



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

Delfim Duarte Marvanejo Doutel

Relatório Final de Estágio

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

Orientador Cooperante: Prof. Rui Arroiteia

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Almada, 2023

Delfim Duarte Marvanejo Doutel

Relatório Final de Estágio

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

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Almada, 2023

Agradecimentos

Primeiro eu tudo, agradecer à minha família, Mãe, Pai e Duke, sem vocês nada disto teria sido possível. Não me teria tornado na pessoa que sou hoje, e se sou o que sou, é graças a vocês.

Agradecer aos meus amigos e colegas de turma. Nada teria sido possível sem todas aquelas noitadas de estudo de trabalho intensivo. Estarão sempre presentes no meu coração.

Agradecer ao Instituto Piaget por permitir e possibilitar toda esta experiência de estágio e todos os conhecimentos adquiridos no decorrer dos estudos.

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

Agradecer a todos os professores do Instituto Piaget de Almada, pela partilha de conhecimentos, experiências e vivências no decorrer destes 5 anos, pela ajuda contante na minha formação como aluno e por me tornarem um melhor profissional na área, um muito obrigado

Agradecer à minha Orientadora de Estágio, Professora Doutora Renata Willig, pela sua ajuda, dedicação e acompanhamento durante o mestrado, um muito obrigado.

Agradecer em especial ao orientador externo, Professor Rui Arroteia e ao professor Frederico, um muito obrigado pela oportunidade de me deixarem trabalhar convosco no local que me viu crescer. “Do berço à universidade “

Um bem-haja a todos!

Índice

<i>Resumo</i> -----	VII
<i>Abstract</i> -----	VIII
<i>Introdução</i> -----	9
<i>Área I: Profissional, social e ética</i> -----	10
a. Competências desenvolvidas, processo de integração e ética profissional -----	10
b. Caracterização da Instituição -----	11
c. Caracterização do Departamento de Educação física e Desporto -----	13
d. Caracterização das turmas -----	15
<i>Área II: Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem</i> -----	16
a. Planeamento-----	16
b. Ensino-----	17
c. Avaliação-----	18
<i>Área III: Participação na Escola e Relação com a Comunidade</i> -----	20
a. Desporto Escolar-----	20
b. Direção de turma -----	20
c. Corta-Mato Escolar e Regional -----	20
d. Dias da cultura-----	21
<i>Área IV – Desenvolvimento Profissional ao longo da vida</i> -----	22
1. Introdução -----	24
2. Materiais e métodos -----	25
2.1 Amostra-----	25
2.2 Instrumentos e procedimentos éticos-----	25
2.3 Intervenção- Atividades paradportiva -----	26
2.4 Procedimentos-----	26
2.5 Análise estatística -----	26
3. Resultados -----	27
4. Discussão e Conclusão -----	28
<i>Bibliografia</i> -----	30
<i>Reflexão final</i> -----	33
<i>Apêndices</i> -----	34

Índice de tabelas

Tabela 1. Objetivos gerais.....	9
Tabela 2. Alunos por ciclo de escolaridade	11
Tabela 3. Calendário das atividades educativas	12
Tabela 4. Caracterização da turma do 7º ano de acordo com o género.....	15
Tabela 5. Caracterização da turma do 11º ano de acordo com o género.....	15
Tabela 6. Cotações para cada uma das componentes da avaliação da E.F mos verificar a percentagem destinada a cada componente.	18
Tabela 7. Testes Fitescola utilizados para avaliar a Aptidão Física.....	19
Tabela 8. N: número de participantes; DP: desvio padrão; %: percentagem	26
Tabela 9. Comparação das atitudes pré e pós atividade paradesportiva	27

Índice de figuras

Figura 1. Mapa da localização do Externato Frei Luís de Sousa	11
Figura 2. Mapa da Escola Externato Frei Luís de Sousa com as respetivas zonas marcadas	12
Figura 3. Imagem do campo Exterior	13
Figura 4. Imagem do campo Exterior	13
Figura 5. Imagem do Ginásio 1	14
Figura 6. Imagem do Ginásio 1	14
Figura 7. Imagem do Ginásio 2	14

Resumo

O relatório foi elaborado durante o período de prática de ensino supervisionada realizada no Externato Frei Luís de Sousa. Para organizar as informações de maneira mais eficaz, o relatório está dividido em quatro áreas principais. Na Área I, Profissional, Social e Ética, o futuro professor de educação física focou em dedicar-se completamente aos seus alunos e à sua aprendizagem. Isso incluiu compartilhar conhecimentos essenciais para ajudar no progresso dos alunos, com o apoio e orientações do professor que desempenharam um papel importante no processo de ensino. Já a Área II, Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem, aborda os procedimentos no processo de ensino, o planeamento das aulas na disciplina de educação física. Além disso, fornece uma visão abrangente do ensino, ressaltando as estratégias e métodos pedagógicos aplicados. A avaliação dos alunos também é detalhada incluindo os critérios e métodos utilizados, juntamente com os resultados obtidos. No que diz respeito ao planeamento, esta dimensão lida com questões relacionadas à disciplina de educação física e como ela considera vários fatores que influenciam a organização das aulas, para atender aos objetivos de cada turma e matéria. Relativamente ao ensino, são aplicadas diversas estratégias de forma a criar o melhor ambiente de aula possível, promovendo uma boa relação entre os alunos, o professor estagiário e as atividades. Na Área III, Participação na Escola e Relação com a Comunidade, apresenta detalhes com todas as atividades e projetos em que o professor estagiário esteve envolvido, tais como o desporto escolar, direção de turma, corta-mato, dias da cultura, demonstrando como ele se integrou na comunidade escolar. Destacamos a constante participação nas atividades como professor-estagiário, o que inclui o envolvimento em reuniões de departamento, lecionação de aulas, torneios internos e externos. Por fim, na Área IV, Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida, apresenta o estudo científico desenvolvido, o qual tem o objetivo analisar as atitudes de alunos de uma escola privada em relação à inclusão de alunos com deficiência antes e depois de uma atividade paradesportiva na aula de Educação Física.

Abstract

The report was drawn up during supervised teaching practice at Externato Frei Luís de Sousa. The report is divided into four main areas to organize the information more effectively. In Area I, Professional, Social and Ethical, the future physical education teacher focused on dedicating himself completely to his students and their learning. This included sharing essential knowledge to help the student's progress, with the teacher's support and guidance playing an important role in the teaching process. In addition, this area contains a description of the internship site, the classes involved, and the conditions in which the physical education classes were held. Area II, Development of Teaching and Learning, addresses the procedures in the teaching process, highlighting how lesson planning in physical education took place. In addition, it provides a comprehensive overview of teaching, highlighting the pedagogical strategies and methods applied. Student assessment is also detailed, including the criteria, methods used, and results obtained. Regarding planning, this dimension deals with issues related to physical education and how it considers various factors that influence the organization of lessons to meet the objectives of each class and subject. Regarding teaching, various strategies are applied to create the best possible classroom environment, promoting a good relationship between the students, the trainee teacher, and the activities. Area III, Participation in the School and Relationship with the Community, details all the activities and projects in which the trainee teacher was involved, such as school sports, class management, cross-country, and cultural days, demonstrating how he integrated into the school community. We highlight the constant participation in activities as a trainee teacher, which includes involvement in department meetings, teaching classes, and internal and external tournaments. Finally, in Area IV, Lifelong Professional Development, he presents the scientific study he carried out, which aims to compare the attitudes of 3rd cycle and secondary school students' attitudes towards including students with disabilities in Physical Education classes before and after a physical education class on para-sport.

Introdução

O presente Relatório Final é um documento elaborado na unidade Curricular de Prática de Ensino Supervisionada (PES) do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), realizado no Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares do Instituto Piaget de Almada. Assim, o principal objetivo deste documento é apresentar a reflexão sobre o estágio, focando nas atividades propostas a desenvolver pelo estagiário no decorrer do ano letivo, bem como nas competências adquiridas. O estágio pedagógico assume um papel de extrema importância na jornada de formação como futuros docentes (Mesquita et al., 2012), ou seja, esse período de estágio serve como uma valiosa ferramenta para adquirir habilidades, conhecimentos e experiências necessárias para uma carreira bem-sucedida no campo da educação.

Tendo em conta o perfil de competências gerais do professor, o Relatório Final encontra-se organizado em 4 dimensões. A área I (Profissional, Social e Ética) onde é apresentada a caracterização do local de estágio, abordando a instituição onde decorreu a PES, as turmas envolvidas e as condições apresentadas para a prática de EF. Já a área II (Desenvolvimento do Ensino e Aprendizagem) expõe os procedimentos seguidos no processo de ensino, dando ênfase à forma como o planeamento das aulas foi realizado. Também esta fornece uma visão geral de todo o processo de ensino, destacando as estratégias e abordagens pedagógicas utilizadas. Por último descreve o processo de avaliação dos alunos incluindo os métodos e critérios usados, bem como os resultados alcançados neste processo. Enquanto a área III (Participação na Escola e Relação com a Comunidade) incluirá uma exposição minuciosa de todas as tarefas e projetos em que o professor-estagiário participou, mostrando como se envolveu na comunidade escolar e o impacto dessas ações. E por último a área IV (Desenvolvimento Profissional ao Longo da Vida) onde contará com uma investigação realizada para analisar as atitudes dos alunos face à inclusão nas aulas de Educação Física numa escola privada.

Ainda, na dimensão IV reflete o processo de desenvolvimento científico que fez parte da PES, nomeadamente a elaboração e implementação de um estudo científico que fosse relevante para a formação e para a evolução da comunidade educativa. O objetivo geral consiste em analisar as atitudes de alunos de uma escola privada em relação à inclusão de alunos com deficiência, como resultado da participação em uma intervenção paradesportiva na aula de Educação Física. Para recolha de dados foi utilizando um instrumento de nome Caipe-R. Este estudo é realizado em 3 fases distintas, duas das fases é a aplicação do questionário, antes (1ª fase) e depois (2ª fase) da intervenção com as duas atividades paradesportivas (1ª fase). Desta forma, o estagiário reflete sobre a sua experiência em relação ao estágio, as dificuldades sentidas relativamente à prática do ensino e principalmente as estratégias adotadas de forma a combater essas dificuldades.

Área I: Profissional, social e ética

a. Competências desenvolvidas, processo de integração e ética profissional

Após o término da formação, o estagiário pretende integrar o mundo profissional, e para isso acontecer a realização de um estágio tem um papel fundamental. Quando este é realizado no sítio certo pode enriquecer bastante o currículo e favorecer um primeiro contato para futuras possibilidades de profissionalização. Neste sentido, o Estágio é uma etapa crucial no processo de desenvolvimento e aprendizagem, para além de permitir a troca de experiências, conhecimentos, ideias, estratégias, planos e conceitos, também visa preparar o estudante/estagiário a tornar-se professor.

