

UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

INFLUÊNCIA DA DANÇA NO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR: ESTUDO COMPARATIVO EM ALUNOS DO 10º ANO PRATICANTES E NÃO PRATICANTES

2º CICLO EM ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

FRANCISCA PAULO RICOTSO

Orientadora: Prof. Doutora Ana de Fátima da Costa Pereira

Coorientador: Prof. Doutor Carlos Manuel Gomes da Cunha



VILA REAL, 2014

UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO

2º CICLO EM ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA

NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

**INFLUÊNCIA DA DANÇA NO DESENVOLVIMENTO
PSICOMOTOR: ESTUDO COMPARATIVO EM ALUNOS DO 10º
ANO PRATICANTES E NÃO PRATICANTES**

FRANCISCA PAULO RICOTSO

Orientadora: Prof. Doutora Ana de Fátima da Costa Pereira

Coorientador: Prof. Doutor Carlos Manuel Gomes da Cunha

UTAD

Vila Real – 2014

Relatório de estágio apresentado junto da UTAD, no DEP – ECHS, como requisito para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física dos Ensino Básico e Secundário, cumprindo o estipulado na alínea b) do artigo 6º do regulamento dos Cursos de 2ºs Ciclos de Estudo em Ensino da UTAD, sob a orientação da Professora: Ana de Fátima da Costa Pereira.

“Aprendemos com a Escola de ontem, realizamos a Escola Hoje e preparamos uma melhor Escola de amanhã.”

Nuno Garrido e Ágata Aranha (2013)

DEDICATÓRIA

Aos meus Pais e à minha família portuguesa.

À minha querida avó e ao meu pai, porque queria que estivessem por aqui para celebrarmos esta grande vitória.

AGRADECIMENTOS

Concluída esta etapa da vida e fazendo uma retrospectiva sobre o percurso, mesmo durante a frequência do curso de mestrado, emerge uma vasta teia de relações sociais e profissionais estabelecidas com os Professores, com quem se esclareceram dúvidas e se adquiriram conhecimentos, apoios, orientações e incentivos.

Não podendo individualizar todas essas referências, expresso o meu muito *Kanimambo* (obrigado) a todos e, em particular:

- ✓ Aos Professores Carlos Cunha e Ana Pereira pela orientação cuidada, disponibilidade, colaboração e ajuda na realização do presente estudo.
- ✓ Às alunas do grupo de Actividades Rítmicas Expressivas que se sujeitaram a fazer o teste para coordenação motora.
- ✓ Aos meus colegas de estágio pela paciência nos momentos difíceis, disponibilidade, colaboração e ajuda no decorrer do estágio.
- ✓ Aos meus amigos pela força e coragem, e ao apoio prestado nos momentos mais difíceis ao longo deste percurso.
- ✓ Às minhas queridas amigas por terem acreditado que era possível terminar este curso e pelo apoio prestado.
- ✓ Por fim, agradeço à família o apoio e coragem que me deu durante a realização do trabalho e durante este percurso e à minha família portuguesa.
- ✓ A todos, o meu muito obrigado.

ÍNDICE GERAL

DEDICATÓRIA	V
AGRADECIMENTOS.....	VI
ÍNDICE GERAL	VII
ÍNDICE DE TABELAS	IX
RESUMO	X
ABSTRACT.....	Error! Bookmark not defined.
INTRODUÇÃO.....	1
PARTE I – RELATÓRIO DE ESTÁGIO.....	3
1. TAREFAS DE ESTÁGIO DE ENSINO APRENDIZAGEM.....	4
1.1. UNIDADES DIDÁTICAS.....	4
1.2. PLANOS DE AULAS	6
1.3. PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA	7
1.3.1. INSTRUMENTOS	8
1.3.2. PROCEDIMENTOS	8
1.3.3. RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO.....	8
2. TAREFAS DE ESTÁGIO DE RELAÇÃO ESCOLA-MEIO	9
2.1. ESTUDO DE TURMA.....	9
2.1.1. INSTRUMENTOS	10
2.1.2. PROCEDIMENTOS	10
2.1.3. RELATÓRIOS E CONCLUSÕES	11
2.2. ATIVIDADES NA ESCOLA	12
3. TAREFAS DE ESTÁGIO DE EXTENSÃO À COMUNIDADE.....	13
3.1. ACÇÃO DE FORMAÇÃO	13
3.1.1. TEMA DESENVOLVIDO	14
3.1.2. ESTRATÉGIAS DE APRESENTAÇÃO	14
3.1.3. RELATÓRIO	15

