rotação de Espaços EF 15
Figura 4 - Modelo de Plano de Aula 17
Figura 5 - Modelo de Plano de Treino DE 20
Figura 6 - Comparação entre CMR e CMP dos meninos 26
Figura 7 - Comparação entre CMR e CMP das meninas 27

Índice de Quadros

Quadro 1 - Horário de Estágio 13

Abreviaturas

Competência Motora – CM

Competência Motora Percebida – CMP

Competência Motora Real – CMR

Desenvolvimento Motor – DM

Educação Física – EF

Habilidades Motoras – HM

Motor Competence Assessment – MCA

Agradecimentos

A produção deste relatório simboliza o culminar de mais um ciclo e, como tal, seria de esperar que existissem inúmeros intervenientes que tornaram esta caminhada inesquecível.

Quero agradecer desde já e do fundo do coração à minha namorada Mafalda Miranda, que sempre me ajudou e apoiou ao longo desta fase, é de salientar que acompanhou o meu percurso do início ao fim. Quero agradecer também por toda a paciência que teve, por todo o amor e carinho prestado que me deu.

Agradeço ao Colégio Campo de Flores por me ter aceitado como estagiário, oferecendo-me todas as condições que favoreceram o meu crescimento pessoal e profissional.

Aos professores do Colégio, de uma forma mais direta, partilharam e despenderam do seu tempo e conhecimento, para me apoiar e ajudar a crescer como pessoa e como futuro profissional. O seu trabalho para comigo foi excelente.

Um agradecimento especial ao Professor Hugo Amiguinho, que disponibilizou o seu tempo oferecendo-me novas experiências, vivências e conhecimento.

Aproveito para agradecer ao Professor Fábio Flores pela supervisão, apoio e confiança prestada no decorrer do Estágio Curricular.

Agradeço aos meus pais, por todo o carinho, dedicação e incentivo. Obrigado pela disponibilidade demonstrada, pela paciência nos momentos menos bons e pelas minhas ausências, pelo apoio na tomada de decisões e por estarem sempre lá quando eu preciso.

Tendo consciência de que todo este percurso também não seria possível sem o apoio da minha avó, deixo um agradecimento muito especial para ela, por ser modelo de coragem, pelo incentivo, pela paciência e pela amizade prestada, e que me permitiu chegar ao fim de mais uma etapa.

Por último, gostava também de agradecer a todos os meus amigos que sempre me apoiaram e nunca desistiram de mim.

Resumo

Este relatório visa apresentar uma análise aprofundada do estágio curricular desenvolvido na área de Educação Física (EF), no âmbito da Prática de Ensino Supervisionada (PES). Na primeira secção, é caracterizado o contexto institucional onde o estágio decorreu, descrevendo-se em detalhe a escola e as turmas envolvidas no processo formativo. Na segunda secção, são explicados os procedimentos pedagógicos adotados, incluindo o planeamento detalhado, as metodologias de ensino e as estratégias implementadas no ensino da Educação Física, com particular destaque para as abordagens pedagógicas inovadoras e as práticas avaliativas. São ainda apresentados os critérios de avaliação e os métodos utilizados para aferir o progresso dos alunos, bem como uma análise crítica dos resultados obtidos. A terceira secção centra-se no Desporto Escolar, abordando de forma detalhada a modalidade desportiva escolhida, com a identificação dos objetivos gerais e específicos definidos pelo professor estagiário. São exploradas as práticas de ensino-aprendizagem, bem como os desafios e conquistas no âmbito do desenvolvimento desportivo dos alunos. Na quarta e última secção, o foco é colocado na investigação sobre a perceção dos professores de Educação Física em relação às competências motoras dos alunos, sendo analisadas as discrepâncias entre a Competência Motora Percebida pelos professores e a Competência Motora Real dos alunos. Os resultados obtidos evidenciam diferenças significativas entre as duas perceções, destacando a necessidade de uma reflexão crítica sobre os métodos de avaliação e as expectativas pedagógicas na área de Educação Física. Este estudo contribui para a compreensão da importância de uma abordagem pedagógica centrada nas reais capacidades motoras dos alunos e na sua valorização no contexto educativo.

Palavras-Chave: Educação Física, Competência Motora, Desporto Escolar, Competência Motora Percebida, Competência Motora real.

Abstract

This work aims to present an in-depth analysis of the internship carried out in the field of Physical Education (PE), within the scope of Supervised Teaching Practice (STP). The first section characterizes the institutional context where the internship took place, providing a detailed description of the school and the classes involved in the formative process. The second section explains the pedagogical procedures adopted, including detailed planning, teaching methodologies, and the strategies implemented in Physical Education teaching, with particular emphasis on innovative pedagogical approaches and assessment practices. The evaluation criteria and methods used to assess student progress are also presented, along with a critical analysis of the results obtained. The third section focuses on School Sports, thoroughly addressing the selected sports modality and identifying the general and specific objectives defined by the trainee teacher. Teaching-learning practices are explored, as well as the challenges and achievements in the context of students' sports development. In the fourth and final section, the focus is placed on research into Physical Education teachers' perceptions regarding students' motor skills, analyzing the discrepancies between the Motor Competence perceived by teachers and the students' Actual Motor Competence. The results obtained highlight significant differences between the two perceptions, emphasizing the need for critical reflection on assessment methods and pedagogical expectations in Physical Education. This study contributes to understanding the importance of a pedagogical approach centered on students' actual motor abilities and their appreciation within the educational context.

Keywords: Physical Education, Motor Competence, School Sport, Perceived Motor Competence, Real Motor Competence.

1. Introdução

O relatório final de estágio é um documento essencial que integra a Prática de Ensino Supervisionada em Educação Física, pertencente ao Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), oferecido pelo Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares do Instituto Piaget de Almada.

Este documento constitui a base fundamental para a elaboração do Relatório Final de Estágio e está dividido em quatro áreas principais:

- 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.

O objetivo central é delinear as competências necessárias em cada uma das áreas do Estágio Pedagógico, promovendo uma reflexão aprofundada sobre a experiência de estágio. Esta reflexão abrange, nomeadamente, o estudo do agrupamento ou escola, as turmas atribuídas, o processo de ensino-aprendizagem, a qualidade dos contextos educativos, a participação na vida da comunidade escolar e a organização de eventos desportivos. Além disso, o relatório final de estágio destaca a importância da participação ativa no desporto escolar do colégio, a cooperação, a cordialidade, o respeito e a entreajuda com os colegas do departamento de Educação Física. Também são abordados os diferentes níveis de planeamento (turma, etapa, unidade de ensino), o acompanhamento das atividades do diretor de turma e, por fim, a realização de uma investigação relevante tanto para a formação do estagiário quanto para a comunidade educativa.

Em resumo, este foi, sem dúvida, um documento de enorme relevância para o meu crescimento enquanto docente, pois ao proporciona-me uma reflexão sobre a minha prática pedagógica, permitiu-me identificar os pontos menos positivos da minha atuação como professor e ajustar as minhas estratégias de ensino, visando melhorar o meu desempenho como educador e, assim, contribuir para o sucesso escolar dos meus alunos.

2. Área I – Profissional, Social e Ética

2.1 Caracterização do Colégio

O Colégio Campo de Flores (CCF), com 56 anos de existência, assume-se como uma Escola autónoma e independente, alicerçada num Projeto Educativo único e adaptado às circunstâncias de hoje e aos desafios de amanhã. Na senda de uma educação para os valores, a Instituição assume-se como agente da evolução, desenvolvendo, para tal, métodos de ensino e aprendizagem inovadores que pretendem formar cidadãos ativos, críticos e com consciência cívica, social e ecológica. Fazer a diferença e contemplar a individualidade, na formação humanista e integral dos alunos, é o mote do Colégio, sendo, por isso, um espaço privilegiado em que a instrução e a educação se articulam numa cátedra do pensamento crítico. Foi em 1967 que o CCF abriu as portas aos seus jovens alunos. Foi um ato simples, embora cheio de significado, que foi percebido por muito tempo de maturação da ideia pelos seus fundadores, então com pouco mais de trinta anos.

A criação de um Colégio em edifício construído de raiz não é, nem foi, tarefa fácil. Para além das densas teias burocráticas que a envolvem, há a parte financeira que solicita somas consideráveis e que foram em grande parte suportadas pelo Pai do fundador. O edifício nasceu e cresceu na Quinta de S. Francisco dos Matos, no Lazarim, Caparica. A fundadora, Maria Helena Almeida, apaixonada pelo "Método de Leitura João de Deus" e por toda a sua obra, gostou muito do nome Campo de Flores não só como homenagem pela obra do poeta – pedagogo, como também pela localização do Colégio ser no campo e as flores serem as crianças.

O Colégio no seu início não tinha a dimensão que hoje apresenta. Começou a funcionar com 150 alunos, hoje a população escolar supera os 1100 alunos. No começo apenas eram lecionadas as classes Pré-Primárias e Primárias, como então se designavam. Logo durante o 1º ano verificou-se a necessidade de proceder à sua ampliação, necessidade esta que se foi repetindo e realizando pelos tempos seguintes, até atingir a dimensão que hoje tem. Os encerramentos dos anos letivos eram um grande acontecimento pelas suas festas; tradição que ainda hoje se mantém por altura do Natal.