Nesta primeira dimensão, o objetivo principal do estágio é sempre desenvolver as competências do professor-estagiário e prepará-lo para a futura carreira de professor. Enquanto professor-estagiário, criei e mantive uma boa relação com todos os profissionais envolvidos na escola. Todo o conhecimento adquirido ao longo da licenciatura e mestrado foi implementado no decorrer do estágio, assim como angariar conhecimento a partir do contato com o professor orientador e colegas do departamento de Educação Física. Acompanhar o professor cooperante nas reuniões do grupo, observar outras aulas dos outros professores, liderar o grupo de Desporto Escolar de Voleibol e participar em outros projetos, foram algumas das oportunidades a destacar, as quais proporcionaram ótimos momentos de aprendizagem e desenvolvimento pessoal.

Nesta nova realidade que é o estágio, é importante ter estabelecido objetivos Iniciais (tabela 1) de forma a alcançá-los no decorrer do ano letivo. Inicialmente estabeleci como objetivos gerais: 1) promover a qualidade no ensino, respeitando as diferenças culturais e pessoais de todos os elementos pertencentes à comunidade escolar; 2) desenvolver competências, aumentando o meu conhecimento na área da educação física.

Tabela 1. Objetivos iniciais

Objetivos Iniciais	
Aplicar os conhecimentos adquiridos no mestrado	Evoluir enquanto futuro professor
Boa gestão de aula	Tentar arranjar soluções para os pontos negativos das aulas
Boa relação com os professores e funcionários do Externato	Incentivar os alunos para a prática de atividade física
Aulas dinâmicas e com bom ambiente	Ir de encontro as necessidades dos alunos
Participar nas atividades letivas	Transmitir a informação simples e clara para os alunos

Um dos grandes objetivos foi ter em consideração, o espaço disponibilizado aos alunos para a prática de atividade física, diminuí ao máximo o tempo de espera, aumentando o tempo potencial de aprendizagem, pois segundo Martins et al., (2017) um dos elementos que influencia de forma imediata o processo de aprendizagem e crescimento dos estudantes nas aulas de educação física é o tempo útil de aula onde os alunos estão em aprendizagem.

Durante o processo onde foram estabelecidos objetivos foi destacado algumas preocupações, onde merece destaque a carência de experiência enquanto docente, o que tomou a avaliação dos alunos um desafio, dada a falta de prática na observação dos mesmos nas matérias em questão. O sistema avaliativo é um processo muito exigente e de difícil aplicação, a forma como o estagiário soube aplicar os critérios de avaliação

definidos pelo departamento de EF, este foi um dos grandes desafios superados ao longo do estágio supervisionado. Saber qual a melhor forma de avaliar o aluno nos diferentes momentos. Além disso, o desenvolvimento de habilidades como a organização das aulas por blocos, gerou um aumento do nível de criatividade, de forma a não tornar as aulas repetitivas.

b. Caracterização da Instituição

Fundado em 1956, o Externato Frei Luís de Sousa em Almada tem atualmente 66 anos. Inaugurando-se com 290 alunos repartidos pelo sector primários e secundário até ao 4º ano liceal, com separação física entre o espaço feminino e masculino. Um ano depois aumentou significativamente o número de alunos, abrindo até ao 5º ano liceal e posteriormente 6º e 7º anos. De seguida surgiu o jardim infantil e pouco tempo depois abriu o curso noturno (preparatório, geral e complementar) para dar resposta aos adultos que se queriam valorizar, continuando com o Propedêutico, Ensino à Distância e 12º ano. Atualmente a escola conta com uma oferta de ensino que vai desde o berçário até ao secundário.

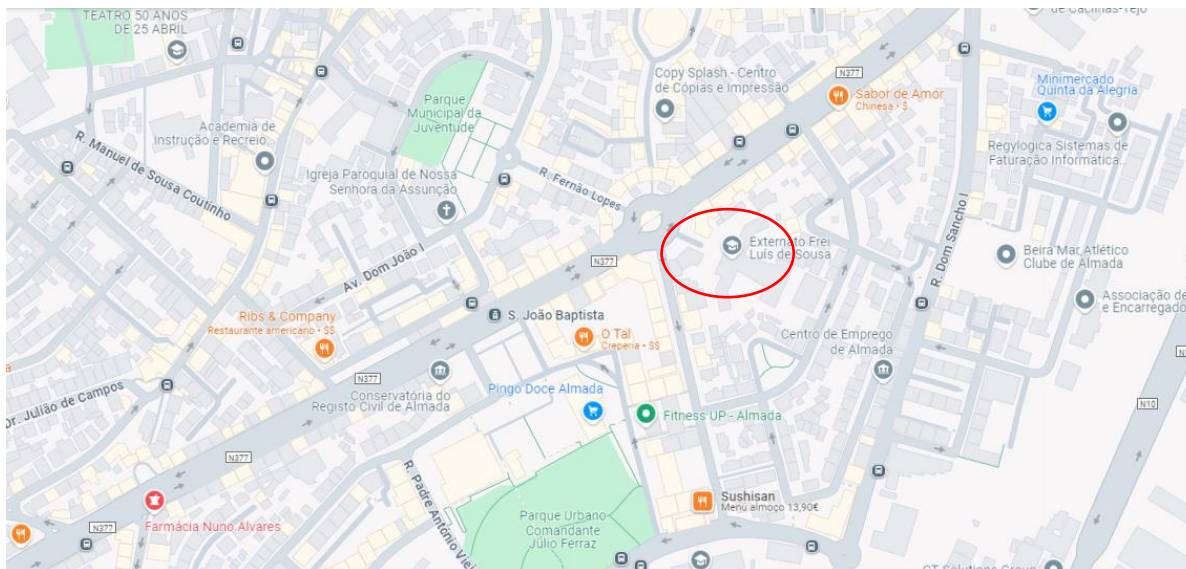


Figura 1. Mapa da localização do Externato Frei Luís de Sousa

A população escolar é composta por 43 professores, 624 alunos, 43 funcionários, 4 assistentes. A tabela 2 demonstra a distribuição dos alunos por ano de escolaridade de acordo com o projeto educativo da escola.

Externato Frei Luís de Sousa					
Creche	Jardim de infância	1º Ciclo	2º ciclo	3º Ciclo	Secundário
Sala 1 - 24	Amarela - 22	1º ano - 35	5º ano - 61	7º ano - 48	10º ano - 43

Sala 2 - 12	Azul - 22	2º ano - 37	6º ano - 61	8º ano - 51	11º ano - 49
	Laranja - 22	3º ano - 36		9º ano - 53	12º ano - 39
	Lilás - 23	4º ano - 23			
	Verde - 23				

Tabela 2. Alunos por ciclo de escolaridade

A escola é composta por 5 áreas distintas, conforme se pode verificar na figura 2. Na zona A encontram-se as salas destinadas ao berçário, alunos até aos 2 anos de idade. A zona B encontra-se o jardim de infância conta com alunos dos 3 aos 5 /6 anos de idade, composto por salas de aulas, dormitório, refeitório, entre outras estruturas. A zona C pertence ao 1º Ciclo, sendo esta composta por salas de aula convencionais. A zona D, é destinada aos alunos do 2º ciclo, 3º ciclo e secundário. A zona 1, 2 e 3, é composta por 2 pavilhões de Educação Física respetivamente e um campo exterior para a prática da disciplina.



Figura 2. Mapa da Escola Externato Frei Luís de Sousa com as respetivas zonas marcadas.

O Externato, tem sofrido alterações físicas ao longo dos anos. Para a prática de Educação Física, a escola possui dois ginásios e um campo exterior com linhas de andebol, futsal e basquetebol. De modo que a utilização dos espaços é rotativa, o professor que fica no ginásio mais pequeno (Ginásio 2) tem direito a utilizar o campo exterior de jogos, e o professor que está no Ginásio maior (Ginásio 1) permanece no mesmo. Esta rotação ocorre de duas em duas semanas.

c. Caracterização do Departamento de Educação física e Desporto

O departamento de Educação Física funciona de acordo com o calendário das atividades educativas e letivas do Externato Frei Luís de Sousa para o respetivo ano letivo de 2022/2023 (tabela 3).

Período	Início	Fim
1º	13 de setembro	16 de dezembro
2º	3 de janeiro	31 de março
3º	17 de abril	7 de junho (9º, 11º e 12º) e 14 de junho (7º, 8º e 10º)

Tabela 3. Calendário das atividades educativas

Para a realização das aulas de Educação física são disponibilizados dois tipos de espaços (interior e exterior), sendo que cada um deles é utilizado conforme o conteúdo a ser desenvolvido (modalidade desportiva) e as condições climáticas associadas. Quanto ao espaço interior, existem dois ginásios cobertos (nomeado como Ginásio1 e Ginásio 2). Já o espaço exterior, denominado de campo exterior, é descoberto (Figura 3 e Figura 4) e tem complementarmente para suas atividades o pátio dos alunos, este último é utilizado para realizar sessões de corrida de resistência. Na organização do departamento de Educação Física e espaços, normalmente estão dois professores a dar aulas em simultâneo e cada um tem o seu espaço para a lecionação das aulas. A rotatividade dos espaços acontece a cada duas em duas semanas, fazendo com que a planificação seja por blocos e de acordo com cada espaço designado para a aula.



Figura 3. Imagem do campo Exterior



Figura 4. Imagem do campo Exterior

O ginásio 1 é o que tem maior área, este está destinado a realizar modalidades desportivas coletivas, como o basquetebol, voleibol, embora também seja utilizado para patinagem, ténis de mesa e badminton. Este é composto por duas tabelas de basquetebol, uma rede com dois postes para a prática de voleibol e outra de badminton, espaldares, mesas e material de ténis de mesa, bolas de voleibol, bolas de basquetebol, raquetas e volantes de badminton. Os balneários, femininos e masculinos, têm acesso por fora do ginásio.



Figura 5. Imagem do Ginásio 1



Figura 6. Imagem do Ginásio 1

O Ginásio 2, por sua vez é mais pequeno, este está coberto por tatamis o que promove a realização de modalidades como a ginástica e a condição física. Este é composto por 3 bancos suecos, bolas de pilates, diverso material de ginástica como boque, trampolim, minitrampolim, plinto. Possui também uma arrecadação com material para as aulas. Dentro do mesmo possui dois balneários, masculino e feminino.



Figura 7. Imagem do Ginásio 2

d. Caracterização das turmas

As turmas que foram atribuídas para realização do estágio pertencem ao 3ºCiclo e Secundário, nomeadamente 7ªA e o 11ªAB. Ambas as turmas apresentam um grande desequilíbrio quanto ao sexo dos integrantes (tabela 4), de modo que no 7ªA, 71% são rapazes e no 11ªAB 72% são raparigas. Estes pertencem a cursos diferentes, curso de Ciências e tecnologias e cursos de Economia.