PARTE II – ESTUDO REALIZADO	16
1. INTRODUÇÃO.....	17
2. METODOLOGIA	18
2.1. AMOSTRA.....	18
2.2. PROCEDIMENTOS.....	18
3. RESULTADOS	20
4. DISCUSSÃO.....	21
5. CONCLUSÃO	22
BIBLIOGRAFIA.....	24
ANEXOS.....	28
ANEXO I – INQUÉRITO ESTUDO DE TURMA	29
ANEXO II – QUESTIONÁRIO SOCIOMÉTRICO	35
ANEXO III – RESULTADO DO ESTUDO SOCIOMÉTRICO.....	37
ANEXO IV – BALANÇO FINAL DA AULA.....	38
ANEXO V – FICHA DE REGISTO ANETÓDICO EM ORDEM AO TEMPO (PPS).....	39

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 – Medidas antropométricas: peso e altura	21
Tabela 2 - Comparação da Média, Desvios-padrão e teste “KTK”, com o protocolo original de Kiphard e Schilling.....	21

RESUMO

Tendo em vista a correspondência entre os benefícios proporcionados pela prática da dança, o papel educativo da escola no desenvolvimento do aluno e a consideração das atividades físicas enquanto construtoras da postura e da personalidade do aluno, procuramos estudar, em especial, o efeito que a dança viria a ter no desenvolvimento motor dos alunos. O presente estudo, teve como objetivo avaliar a coordenação motora de 24 adolescentes do sexo feminino (GC $15 \pm 0,0$ anos, $1,65 \pm 0,1$ cm) que praticam dança (12 alunas) e (GEx $15 \pm 0,0$ anos, $1,65 \pm 0,1$ cm) não praticantes (12 alunas) no âmbito do desporto escolar. Para a concretização do mesmo foi seleccionado o teste de Coordenação Motora KTK. Não verificamos diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos ($p \geq 0,05$). Desta forma concluímos que é relevante o número de aulas semanais de Dança, sendo fundamental no desenvolvimento de coordenação motora, desta forma seria pertinente a inclusão de um programa de treino que visa o desenvolvimento desta variável.

Palavras-chave: Teste de Coordenação Motora KTK; Coordenação Motora; Dança; Avaliação motora.

ABSTRACT

Considering the correspondence between the benefits provided by dance practice, the educational role of the school in the student's development and consideration of the physical activities while construction of posture and personality of the student, we study in particular the effect that the dance would have at the motor development of the students. This study aimed to assess the motor coordination of 24 female adolescents (GC 15 ± 0,0 years, 1,65±0,1cm) that practice dance (12 students) and (GEx 15 ± 0,0 years, 1,65±0,1cm) did not practice (12 students) in the context of school sports. To achieve this aim was selected the Motor Coordination KTK test. No differences were observed between the two groups ($p \geq 0,05$). In this way we concluded that is relevant the number of weekly Dance classes, being crucial in the development of motor coordination, thus it would be appropriate to include a training program aimed at the development of this variable.

Palavras-chave: Motor coordination KTK test; Motor Coordination; Dance; Moto evaluation.

INTRODUÇÃO

INFLUÊNCIA DA DANÇA NO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR: ESTUDO
COMPARATIVO EM ALUNOS DO 10º ANO PRATICANTES E NÃO PRATICANTES

1. INTRODUÇÃO

O presente relatório é parte de reflexões sobre o estágio pedagógico dos futuros professores, sendo este um período de grande importância na formação académica dos futuros docentes de Educação Física. O período do estágio é o momento de descoberta e de convivência com a realidade escolar no seu dia-a-dia, sendo este o momento adequado para aplicação dos conhecimentos científicos (teóricos) adquiridos ao longo do percurso académico, e acima de tudo, contactar directamente com os alunos.

A escola tem um papel importante na construção e formação do Homem de amanhã para que possa fazer parte e pertencer ao mundo, e é no mundo escolar onde podemos adquirir os modelos de aprendizagem, o desenvolvimento dos princípios éticos e morais, para que no futuro possamos utilizar na sociedade. É na escola que se forma o professor porque é lá onde ele se depara com muitas situações que no período académico não tinham sido previstas.

Este relatório de estágio tem como objectivo descrever o caminho percorrido pelos professores estagiários de Educação Física, da escola básica e secundária de Arcozelo, Ponte de Lima, no ano lectivo de 2012/2013, sob orientação do Prof. Carlos Cunha. O meu Núcleo de Estágio era composto por mim, por Carlos Bouças, Victor Tomada. Irei assim fazer uma pequena abordagem sobre os seguintes temas: Parte 1. – Relatório de estágio (Tarefas de Estágio de Ensino Aprendizagem, Tarefas de Estágio de Relação Escola-Meio, Tarefas de Estágio de Extensão à Comunidade) e Parte 2. – Estudo Desenvolvido.