Outro acontecimento muito feliz foi o aparecimento do nosso Hino escrito pela Professora Maria do Carmo Arvelar Silva e musicado pela Professora D. Graciette Vasconcelos, grandes amigas e grandes mulheres nesta casa, como muitas outras. Os atuais gestores e diretores do Colégio são dois dos seus filhos que sabem estar a concretização deste sonho dependente da permanente dedicação e competência em o bem servir por todos os seus Colaboradores. O nosso lema: "MAIS SABER, MAIS VALER" deve ser entendido como o compromisso que todos assumimos com a exigência, o rigor, o otimismo e o conhecimento para melhor servirmos a sociedade. Atualmente o colégio tem 1362 alunos distribuídos nos vários ciclos de escolaridade, no pré-escolar são 178 alunos em 8 turmas, no 1.º ciclo são 421 alunos em 16 turmas, no 2.º ciclo são 218 alunos em 8 turmas; no 3.º ciclo são 319 alunos em 12 turmas, e no ensino secundário são 226 em 9 turmas. O nível etário dos mesmos situa-se entre os 3 e os 18 anos.

Relativamente ao horário de funcionamento, este está aberto de segunda-feira a sexta-feira entre as 07h30 e as 19h30. Início das atividades letivas: Pré-escolar e 1º ciclo- 9 horas. 2º, 3º ciclo e ensino secundário- 08h45. Bar das 08h00 às 17h30 – no período de almoço, encerra das 14:00 às 15:00. Equipamento Escolar/Papelaria- aberto das 08h30 às 17h30 – no período de almoço, encerra das 14:00 às 15:00. O CCF rege-se pelo seguinte calendário escolar, que se divide por semestres:

Calendário Escolar 2023/2024	
Inicio dos Semestres	**Interrupções Letivas**
INÍCIO SEM ATIVIDADES ESCOLARES 4 a 8 Setembro	PAUSA INTERCALAR DO 1º SEMESTRE 15, 16 e 17 novembro
1º SEMESTRE 11 Setembro (2ªF) – 3 anos A e 1º ano	REINÍCIO DA ATIVIDADE LETIVA 20 novembro
1º SEMESTRE 12 Setembro (3ªF) – 3 anos B, 2º, 3º e 4º ano	NATAL E ANO NOVO 21, 22, 27, 28 e 29 dezembro
1º SEMESTRE 13 Setembro (4ªF) – 5 anos C, 5º e 7º ano	REINÍCIO DA ATIVIDADE LETIVA 3 janeiro
1º SEMESTRE 14 Setembro (5ªF) – 4 anos A/B, 5 anos A/B, 10º ano	INTERRUPÇÃO LETIVA DO 1º SEMESTRE 29 janeiro a 2 fevereiro
1º SEMESTRE 15 setembro (6ªF) – 6º, 8º, 9º, 11º e 12º anos	CARNAVAL 12 fevereiro
INÍCIO DO 2º SEMESTRE 5 Fevereiro – todos os alunos	PÁSCOA E PAUSA INTERCALAR DO 2º SEMESTRE 25 março a 5 abril
Final dos Semestres	REINÍCIO DA ATIVIDADE LETIVA 8 abril
FINAL DO 1º SEMESTRE 26 Janeiro – todos os alunos	**Colégio Encerrado**
FINAL DO 2º SEMESTRE 4 Junho – 9º, 11º e 12º ano 14 Junho – 5º, 6º, 7º, 8º e 10º ano 28 Junho – Pré e 1º ciclo	Reinício do ano letivo – 1 setembro Natal – 26 dezembro e 2 janeiro Carnaval – 13 fevereiro Páscoa – 1 abril

Figura 1 - Calendário Escolar

2.2 Competências Desenvolvidas

O principal propósito deste estágio foi promover o aperfeiçoamento da competência profissional, com foco na gestão dos três principais domínios da Educação Física (EF): o domínio psicomotor, o domínio cognitivo e o domínio socio afetivo. Isso implica considerar o aluno e a sua interação com a comunidade escolar em que ele está inserido. No foco de cada um desses domínios, o objetivo principal foi aplicar de maneira eficaz os conhecimentos e estratégias adquiridos ao longo do percurso académico. Além disso, visou a desenvolver a capacidade de encontrar as soluções mais adequadas e os recursos necessários para enfrentar qualquer situação que surja ao longo do estágio. De acordo com o programa da disciplina de EF, os principais objetivos durante a realização deste estágio foram os seguintes:

- Melhoramento da qualidade do processo de ensino-aprendizagem, visando a aperfeiçoar a forma de como os alunos adquirem o conhecimento;
- Desenvolvimento de estratégias de planeamento que contribuíram para o êxito dos alunos, facilitando o alcance dos seus objetivos educacionais;
- Aplicação e adaptação de conhecimentos e estratégias adquiridas ao longo da formação académica para lidar com situações mais complexas, procurando soluções eficazes para os problemas que possam surgir;
- Fornecimento de ferramentas e materiais necessários para que os alunos possam construir o seu próprio conhecimento, promovendo a aprendizagem por descoberta guiada.

Desta forma, o estágio contribuiu não apenas para aprimorar a qualidade do ensino dos futuros professores de EF, mas também para promover estilos de vida saudáveis entre os alunos, desenvolver estratégias de ensino eficazes e aplicar de forma prática os conhecimentos adquiridos ao longo da formação académica. A realização do estágio curricular pressupõe o acompanhamento de turmas nos ensinos Básico e Secundário e o envolvimento no Desporto Escolar. Assim, foram acompanhadas três turmas de ensino básico, 6ºB (2º ciclo), 8ºA e 8ºD (3º ciclo), foi ainda acompanhada uma turma de

ensino secundário, o 10ºA. Relativamente ao Desporto Escolar, realizou-se o acompanhamento da modalidade de basquetebol, mais concretamente 3º/4º anos, juntamente com o professor Hugo Amiguinho. O horário de estágio no colégio foi o seguinte:

<table>
<tr><th colspan="6">Aulas</th></tr>
<tr><th></th><th>Segunda</th><th>Terça</th><th>Quarta</th><th>Quinta</th><th>Sexta</th></tr>
<tr><td>08:45 – 09:30</td><td rowspan="2">8ºD (NF)</td><td rowspan="2">10ºA (HA)</td><td></td><td rowspan="2">6ºB (CT)</td><td>8ºA (CF)</td></tr>
<tr><td>09:30 – 10:15</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>10:35 – 11:20</td><td></td><td>6ºB (CT)</td><td></td><td rowspan="2">10ºA (HA)</td><td>8ºD (NF)</td></tr>
<tr><td>11:20 – 12:05</td><td rowspan="2">8ºA (CF)</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>12:15 – 13:00</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="6">Desporto Escolar - Basquetebol</td></tr>
<tr><td>17:00 – 18:00</td><td></td><td>3º/4º Ano</td><td></td><td>3º/4º Ano</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="3">CF – Professor Clício França
CT – Professora Cristina Tavares</td><td colspan="3">HA – Professor Hugo Amiguinho
NF – Professor Nuno Ferreira</td></tr>
</table>

Quadro 1 - Horário de Estágio

2.3 Expectativas do Estágio

Este estágio ocorreu em ambiente escolar, nomeadamente no Colégio Campo de Flores, e visou proporcionar aos estudantes uma experiência prática no planeamento, implementação e avaliação de aulas. Além disso, o estágio teve como expetativa desenvolver competências pedagógicas e ganhar uma compreensão mais profunda das necessidades e caraterísticas dos alunos. É importante sublinhar que os professores de EF desempenharam um papel significativo no processo de aprendizagem dos alunos. Foram vistos como mediadores entre o aluno e o mundo, estimulando e promovendo o desenvolvimento dos estudantes. Assim, o aluno não foi apenas alguém que adquiriu conhecimento, mas alguém que aprendeu em interação com os outros e com a sociedade. Nesse sentido, os métodos de ensino e as práticas pedagógicas desempenharam um papel fundamental na aprendizagem e na transmissão de conhecimento.

Espero que o estágio pedagógico seja uma experiência muito enriquecedora para a minha formação e que supere as minhas expetativas iniciais. Espero ser recebido de forma calorosa e acolhedora pela comunidade educativa do Colégio, incluindo não apenas os professores de todas as disciplinas, mas também os funcionários versáteis da instituição. Aguardo com grande expetativa a ajuda e a atenção do professor orientador, esperando que ele se empenhe em garantir que esta experiência seja de elevada qualidade e que me proporcione a oportunidade de aplicar os conhecimentos que adquiri durante o mestrado.

2.4 Caracterização das Turmas

Durante o ano letivo 2023/2024, as turmas acompanhadas foram o 6ºB, 8ºA, 8ºD e 10ºA. A turma do 6ºB era composta por 27 alunos, dos quais 13 do sexo feminino e 14 do sexo masculino, com idades compreendidas entre 10 e os 11 anos, com uma carga horária semanal de 2 aulas, com a duração de 45 minutos às terças-feiras e 90 minutos às quintas-feiras. O 8ºA era composto por 26 alunos, dos quais, 11 do sexo feminino e 15 do sexo masculino, com idades compreendidas entre 12 e os 13 anos,

com uma carga horária semanal de 2 aulas, com a duração de 90 minutos às segundas-feiras e 45 minutos às sextas-feiras. O 8ºD era composto por 28 alunos, dos quais, 14 do sexo feminino e 14 do sexo masculino, com idades compreendidas entre 12 e os 13 anos, a carga horária semanal era de 2 aulas com a duração de 90 minutos às segundas-feiras e 45 minutos às sextas-feiras. Por fim, a turma do 10ºA era composta por 29 alunos, dos quais, 8 do sexo feminino e 21 do sexo masculino, com idades compreendidas entre 14 e os 15 anos e uma carga horária semanal de 2 aulas com a duração 90 minutos às terças e quintas-feiras. Em nenhuma turma havia algum aluno com dificuldades extremas ou qualquer tipo de Necessidade Especial. De modo geral, os alunos destas turmas foram assíduos e pontuais no decorrer do ano letivo e revelaram uma boa taxa de aproveitamento.