A turma do 7ªA é constituída por 24 alunos dos quais, com idades compreendidas entre os 12 e os 13 anos de idade. Globalmente os alunos são trabalhadores e empenhados para a aprendizagem e gostam das aulas de educação física. Na turma está inserida uma aluna com uma grave falta de visão. Esta efetua todas as tarefas juntamente com os seus colegas e tem uma excelente relação com os professores e alunos. Após a chegada à escola, o Orientador Cooperante informou logo acerca da aluna e da especial atenção que tinha de ter para com ela.

Tabela 4. Caracterização da turma do 7º ano de acordo com o género

Género	Elementos	Percentagens
Feminino	7	29%
Masculino	17	71%

A turma do 11ªAB é composta por 25 alunos (tabela 5), com idades entre os 17 e os 18 anos de idades. A turma gosta bastante da disciplina de educação física e de desporto, nomeadamente voleibol, na qual a turma tem um bom desempenho. Na matéria de Ginástica, como a grande percentagem da turma é do sexo feminino, o nível da turma é substancialmente bom (Mocanu G. et al 2022). Os alunos estão constantemente empenhados em obter o melhor aproveitamento das aulas, o que promove um excelente clima de aula e entre ajuda. Os alunos estão continuamente empenhados em otimizar a utilização das aulas, o que fomenta um ambiente de aprendizagem exemplar e colaboração mútua. É uma turma onde se apoiam bastante uns aos outros e se motivam mutuamente para alcançar os objetivos pretendidos.

Tabela 5. Caracterização da turma do 11º ano de acordo com o género

Género	Elementos	Percentagens
Feminino	18	72%
Masculino	8	28%

Observa-se, portanto, que as turmas exibem diferenças estruturais, como a disparidade entre os sexos em cada uma delas. No que concerne ao interesse nas aulas, ambas demonstram um elevado empenho e dedicação, visando extrair o máximo proveito das atividades. Além disso, constata-se um desempenho académico positivo em ambas as turmas, com grande parte dos alunos sendo reconhecidos no quadro de mérito da escola devido as suas classificações. Na disciplina de educação física, os alunos de uma forma geral demonstram um bom desempenho motor.

Área II: Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem

Esta área está dividida em 3 partes, sendo elas o planejamento, o ensino e a avaliação. Irá ser abordado o planejamento das aulas e o planejamento anual, também como o ensino foi conduzido, incluindo a organização das aulas, os métodos de organização, estilos de ensino, etc. Por fim, como foi realizado o processo de avaliação bem como os resultados obtidos.

a. Planejamento

O planejamento destinado as aulas de educação física, depende de fatores como o espaço disponível para a prática, o nível dos alunos, o material e o tempo de cada sessão e a sua gestão eficiente ao tempo de prática dos alunos e à eficácia pedagógica. Assim compreende-se que o planejamento é fundamental para melhorar a eficácia pedagógica, assumindo-se como uma ferramenta essencial na prática de ensino. A calendarização letiva, tais como as atividades escolares, feriados, férias, visitas de estudo, são igualmente importantes, tal como a consideração das atividades definidas pelo grupo de EF, nomeadamente, a data dos torneios escolares e as avaliações da aptidão física utilizando a plataforma dos testes FITescola que visam promover a saúde das crianças e jovens (Londrina, 2014).

O planejamento das aulas é algo que deve ser adaptado, individualizado em cada turma, sendo fundamental realizar a avaliação inicial permitindo a cada professor estruturar e definir o trabalho (Pedro, 2010), tendo em consideração o protocolo inicial previamente definido pelo departamento de educação física. Segundo Januário (2017) este momento de avaliação refere-se á avaliação dos conhecimentos e competências que os alunos já possuem ou então que deveriam ter no início do processo de ensino. De modo que essa avaliação inicial desempenha um papel fundamental em todas as etapas do planejamento. Após essa avaliação é programado o planejamento anual, onde é cuidadosamente preparado tendo em consideração atividades propostas pela escola bem como momentos de avaliação. De acordo com Januário (2017) a investigação no domínio do ensino sublinha várias vantagens no planejamento, estas incluem a diminuição da incerteza e ansiedade, pré-visualização do ambiente de ensino, a simulação e correção de erros, intencionalidade do professor, comunicação e colaboração em equipa e o envolvimento dos alunos na gestão e a promoção da eficácia pedagógica.

Face ao exposto, na presente PES tanto na avaliação inicial quanto o subsequente planejamento foram conduzidos tendo em consideração as limitações de espaço e os recursos disponíveis para as matérias a serem abordadas em conformidade com as aprendizagens essenciais e o Perfil do Aluno do Século XXI (2017). A organização do ano letivo foi delineada tendo também em conta os diversos períodos letivos e as várias fases do processo ensino-aprendizagem.

Etapas do planejamento

Durante o período do estágio, foi principalmente adotado o método de ensino por blocos, devido ao planejamento que se baseou na rotação dos espaços a cada duas semanas. Isso permitiu uma progressão gradual no desenvolvimento das habilidades, conhecimentos e competências dos alunos ao longo do tempo. Consequentemente, duas matérias são ensinadas e avaliadas durante cada mês, sem a necessidade de revisitação ao longo do restante ano letivo.

Neste ponto, é importante salientar a importância das 3 fases de estágio. A 1ª fase, consistiu na observação das aulas ministradas e nos feedbacks fornecidos pelo professor cooperante. Isso proporcionou uma visão

sobre como ele se posicionava na sala de aula, organizava os alunos, projetava a voz, movimentava-se no espaço e interagia com a turma. Além disso, houve o acompanhamento de outros professores de Educação Física de forma a preencher as fichas de observação das aulas lecionadas, para além do acompanhamento do Desporto escolar e da direção de turma. A 2ª fase ocorreu no 2º Período quando o professor estagiário teve maior contacto com os alunos, co-liderando as aulas com o professor cooperante. Nesta etapa, foram transmitidos feedbacks, realizadas algumas tarefas em aula assim como a realização dos planos de aula e o registo de avaliações e assiduidade.

Numa 3ª fase o professor estagiário assumiu total autonomia perante as turmas que estava a acompanhar, enquanto o professor cooperante observava as ações do professor estagiário. Nesta fase, manteve-se o acompanhamento de outros professores de EF, através do preenchimento de fichas de observação de aulas, da realização dos planos de aula e dos registos da turma com assiduidade e avaliações, tal como o acompanhamento do Desporto Escolar. Nesta fase o planeamento das aulas consistia apenas na elaboração dos planos de aula, alinhados com as modalidades a serem instruídas, uma vez que o planeamento anual já tinha sido estabelecido previamente pelo professor cooperante.

Durante a minha participação ativa nas aulas, pude perceber o impacto positivo da planificação antecipada e da organização dos grupos antes das sessões. Essas práticas contribuíram significativamente para garantir que os alunos passassem mais tempo envolvidos em atividades práticas.

b. Ensino

Relativamente aos estilos de ensino, os estilos de ensino utilizado pelo professor na sala de aula, foram variando depende das sessões e dos diferentes ambientes pressupostos pela turma. Com o decorrer da instrução inicial foi utilizado estilos de ensino convergentes como o de comando e tarefa, sendo estes os estilos mais utilizados pelos professores de forma geral (Jaakkola & Watt, 2011). O estilo de ensino por comando, o professor assume a responsabilidade por todas as decisões relacionadas à tarefa, fornecendo orientações detalhadas e claras aos alunos (Mosston & Ashworth, 2008). Além disso, o professor controla o ritmo e determina o número de vezes que a tarefa deve ser executada. Já o estilo por tarefa, o professor define uma tarefa ou atividade em que os alunos devem realizar e fornece orientações, instruções e recursos necessários para que eles a completem com sucesso (Antunes, M.M & Moura, D.L, 2010). O objetivo passa para que os alunos adquiram conhecimentos e habilidades por meio da realização da tarefa. Todos estes promovem uma melhor compreensão e aquisição de conceitos.

No que diz respeito ao ensino, este foi estruturado em etapas, e as aulas adotaram sempre uma abordagem polimática. Estas aulas de acordo com Lourenço et al., (2022) promovem uma aprendizagem integrada, aumentam os níveis de atividade física e facilitam a exploração de uma variedade de temas, conteúdos e habilidades em cada sessão. As aulas ministradas no estágio acabam por se dividir em grupos homogêneos e grupos heterogêneos, dependendo das atividades e dos objetivos propostos para cada aula.

A comunicação de informações aos alunos envolveu sempre a instrução e demonstração, seja para o grupo todo ou para cada aluno individualmente. Após essa fase os alunos tiveram oportunidade para fazer perguntas e esclarecer dúvidas, pois como refere Siedentop e Tannehill, (2002) em relação à comunicação, uma prática essencial que pode poupar tempo e facilitar a compreensão dos alunos é o uso de modelos visuais. Para alcançar esse objetivo, o professor pode utilizar recursos como vídeos e imagens por meio das novas tecnologias (NASPE, 2009), cartazes, esquemas e, especialmente, demonstrações práticas.

Ao nível do feedback este teve um papel importante no decorrer das aulas, nomeadamente o feedback pedagógico que é o mais estudado (Quina et al., 1998) este pode ser de reforço ou informação (Quina &

Carreiro, 1970). Bourbon e Martins (2009) mencionam que os feedbacks na aula de educação física requerem uma abordagem distinta devido à sua natureza singular e à diversidade de elementos envolvidos, incluindo as variáveis relacionadas ao conteúdo e ao processo.

Em primeiro lugar, damos ênfase na utilização de Feedbacks qualitativos para fornecer informações detalhadas sobre o desempenho e progresso individuais dos alunos. Além disso, também introduzimos feedbacks quantitativos com o intuito de incentivar os alunos e promover maior envolvimento nas aulas. Adicionalmente, um dos aspetos primordiais durante a preparação das aulas foi assegurar que os alunos dispusessem do máximo tempo de prática, uma vez que, como já mencionado por Martins et al., (2017) o fator que influencia diretamente a aprendizagem dos alunos em EF é o tempo de aprendizagem. A importância do tempo de prática no sucesso do ensino na educação Física, foi considerada no planeamento das aulas. Assim estas foram elaboradas principalmente com o propósito de criar oportunidades de prática, permitindo aos alunos o desenvolvimento das suas competências.