PARTE I

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

INFLUÊNCIA DA DANÇA NO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR: ESTUDO
COMPARATIVO EM ALUNOS DO 10º ANO PRATICANTES E NÃO PRATICANTES

PARTE I – RELATÓRIO DE ESTÁGIO

1. TAREFAS DE ESTÁGIO DE ENSINO APRENDIZAGEM

A planificação é individualizada, e tem sempre como ponto de partida as características da escola e dos alunos. (Aranha, 2004).

Gomes, 2004, define a planificação como um processo de tomada de decisões, através de uma análise da situação e escolha de estratégias e meios, que visa a racionalização das actividades do professor e dos alunos, na situação de ensino-aprendizagem, possibilitando melhores resultados e em consequência uma maior produtividade.

1.1. UNIDADES DIDÁTICAS

Para Gomes, 2004, a Unidade Didáctica (U.D.) é uma forma de programação e modo de organização da prática docente, é constituída por um conjunto sequencial de tarefas de ensino e aprendizagem que se desenvolvem a partir de um conjunto de conteúdos programáticos, num determinado espaço de tempo, com o intenção de alcançar os objectivos didácticos predefinidos.

A U.D. deve obedecer uma estrutura lógica e continua que deve ser repartida da seguinte forma: 1) população alvo; 2) recursos; 3) objectivos; 4) Estruturação (sequencialização) conteúdos; 5) métodos de controlo de processo; 6) estratégias de abordagem da U.D. (Aranha, 2004)

De antemão era feita a elaboração das Unidades Didácticas das modalidades a serem leccionadas, para estruturarmos os conteúdos, que posteriormente iríamos leccionar em cada aula de acordo com a modalidade determinada na planificação anual de acordo com o ano de escolaridade, o que facilitava a elaboração do plano de aula.

Para a elaboração das U.D. temos de seguir uma sequência de etapas, na 1º etapa analisamos a matéria, o envolvimento e os alunos, na 2º etapa tomamos as devidas decisões, determinando os objectivos, os conteúdos e os exercícios, e na fase da aplicação construímos as unidades didácticas (UD), os planos de aula. Estas etapas são fundamentais para o sucesso pedagógico das

aulas de EF mas numa lógica de pré-acção. Nas primeiras unidades didácticas que elaborei, tive algumas dificuldades que foram superadas com ajuda do orientador. As U.D. são um instrumento útil e essencial para a prática docente pois ajudam a seguir uma sequência lógica dos conteúdos evitando a repetição dos mesmos. Sendo elas alicerce da prática docente devem ser bem elaboradas, seguindo as planificações anuais, dirigidas a cada ano de escolaridade, em todas as modalidades pré-definidas para a mesma, e por vezes de acordo com as capacidades motoras dos alunos, sendo assim, durante o estágio, e para poder obter sucesso nas minhas aulas, tive de seguir as U.D. na elaboração dos planos.

Durante o período de estágio abordei as seguintes modalidades: Ginástica acrobática, Atletismo (corridas, saltos e lançamentos), Badminton, Basquetebol e Dança, para a planificação destas modalidades tive que adaptar as capacidades físicas dos alunos, as estratégias usadas foram adaptadas a cada modalidade e a cada turma. No 7º ano de escolaridade não podia utilizar as mesmas estratégias que usava no 9º ano ou no 10º ano, sendo turmas muito diferentes é difícil usar as mesmas estratégias nas aulas, temos de arranjar e adaptar estratégias para cada turma e cada aluno. Nas minhas aulas, não tive problemas graves, só alguns comportamentos não adequados na aula, que com uma simples chamada de atenção foram mitigados.

Nas pequenas dificuldades que tive durante o estágio, obtive o apoio, quer do orientador, como dos colegas de estágio, que ajudavam a resolver o problema, aplicando novas estratégias adequadas. As estratégias de intervenção variam de aluno para aluno, sendo certo que, a uma multiplicidade de personalidades distintas, uma interacção adequada a cada um é necessária, doseando o docente a autoridade exercida em função dos traços pessoais de cada aluno, particularmente, os de personalidade. Na primeira aula, tive um pequeno problema, devido a ter realizado uma abordagem austera, mantendo uma postura talvez demasiado autoritária, devido a algum nervosismo da minha parte, facto que levou a que os alunos, num primeiro momento, não aderissem à ideia de que eu fosse a sua docente. Do meu ponto de vista, não devemos ser muito tolerantes, nem intransigentes. Devemos ser amigos, educadores, mas tudo dentro dos limites.