2.5 Caracterização dos Espaços

O CCF localiza-se na margem sul do Tejo, na Estrada Nacional 10-1, no Lazarim. O Colégio dispõe de grandes instalações, proporcionando aos alunos uma excelente educação em diversas áreas. O colégio Campo de Flores está organizado em dois blocos principais (A – Pré-escolar e 1º ciclo; B – 2.º, 3.º ciclos e Ensino Secundário), contendo vários recursos capazes de responderem às necessidades educativas da comunidade escolar, a saber; salas de aulas e de apoio (adequadas para cada nível etário), salas de Educação Visual e de Educação Tecnológica, laboratórios para as Ciências Experimentais, sala de informática, Mediateca, Ginásios, campos exteriores para a prática de atividade desportiva, entre outros. De salientar que cada turma tem a sua sala de aula específica, deslocando-se apenas para as salas onde decorrem as disciplinas de carácter mais prático. Para além destas infraestruturas, dispõe de Gabinete de Intervenção Pedagógica; de gabinete de Psicologia e Orientação Escolar; de Serviços Administrativos; de um Gabinete de Primeiros Socorros (enfermeira permanente); de Refeitórios; de um Bar e de uma Papelaria/Reprografia. O colégio está envolvido por zonas e espaços verdes, havendo áreas de circulação, algumas das quais, cobertas.

Relativamente às infraestruturas utilizadas na disciplina de Educação Física, existem: três campos exteriores para a prática das modalidades desportivas coletivas, estando um deles equipado com piso sintético, um campo coberto, dois ginásios e uma pista de atletismo, com caixa de areia para a realização do salto em comprimento. Como é possível de observar na figura 1, é visível o espaço do colégio, em vista área, especialmente, os espaços exteriores disponíveis para as aulas de Educação Física.

Figura 2 - Visualização Aérea CCF

2.6 Projeto Educativo

De acordo com a Constituição da República Portuguesa, estipula-se que cada indivíduo tem a liberdade de aprender e ensinar, o que significa que cada escola detém a capacidade de elaborar o seu próprio Projeto Educativo. Com o Decreto-Lei nº 137/2012, podemos confirmar que: "o Projeto Educativo é o documento que define a linha orientadora da ação educativa do agrupamento de escolas ou da escola não agrupada, sendo elaborado e aprovado pelos respetivos órgãos de administração e gestão para um período de três anos. Nele são descritos os princípios, valores, objetivos e estratégias que o agrupamento de escolas ou a escola não agrupada adotará para concretizar a sua missão educativa.

O Projeto Educativo do CCF, elaborado com a participação de toda a comunidade educativa, é partilhado durante a formação anual dos educadores e apresentado aos pais no início do ano letivo, com o objetivo de ser uma ferramenta, concebida para servir o bem de todos. Este plano expressa abordagens e princípios éticos, tanto humanos como cristãos, que direcionam o cumprimento da sua missão educativa. O CCF sempre abraçou um conjunto de projetos que visam preparar os alunos não só para a excelência na obtenção dos resultados para o conhecimento científico, como para a cooperação e para a capacidade de trabalhar em equipa, numa perspetiva multicultural e de reconhecimento.

2.7 Rotação de Espaços EF

O sistema de rotação de espaços estabelecido e aprovado pelo grupo de EF, ocorre semanalmente, a rotação ocorre da seguinte forma: Espaço Novo, Espaço Ténis, Espaço Coberto e Ginásio de Cima. A rotação é feita semanalmente.

Rotação de Espaços 2023/2024

1º Semestre

		SET		OUT				NOV					
Semanas	**Apreset.**	1	2	3	4	5	6	7	8	9	**10**	11	12	13
	11 a 15	18 a 22	25 a 29	2 a 6	9 a 13	16 a 20	23 a 27	30 a 3	6 a 10	13 a 17	20 a 24	27 a 30	4 a 7
Espaço Novo		C	F	H	N	C	F	H	N		C	F	H
Espaço Ténis		N	C	F	H	N	C	F	H		N	C	F
Espaço Coberto		H	N	C	F	H	N	C	F		H	N	C
Ginásio de Cima		F	H	N	C	F	H	N	C		F	H	N

* Não está contabilizada a semana de apresentação + interrupção 1º semestre

2º Semestre

	JAN			FEV				MAR			ABRIL		MAIO
Semanas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	5 a 9	14 a 16	19 a 23	26 a 1	4 a 8	11 a 15	18 a 22	8 a 12	15 a 19	22 a 26	29 a 3	6 a 10	13 a 17
Espaço Novo	C	F	H	N	C	F	H	N	C	F	H	N	C
Espaço Ténis	N	C	F	H	N	C	F	H	N	C	F	H	N
Espaço Coberto	H	N	C	F	H	N	C	F	H	N	C	F	H
Ginásio de Cima	F	H	N	C	F	H	N	C	F	H	N	C	F

* não está contabilizada a semana da páscoa
* Não está contabilizada a última semana de aulas para 9º, 11º e 12º ar

Espaço Novo	Basket + Volei + 1000m + 40m	Cristina
Espaço Ténis	Futebol + Salto em Comprimento + LP	Nuno
Espaço Coberto	Andebol + Porta do Centro de Recursos	Hugo
Ginásio de Cima	Ginástica de Solo + Aparelhos + SA	França

Figura 3 - Rotação de Espaços EF

3. Área II – Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem

Esta área abrange três aspetos fundamentais no ensino: planeamento, ensino e avaliação. Assim, nesta secção, pretende-se descrever como foi realizado o planeamento das unidades de ensino, das aulas e do plano anual. Também se aborda a condução do processo de ensino, incluindo a organização das aulas, os estilos de ensino adotados, entre outros. Finalmente, analisa-se a avaliação, detalhando como foi efetuada a avaliação letiva, a avaliação do desempenho do processo de ensino e os resultados obtidos. As atividades foram planeadas considerando a rotatividade semanal dos espaços de aula e o progresso da turma nas aprendizagens. Assim, foi possível estabelecer um cronograma para o ano letivo, definindo a sequência das matérias e etapas a serem abordadas.

3.1 Planeamento

O planeamento de uma aula, refere-se ao processo de criar e organizar a estrutura e o conteúdo de uma aula de forma a atingir os objetivos educacionais. Segundo Cardona (2021), que para um planeamento seja adequado e potenciado, faz-se necessário conhecer os estudantes, o contexto em que estes estão inseridos e, também, o programa da disciplina a que se está a planear. É uma parte fundamental do processo de ensino e permite ao professor criar um ambiente de aprendizagem eficaz e estruturado, onde os alunos podem adquirir o conhecimento e desenvolver competências de forma progressiva.

Um bom professor é um termo que não tem uma definição única e universalmente aceita, mas geralmente refere-se a um professor que possui determinadas habilidades, conhecimentos e qualidades que o tornam eficaz na sua função de ensinar (Cunha, 2010). Assim, Cunha (2010) entendem que as caraterísticas de um bom professor podem variar dependendo do contexto educacional, das necessidades dos alunos e dos objetivos da instituição de ensino.