Estes elementos (i.e., as oportunidades de prática proporcionadas durante as aulas de Educação Física), desempenharam um papel fundamental na promoção de um ambiente de aprendizagem estimulante e inspirador. Contribuíram para garantir que os alunos desfrutassem de uma experiência educativa enriquecedora, centrada no desenvolvimento das suas capacidades.

c. Avaliação

No âmbito da avaliação, o objetivo é saber utilizar os diferentes métodos e técnicas de avaliação, tanto a sumativa como formativa, definidas previamente pelo Departamento de Educação Física. A avaliação sumativa segundo Fernandes, (2019) permite-nos elaborar um balanço do que os alunos sabem e são capazes de fazer no final de uma disciplina, após ter decorrido um certo período de tempo, sendo esta pontual enquanto a avaliação formativa é tendencialmente contínua. Ainda, a avaliação formativa é uma avaliação de proximidade, pois ela ocorre durante o dia a dia da sala de aula, está integrada nos processos de ensino e aprendizagem e resulta das interações que se devem estabelecer entre alunos e professores. O seu propósito mais essencial é o de contribuir para que os alunos aprendam mais e melhor (Fernandes, 2019).

No externato a avaliação é dividida em 4 componentes: atividade físicas, aptidão física, conhecimentos adquiridos e as atitudes e valores. As atividades físicas, abrangem as matérias específicas da disciplina (jogos desportivos coletivos, ginásticas, danças, etc). Na componente da aptidão física é utilizado a plataforma de testes Fitescola (<https://fitescola.dge.mec.pt/home.aspx>). Outra das componentes avaliadas são os conhecimentos adquiridos, sendo que esta engloba a parte teórica da matéria. E finalmente a última componente são as atitudes e valores dos alunos, onde é valorizado o seu comportamento e empenho nas aulas.

Tabela 6. Cotações para cada uma das componentes da avaliação da E.F mos verificar a percentagem destinada a cada componente.

Cotações		
Atividades Físicas + Conhecimentos	Aptidão Física	Atitudes e Valores
50%	10 %	40%

Através da análise da tabela (6), conseguimos observar que a componente de atividades físicas é a que tem maior ponderação na nota final, ou seja, vale metade da sua nota, consequentemente é aquela na qual os

alunos se empenham arduamente para atingir os seus objetivos, no entanto as atitudes e valores tem um impacto significativo na nota dos alunos. O processo de avaliação das atividades físicas baseia-se nos critérios estabelecidos nos níveis introdutório e Elementar dos planos Nacionais de Educação física e aprendizagens essenciais. No entanto, é importante ressaltar que são considerados níveis parciais, utilizando as siglas (+ e –), quando o aluno não consegue cumprir todos os critérios exigidos pelo programa para cada nível, utilizando-se o símbolo “+” quando o aluno cumpre quase todos os critérios de transição para o nível seguinte e utilizando o símbolo “-” quando o aluno preenche poucos requisitos daquele nível. Esta abordagem permite que os alunos sejam avaliados de uma forma mais objetiva, equitativa e pré-estabelecida, enquanto estão a ser avaliados nas diversas áreas.

Depois de se compreender como a avaliação das atividades físicas funcionam, é relevante mencionar a avaliação da aptidão física, que é feita por meio de um conjunto de testes incorporados no programa Fitescola (FITescola, 2021), como foi mencionado acima. A tabela 7 fornece informações sobre os testes realizados para essa avaliação no contexto escolar, juntamente com as capacidades físicas aprimoradas por cada um dos testes. Todos os alunos são submetidos a estes testes, assim que a realização dos mesmo é feita, os resultados são registados.

Tabela 7. Testes Fitescola utilizados para avaliar a aptidão física

Fitescola				
Capacidade	Resistência (Aptidão Aeróbia)	Força Superior	Força Média	Flexibilidade
Teste	Vaivém	Extensão de Braços	Abdominais	Flexibilidade de Ombros

Para concluir, a avaliação na área das atitudes e valores na disciplina de educação física abrange duas partes distintas, a primeira parte é objetiva e relaciona-se à presença regular do aluno e à sua pontualidade na aula, registrando a frequência e o cumprimento do horário estabelecido. Por outro lado, a segunda parte é subjetiva e diz respeito à atitude do aluno no decorrer da aula. Neste caso, a avaliação considera critérios como o nível de empenho demonstrado durante as sessões, o comportamento adequado ou inadequado, a motivação para participar nas atividades e o envolvimento ativos nas aulas. Logo, esta área visa reconhecer o esforço e comportamento do aluno.

A avaliação dos alunos foi predominantemente realizada através da observação em contexto de aula, o que ajudou a reduzir a pressão sobre os momentos avaliativos. As estratégias adotadas como sentar o aluno num banco separado do resto da turma ou sentar os alunos mais próximos do professor relevam-se eficazes na maioria das situações, permitindo um bom controlo do ambiente em ambas as turmas. Apesar dos desafios, essas estratégias contribuíram para criar um ambiente motivador, propício à prática desportiva. Como resultado a maioria dos alunos teve boas classificações.

Área III: Participação na Escola e Relação com a Comunidade

1. Desporto Escolar

Complementarmente às atividades de lecionação, e como forma de estabelecer uma melhor relação com a comunidade escolar, o estagiário acompanhou a equipa de desporto escolar juntamente com o professor Frederico Campos, a liderar a equipa de voleibol Feminino no escalão Sub 18. Os treinos realizados às terças-feiras e quintas-feiras das 17h30 às 18h30 no espaço do ginásio 1 do Externato. A nível da competição, os jogos foram todos a nível local, visando auxiliar e contribuir com todo o conhecimento adquirido no decorrer dos treinos. Este comprometeu-se a ser assíduo nos treinos e reuniões relacionadas e a deslocar-se sempre que possível a todas as competições de forma a acompanhar os atletas.

O envolvimento com o desporto escolar contribuiu para o crescimento profissional, tanto no tipo de treinos a implementar aos alunos como na diversidade de estratégias, metodologias e atividades a serem desenvolvidas. O Externato não realizava essa atividade há muitos anos e, no ano de 2022, está gradualmente retomando-a, o que é considerado uma excelente iniciativa de forma a promover a competitividade da escola. Além do mais, este tipo de atividade extracurricular pode auxiliar a promover o gosto pela atividade física e pela modalidade.

2. Direção de turma

Não é apenas o desporto escolar ou a lecionação das aulas de educação física que fazem parte do estágio, o acompanhamento de uma direção de turma é outra das funções. O contacto mais próximo com os pais dos alunos é deveras importante na formação de um professor. Uma vez que esta é uma atividade que envolve particularidades da turma e especifica dos estudantes, as quais vão além do âmbito da Educação Física. Neste âmbito o professor estagiário acabou por dirigir juntamente com o coordenador de estágio, a turma do 8ºB, acompanhando de perto as reuniões de Diretores de Turma e Encarregados de Educação.

Além disso, esteve presente em situações pontuais, ajudando na resolução de problemas, através do acompanhamento direto do Diretor de Turma (coordenador de estágio). Uma turma com alguns problemas de disciplina, nomeadamente com 3 ou 4 alunos. Como estratégia para superar o problema identificado, semanalmente (segunda-feira) no bloco de cidadania eram debatidos projetos e os “momentos de dentro”, onde estes procuravam meter os alunos a refletir sobre diversas situações do quotidiano.

3. Corta-Mato Escolar e Regional

No dia 11 de novembro, realizou-se o corta-mato escolar no seminário de Almada, destinado aos alunos do 3 ao 12º ano. Esta atividade é obrigatória para todos os alunos do EFLS, com exceção do 12º ano, que participa na supervisão da prova em conjunto com os professores de Educação Física. Nos dias anteriores ao evento, o departamento de educação física deslocou-se ao local para verificar as condições de segurança do percurso, removendo galhos de maior dimensão e marcando o trajeto.

No dia do evento, o professor estagiário ficou responsável pela partida e pela organização dos alunos pelos vários escalões, juntamente com um professor do departamento de Educação Física.

Já no dia 14 de fevereiro de 2023, teve lugar no parque da paz o corta-mato distrital entre todas as escolas da Península de Setúbal. Quanto à organização, os alunos que representariam a escola concentraram-se na porta

principal do Externato às 08:30, devidamente equipados. O transporte da comitiva para o local da prova foi feito através do metro, a cargo do externato com a supervisão de três professores. Após a chegada ao local da prova, os alunos equiparam-se fizeram o reconhecimento do local da prova e às 9:15 deu início as provas dos diversos escalões. O professor estagiário ficou responsável por receber os alunos na meta e levá-los de volta para o acampamento onde possuíam as suas coisas.

Por fim, como parte da responsabilidade do professor estagiário na comitiva educativa, é importante participar ativamente na organização desses eventos. Oferecer ajuda e colaboração proporciona uma oportunidade valiosa de aprendizagem e aprimoramentos de competências.

4. Dias da cultura

Os dias da cultura são eventos característicos do EFLS. Os professores colaboram com a direção da escola para criar um plano de atividades específico para esses dias, levando em conta as particularidades das disciplinas e turmas envolvidas. Nos dias 23 e 24 de fevereiro, foram iniciadas as atividades, nas quais o professor estagiário participou com atividades relacionadas ao desporto adaptado com os alunos do 2º ciclo de escolaridade. A atividade foi bem recebida por parte dos alunos, embora duas turmas com as quais o estagiário aplicou a atividade não tenham colaborado muito, pois estavam muito agitadas, não permitindo chegar à fase final das aulas, sendo a mais interessante por se caracterizar por ser uma modalidade olímpica. É importante reconhecer que, a mesma atividade e o mesmo plano de aulas, a reação dos alunos varia de turma para turma, resultando em variações na metodologia de ensino.

Influência de uma atividade paradesportivas nas aulas de educação física de uma escola privada nas atitudes em relação a inclusão de alunos com deficiência.

Delfim Doutel [1], Renata Mateus Willig [2]

[1] Instituto Superior de Estudos Interculturais e Transdisciplinares do Instituto Piaget de Almada

[2] Insight: Piaget Research Center for Ecological Human Development, Instituto Piaget de Almada

Resumo

Enquadramento: O conceito de inclusão procura melhorar a educação para todos, superando a segregação de alunos com necessidades especiais. A inclusão procura garantir que a escola seja acessível e bem-sucedida para todos, promovendo equidade de oportunidades e permitindo que cada aluno atinja o seu máximo potencial. Os programas de intervenção, têm um impacto positivo nas atitudes dos alunos em relação à inclusão de colegas com deficiência. A educação física, como disciplina obrigatória no currículo português, pode oferecer programas de intervenção destinados a promover a melhoria das atitudes dos alunos. **Objetivo:** Analisar as atitudes de alunos de uma escola privada em relação à inclusão de alunos com deficiência antes e depois de uma atividade paradesportiva na aula de Educação Física. **Métodos:** Participaram 63 alunos do 3º ciclo e secundário de ambos os sexos com uma média de idade de 14,73. Para avaliar as atitudes em relação a inclusão foi utilizado como instrumento o questionário The children`s attitudes towards integrated physical education (CAIPE-R) versão portuguesa. A recolha de dados ocorreu em 3 aulas de educação física, na 1ª aula e 3ª aplicou-se o questionário, enquanto na 2ª aula foi desenvolvida uma aula sobre paradesporto. Utilizou-se a estatística descritiva para caracterização da amostra e o teste não paramétrico de Wilcoxon para comparar as atitudes antes e depois da atividade paradesportiva. **Resultados:** Verificou-se diferenças significativas antes e depois da aula sobre o Paradesporto nas Atitudes Globais ($p=0.022$) e nas Atitudes Gerias ($p=0.001$), no entanto nas Atitudes Especificas não se verificaram diferenças significativas. **Conclusão:** A implementação de uma aula paradesportiva modificou parcialmente as atitudes de alunos sem deficiência em relação a inclusão de alunos com deficiência nas aulas de educação física.