1.2. PLANOS DE AULAS

O plano de aula é caracterizado pela descrição específica de tudo o que o professor realizará durante as aulas de um período específico. Para a elaboração do plano de aulas deve-se seguir alguns pontos que são muito importantes, (Silva, s/d).

O plano deve conter: dados que permitam identificar o professor e a escola; a data, a hora da aula, o tempo-horário, ano e a turma; os objectivos a serem alcançados com as aulas que serão administradas; Conteúdo que será administrado em cada aula, o qual deve seguir uma linha cronológica do processo de aprendizagem; os procedimentos utilizados para aprendizagem dos alunos, ou seja, as fases da aprendizagem; os recurso que serão utilizados para alcançar os objectivos; e, por último, as metodologias de avaliação, ou seja, as técnicas avaliativas que o professor utilizará para avaliar o aprendizado do aluno, (Aranha, 2004).

Os planos de aula são instrumentos que servem de auxílio para o professor no processo de ensino e aprendizagem, o facto de planejar a aula já mostra alguma preocupação por parte do professor em querer administrar correctamente e de forma lógica os conteúdos programados aos alunos. É um instrumento que ajuda qualquer outro docente que venha dar a aula a compreender quais os objectivos definidos para aquela aula, bem como as estratégias e metodologias elaboradas pelo professor para que a aula seja produtiva para os alunos, deste modo deve ser elaborado de uma forma simples e clara. Pode-se modificar a estrutura, os exercícios, as estratégias do plano durante o decorrer da aula por que não é um instrumento que deve ser seguido a risca, sempre que necessário pode-se adequar estratégias e recursos de acordo com a diversidade dos alunos.

A estrutura que utilizamos para a planificação das aulas foi fornecida nas aulas de pedagogia do desporto, sendo esta constituída por um cabeçalho de identificação simples, seus objectivos específicos e a descrição dos exercícios, sendo que a forma de os descrever / apresentar foram variando ao longo do processo. No início da prática lectiva os planos de aula começaram por ser muito formalizados, com demasiada informação e com grandes preocupações

na sua apresentação estética. Contudo, apesar das dificuldades apresentadas, esta fase no processo de elaboração dos planos de aula acabou por ser importante para garantir alguma segurança e confiança ao estagiário, sobretudo a nível de selecção dos objectivos operacionais, organização dos grupos e dos tempos da aula.

Com o decorrer do estágio fomos percebendo que o plano de aula serve exclusivamente para auxiliar o professor, e portanto, deve ser o mais prático e eficaz possível, não nos devendo preocupar com a parte estética, sendo certo que o facto de não dispendermos recursos, quer a nível de tempo, quer a nível de atenção, permite-nos concentrar em aspectos substancialmente mais relevantes, em particular, na forma como os alunos realizam os exercícios e na sua interacção com os seus pares. Também não nos podemos esquecer que o maior tempo dedicado à construção do plano numa fase inicial não estava relacionado apenas com a situação acima descrita, é importante referir que ao longo do ano lectivo, fomos ganhando um maior à vontade e mais competências no planeamento das aulas, o que também influenciou o bom desenvolvimento das actividades relacionadas com o estágio. Na elaboração dos planos tivemos o cuidado de demonstrar as etapas de evolução ou etapas que permitissem ao aluno a atingir os objectivos.

1.3. PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA

Segundo Aranha, (2007), a observação é uma capacidade essencial a qualquer professor, é tão importante na análise e avaliação das prestações dos alunos, como na avaliação, por parte do orientador, do próprio docente. Esta capacidade, permite identificar prestações menos eficazes e, conseqüentemente, melhorar a forma de realização de determinada actividade ou exercício.

A observação é utilizada no apoio à formação do professor, é através da sistematização da observação de comportamentos e atitudes, nomeadamente do professor e dos alunos, durante o processo de ensino- aprendizagem, que é possível a compreensão dos comportamentos.

A observação do ensino pode definir-se como uma operação de levantamento e estruturação dos dados de modo a fazer surgir uma rede de

significados. Observar equivale a um processo que organiza as percepções em relação ao real, tornando-o inteligível, razão porque se torna cada vez mais fundamento de pedagogia científica (Estrela, 1984).

1.3.1. INSTRUMENTOS

O instrumento utilizado para a recolha dessas informações é a ficha de registo anedótico em ordem de tempo, para a gestão do tempo de aula foi utilizada a ficha de registo gestão do tempo de aula e para avaliar utilizamos a ficha de registo de avaliação.