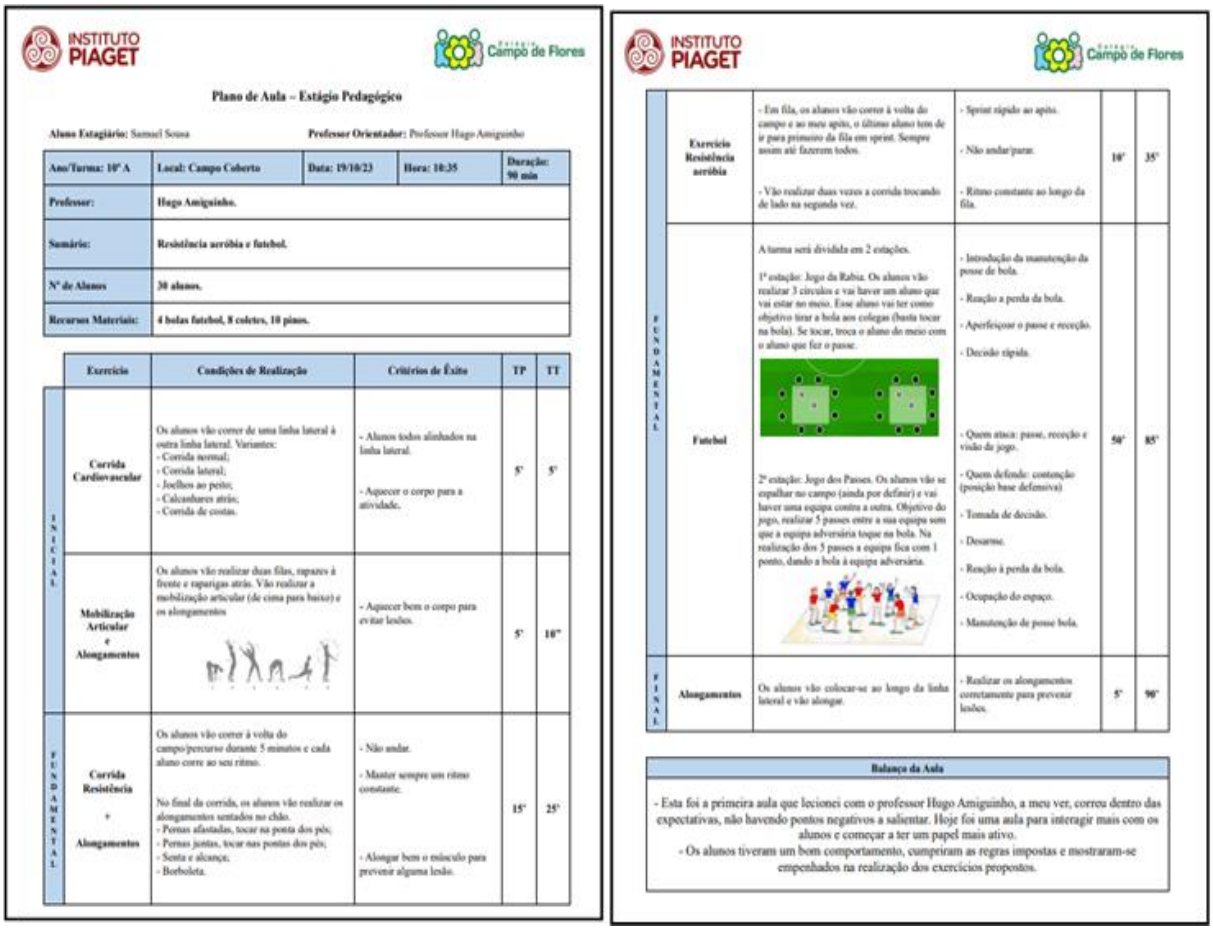
Segundo Bossle (2002), o planeamento consiste na intenção deliberada da ação humana em contraste com a ação realizada ao acaso. Por outras palavras, planear implica preparar ou executar algo de forma estruturada e organizada, com o propósito de atingir um objetivo geral, ou até mesmo um objetivo específico. Januário et al. (2009) considera o planeamento como o processo pelo qual os professores aplicam os programas escolares, cumprindo a função de os desenvolver e de os adaptar às condições do cenário de ensino. O processo de planeamento permite orientar o processo de ensino de forma a possibilitar a potencialização de aprendizagens significativas aos alunos a que se destina (Matos, 2010).

Na área de ensino e aprendizagem, foram seguidas as diretrizes estabelecidas pelo professor orientador cooperante desde o início, bem como as modalidades previstas no currículo da EF. Os planos de aula serão elaborados considerando a estrutura curricular ao longo do período de estágio e adaptados de acordo com o desenvolvimento dos alunos. O CCF segue o ensino baseado em modelo por etapas, uma vez que ao longo do ano os alunos trabalham as mesmas modalidades não só uma vez, assim não acabam por ficar muito tempo sem voltar a ter a mesma modalidade.

3.1.1 Plano de Aula

Os planos de aula são uma ferramenta crucial que nos acompanha ao longo de todo o estágio, a sua realização possibilita que tudo decorra com maior eficiência e facilidade, pois permite organizar detalhadamente os conteúdos que queremos abordar e ensinar na aula (Quina, 2009). Contudo, após cada aula, é importante refletir sobre o que podemos melhorar para as aulas futuras, especialmente os aspetos que necessitam de ajustes.

Durante o ano letivo de 2023/2024, foram criados vários planos de aula, foi decidido junto com o orientador cooperante que o plano de aula seria dividido em 3 partes: parte inicial (aquecimento), parte fundamental/principal (objetivos a alcançar na temática escolhida) e parte final/retorno à calma (alongamentos e reflexão final). Na figura abaixo é apresentado um modelo de plano de aula utilizado para a planificação das aulas:



INSTITUTO PIAGET — Campo de Flores

Plano de Aula – Estágio Pedagógico

Aluno Estagiário: Samuel Sousa **Professor Orientador:** Professor Hugo Amiguinho

Ano/Turma: 10º A	**Local: Campo Coberto**	**Data: 19/10/23**	**Hora: 10:35**	**Duração: 90 min**
Professor:	**Hugo Amiguinho.**			
Sumário:	**Resistência aeróbia e futebol.**			
Nº de Alunos	**30 alunos.**			
Recursos Materiais:	**4 bolas futebol, 8 coletes, 10 pinos.**			

	Exercício	Condições de Realização	Critérios de Êxito	TP	TT
INICIAL	Corrida Cardiovascular	Os alunos vão correr de uma linha lateral à outra linha lateral. Variantes: - Corrida normal; - Corrida lateral; - Joelhos ao peito; - Calcanhares atrás; - Corrida de costas.	- Alunos todos alinhados na linha lateral. - Aquecer o corpo para a atividade.	5'	5'
	Mobilização Articular e Alongamentos	Os alunos vão realizar duas filas, rapazes à frente e raparigas atrás. Vão realizar a mobilização articular (de cima para baixo) e os alongamentos	- Aquecer bem o corpo para evitar lesões.	5'	10"
FUNDAMENTAL	Corrida Resistência + Alongamentos	Os alunos vão correr à volta do campo/percurso durante 5 minutos e cada aluno corre ao seu ritmo. No final da corrida, os alunos vão realizar os alongamentos sentados no chão. - Pernas afastadas, tocar na ponta dos pés; - Pernas juntas, tocar nas pontas dos pés; - Senta e alcança; - Borboleta.	- Não andar. - Manter sempre um ritmo constante. - Alongar bem o músculo para prevenir alguma lesão.	15'	25'
FUNDAMENTAL	Exercício Resistência aeróbia	- Em fila, os alunos vão correr à volta do campo e ao meu apito, o último aluno tem de ir para primeiro da fila em sprint. Sempre assim até fazerem todos. - Vão realizar duas vezes a corrida trocando de lado na segunda vez.	- Sprint rápido ao apito. - Não andar/parar. - Ritmo constante ao longo da fila.	10'	35'
	Futebol	A turma será dividida em 2 estações. 1ª estação: Jogo da Rabia. Os alunos vão realizar 3 círculos e vai haver um aluno que vai estar no meio. Esse aluno vai ter como objetivo tirar a bola aos colegas (basta tocar na bola). Se tocar, troca o aluno do meio com o aluno que fez o passe. 2ª estação: Jogo dos Passes. Os alunos vão se espalhar no campo (ainda por definir) e vai haver uma equipa contra a outra. Objetivo do jogo, realizar 5 passes entre a sua equipa sem que a equipa adversária toque na bola. Na realização dos 5 passes a equipa fica com 1 ponto, dando a bola à equipa adversária.	- Introdução da manutenção da posse de bola. - Receção a perda da bola. - Aperfeiçoar o passe e receção. - Decisão rápida. - Quem ataca: passe, receção e visão de jogo. - Quem defende: contenção (posição base defensiva) - Tomada de decisão. - Desarme. - Reação à perda da bola. - Ocupação do espaço. - Manutenção de posse bola.	50'	85'
FINAL	Alongamentos	Os alunos vão colocar-se ao longo da linha lateral e vão alongar.	- Realizar os alongamentos corretamente para prevenir lesões.	5'	90'

Balança da Aula

- Esta foi a primeira aula que lecionei com o professor Hugo Amiguinho, a meu ver, correu dentro das expectativas, não havendo pontos negativos a salientar. Hoje foi uma aula para interagir mais com os alunos e começar a ter um papel mais ativo.
- Os alunos tiveram um bom comportamento, cumpriram as regras impostas e mostraram-se empenhados na realização dos exercícios propostos.

Figura 4 - Modelo de Plano de Aula

3.2 Ensino

Um ensino de qualidade em EF depende, em grande parte, da capacidade de o professor organizar as situações de aprendizagem com vista a que todos os alunos, independentemente das suas caraterísticas, desenvolvam os conhecimentos, atitudes e competências necessárias para adotarem e manterem um estilo de vida fisicamente ativo e saudável durante a escolaridade e ao longo da vida. (Martins et al., 2020). O professor deve procurar que todos os alunos apresentem uma boa "literacia

física" (America- Society of Health & Educators, 2015; Pot et al., 2018). A forma como os professores ensinam, depende de diversos fatores, entre os quais, o conhecimento pré-adquirido antes da formação, através de familiares, amigos, ambiente escolar, condições de trabalho quotidiano, entre outros (Tardif, 2022). Enquanto estagiário, a função foi complementar e fortalecer o processo de ensino de qualidade em Educação Física de modo a contribuir para a diversificação das abordagens pedagógicas e enriquecimento das experiências de aprendizagem dos alunos, bem como auxiliar na identificação das necessidades individuais dos mesmos, adaptando atividades de acordo com as suas habilidades e preferências.

O CCF procura a aquisição de um conjunto de competências que incluem conhecimentos, valores e atitudes, com o objetivo de promover um estilo de vida mais saudável e responsável. Nas várias disciplinas oferecidas tanto no ensino primário como no secundário, como é o caso da Educação Física, a demonstração de competências é evidenciada através da realização de objetivos específicos para cada matéria, esta divide-se em três níveis diferentes: nível introdutório (I), elementar (E) e avançado (A).

O nível introdutório teve como objetivo introduzir os alunos a conceitos básicos e atividades físicas, promovendo a participação e a familiarização com o exercício físico. O nível elementar serviu para aprofundar os conhecimentos adquiridos no nível introdutório, desenvolvendo técnicas desportivas e aumentando a complexidade das atividades. Já o nível avançado, teve como finalidade perfecionar técnicas desportivas, atingir níveis elevados de desempenho e aplicar conhecimentos em situações competitivas.