Palavras-chave: Atitudes, Inclusão, Alunos, Educação Física

The influence of a para-sports activity in the physical education classes of a private school on attitudes towards the inclusion of students with disabilities.

ABSTRACT

Background: The concept of inclusion seeks to improve education for all, overcoming the segregation of students with special needs. Inclusion ensures that school is accessible and successful for all, promoting equity of opportunity and enabling every student to reach their full potential. Intervention programs, have a positive impact on students' attitudes toward the inclusion of peers with disabilities. Physical education, as a compulsory subject in the Portuguese curriculum, can offer intervention programs designed to promote improvements in student's attitudes. **Objective:** To analyze students' attitudes at a private school towards including students with disabilities before and after a paralympic activity in physical education class. **Methods:** 63 third and secondary school students of both sexes with an average age of 14.73 took part. The questionnaire on the children's attitudes towards integrated physical education - revised -CAIPE-R[®] was used to assess attitudes towards inclusion. Each class took part in a physical education lesson involving para-sports. Data collection occurred in 3 physical education (PE) classes, the 1st and 3rd for applying the CAIPE-R and the 2nd for the para-sports activity. Descriptive statistics were used to characterize the sample, and the non-parametric Wilcoxon test was used to compare attitudes before and after the para-sports activity. **Results:** The results show significant differences before and after the class on Para-sports in Global Attitudes and General Attitudes; however, there were no significant differences in Specific Attitudes. **Conclusion:** The implementation of a para-sports class modifies the attitudes of non-disabled students towards the inclusion of disabled students in physical education classes.

Keywords: Attitudes, Inclusion, Students, Physical Education

1. Introdução

O conceito de inclusão procura estimular o progresso de todas as escolas e de todos os alunos, superando a abordagem tradicional de separar os alunos com necessidades educativas especiais das turmas regulares (Farvey, 1992; Putnam, 1998; Sailor e tar., 1994; Villa & Thousand 1992). A ideia por trás da educação inclusiva é garantir que a escola regular seja acessível e bem-sucedida para todos os alunos, querendo isso significar que a escola deve ser capaz de responder de maneira eficaz as necessidades dos alunos, promovendo equidade de oportunidades. Além disso, a educação inclusiva é vista como um meio de promover o desenvolvimento individual de cada aluno, permitindo que eles atinjam o seu máximo potencial (UNESCO., 2003). Rodrigues (2003) destaca a importância de abordar as diferenças com naturalidade permitindo que vivamos a igualdade mesmo na diversidade. É crucial superar uma visão passiva e negativa em relação à deficiência e promover mudanças de atitude como valorizar as diferenças e incentivar o trabalho cooperativo, reconhecer e aceitar as dificuldades e necessidades específicas de cada indivíduo, bem como descobrir e valorizar os seus potenciais e talentos. Manton (2004) afirma que o paradigma da inclusão surge para aprimorar a educação escolar, beneficiando todos os alunos independentemente de possuírem ou não uma deficiência.

O conceito de inclusão escolar é importante de analisar, pois relaciona-se a todas as crianças e jovens, especialmente por ter favorecido a oportunidade de interação entre as crianças com e sem deficiência nas turmas (Fennick & Anita, 1999). A inclusão efetivamente promove atitudes positivas nas crianças sem deficiência em relação as crianças com deficiência (Hall, 1994; Salisbury, 1995; Mrug, 2001). É com a declaração de Salamanca, sendo esta regida pela conferencia Mundial de educação Especial em junho de 1994, que reafirmou o compromisso com a “educação para todos”. Nesta política refere-se que todas as crianças ou jovens cujas dificuldades se originam em função de deficiências ou dificuldades de aprendizagem tanto aos alunos com ou sem NEE como aos professores e a toda a comunidade escolar.

Nas aulas de educação física, o processo da inclusão depende de diferentes fatores, entre eles programa da disciplina de educação física, e a forma como se entende as diferenças individuais (Sherrill, 1998). Segundo Souza (2002), a educação física proporciona às pessoas com deficiência uma melhor qualidade de vida, socialização, bem-estar, treino dos sentidos do esquema corporal, além de outros estímulos e vivências que em outras atividades não seria possível, por tudo isto podemos especialmente considerar que esta disciplina promove e desperta as potencialidades de uma pessoa com deficiência.

Para Rivoire, (2006), a modificação de atitudes pode ser facilitada, à medida que o ser humano fica aberto a novas informações e experiências; mediante a experiência direta do adstrito com o objeto de atitude; ou quando este é forçado a comportar-se de maneira contrária às suas atitudes subentendidas. Estudos realizados acerca das atitudes, procuram efetuar uma estreita passagem entre o conceito de atitude e o comportamento humano (Ajzen, I. 2001). As atitudes são processos dinâmicos, em constante formação e mudança, influenciando as relações intra e intergrupais, atuando com um reflexo da sociedade, num determinado momento histórico e cultural, face a novas fontes de informação e novas dinâmicas encontradas na interação social (Ajzen, 2008). Alguns estudos têm demonstrado que o contacto físico incrementa as atitudes positivas, desempenhado um papel ativo na dissolução de estereótipos negativos (Lewis, 2003; Vayer & Roncin, 1987; Santos, 2004). Por esse motivo a inclusão cria oportunidades para o desenvolvimento positivo das crianças sem deficiência (Mrug, 2002).

Segundo Block (1995), um dos fatores a considerar são as atitudes dos alunos sem necessidades educativas especiais face a uma criança com Necessidades educativas especiais, estas podem desencadear numerosas consequências tais como: o ambiente em sala de aula não ser agradável e o aluno com deficiência não se

sentir incluído e aceite no ambiente escolar. Estudos indicam que os programas de intervenção baseados em movimentos paralímpicos têm um impacto positivo nas atitudes de alunos sem deficiência face à inclusão dos seus pares com deficiência (Campos & Fernandes et al., 2015) durante as aulas de educação física (Lindsay e Edwards, 2013).

Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar as atitudes de alunos de uma escola privada em relação à inclusão de alunos com deficiência, como resultado da participação em uma intervenção paradesportiva na aula de Educação Física. Tendo como hipótese que a vivência em uma atividade paradesportiva na aula de educação física influencia positivamente as atitudes dos alunos em relação a inclusão dos seus pares com deficiência aula de educação física.

2. Materiais e métodos

O presente estudo experimental com amostra por conveniência foi aprovado pela Comissão de Ética do Instituto Piaget (P33-S53-10/2023) e decorreu de acordo com as orientações para estudos em seres humano que conta na Declaração de Helsinque.

2.1 Amostra

A amostra foi formada por 63 estudantes, 33 meninos e 30 meninas, com média de idade de 14.73, estudantes do 3º ciclo e secundário de uma escola privada que frequentavam regularmente as aulas de educação física. Todos os alunos inscritos e a frequentar as aulas de educação física de uma turma do 7º, 9º 11º e 12º anos foram convidados a participar do estudo, sendo incluídos para o estudo apenas aqueles estudantes que aceitaram participar todo estudo e apresentaram o consentimento informado assinado, sendo excluídos aqueles estudantes que não participaram de alguma etapa da investigação.

2.2 Instrumentos e procedimentos éticos

Foi utilizado como instrumento o questionário The children`s attitudes towards integrated physical education – revised -CAIPE-R® (Block, 1995), versão traduzida para Português de Portugal por Campos, Ferreira e Block (2014) de forma a validar as atitudes dos alunos sem deficiência face à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física. De acordo com Sandra et al., 2016 o CAIPE-R é uma teoria de comportamento que oferece uma descrição detalhada de tarefas e comportamentos geralmente observados em situações de inclusão. Este questionário foi criado com o objetivo de avaliar as atitudes dos alunos sem deficiência em relação à integração de alunos com deficiência nas aulas de educação física. O mesmo é constituído por onze itens (AGEF- Atitudes Globais na Educação Física) em que os indivíduos têm de exprimir os seus níveis de acordo ou desacordo, subdividido em duas subescalas: Atitudes Específicas face à inclusão de alunos com deficiência na Educação Física (AEEF) composto por 6 questões, da 1ª a 6ª; e Atitudes face à Alteração de Regras (AFAR) constituído por 5 questões, da 7ª a 11ª. Todas as perguntas são respondidas por meio de uma escala de Likert de 4 pontos (1= Não, 2= Provavelmente não; 3 = Provavelmente sim 4 = Sim), tendo em consideração que a pergunta 4 originalmente contem uma afirmação negativa, é necessário reformulá-la de forma a encaixar-se numa escala de Likert.

Este instrumento apresentar uma ficha de identificação dos dados pessoais, como idade, data de nascimento, género, turma e ano. Apresenta também, 6 grandes questões, as quais os alunos tem de responder marcando apenas uma das opções, como: i.) conhecer alguém com deficiência ou necessidades especiais; ii) ter na turma colega com deficiência ou necessidades especiais; iii) ter nas aulas de educação física colega com deficiência ou necessidades especiais; iv) identificar a sua autopercepção de competitividade; v) experiência com alguma

modalidade desportiva para pessoas com deficiência; e vi) ter assistido alguma modalidade ou evento desportivo para pessoas com deficiência.

2.3 Intervenção- Atividades paradesportiva

A intervenção envolveu a implementação de uma atividade paradesportiva durante a aula de Educação Física, com o propósito de sensibilizar os alunos e aprimorar o entendimento deles em relação às diferentes modalidades, nomeadamente Boccia e Voleibol Sentado. É importante destacar que o paradesporto é um conceito abrangente, pois diz respeito ao desporto praticado pelas pessoas com deficiência (Leardy et al. 2018;).