1.3.2. PROCEDIMENTOS

Para proceder à observação deve ser feito um registo anedotico de toda aula, em ordem do tempo, deve se anotar as ocorrências imprevistas e previstas que vão acontecendo durante aula, recolhendo o maior numero de informações possível. Foram realizadas observações de 90 aulas sendo 45 de cada colega, nas quais se fez a anotação em ordem ao tempo dos episódios da aula (Instrução. Organização, Transição, Tempo Especifico e Tempo não Especifico).

Tivemos que fazer o balanço das aulas em que fomos observados pelos colegas e pelo orientador e a respectiva avaliação do nosso desempenho naquela aula.

1.3.3. RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO

Todas as tarefas realizadas durante o estágio foram avaliadas, sendo qualificadas num dos cinco patamares previstos: Mau; Insuficiente; Suficiente; Bom; Muito Bom /Excelente.

As Práticas de Ensino Supervisionadas (PES) foram calendarizadas e estipuladas pelo Orientador Cooperante da Escola, de acordo com a organização interna do grupo de Educação Física da Escola. O balanço das aulas observadas pelo orientador e pelos colegas era feito às Quintas-Feiras durante a reunião do núcleo de estágio onde eram discutidas as prestações dos estagiários e apresentadas propostas de melhoria, no final era redigido um

relatório e a auto avaliação das referidas aulas, que era entregue na reunião seguinte.

2. TAREFAS DE ESTÁGIO DE RELAÇÃO ESCOLA-MEIO

A escola é um local muito importante para o processo de socialização da criança/aluno. É na escola que se alicerça o ser Humano enquanto tal, e é no mundo escolar que é possível adquirir os modelos de aprendizagem, os princípios éticos e morais, e todo um conjunto de ferramentas, que no futuro permitirão uma boa inclusão dos elementos na sociedade, como também uma mais valia para esta última.

2.1. ESTUDO DE TURMA

Para que os professores cumpram com as responsabilidades da escolha e aplicação das soluções pedagógicas e metodológicas mais adequadas, que, deontológica e legalmente lhes são impostas, é necessário que estes tenham um conhecimento, ainda que rudimentar, da escola, meio e turma em que os alunos se inserem, pois o êxito da planificação depende desta caracterização prévia. (Programa de Educação Física – Ensino Básico, 2001).

É a partir desta caracterização, que durante a planificação se elaboram as estratégias pedagógicas que contribuam para um melhor processo de ensino- aprendizagem.

Este estudo visa a recolha, tratamento e análise de informação no sentido de proporcionar um melhor conhecimento da turma e dos alunos, otimizando assim a intervenção do professor no processo de ensino – aprendizagem.

O primeiro questionário irá fornecer dados relativos às informações pessoais do aluno, tais como, dados pessoais, vida escolar, transporte (escola - casa), problemas de saúde, hábitos diários, disciplina de Educação Física e ocupação dos tempos livres, enquanto o questionário sociométrico irá dar indicações sobre as relações interpessoais dos alunos, de modo a que consiga promover e desenvolver o conceito de cidadania nos mesmos.

Este estudo teve como objetivo, a recolha e a análise de informação, da turma C do 9º ano da Escola Básica com Secundário de Arcozelo, pertencente ao Agrupamento Vertical de Escolas de Arcozelo- Ponte de Lima, no sentido de proporcionar aos professores estagiário um melhor conhecimento dos alunos, de modo a melhorar e auxiliar na sua intervenção pedagógica.

2.1.1. INSTRUMENTOS

As características dos alunos são uma importante condicionante do seu desempenho nas aulas, não devendo por isso serem negligenciadas. No entanto, a sua importância não se limita ao impacto verificado no desempenho dos alunos, devendo estas também serem levadas em conta na adaptação das estratégias do professor relativamente à turma, revelando-se assim como uma condicionante da atuação do Professor. Enquanto a vida escolar, desportivo e médico dos alunos se revela de enorme importância no momento do planeamento, outras informações, tais como o conhecimento do contexto Dados Pessoais / Agregado Familiar Transporte (casa - escola), Hábitos Diários Ocupação dos Tempos Livres e outras informações referente ao parâmetro sociométrico, foi realizado um questionário (anexo2) foi seleccionado duas questões, uma questão de trabalho e uma questão de lazer, ambas com preferência e rejeição.