3.3 Avaliação

Darido (2012) defende que a avaliação é um processo mais amplo que atribuir uma nota. Na verdade, avaliar é um processo que procura auxiliar o aluno a aprender, mais e melhor. Particularmente, para a EF avaliar implica ajudar o aluno a perceber as suas facilidades, as suas dificuldades e, sobretudo, pretende ajudá-lo a identificar os seus progressos de tal modo que tenha condições de continuar avançando. De acordo com Vieira (2019), a avaliação é um processo que envolve várias tarefas e conceitos, proporcionando aos alunos a oportunidade de demonstrar os seus conhecimentos e competências num contexto que lhes permite continuar a aprender e a evoluir.

No que diz respeito à avaliação implementada no colégio, será seguido o que for estipulado pelo professor orientador em cada área de estudo, com o objetivo de motivar todos os alunos a progredirem ao longo das aulas. Além disso é planeada a criação de grelhas de observação para todas as modalidades, estabelecendo critérios de êxito e garantir que a avaliação seja equitativa e transparente para todos os alunos. Quanto ao processo de avaliação, serão utilizadas as técnicas de acordo com as funções diagnósticas, prognósticas, formativas e sumativas de avaliação definidas para cada uma das modalidades a serem lecionadas, onde o papel do aluno estagiário será observar as avaliações e auxiliar o professor na realização das mesmas.

A Avaliação Diagnóstica tem como objetivo identificar o nível inicial de aptidão física e conhecimento dos alunos antes de iniciar o processo de ensino. A Avaliação Formativa serve para monitorizar o progresso contínuo dos alunos ao longo das aulas, fornecendo feedback para a melhoria contínua. A Avaliação Sumativa avalia os resultados obtidos no final de um período de ensino ou unidade, determinando o nível de competências adquiridas pelos alunos. A Avaliação Prognóstica auxilia os

professores a prever o progresso ou o desenvolvimento futuro dos alunos em termos de habilidades físicas, motoras e comportamentais, com base no seu desempenho atual e histórico.

4. Área III – Participação na Escola e Relação com Comunidade

No que diz respeito a esta área, o objetivo foi estabelecer uma boa relação com toda a comunidade educativa da escola, pois, sem dúvida, para garantir um excelente estágio repleto de boas experiências, é fundamental manter uma ligação próxima com todos os docentes, não docentes e alunos. Além disso, é de extrema importância participar ativamente em todas as atividades realizadas no colégio e envolver-se nas diversas reuniões que envolvem toda a comunidade, tais como reuniões com pais, formações para professores, encontros com a direção de turma, departamentos, entre outras. Desta forma pretendo colaborar para o melhoramento da qualidade de vida da comunidade escolar.

4.1 Direção de Turma

O diretor de turma desempenha várias funções específicas no que diz respeito à comunicação com os encarregados de educação dos alunos. Sempre que necessário, e caso algum professor sinalize que o aluno precisa de se esforçar mais, ou surja algum problema, é responsabilidade do diretor de turma informar os pais e agendar uma reunião para abordar a questão e encontrar uma solução rapidamente. Além disso, o diretor de turma tem ainda o papel de coordenar a equipa pedagógica da sua turma, acompanhar e desenvolver projetos, bem como partilhar informações entre professores, encarregados de educação e alunos, funcionando assim como um ponto de ligação entre a escola, os pais e os alunos.

O acompanhamento de uma direção de turma é outra das funções do estágio curricular, no entanto devido a incompatibilidade de horário não me foi possível fazer um acompanhamento próximo das direções de turma, no entanto, estive presente em todas as reuniões iniciais/intercalares e finais das turmas que acompanhei no decorrer do ano letivo.

Em suma, a experiência foi positiva e permitiu-me consolidar a noção de que, mesmo em situações em que não podemos ter um envolvimento total em determinadas funções, há sempre a oportunidade de retirar aprendizagens valiosas e desenvolver novas competências para o futuro. Permitiu também reconhecer as exigências do cargo e a complexidade de gerir uma turma.

4.2 Desporto Escolar

O Estágio Curricular, além da atribuição de três turmas de diferentes ciclos, consistiu em observar e acompanhar o Desporto Escolar (DE), juntamente com o professor responsável, o professor Hugo Amiguinho. Este ano, a equipa contou com 21 alunos inscritos do género feminino e masculino, sendo na sua maioria rapazes. Os treinos decorreram às terças-feiras e às quintas-feiras das 17h00 às 18h00 no CCF, no Campo Coberto.

No contexto do DE, este teve como objetivo prestar apoio e oferecer orientação sempre que o professor solicitasse, envolvendo-me ativamente nos treinos e nas reuniões relacionadas com o DE.

Além disso, nos torneios organizados pela Associação Portuguesa de basquetebol foi garantido um acompanhamento dos jogadores, sempre que fosse possível.

Uma vez que fui jogador de basquetebol, sempre tive contacto com a modalidade em si e por isso, considerei fazer parte deste projeto de DE. Na minha opinião, este projeto trouxe imensas aprendizagens, nomeadamente, no tipo de exercícios e treinos a criar para esta modalidade, e para o respetivo escalão em que os alunos se encontram, que é mais concretamente, 3º e 4º ano. Para além do DE de basquetebol (3º e 4º ano), o colégio oferece ainda na disciplina de EF os seguintes desportos: esgrima, patinagem, ballet, dança, karaté, voleibol e basquetebol (1º e 2º ano).

INSTITUTO PIAGET — Colégio Campo de Flores

Plano de Treino – Estágio Pedagógico

Aluno Estagiário: Samuel Sousa **Professor Orientador:** Professor Hugo Amiguinho

Ano/Turma: 3º e 4º ano	Local: Campo Coberto	Data: 09/01/24	Hora: 17:00	Duração: 60 min
Professor:	Hugo Amiguinho.			
Sumário:	Jogos Lúdicos e jogo 5x5.			
Nº de Alunos	21 alunos.			
Recursos Materiais:	Bolas basquetebol, coletes, pinos.			

	Exercício	Condições de Realização	Critérios de Êxito	TP	TT
INICIAL	Jogo da Atenção	No jogo da atenção, os jogadores colocaram-se na linha lateral e só podiam ir até à linha de meio-campo quando o professor batesse palmas, enganando os jogadores com "vai", "agora", "siga". O jogador que se enganar ou o último a realizar perde.	- Estar atento ao professor; - Concentrados.	10'	10'
INICIAL	Jogo Lúdico	Os jogadores vão fazer pares e frente a frente sem bola, vão realizar o que o professor pedir: - Pisar o pé dir. do par com o seu pé dir.; - Pisar o pé esq. Do par com o seu pé esq.; - Mão dir. toca no joelho dir.; - Mão esq. Toca no joelho esq.	- Fazer o que o treinador disser; - Tocar no local designado; - Desviar do colega de forma rápida.	10'	20"
FUNDAMENTAL	Exercício	Dois jogadores vão começar de frente para a tabela (1 em cada tabela) e os restantes jogadores vão realizar quatro filas, as filas vão estar colocadas paralelamente na linha lateral (2 de um lado e 2 do outro). Objetivo do jogador com bola: Passar a bola para o primeiro jogador da primeira fila, receber a bola, passar para o primeiro jogador da segunda fila, receber a finalizar na passada. Objetivo do jogador sem bola: realizar o passe bem feito e para a frente.	- Passes bem feitos; - Finalizar com lançamento na passada; - Fazer cesto; - Rotação assertiva.	15'	35'
FUNDAMENTAL	Jogo 5x5	A equipa vai ser dividida em 4 equipas. Duas equipas vão realizar situação de jogo 5x5 e as restantes duas vão aguardar no banco até acabar o tempo estipulado. 	- Saber o jogador que defende; - Realizar cesto; - Jogar em equipa.	25'	60'
FINAL	Arrumar o Material	- Os jogadores arrumam as bolas com o professor e ao sinal do mesmo podem sair.			

Figura 5 - Modelo de Plano de Treino DE

5. Área IV – Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida

Perceção da Competência Motora dos Professores em Relação à Competência Motora dos Alunos

Samuel Jerónimo Sousa [1], Fábio Saraiva Flôres [2,3]

[1] Instituto Piaget de Almada
[2] INSIGHT, Unidade de Investigação em Movimento Humano, Instituto Piaget de Almada
[3] Research Center in Sports Performance, Recreation, Innovation and Technology (SPRINT), 4900-347 Viana do Castelo, Portugal

RESUMO

Enquadramento: A perceção dos professores sobre a competência motora dos seus alunos, comparada com a competência motora real, pode facilitar uma melhor adaptação das atividades durante as aulas de educação física. Isto pode contribuir para um desenvolvimento mais eficaz das habilidades motoras dos alunos. **Objetivos:** verificar se a CMP pelos professores de EF vai de acordo com a CMR dos seus estudantes. **Métodos:** Participaram no estudo 340 estudantes com idades compreendidas entre 10 e 18 anos (13,43 ± 2,24), e 20 professores de EF de três Instituições de ensino da região central de Portugal. A média das idades dos rapazes foi de 13,54 ± 2,43 e a média da idade das raparigas foi de 13,33 ± 2,42. **Resultados:** Os resultados mostram que existem diferenças significativas na estabilização (p = 0,00) e na CM (p = 0,00), indicando que os professores sobrestimam a real competência dos meninos nestas variáveis. Verificaram-se também diferenças significativas na estabilização (p = 0,00) e na CM (p = 0,00), indicando que os professores sobrestimam a real competência das meninas nestas variáveis. No entanto, os professores subestimam a locomoção das meninas (p = 0,00). **Conclusões:** corrigir as perceções incorretas dos professores sobre a competência motora dos alunos, através de formação contínua e ferramentas de avaliação objetivas, pode melhorar o desenvolvimento motor dos estudantes. Além disso, é necessário combater os estereótipos de género para promover um ambiente de ensino mais imparcial.