Deste modo, para cada turma, a atividade paradesportiva foi desenvolvida na aula de educação física, com duração de 50 minutos por sessão. No início de cada sessão, assim como em uma aula de conteúdo regular, foi realizada uma breve explicação do objetivo da aula, bem como do conteúdo a ser desenvolvido (boccia e voleibol sentado). Como parte fundamental da aula, foram implementados os exercícios planeados, os quais seguiram uma progressão lógica de introdução de uma modalidade. Além disso, é válido ressaltar que a estrutura da atividade seguiu o modelo de aulas polimáticas, onde a turma foi dividida em dois grupos. O investigador acompanhava o grupo do Boccia, enquanto investigador B dinamizava o voleibol sentado. Após 20 minutos, os grupos trocavam de atividade. Como etapa do balanço final de aula, foram recapitulados os objetivos da aula, seguido de um esclarecimento de dúvidas. Esta parte também incluiu a distribuição de um panfleto de informações adicionais (apêndice 2), de modo a sensibilizar e otimizar o conhecimento dos alunos sobre as atividades paradesportivas desenvolvidas. As aulas decorreram no ginásio da escola, um ambiente adequado para uma aula de educação física, sem interferência de fatores externos.

2.4 Procedimentos

Primeiramente a direção da escola foi contactada e informada acerca dos objetivos da investigação. Após a sua aprovação, os Professores de Educação Física foram contatos para explicação do estudo e estruturação do mesmo no planeamento anual da turma. Em seguida, entrou-se em contacto com os estudantes e encarregados de educação para explicar o estudo e solicitar a assinatura do Consentimento Informado. Após essa etapa foi realizada a recolha de dados que ocorreu em 3 aulas de educação física (EF), estruturadas da seguinte forma: 1ª aula de EF- aplicação do questionário CAIPE-R; 2ª aula de EF implementada da atividade paradesportiva com toda a turma; e 3ª aula de EF – reaplicação do questionário CAIPE-R. Como a atividade foi desenvolvida em contexto de aula de educação física, todos os estudantes que estavam presentes na aula participaram da atividade, mas somente respondeu ao questionário aqueles estudantes que aceitaram participar do estudo e tinham a anuência do seu encarregado de educação

2.5 Análise estatística

Para o tratamento e análise dos dados foi utilizado o programa IBM SPSS Statistics. Foi realizada uma análise descritiva das características da amostra (Idade, Género e Escolaridade), apresentando valores de média, desvio padrão e percentagem para as variáveis relacionados ao contato com pessoas com deficiência e nível de competitividade. Para verificar a influência da atividade paradesportiva nas atitudes globais, atitudes gerais da educação física e atitudes específica dos alunos utilizou-se o teste não-paramétrico de Wilcoxon, com nível de significância de $p < 0,05$.

3. Resultados

Na tabela 8 estão apresentados os dados descritivos das características da amostra quanto à idade, gênero e ano de escolaridade, sendo que do momento pré para o momento pós atividade paradesportiva os resultados não sofreram alterações (tabela 8).

Tabela 8. N: número de participantes; DP: desvio padrão; %: percentagem

	n	Pré- atividade paradesportiva		Pós-atividade paradesportiva	
		Média (DP)	%	Média (DP)	%
Idade	63	14,73 (2,13)		14,73 (2,13)	
Gênero					
Feminino	33	14,87 (2,03)	47,6	14,87 (2,03)	47,6
Masculino	30	14,61 (2,27)	52,4	14,61 (2,27)	52,4
Escolaridade					
7º ano	18	13,78 (1,93)	28,6	13,78 (1,93)	28,6
8º ano	16	16,13 (1,89)	25,4	16,13 (1,89)	25,4
11º ano	16	14,19(2,04)	25,4	14,19(2,04)	25,4
12º ano	13	15,00 (2,04)	20,6	15,00 (2,04)	20,6

Na tabela 9 estão apresentados os dados relativos ao contato da amostra com pessoas com deficiência, para além do contato com modalidades desportivas para pessoas com deficiência e por fim, a competitividade pré e pós intervenção, sendo que entre os momentos as percentagens foram alteradas em todas as análises.

Tabela 9. Contato com pessoas com deficiência e competitividade pré e pós intervenção

	Pré- atividade paradesportiva n=63		Pós-atividade paradesportiva n=63			
	Sim n (%)	Não n (%)	Sim n (%)	Não n (%)		
Convívio com pessoas com deficiência						
Família	14 (22,2)	49 (77,8)	18 (28,6)	45 (71,4)		
Turma	40 (63,5)	23 (36,5)	36 (57,1)	27 (42,9)		
Aula de EF	30 (47,6)	33 (52,4)	26 (41,3)	37 (58,7)		
Modalidade desportiva						
Experimentou	19 (30,2)	44 (69,8)	40 (63,5)	23 (36,5)		
Assistiu	28 (44,4)	35 (55,6)	27 (42,9)	36 (57,1)		
	Pré- atividade paradesportiva n=63			Pós-atividade paradesportiva n=63		
	NC n (%)	MMC n (%)	MC n (%)	NC n (%)	MMC n (%)	NC n (%)
Competitividade	1(1,6)	44(69,8)	18(28,3)	1(1,6)	43(68,3)	19(30,2)

Legenda: NC: não competitivo; MMC: mais ou menos competitivo; MC: muito competitivo

Na tabela 10 podemos verificar que existe significância nas Atitudes Globais e Gerais porque o $P < 0.05$. Já nas atitudes específicas não existe significância porque o $P > 0.05$.

Tabela 10. Comparação das atitudes pré e pós atividade paradesportiva

	Pré- paradesportiva n=63	atividade paradesportiva	Pós-atividade paradesportiva n=63		Z	P
	Media (DP)	Mediana	Media (DP)	Mediana		
Atitudes Globais	35,16	36,0	36,13	39,0	-2,29	,022
Atitudes Gerais	18,09	18,0	18,92	20,0	-3,55	,001
Atitudes Específicas	17,06	17,0	17,21	20,0	-,523	,601

4. Discussão

O objetivo do presente estudo foi analisar as atitudes de alunos de uma escola privada em relação à inclusão de alunos com deficiência, antes e depois da participação em uma aula de Educação Física sobre paradesporto. Evidenciando, assim, que esse tipo de atividade foi eficaz para alterar as atitudes gerais e globais dos alunos sem deficiência em relação a inclusão de seus pares com deficiência.

Os resultados do presente estudo no que toca as atitudes globais vão de acordo com o estudo de Godinho., (2009) antes e depois da intervenção envolvendo modalidades desportivas para pessoas com deficiência, uma vez que também apresentam mudanças significativas. Os alunos já apresentavam atitudes bastantes positivas no momento pré intervenção, muito possivelmente devido ao meio em que estavam, esperando-se ser difícil diminuir seu score após uma atividade que muitas vezes é utilizada para sensibilização sobre as pessoas com deficiência. Este acontecimento nos resultados pode estar relacionado com o facto de na turma 63.5% teve contacto prévio com algum aluno com deficiência o mesmo acontece no estudo de (Godinho, 2009) em que 37,592% dos alunos e já tiveram na turma um aluno com deficiência. De acordo com Pagnagiotou et al., (2008), verificou-se que existiu diferenças significativas no grupo experimental pós intervenção, assumindo assim que o contacto prévio pode alterar a mudança de atitude por parte dos alunos.

A alteração nas atitudes gerais dos alunos pré e pós intervenção vai ao encontro de estudo anterior que obtiveram os mesmos resultados (Godinho, 2009). Tal resultado, pode estar relacionado ao facto dos alunos que participaram no estudo frequentarem uma escola católica, estando deste modo familiarizados a participar em bastantes ações de solidariedade, ajudando instituições e jovens carenciados, o que faz com que a inclusão seja feita de uma forma mais natural (Rosa, 2010; Hutzler & Levi, 2008).

Já no que respeita às atitudes específicas dos alunos, estas não sofrem alterações significativas do momento pré para o pós intervenção. Contrariando assim outros estudos (Cabral, 2016; Salivan, 2021; Campos e Fernandes, 2015) pois apresentam uma amostra significativamente superior ao contrário da presente investigação que conta apenas com 63 alunos. Outro fator a ter em conta é o número de atividades a que os participantes foram sujeitos, uma vez que neste estudo abordaram-se apenas duas modalidades, contrariamente aos restantes estudos.

Foi observado por Campos et al., (2014), e Ocete et al., (2022), citado por Entersede, (2022) que ambas as amostras apresentaram melhorias significativas na escala global e na subescala geral após intervenção. No entanto, não foram encontradas diferenças significativas na subescala de atitudes específicas entre os momentos pré e pós intervenção.

Como podemos verificar através dos resultados do presente estudo, as médias das variáveis tiveram um aumento positivo no pós intervenção em relação a pré, isto vai ao encontro do que menciona Campos et al., (2014) em que o mesmo refere que os seus valores de média foram também positivamente mais elevados em relação ao pré teste. Os resultados obtidos nos estudos vão a favor dos apresentados por Entresede.,(2022), que prova existirem diferenças significativas no que toca as atitudes dos alunos, pois a amostra já apresenta valores muito altos na pré intervenção.

No presente estudo o tempo de contacto teve uma duração de 50 minutos por turma, a literatura é diferenciada quanto ao tempo, como demonstra Entresede.,(2022) este aplicou uma sessão de 90 minutos envolvendo diversas atividades cada uma com duração de 10 a 15 minutos. Desta forma, alcançaram diferenças significativas nas atitudes dos alunos sendo que a sua aplicação resultou em perceções mais positivas por parte dos estudantes face à inclusão dos seus colegas com deficiência.

Este estudo apresenta algumas limitações, uma vez que a amostra é composta apenas por duas turmas, uma do 3º ciclo e outra do ensino secundário. Além disso, o facto de os alunos estarem inseridos numa escola católica pode ter influenciado os resultados, uma vez que esses alunos já estão familiarizados com a inclusão. De forma a dar continuidade ao estudo, sugere-se que se faça uma investigação com uma amostra maior, abrangendo escolas públicas e privadas, a fim de se compreender melhor as atitudes dos alunos nos respetivos ciclos de escolaridade, bem como uma melhor perceção da realidade em que nos encontramos.

5. Conclusão

Neste estudo, os resultados evidenciaram diferenças significativas nas atitudes dos alunos do 3º ciclo e secundário de uma escola privada em relação à inclusão de alunos com deficiência nas aulas de educação física, antes e depois de uma aula paradesportiva. Essas descobertas destacam a influência da experiência direta na perceção da inclusão e destacam a importância de estratégias inclusivas para promover uma cultura escolar mais diversificada e acolhedora. Assim, mediante aos positivos achados evidencia-se a importância de continuar a implementar as modalidades paradesportivas nas aulas de educação física como ferramenta positivas para a promoção de atitudes inclusivas no ambiente escolar.