2.1.2. PROCEDIMENTOS

❖ RECOLHA DE DADOS

O preenchimento do Questionário de caracterização individual decorreu no dia 4 de Outubro de 2012, pelas 11h e 55, numa sala do pavilhão Desportivo do Agrupamento Vertical de Escolas de Arcozelo – Ponte Lima. Foram concedidos 15 minutos para o preenchimento do questionário. Inicialmente foram explicados os parâmetros de preenchimento dos questionários, e de seguida, procedeu-se ao preenchimento do mesmo, num ambiente calmo, natural, impedindo distrações dos alunos, referindo que o respectivo questionário tinha como objectivo realizar um estudo de turma, a cargo do núcleo de Educação Física, para um trabalho desenvolvido na

Universidade, na qual o professor seria avaliado. O professor solicitou ainda aos alunos que respondessem às questões com a maior sinceridade possível.

❖ TRATAMENTO DE DADOS

Os dados recolhidos foram tratados por meio da folha de cálculo do programa “Microsoft Office Excel”, sendo apresentados de seguida sob a forma de tabela, médias, valores absolutos, percentagens, mínimos e máximos. Em anexo, é ainda possível observar alguns dados sob a forma de representação gráfica. No caso do questionário sociométrico, este foi apresentado sob a forma de tabela de dupla entrada.

2.1.3. RELATÓRIOS E CONCLUSÕES

Com base nos dados obtidos, é possível verificar que se trata de uma turma relativamente normal, que apresenta contudo alguns casos particulares que requerem uma intervenção especializada.

Nenhum aluno da turma tem problemas de saúde, que o impeça de realizar a aula de Educação Física. Contudo é necessário adoptar estratégias pedagógicas para os alunos portadores de doença deterioradora da acuidade visual, bem como para um aluno diagnosticado com anorexia, pois nos primeiros dois meses não podia realizar actividade física.

A maior parte dos membros da turma dizem ser a Educação Física a sua disciplina preferida.

Sobre as relações entre os alunos, existe um caso mais preocupante na turma, pois, no estudo sociométrico, obteve um maior número de rejeições. No entanto obteve 5 preferências, 4 de trabalho e 1 de confiança, assim sendo será integrado na turma inicialmente por aqueles que o preferem e por mim como docente.

É necessário inculcar o gosto pela actividade física a esta turma, mostrando os benefícios, e despertando-lhes o interesse na prática da actividade física fora do contexto escolar. Alunos com maiores problemas no meio familiar, social e de relacionamento com a turma, devem usufruir de um maior acompanhamento da psicóloga da escola.

2.2. ATIVIDADES NA ESCOLA

O presente capítulo refere-se às actividades que os estagiários da escola de Arcozelo de Ponte de Lima realizaram e/ou estiveram presentes durante o período escolar que terminou.

No dia 13 de Novembro realizou-se na escola o corta-mato e Magusto, os elementos do núcleo de estágio estiveram presentes durante o decorrer da actividade, estando divididos nas tarefas a executar para a realização da mesma actividade.

No dia 4 de Dezembro realizaram-se as actividades do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, na qual o núcleo de estágio e o grupo NEE estiveram à frente de toda a actividade com a colaboração dos restantes professores do departamento. Numa pasta exterior a este documento, encontra-se toda a elaboração por parte do núcleo de estágio para a realização desta tarefa.

No dia 13 de Dezembro tivemos a participação nos torneios inter-turmas que decorreram no final do 1º período.

No dia 22 de Fevereiro realizou-se um workshop de defesa pessoal, na qual o núcleo de estágio esteve à frente de toda a actividade. Numa pasta exterior a este documento, encontra-se toda a elaboração por parte do núcleo de estágio para a realização desta tarefa.

No dia 14 de Março realizou-se na escola o torneio inter-turmas em varias modalidades no final do 2º período, os elementos do núcleo de estágio estiveram presentes durante o decorrer da actividade, estando divididos nas tarefas a executar para a realização da mesma actividade

No dia 13 tivemos a participação nos torneios inter-turmas, que decorreram no final do 3º período.

A actividade do desporto escolar na área das actividades rítmicas expressivas teve início no dia 23 de Outubro, o grupo teve a sua primeira actuação fora da escola no dia 2 de Fevereiro, a segunda actuação foi no dia 9 de Março e a terceira e ultima actuação fora da escola foi no dia 13 de Abril, e, para fechar com chave de ouro, o grupo das actividades rítmicas expressivas

teve a sua última actuação no dia 14 de Junho, que teve lugar na escola secundária de Arcozelo.