Palavras-chave: Competência Motora; Competência Motora Real; Competência Motora Percebida; Perceção; Educação Física

Perception of Teachers' Motor Competence in Relation to Students' Motor Competence

Abstract

Background: Teachers' perception of their students' motor competence, compared to actual motor competence, can facilitate better adaptation of activities during physical education classes. This can contribute to more effective development of students' motor skills. **Objectives:** to verify whether the CMP by PE teachers is in line with the CMR of their students. **Methods:** 340 students aged between

10 and 18 years old (13.43 ± 2.24), and 20 PE teachers from three educational institutions in the central region of Portugal participated in the study. The average age of boys was 13.54 ± 2.43 and the average age of girls was 13.33 ± 2.42. **Results:** The results show that there are significant differences in stabilization (p = 0.00) and CM (p = 0.00), indicating that teachers overestimate the boys' real competence in these variables. There were also significant differences in stabilization (p = 0.00) and CM (p = 0.00), indicating that teachers overestimate the girls' real competence in these variables. However, teachers underestimate girls' locomotion (p = 0.00). **Conclusions:** Correcting teachers' incorrect perceptions of students' motor competence, through continuous training and objective assessment tools, can improve students' motor development. Furthermore, it is necessary to combat gender stereotypes to promote a more impartial teaching environment.

Keywords: Motor Competence; Real Motor Competence; Perceived Motor Competence; Perception; Physical Education

1. INTRODUÇÃO

A competência motora (CM) é definida como a capacidade de uma pessoa realizar diversas habilidades motoras com proficiência (C. Luz et al., 2017), estando relacionada com as habilidades de locomoção, estabilização e manipulação de objetos (por exemplo, equilíbrios dinâmicos e estáticos, saltos, galopes e correr, lançar, pontapear e agarrar) (Fransen et al., 2014). Manter níveis elevados de CM pode desempenhar um papel crucial na facilitação da aprendizagem de novas habilidades e na melhoria da proficiência motora ao longo da vida (Rodrigues et al., 2019a).

Estudos mostram que o género e a idade das crianças também desempenham um papel significativo na CM, no qual os rapazes tendem a demonstrar maiores níveis de CM em comparação com as raparigas (Brustad, 2016; Flôres et al., 2021) e, também, crianças mais velhas tendem a exibir CM mais elevada em comparação com as mais jovens (Flôres et al., 2021; Valentini, 2002). Diversos estudos destacam a importância da CM na promoção de um estilo de vida saudável (Stodden et al., 2008), bem como a participação das crianças em atividades desportivas (Flôres et al., 2020). Níveis elevados de CM estão associados com uma aptidão relacionada à saúde, independentemente do género (C. M. N. da Luz et al., 2017; Stodden et al., 2008), diversos estudos indicam que ao analisar o desenvolvimento da CM em crianças, é fundamental considerar a influência da cultura, particularmente no contexto da Educação Física (EF) e na participação em atividades desportivas (Bardid et al., 2015; Flôres et al., 2024). Ao longo dos anos escolares, as crianças participam ativamente em atividades com o objetivo de alcançar novas conquistas e aprimorar sua CM. Esse aprimoramento ocorre por meio de experiências variadas em tarefas que apresentam níveis adequados de desafios, interações sociais significativas e feedback positivo de pais, professores e colegas (Valentini, 2002). Da mesma forma, as aulas de EF desempenham um papel fulcral na promoção de um estilo de vida saudável e ativo para os alunos, uma vez que nem todos têm a oportunidade de se envolver em atividades físicas regulares fora do ambiente escolar, tornando as aulas de EF um dos únicos espaços onde as crianças e adolescentes podem praticar atividade física (MacNamara et al., 2011). Assim, é nas aulas de EF que as crianças encontram o ambiente mais propício para a prática de diversas atividades desportivo-motoras (Quina, 2009), as quais são fundamentais para o desenvolvimento global dos alunos. Durante os primeiros seis anos de

escolaridade, é crucial o foco no desenvolvimento das capacidades físicas coordenativas, como orientação, diferenciação, reação, equilíbrio e ritmo. Por outro lado, as capacidades condicionais, como força, resistência, velocidade e flexibilidade, devem ser abordadas de maneira sistemática a partir do 5º ano de escolaridade (Quina, 2009b). Neste sentido, tão importante quanto o planeamento dos professores, uma perceção adequada da CM dos seus estudantes poderá influenciar a qualidade das aulas e, também, potenciar maiores níveis de CM dos seus estudantes. Apesar disso, ainda hoje pouco se sabe sobre a competência motora percebida (CMP) por outras pessoas, especialmente pelos professores, em relação a competência motora real (CMR) das crianças. Silva (2017) constatou que a perceção da competência dos pais em relação às capacidades motoras das crianças exerce influência na maneira como interagem com os seus filhos para impulsionar o desenvolvimento das aptidões motoras. Adicionalmente, os autores observaram que os pais têm a tendência de sobrestimar aas habilidades motoras dos seus filhos. No estudo de (de Oliveira Martins et al., 2023), foi identificado que, embora rapazes e raparigas demonstrem níveis semelhantes de habilidades motoras, os pais têm a propensão para sobrestimar as capacidades motoras dos seus filhos, independentemente do género. Neste contexto, a sobrevalorização da CM pode gerar expectativas pouco realistas, podendo resultar em desilusões quando as crianças participam em atividades físicas e tarefas motoras mais desafiantes. Especificamente em relação aos professores, apenas uma investigação foi encontrada na literatura. (Benzinho, 2023) encontrou que os professores parecem subestimar as habilidades dos alunos nos em diversos testes de competência motora (ex.: habilidades locomotoras). Por outro lado, atribuem estes também superestimam alguns tipos de habilidades (ex.: habilidades manipulativas) e a CM geral dos alunos. Os resultados da autora revelam diferenças estatisticamente significativas em todas as variáveis para os rapazes. Em relação às raparigas, observa-se um cenário semelhante, Isso indica que os professores tendem a sobrestimar seus estudantes, não sendo o género um fator de influência. Desta forma, percebe-se que a avaliação da CM dos alunos e a perceção dos professores um fator que deve ser mais explorado, pois é fundamental para o planeamento e avaliação.

Desta forma, mesmo com o crescente interesse científico, ainda pouco se sabe sobre a CMP pelo professor de EF em relação à CMR dos seus alunos. Assim, o objetivo desta investigação foi o de verificar se a CMP pelos professores de EF condiz com a CMR dos seus estudantes. Espera-se que existam diferenças entre a CMR e a CMP, sendo a tendência que os professores sobrestimem as capacidades dos seus alunos.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

2.1 Amostra

A amostra foi constituída por 340 estudantes entre 10 e 18 anos, e 20 professores de EF de três Instituições de ensino da região central de Portugal. Todos os estudantes foram escolhidos de forma intencional. A média de tempo de serviço dos professores era de 19,98 anos. Puderam participar da investigação, estudantes sem nenhuma limitação físico-motora que impossibilitassem a execução dos testes.

A Tabela 1 apresenta os valores descritivos da amostra, diferenciando rapazes e raparigas e a perceção que os professores possuem acerca da CM dos alunos. Apresenta também os valores sem dividir entre o género e a perceção dos professores.

Variáveis	Geral		Rapazes		Raparigas	
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão
Idade (anos)	13,43	2,42	13,54	2,43	13,33	2,42
Peso (Kg)	49,35	15,12	52,11	17,07	46,76	12,56
Altura (m)	1,57	0,14	1,59	0,15	1,54	0,13
IMC (Kg/m^2)	19,74	4,37	20,17	5,19	19,34	3,40

Tabela 1 - Valores Descritivos da Amostra

2.2 Instrumentos e Procedimentos Éticos

Os estudantes foram individualmente avaliados no decorrer das aulas de EF, seguindo os procedimentos estipulados na literatura (Luz et al., 2017). Posteriormente, em dias distintos, os professores analisaram os vídeos dos seis testes do Motor Competence Assessment (MCA) e atribuíram pontuações ao desempenho percebido de cada um dos seus alunos (sem poder observá-los e sem conhecimento do seu real desempenho). Cada professor respondeu apenas às suas respetivas turmas.

A recolha de dados decorreu entre os meses de março de 2023 e abril de 2024, sempre durante o início do 2º semestre letivo, quando os professores já estavam familiarizados com os estudantes, permitindo-lhes uma perceção mais apurada das competências dos mesmos. Importa salientar que nenhum professor teve acesso à visualização do desempenho dos estudantes durante a realização dos testes.

Após a conclusão dos testes com os alunos, os professores analisaram vídeos exemplificativos para cada teste, sendo-lhes também fornecidos os valores normativos relativos à população portuguesa em cada teste e respetivas idades (Rodrigues et al., 2019). Por último, os professores preencheram uma folha de Excel onde expressaram a sua perceção em relação à CM dos seus alunos.