Bibliografia

- Ajzen, I. (2001). Nature and operation of attitudes. *Annual review of psychology*, 52(1), 27-58.
- Ajzen, I. (2008) Consumer Attitudes and Behavior. In C. P. Haugtvedt, P.M. Herr & F.R. Cardes (Eds.). *Handbooks of Consumer Psychology*. New York: Lawrence Erlbaum Associates.
- Archie, V.W., & Sherrill, C. (1989). Attitudes toward handicapped peers of mainstreamed and no mainstreamed children in physical education. *Perceptual and motor skills*, 69, 319-322.
- Bourbon, G., & Martins, M. (2009). *Perfil Instrucional do Estudante Estagiário de Educação Física em Aulas de Atletismo*.
- Block, M. E. (1995). Development and validation of the Children's Attitudes Toward Integrated Physical Education-Revised (CAIPE-R) inventory. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 12(1), 60-77. <https://doi.org/10.1123/apaq.12.1.60>
- Campos, M. J., Ferreira, J. P., & Block, M. E. (2014). Analysing the structure, validity and reliability of the physical educators' attitude toward teaching individuals with Disabilities III - Peatid III. *Annals of Research in Sport and Physical Activity*, 5, 103-114. https://doi.org/10.14195/2182-7087_5_16
- Campos, M. J., Ferreira, J. P., & Block, M. E. (2014). Influence of an awareness program on portuguese middle and high school students' perceptions of peers with disabilities. *Psychological Reports*, 115(3), 897-912. <https://doi.org/10.2466/11.15.PRO.115c26z7>
- Entresede, Maria João.(2022). Atitudes de estudantes do ensino secundário face à inclusão de colegas com deficiência nas aulas de Educação Física – Impacto de um programa de sensibilização. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra
- Fernandes, D. (2019). *Avaliação Sumativa Avaliação Sumativa*. 13. http://cftemplarios.com/images/MAIA/Folha_-_Avaliao_Sumativa.pdf
- Fishbein, M. & Ajzen, I. (1972). Attitudes and Opinions. *Annual Review of Psychology*.
- Hutzler, Y., & Levi, I. (2008). Including Children With Disability in Physical Education: General and Specific Attitudes of High-School Students. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 1(2), 21-30. <https://doi.org/10.5507/euj.2008.006>
- Januário, C. (2017). O planeamento de jovens professores de Educação Física. *Educação Física Escolar: Referenciais Para o Ensino de Qualidade*, 109-118. www.casaef.org.br
- Jaakkola, T., & Watt, A. (2011). Finnish physical education teachers' self-reported use and perceptions of Mosston and Ashworth's teaching styles. *Journal of Teaching in Physical Education*, 30(3), 248-262. <https://doi.org/10.1123/jtpe.30.3.248>
- Learly, L. M. L. R. R. V. D. S. R. J. P. T. (2018). *Libro blanco del deporte de personas con discapacidad en España*.
- Lewis, V. (2003). *Development and disability*. Blackwell Publishing.
- Lourenço, J., Rodrigues, C., Flôres, F., & Soares, D. (2022). Physical Activity Time and Intensity in Physical Education During the COVID-19 Pandemic. *Perceptual and Motor Skills*, 129(3), 946-961.
- Mantoan, M. T. E. (Org.). (1997). *A integração de pessoas com deficiência: contribuições para uma reflexão sobre o tema*. São Paulo: Memnom, SENAC.
- Martins, J., Gomes, L., & Carreiro da Costa, F. (2017). Técnicas de ensino para uma educação física de qualidade. *Educação Física Escolar: Referenciais Para Um Ensino de Qualidade*, 53-82. www.casaef.org.br
- Mesquita, E., Formosinho, J., & Machado, J. (2012). *Supervisão Da Prática Pedagógica E Colegialidade Docente*.

- a Perspetiva Dos Candidatos a Professores. *Revista Portuguesa de Investigação Educacional*, 12, 59–77.
- Mocanu GD, Murariu G, Onu I, Badicu G. The Influence of Gender and the Specificity of Sports Activities on the Performance of Body Balance for Students of the Faculty of Physical Education and Sports. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Jun 23;19(13):7672. doi: 10.3390/ijerph19137672. PMID: 35805329; PMCID: PMC9265780.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching Physical Education*. First online edition
- Mrug, S., & Wallander, J. L. (2002). Self-Concept of Young People with Physical Disabilities: does integration play a role?. *International Journal of Disability, Development and Education*, 49(3), 267-280.
- Impacto, FIV., e Programa, D. E. (2022). Maria João Barata Alves Entresede A. Mrug, S., & Wallander, L. J. (2002). Self Concept of Young People with Physical Disabilities: does integration play a role? *International Journal of Disability, Development and Education*, 49 (3), 267– 274.
- NASPE. (2009). *Appropriate instructional practice guidelines for high school physical education (3rd ed.)*. National Association of Sports and Physical Education.
- Panagiotou, A. K., Evaggelinou, C., Doukeridou, A., Mouratidou, K., & Koidou, E. (2008). Attitudes of 5th and 6th grade greek students toward the inclusion of children with disabilities in physical education classes after a paralympic education program. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 1(2), 31–43. <https://doi.org/10.5507/euj.2008.007>
- Piéron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-desportivas (Vol. 132)*. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Putnam, J. (1998) *The processo f cooperative learning*. In J. W. Putnam (Ed.), *Cooperatve learning and strategies for inclusion. Celebrating diversity in the classroom*. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing Co.
- Quina, J., & Carreiro, F. (1970). *O feedback pedagógico Análise da informa^oao retida pelos alunos em aulas de Educa^oao Física*. 735–747.
- Quina, J., Carreiro da Costa, F., & Alves Diniz, J. (1998). *O feedback pedagógico. Análise da informação retida pelos alunos em aulas de Educação Física*.
- Rivoire, E. B. (2006). *A contribuição da psicologia social para a teoria e a prática da atividade de relações públicas* (Master's thesis, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul).
- Rosa, F. (2010). *Inclusão de Alunos com Necessidades Educativas Especiais no 2º Ciclo do Ensino Básico : A Perspectiva dos seus Pares . Inclusão de Alunos com Necessidades Educativas Especiais no 2º Ciclo do Ensino Básico : A Perspectiva dos seus Pares . 2*.
- Sandra, D., Argueta, E., Wacher, N. H., Silva, M., Valdez, L., Cruz, M., Gómez-Díaz, R. A., Casas-saavedra, L. P., De Orientación, R., Salud México, S. de Virtual, D., Social, I. M. del S., Mediavilla, J., Fernández, M., Nocito, A., Moreno, A., Barrera, F., Simarro, F., Jiménez, S., ... Faizi, M. F. (2016). Atitudes dos Alunos sem Deficiência Face à Inclusão de Alunos com Deficiência nas Aulas de Educação Física. *Revista CENIC. Ciencias Biológicas*, 152(3), 28.
- Afonso, F. (2011). *As atitudes dos alunos face à inclusao dos seus npares cm deficiencia nas aulas de educacao fisica*. 1–64.
- Santos, F. C. M. (2001). *Da Importância dos Conteúdos na Atitude dos Alunos Face à Aula de Educação Física*.
- Siedentop, D., Mand, C., & Taggart, A. (1986). *Physical Education*. Mayfield Publishing Company, Ohio.
- Silva Neto, A. D. O., Ávila, É. G., Sales, T. R. R., Amorim, S. S., Nunes, A. K. F., & Santos, V. M. (2018). Educação inclusiva: uma escola para todos. *Revista Educação Especial*, 31(60), 81. <https://doi.org/10.5902/1984686x24091>

- Silverman, S., & Subramaniam, P. R. (1999). Student attitude toward physical education and physical activity: A review of measurement issues and outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 19(1), 97–125. <https://doi.org/10.1123/jtpe.19.1.97>
- Slininger, D., Sherrill, C. & Jankowski, C. (2000). Children's attitudes toward peers with severe disabilities: Revisiting contact theory. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 17, 176-196.
- SOUZA, S. B.. Inclusão escolar e o portador de deficiência nas aulas de Educação física das redes municipal e estadual de Uberlândia-MG. 2002. 133 f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Faculdade de Educação, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia.
- Stacciarini, J. M. R., & Esperidião, E. (1999). Repensando estratégias de ensino no processo de aprendizagem. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 7(5), 59–66. <https://doi.org/10.1590/s0104-11691999000500008>
- Siedentop, D. (2002). Sport Education: a retrospective. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21, 409-418.
- Siedentop, D., & Tannehill, D. (2000). *Developing teaching skills in physical education* (4th ed.). Mountain View.
- Teixeira, D. M. (2011). Importância do estágio supervisionado para a formação de professores. *Importância Do Estágio Supervisionado Para a Formação De Professores.*, 1–4.
- UNESCO. (1994). *Declaração de Salamanca e Enquadramento da Acção na área das Necessidades Educativas Especiais*.
- VAYER, Pierre & RONCIN, Charles. *Integração da criança deficiente na classe*. São Paulo: Manole, 1987.
- Villa, R. A., & Thousand, J. S. (1992). Student collaboration: An essential for curriculum delivery in the 21st century. In S. Stainback, & W. Stainback (Eds.), *Curriculum considerations in inclusive classrooms: Facilitating learning for all children*. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing Co
- Verderber, J. M., Rizzo, T. L., & Sherrill, C. (2003). Assessing student intention to participate in inclusive physical education. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 20(1), 26-45.
- Vieira. (2015). *As orientações educacionais dos professores, o currículo e a promoção de estilos de vida ativos em educação física*. 821.

Reflexão final

A experiência da prática de ensino supervisionada foi incrivelmente valiosa, proporcionando um ambiente propício para o crescimento pessoal e profissional do futuro professor. Durante esse período, houve uma aprendizagem significativa, tanto em relação ao ensino da disciplina de educação física quanto na aquisição de competências enquanto professor. Foi uma oportunidade para aplicar os conhecimentos adquiridos ao longo da formação e experienciar diferentes abordagens no processo de ensino-aprendizagem, com o propósito de identificar o que melhor se adapta ao aluno.

É crucial destacar o papel desempenhado pela instituição de ensino e por toda a comunidade educativa nesse percurso. Desde a administração da escola até aos colegas do departamento de educação física, todos desempenharam um papel importante para criar uma experiência enriquecedora. É importante ressaltar o compromisso e o apoio fornecido pelo professor cooperante que me orientou durante todo o processo. A sua orientação foi essencial para o meu crescimento e desenvolvimento como futuro professor.