3. TAREFAS DE ESTÁGIO DE EXTENSÃO À COMUNIDADE

O IV Congresso da Escola Hoje, foi organizado pelos Estagiários do curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

3.1. ACÇÃO DE FORMAÇÃO

O IV Congresso da Escola Hoje, foi organizado como elemento de avaliação pedagógica. Teve lugar no dia 17,18, 19 de Maio de 2012 na Aula Magna da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. Foram tratados assuntos ligados à Escola, a saber:

- Educação e Sociedade, das quais fazemos parte activa;
- Motivação, quer dos alunos quer dos professores;
- Capacidades Motoras e da Aptidão Física, condições imprescindíveis para um melhor desempenho no domínio psico-motor e na construção de uma vida saudável e hábitos de vida saudável;
- Desporto Escolar, como parte fundamental da oferta desportiva para todos na sociedade e;
- Avaliação, coração do processo ensino-aprendizagem, permitindo a sua auto-regulação.

O congresso serviu ainda como um meio para responder às questões que foram colocadas / encontradas durante o período de estágio na convivência da vida escolar, como também um meio de informação / formação sobre os diversos temas apresentados na prelecções.

Na acção de formação em questão, fomos ainda avaliados, desde o nosso empenho durante a organização da mesma, o nosso discurso, a postura, a colocação da voz, a articulação do discurso, entre outros critérios de avaliação.

3.1.1. TEMA DESENVOLVIDO

“Influência da dança no desenvolvimento psicomotor das crianças e jovens: estudo comparativo em alunos do 10º ano praticantes e não praticantes de Dança”.

“A dança é uma meditação, um meio de conhecer a introversão e a extroversão.” (Béjart, 1990).

A Dança é uma actividade física que parte do corpo e do movimento, sendo portanto fundamental para o desenvolvimento físico e motor do indivíduo. É na linha deste pensamento que surge a reflexão sobre a importância da dança para o desenvolvimento da criança e do jovem.

A dança educativa activa o desenvolvimento de agentes que influenciam a aprendizagem e de uma forma determinante: o emocional, o social, o cognitivo, o físico e o psicológico. (Béjart, 1990).

No decorrer do estágio foi-me feita uma proposta pelo orientador de estágio, no sentido de colaborar com o grupo das actividades rítmicas expressivas, tendo eu concordado em colaborar e decidido aplicar o teste KTK ao grupo de dança para avaliar a coordenação motora.

3.1.2. ESTRATÉGIAS DE APRESENTAÇÃO

Em termos gerais a minha apresentação correu de acordo com as minhas expectativas, não havendo incidentes de maior a registar. O discurso saiu fluente, com as ideias organizadas e encadeadas, não havendo interregnos na comunicação. Apesar de algum nervosismo inicial, a preparação ao longo da semana e o encorajamento dos meus colegas de estágio, dos orientadores de estágio da minha escola e da supervisora de estágio, revelaram-se fundamentais para o meu desempenho. Relativamente ao modelo da minha apresentação, o *power point*, estava simples e apresentava uma sequência lógica e clara, não tinha praticamente texto, ou efeitos que pudessem interferir ou prejudicar uma clara interpretação da exposição apresentada, era fundamentalmente constituído por tópicos, que depois foram desenvolvidos por mim, também por saber que a apresentação que seria apresentada antes da minha tinha recorrido ao mesmo teste, achei por bem simplificar a minha

apresentação, utilizando analogias com a exposta previamente, nomeadamente quanto ao que à descrição dos elementos do questionário concerne, tendo utilizado ainda expressões semânticas acessíveis, para que não se tornasse repetitivo para a assistência.

3.1.3. RELATÓRIO

Concluindo então, o balanço que faço desta minha prelecção é realmente positivo, centrando-me em comentários e opiniões, também elas positivas, que me foram dirigidas após tal prelecção, quer pelos meus colegas, quer pelos professores e amigos.

Em suma, presumo que o congresso foi bem-sucedido em toda a sua organização, estando todos nós de parabéns. Todavia, nunca devemos estar totalmente satisfeitos, pois por melhor que as coisas sejam feitas, podemos sempre melhorar num ou noutro ponto.

PARTE II

ESTUDO REALIZADO

INFLUÊNCIA DA DANÇA NO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR: ESTUDO
COMPARATIVO EM ALUNOS DO 10º ANO PRATICANTES E NÃO PRATICANTES

PARTE II – ESTUDO REALIZADO

1. INTRODUÇÃO

Nos dias de hoje a escola tem um papel importante na construção e formação do Homem do amanhã para que possa fazer parte e pertencer ao mundo, e é no mundo escolar onde podemos adquirir os modelos de aprendizagem, a aquisição dos princípios éticos e morais, para que, no futuro, possamos melhorar a sociedade.

Cabe ao professor de educação física permitir que se desenvolvam no aluno capacidades físicas e cognitivas, modificando, também, as atitudes e o comportamento social, e, de acordo com a nossa sociedade (cultura), promover a independência e autonomia do mesmo. (Aranha,2004).