O instrumento utilizado para avaliar a CM foi o Motor Competence Assessment (MCA) (Rodrigues et al., 2019). Esta ferramenta é composta por seis testes, dois de estabilização, dois de locomoção e dois de manipulação de objetos:

<u>Testes de Estabilização:</u>

1. Mudança de plataforma: O aluno deve deslocar-se lateralmente entre duas plataformas de madeira (25 cm x 25 cm x 2 cm), alternando entre uma e outra, durante um período de 20 segundos. Para cada transição bem-sucedida de plataforma (colocação da plataforma no chão e movimentação sobre a mesma), são atribuídos 2 pontos (1 ponto para cada fase). Cada aluno terá duas tentativas, sendo considerada apenas a melhor para fins de análise.
2. Saltos laterais: O aluno irá realizar saltos laterais sobre uma barra de madeira (60 cm x 4 cm x 2 cm), mantendo os dois pés juntos, com o objetivo de completar o maior número possível num período de 15 segundos. Por cada salto executado corretamente é atribuído 1 ponto, sendo considerado o melhor desempenho obtido nas duas tentativas.

<u>Testes de Locomoção:</u>

1. Shuttle Run: O aluno deve correr o mais rápido possível entre duas linhas, separadas por uma distância de 10 metros. Após percorrer os 10 metros, o aluno deve agarrar um bloco de madeira colocado sobre a segunda linha e trazê-lo de volta até a linha inicial. Em seguida, retorna a correr

e traz outro bloco de madeira até a linha inicial. O melhor tempo entre as duas tentativas é considerado para avaliação.

2. Salto em comprimento: A criança é solicitada a executar um salto para a frente, mantendo os pés juntos. Serão realizadas três tentativas. A pontuação final é determinada pela distância, em metros, entre a linha inicial e a parte mais próxima do corpo que atingir a superfície.

Testes de Manipulação de Objetos:

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

Competência Motora dos Professores (CMP)

A avaliação da CMP em relação à CM dos estudantes foi avaliada em cada um dos seis testes do MCA. As tarefas foram explicadas e demonstradas (através de vídeos) aos professores, sendo-lhes solicitado que estimassem o desempenho de cada um dos seus 10 alunos, seguindo os critérios de pontuação do MCA:

Testes de Estabilização:

Mudança de plataforma (MP): o professor, ao visualizar o vídeo, deverá indicar quantas mudanças de plataforma o estudante conseguirá realizar.

Instrução ao professor de EF: Sabendo que o teste demora 20 segundos e que cada mudança de plataforma pontua 1 ponto e, em média, uma criança da mesma idade faz XX pontos, quantos pontos você acha que o aluno A irá fazer?

Saltos laterais (SL): o professor, ao visualizar o vídeo, deverá indicar quantos saltos laterais o estudante conseguirá realizar.

Instrução ao professor de EF: Sabendo que o teste demora 15 segundos e que cada salto lateral pontua 1 ponto e, em média, uma criança da mesma idade faz XX pontos, quantos pontos você acha que o aluno A irá fazer?

Testes de Locomoção:

Shuttle Run (SHR): o professor, ao visualizar o vídeo, deverá indicar o tempo para realização da tarefa.

Instrução ao professor de EF: Sabendo que o estudante precisa se deslocar o mais rapidamente possível, quatro vezes, à uma distância de 10 metros (para buscar um bloco de madeira) e, em média, uma criança da mesma idade faz em XX segundos, quantos segundos você acha que o aluno A irá demorar?

Salto em comprimento (SC): o professor, ao visualizar o vídeo, deverá indicar a distância máxima que o estudante conseguirá alcançar.

Instrução ao professor de EF: Sabendo que o estudante deve saltar, com os dois pés juntos, a maior distância possível e, em média, uma criança da mesma idade salta XX centímetros, quantos centímetros você acha que o aluno A irá saltar?

Testes de Manipulação de objetos:

Velocidade de lançamento (VL): o professor, ao visualizar o vídeo, deverá indicar a velocidade máxima que o estudante conseguirá lançar a bola.

Instrução ao professor de EF: Sabendo que o estudante deve lançar por cima a bola o mais rapidamente possível e, em média, uma criança da mesma idade arremessa a XX km/h, quantos quilómetros por hora a bola irá alcançar?

Velocidade do pontapear (VP): o professor, ao visualizar o vídeo, deverá indicar a velocidade máxima que o estudante conseguirá pontapear a bola.

Instrução ao professor de EF: Sabendo que o estudante deve pontapear a bola o mais rapidamente possível e, em média, uma criança da mesma idade pontapeia a XX km/h, quantos quilómetros por hora a bola irá alcançar?

Finalmente, para a mensuração da altura da amostra, utilizou-se uma fita métrica fixada na parede, da marca "*Freemans*". A balança digital utilizada para pesar a amostra foi da marca "*Selecline*". O IMC foi calculado pela fórmula:

$$IMC = \frac{Peso}{Altura^2}$$

2.3 Análise Estatística

Os dados foram caracterizados utilizando estatística descritiva com média, desvio padrão e percentagens. A normalidade dos dados foi confirmada utilizando o teste de Kolmogorov-Smirnov e, posteriormente, foi utilizado o teste t pareado para comparar as variáveis da CMR com as perceções dos professores. Utilizou-se o software Statistical Package for Social Sciences (SPSS 29.0, IBM corporation), adotando-se nível alfa de significância de 5%.

3. RESULTADOS

O gráfico 1 apresenta a CMR dos meninos e a CMP pelos professores. Os resultados mostram que existem diferenças significativas na estabilização (p = 0,00) e na CM (p = 0,00), indicando que os professores sobrestimam a real competência dos meninos nestas variáveis.

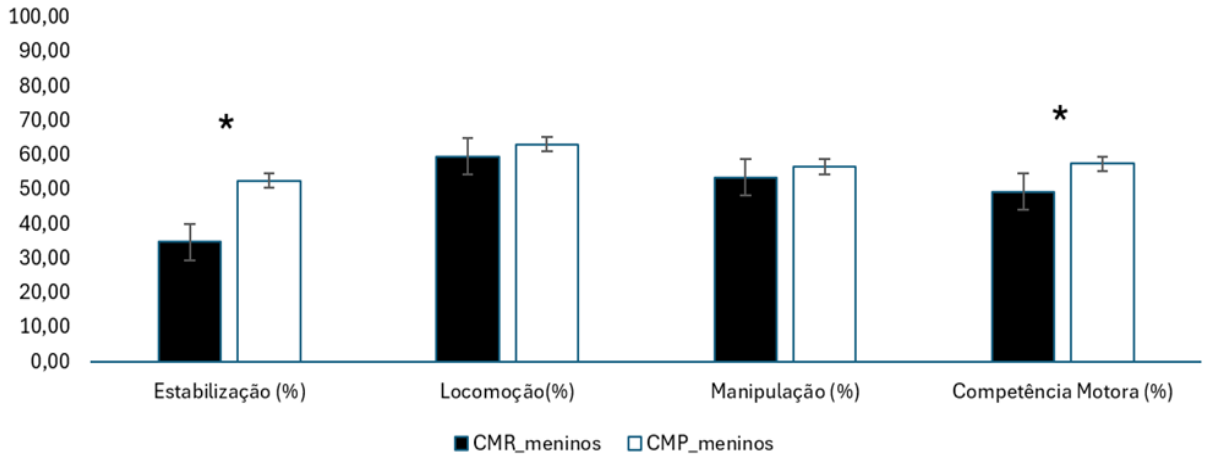


Figura 6 - Comparação entre CMR e CMP dos meninos

O gráfico 2 apresenta a CMR das meninas e a CMP pelos professores. Os resultados mostram que existem diferenças significativas na estabilização (p = 0,00) e na CM (p = 0,00), indicando que os professores sobrestimam a real competência das meninas nestas variáveis. No entanto, os professores subestimam a locomoção das meninas (p = 0,00).

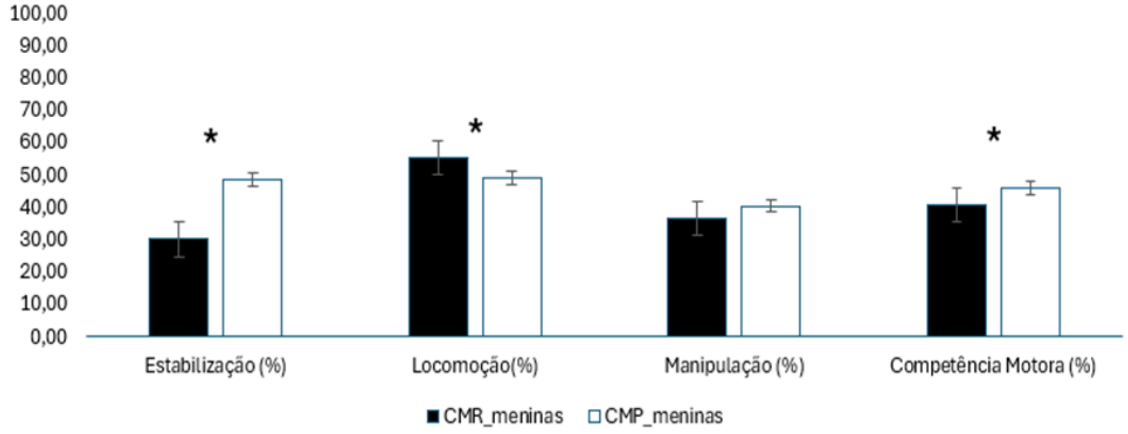


Figura 7 - Comparação entre CMR e CMP das meninas

4. DISCUSSÃO

A presente investigação teve como objetivo avaliar a CMP dos professores de EF em relação à CMR dos seus alunos. Os resultados indicam que existem diferenças significativas entre a CMR e a CMP, tanto em rapazes como em raparigas. De forma geral, independentemente do sexo, os professores tendem a superestimar a CM dos estudantes. Este padrão de perceção ıncorreta pode ser comparado com os resultados encontrados por (Benzinho) 2023. A autora, ao avaliar um grupo de adolescentes e seus professores, identificou tendências sobrestimação da CMR dos estudantes.