As diversas fases de integração e acompanhamento das turmas, seguem uma sequência lógica, iniciando pelo acompanhamento do professor cooperante, seguida pela progressão para a lecionação parcial e por fim a lecionação de forma completa e autónoma, segue uma lógica coerente. A observação é fundamental, uma vez que é de importância extrema que o professor estagiário perceba a dinâmica das aulas e os métodos utilizados pelo professor com vasta experiência. Esse processo facilita a integração do professor estagiário, de forma a este aprimorar gradualmente as suas habilidades.

Como professor, sinto que consegui melhorar gradualmente a minha postura em sala de aula. As minhas intervenções foram sendo aprimoradas a cada aula, tanto na transmissão de conhecimentos como na preparação de todo o processo de ensino. Reconheço que houve momentos em que poderia ter adotado uma abordagem mais reflexiva em relação às minhas ações. Através da análise crítica das estratégias utilizadas, poderia ter identificado oportunidades de melhoria e ajustado minha atuação de acordo com as necessidades específicas de cada turma. Essa reflexão continua é essencial para o desenvolvimento profissional e para garantir uma experiência de aprendizagem mais eficaz para os alunos.

Por fim, no que diz respeito à evolução da pesquisa na investigação, esta apresentou resultados promissores, corroborando as ideias iniciais sobre o tema em estudo. Além disso, ela proporcionou uma experiência diferente, dinâmica e estimulante para os alunos que participaram, despertando o interesse e a curiosidade em relação à prática de atividades paradesportivas.

Por fim, no que diz respeito à evolução da pesquisa na investigação, esta apresentou resultados promissores, corroborando as ideias iniciais sobre o tema em estudo. Foi possível compreender a necessidade de as escolas evoluírem ao sensibilizar os alunos sobre a realidade do paradesporto e para a percepção dos alunos sem deficiência em relação à inclusão de alunos com necessidades educativas especiais. Além disso, a pesquisa proporcionou uma experiência diferente, dinâmica e estimulante para os alunos que participaram, despertando o interesse e a curiosidade em relação ao tema.

Para concluir, todo o período de estágio revelou-se uma experiência enriquecedora em todos os aspetos, preparando para o mundo do trabalho e para os diversos desafios que possam surgir na profissão de professor de Educação Física.

ATITUDES DOS ALUNOS EM RELAÇÃO À EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA

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

Informações gerais:

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

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

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

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

Iniciais do Nome: _____ Ano e Turma _____

Idade: _____ Data de nascimento ____/____/____

Género: Masculino Feminino

.....

Assinala com uma cruz (X) a opção:

1) **SIM**, alguém da minha família ou um amigo meu / uma amiga minha tem uma deficiência ou necessidades especiais.

NÃO, eu não tenho nenhum membro da minha família, nem amigos/amigas com deficiência ou com necessidades especiais.

Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tem? _____

2) **SIM**, na minha turma tenho ou já tive um/a colega com deficiência ou com necessidades especiais

NÃO, eu nunca tive um/a colega na turma com deficiência ou com necessidades especiais

Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tinha? _____

3) **SIM**, nas minhas aulas de Educação Física tenho ou já tive um/a colega com deficiência ou com necessidades especiais

NÃO, eu nunca tive um/a colega na aula de Educação Física, com deficiência ou com necessidades especiais

Se sim, que dificuldades/ condição de deficiência tinha? _____

4) Eu sou:

MUITO COMPETITIVO(A)
(Eu gosto de vencer, e fico frustrado(a) quando perco).

MAIS OU MENOS COMPETITIVO(A)
(Eu gosto de vencer, mas não importa se perco algumas vezes).

NÃO COMPETITIVO(A)
(Realmente não importa se ganho ou perco, eu só jogo para me divertir).

5) Já alguma vez experimentaste alguma modalidade desportiva para pessoas com deficiência?

Sim Não. Se sim, onde: _____

6) Já alguma vez assististe a alguma modalidade desportiva ou a algum evento desportivo para pessoas com deficiência?

Sim Não. Se sim, onde: _____

Agradecemos a tua colaboração!

Data: ____/____/____

Apêndices

Apêndice 1 – Aula Paradesportiva





Apêndice 2- Panfleto informativo

Campo do Voleibol Sentado



Altura da rede
1,15m Homens
1,05m Mulheres



**INSTITUTO
PIAGET**

BOCCIA & VOLEIBOL SENTADO

ATIVIDADE
PARADESPORTIVA



Classes funcionais Voleibol Sentado

V51	Deficiência ex.: amputação, paralisia cerebral, espinha bifida, MS-um dos membros encurtados até 1/3; Ombro - impossibilidade de levantar o braço acima de 90º; MI - um dos membros encurtado até 1/3; amputação; amputação ao nível dos dois tornozelos;
V52	Deficiência mínima ex.: amputação, paralisia cerebral; MS-um dos membros encurtados mais de 1/3; Cotovelo - entre 30 e 60% de mobilidade articular; Pulso - 7 dedos (2 mãos) sem movimento/ausentes; MI - um dos membros encurtado mais de 1/3; Pé - amputação acima dos dedos do pé;

Mestrado em Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Projeto de Investigação

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

2022/2023

O QUE É O BOCCIA?

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

Objetivo

Colocar as bolas de cor:



O mais perto possível da bola alvo (**bola branca**):



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



Campo de Boccia



Classes funcionais Boccia

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



O QUE É O VOLEIBOL SENTADO?

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

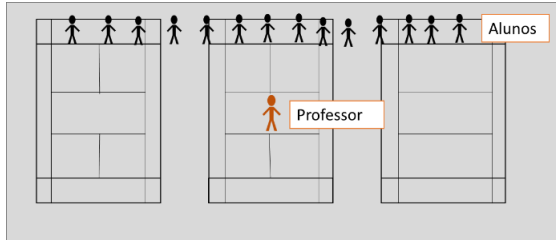
Objetivo

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



Apêndice 3 – Plano de aula

Objetivos gerais: Introdução ao Voleibol Sentado e Boccia					
UD: Desporto Paralímpico	Aula Nº: 79	Ano/Turma: 8 ºB/11ºB	Profª. Barreiros	Estagiário: Henrique	Orientador: Prof. Daniel Pó
Nº alunos: 23 e 26	Data: 04.05	Duração: 50min	Espaço: Ginásio 1	Material: 12 Bolas de Voleibol, 2 Kits de Boccia	

	Obj. Operacionais/estratégias	Esquema	Duração		Notas	
			TP	T T		
Instrução Inicial Aquecimento Específico: Voleibol Sentado	<p>-Briefing Inicial; - Contextualização das modalidades e Objetivos da Investigação.</p> <p>Aquecimento Específico: Voleibol Sentado</p>	<p>Contextualização sobre as modalidades adaptadas, nomeadamente o Voleibol Sentado e Boccia. Neste momento inicial iremos explicar as regras de cada modalidade adaptada e responder a eventuais questões dos alunos.</p> <p>Aq. Específico: Realização dos deslocamentos executados em jogo de voleibol sentado “têm que utilizar as mãos para se deslocar com o rabo em contacto com o chão” - ex: sentados no chão ao som do apito/palma deslocam-se em diferentes sentidos/direções.</p>	<p>Ex:</p> 	6'	10'	<p>Dirigir a turma para uma posicionamento em meia-lua ou lado a lado na linha lateral.</p> <p>Exercício deve ser dirigido sob o comando do professor.</p>
			+	4'		

Parte Fundamental (1 Bloco)

1º Bloco:

Voleibol Sentado (Jogo do Lixo)

Jogo do Lixo:

- Exercício progressivo para o jogo formal de voleibol sentado.
- Adaptação à modalidade;
- Introdução aos diversos gestos técnicos usados na modalidade

Jogo do lixo:

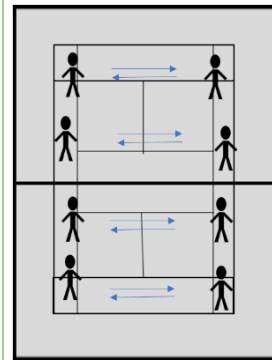
Repartir a turma em dois grupos, um grupo por campo de Voleibol, cada grupo divide-se em duas equipas, dentro de cada equipa serão formados pares para a execução dos gestos técnicos. Cada Grupo possui um total de 4 bolas de Voleibol. O objetivo de cada equipa é impedir que as bolas permaneçam no seu lado do campo, para isso os jogadores devem de jogar a bola para o campo adversária sob a rede aplicando os gestos técnicos aprendidos.

1ºMomento: Execução de gestos técnicos:

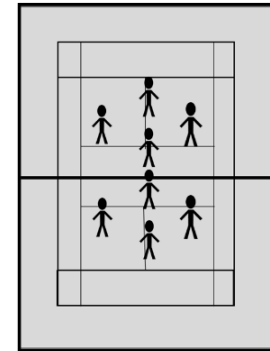
- 1.º Só toque (passe)- 1'
- 2.º Só manchete - 1'
- 3.º Só serviço - 1'

2ºMomento: Realização do jogo do lixo com a aplicação do gesto técnico aprendido. Cada ronda tem 1 minuto de tempo.

1ºMomento:



2ºMomento:



5'

15'

Repartir a turma em dois grupos de Trabalho. Metade está no Voleibol Sentado e o restante grupo no Boccia.

Ao fim de 15 minutos os grupos trocam de modalidade.

+

Voleibol Sentado:

&

**Voleibol Sentado
(jogo formal de
4x4/5x5)**

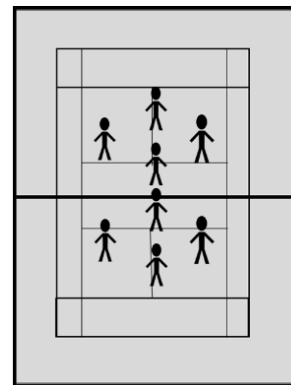
+

Voleibol Sentado:

-Dar a experenciar aos alunos a modalidade paralímpica e as regras que a regem.

Voleibol Sentado:

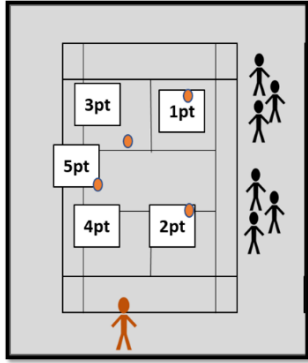
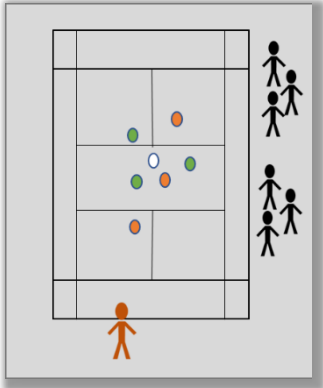
Situação de jogo forma de 4x4 ou 5x5 em campo de voleibol reduzido. Usar as regras fundamentais da modalidade.



10'

25'

O Objetivo é que todos os alunos possam experienciar ambas as modalidades.

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

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