Os nossos resultados também identificaram padrões de subestimação em alguns componentes do MCA, como por exemplo, na locomoção das raparigas. Neste sentido, entende-se que a subestimação de certas habilidades, como Saltos Laterais e Shuttle Run, pode ter um impacto negativo no desenvolvimento dos alunos, visto que os professores, ao subestimarem a CM dos alunos, podem inadvertidamente limitar os desafios apresentados durante as aulas, o que pode resultar em oportunidades reduzidas para o aprimoramento dessas habilidades. Por outro lado, a superestimação em habilidades como Velocidade de Arremesso e Velocidade de Pontapé pode levar a expectativas irrealistas, o que pode gerar frustração tanto para os alunos quanto para os professores (Silva, 2017).

No que diz respeito ao género, os professores tendem a apresentar perceções mais desajustadas para ambos sexos. Os resultados revelam que, os professores sobrestimam a CMR dos seus estudantes, independentemente do sexo. Esta observação está em linha com estudos prévios que destacam que a CMP tende a ser influenciada por estereótipos de género (de Oliveira Martins et al., 2023). Estudos como os de Brustad (2016) e Flôres et al., (2021) sublinham que os rapazes geralmente demonstram níveis mais elevados de CM em comparação com as raparigas, o que pode influenciar a perceção dos professores. No entanto, é importante notar que a sobrevalorização das capacidades motoras, especialmente nos rapazes, pode resultar em desilusões e falta de motivação quando confrontados com tarefas que excedem suas capacidades reais.

Os resultados deste estudo reforçam a importância da formação contínua dos professores de EF para garantir uma avaliação precisa das CM dos alunos. A perceção incorreta da CM pode comprometer a

qualidade do ensino e, consequentemente, o comportamento motor dos alunos. Programas de formação que incluam componentes sobre avaliação objetiva e reconhecimento de preconceitos percecionais podem ajudar os professores a alinhar suas perceções com a realidade das capacidades dos alunos (Rodrigues et al., 2019). Desta forma, para reduzir os efeitos negativos das perceções incorretas, recomenda-se que os professores de EF utilizem avaliações padronizadas e objetivas, como o MCA, regularmente para verificar e ajustar suas perceções sobre as CM dos alunos. Além disso, promover um ambiente de feedback constante e positivo pode ajudar os alunos a melhorar suas habilidades e autoconfiança. Nas pessoas mais velhas o MCA é visto como uma ferramenta útil para avaliar e monitorizar a competência motora, sendo um indicador importante de saúde e funcionalidade. Através desta avaliação, pode-se prevenir a perda de autonomia, reduzir o risco de quedas e lesões, e promover uma maior qualidade de vida através de intervenções específicas e adaptadas às necessidades individuais.

Apesar dos interessantes resultados encontrados, esta investigação possui algumas limitações. Primeiro a amostra foi recolhida em diferentes escolas da região central de Portugal e este aspeto pode ter influenciado negativamente os resultados do estudo, uma vez que uma parte dos alunos avaliados frequentam o Ensino Privado e os restantes frequentam o Ensino Público. Em segundo lugar, foram muitos estudantes para cada professor e isto pode ter uma influência negativa na perceção do mesmo, dependendo da quantidade de turmas que o professor tenha. Finalmente futuras investigações poderiam avaliar a relação entre a CM e o desempenho académico em alunos do Ensino Secundário, os efeitos das tecnologias digitais na melhoria da CM em aulas de EF e influência do ambiente escolar no desenvolvimento da CM.

5. CONCLUSÃO

Os resultados obtidos revelam que existe uma necessidade crítica de abordar as perceções incorretas dos professores sobre a CM dos alunos, o ajuste dessas perceções através de formação contínua e utilização de ferramentas de avaliação objetivas podem melhorar significativamente o desenvolvimento motor dos alunos. As diferenças de género observadas sugerem que os estereótipos de género ainda desempenham um papel na perceção da CM, e esforços adicionais são necessários para garantir um ambiente de ensino mais imparcial.

6. Referências

America- Society of Health, S., & Educators, P. (2015). *The Essential Components of Physical Education Figure 1. Physical Literacy*. www.shapeamerica.org

Bardid, F., Rudd, J. R., Lenoir, M., Polman, R., & Barnett, L. M. (2015). Cross-cultural comparison of motor competence in children from Australia and Belgium. *Frontiers in Psychology*, *6*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00964

Benzinho, M. (2023). *Relatório Final de Estágio*.

Bossle, F. (2002). *Planejamento de ensino na educação física-Uma contribuição ao coletivo docente*.

Brustad, R. J. (2016). Who Will Go Out and Play? Parental and Psychological Influences on Children's Attraction to Physical Activity. *Pediatric Exercise Science*, *5*(3), 210–223. https://doi.org/10.1123/pes.5.3.210

Cunha, A. C. (2010). *Representação do "bom" professor: o "bom" professor em geral e o "bom" professor de educação física em particular*. *11*(2). https://doi.org/10.36311/2236-5192.2010.v11n2.2320

da Luz, C. M. N., de Almeida, G. S. N., Rodrigues, L. P., & Cordovil, R. (2017). The evaluation of motor competence in typically developing children: An integrative review. *Journal of Physical Education (Maringa)*, *28*(1). https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v28i1.2857

Darido, S. (2012). *A avaliação da educação física na escola*.

de Oliveira Martins, A., Flôres, F. S., Valentini, N. C., & Copetti, F. (2023). What do the parents perceive, and how it affects children's motor competence? An exploratory study in 5 to 11 years old south Brazilian children. *Motricidade*, *19*(1), 41–88. https://doi.org/10.6063/motricidade.27232

Flôres, F. S., Milani, M. F., Copetti, F., Luz, C., & Cordovil, R. (2020). O impacto da prática do futsal na competência motora de crianças. *Motrivivência*, *32*(63), 01–13. https://doi.org/10.5007/2175-8042.2020e73696

Flôres, F. S., Rodrigues, L. P., & Cordovil, R. (2021). Relationship between the affordances for motor behavior of schoolchildren (Ambs) and motor competence assessment (mca) in brazilian children. *Children*, *8*(8). https://doi.org/10.3390/children8080705

Fransen, J., D'Hondt, E., Bourgois, J., Vaeyens, R., Philippaerts, R. M., & Lenoir, M. (2014). Motor competence assessment in children: Convergent and discriminant validity between the BOT-2 Short Form and KTK testing batteries. *Research in Developmental Disabilities*, *35*(6), 1375–1383. https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.03.011

Januário, C. A. S. dos S., Anacleto, F. N. de A., & Santos, J. H. (2009). *O Processo de Planejamento dos Estagiários de Educação Física: O Perfil Decisional Pré-interativo*.

Luz, C., Rodrigues, L. P., De Meester, A., & Cordovil, R. (2017). The relationship between motor competence and health-related fitness in children and adolescents. *PLoS ONE*, *12*(6). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0179993

MacNamara, A., Collins, D., Bailey, R., Toms, M., Ford, P., & Pearce, G. (2011). Promoting lifelong physical activity and high level performance: Realising an achievable aim for physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, *16*(3), 265–278. https://doi.org/10.1080/17408989.2010.535200

Martins, M. ;, Costa, J. ;, & Onofre, M. (2020). *Os estilos de ensino em educação física: Entre a teoria e a prática*. https://hdl.handle.net/10468/10478

Matos, M. M. (2010). *Diferenciação Curricular: Uma Abordagem às Práticas de Intervenção Educativa no 2ºCiclo do Ensino Básico*.

Pot, N., Whitehead, M. E., & Durden-Myers, E. J. (2018). Physical literacy from philosophy to practice. *Journal of Teaching in Physical Education*, *37*(3), 246–251. https://doi.org/10.1123/jtpe.2018-0133

Quina, J. (2009a). *A organização do processo de ensino em Educação Física*.

Quina, J. (2009b). *A Organização do Processo de Ensino em Educação Física*.

Rodrigues, L. P., Luz, C., Cordovil, R., Bezerra, P., Silva, B., Camões, M., & Lima, R. (2019a). Normative values of the motor competence assessment (MCA) from 3 to 23 years of age. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *22*(9), 1038–1043. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.05.009

Rodrigues, L. P., Luz, C., Cordovil, R., Bezerra, P., Silva, B., Camões, M., & Lima, R. (2019b). Normative values of the motor competence assessment (MCA) from 3 to 23 years of age. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *22*(9), 1038–1043. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.05.009

Silva, M. (2017). *Mediação: Motor Impulsionador das Relações em Contexto de Institucionalização*.

Stodden, D. F., Langendorfer, S. J., Goodway, J. D., Roberton, M. A., Rudisill, M. E., Garcia, C., & Garcia, L. E. (2008). A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship. *Quest*, *60*(2), 290–306. https://doi.org/10.1080/00336297.2008.10483582

Tardif, M. (2022). *Saberes Docentes e Formação Profissional*.

Valentini, N. C. (2002). *A Influência De Uma Intervenção Motora No Desempenho Motor E Na Percepção De Competência De Crianças Com Atrasos Motores*.

Vieira, I. (2019). *Avaliar para aprender nas disciplinas de inglês e matemática no ensino secundário*.