A dança é uma manifestação comum a todas as sociedades humanas. Assim, percebemos que cada cultura, cada povo, tem um conjunto de movimentos típicos, que o identifica dos demais. (Béjart, 1990)

Segundo Pellegini et al, 2005 cit in Londero, M. 2011, ao considerarmos a importância das estruturas temporais rítmicas, estas devem estar bem definidas, para uma eficiente coordenação motora, então, torna-se indispensável a prática de atividades físicas orientadas.

A aprendizagem de habilidades motoras que acontece ao longo dos anos é fruto não só das disposições do sujeito para a ação, mas particularmente do contexto físico e sociocultural onde o sujeito está inserido (Londero, M. 2011).

O desenvolvimento motor consiste numa série de mudanças que acontecem ao longo do ciclo vital em termos do deslocamento de partes do corpo ou de todo o corpo no espaço. O movimento é o componente central na comunicação e interação com os outros indivíduos e com o meio ambiente à nossa volta.

Sendo assim, o objetivo deste trabalho foi o de analisar se, por meio de atividade física ritmada vivenciada no cotidiano da criança/ jovem na escola, o desenvolvimento motor é melhorado, e, também, o de averiguar os demais

efeitos da dança educativa no desenvolvimento do aluno no ambiente escolar no qual está inserido.

2. METODOLOGIA

2.1. AMOSTRA

A amostra é constituída por dois grupos, um Grupo Experimental (GE) e um Grupo de Controlo (GC), abrangendo alunas do 10º Ano do Agrupamento Vertical de Escolas de Arcozelo – Ponte Lima.

A amostra foi constituída por 24 alunas do sexo feminino: 12 do grupo experimental (GEx (15 ± 0,0 anos, 1,65±0,1cm) grupo do desporto escolar (Dança) e 12 do grupo de controlo (GC 15 ± 0,0 anos, 1,65±0,1cm) grupo sem aulas de Dança, sendo todas da mesma idade.

O Grupo Experimental (GE) foi constituído por alunas 10º ano de escolaridade, inscritas em Dança, no âmbito do Desporto Escolar

O Grupo de Controlo (GC), foi constituído por alunas do 10º ano de escolaridade que, tendo em comum com o Grupo Experimental a frequência das aulas de Educação Física, não frequentam a Dança nas actividades do Desporto Escolar.

A selecção de elementos do sexo feminino, dependeu das inscrições feitas nas aulas de Dança do Desporto Escolar que, na disposição em causa, só incluíam raparigas e que também restringiram o número de elementos que constituem a amostra.

Depois foram recolhidas medidas somáticas (peso, altura e idade) que complementaram a escolha da amostra. Procuramos constituir valores de peso e altura, o mais aproximadamente possível, entre o grupo experimental e o de controlo e que tenham a mesma idade.

2.2. PROCEDIMENTOS

O teste KTK (Körperkoordination Test Fur Kinder) é composto por quatro provas, todas elas visando a caracterização de facetas da coordenação corporal total e o domínio corporal Schilling (1974). Trata-se, assim, de uma

bateria homogénea, validada em Portugal por Pereira (1991), Mota (1991) e Botelho (1996).

O KTK utiliza as mesmas tarefas de coordenação para várias idades. Os conteúdos das tarefas devem portanto apresentar dificuldades acrescidas, à medida que os indivíduos são mais velhos. A diferenciação por idades, atinge-se por exemplo, segundo critérios tais como: (i) aumento da altura ou distância; (ii) aumento da velocidade e (iii) maior precisão na execução, medida, por exemplo, em função do maior número de acertos num determinado número de tentativas, (Gorla et al, 2009).

Para avaliar a capacidade de coordenação corporal utilizou-se do teste já mencionado e analisado, composto de quatro tarefas, que serão descritas a seguir:

Tarefa 1 – Trave de Equilíbrio

Objetivo: estabilidade do equilíbrio em marcha para trás sobre a trave.

Material: Foram utilizadas três traves de 3 metros de comprimento e 3 cm de altura, com larguras de 6 cm, 4,5cm e 3 cm. Na parte inferior são presos pequenos travessões de 15x1,5x5cm, espaçados de 50 em 50 cm. Com isso, as traves alcançam uma altura total de 5cm. Como superfície de apoio para saída, coloca-se à frente da trave, uma plataforma medindo 25x25x5cm. As três traves de equilíbrio são colocadas paralelamente.

Tarefa 2 – Salto Monopedal

Objetivo: Coordenação dos membros inferiores; energia dinâmica/força.

Material: São usados 12 blocos de espuma, medindo cada um 50cm x 20cm x 5cm.

Execução: A tarefa consiste em saltar um ou mais blocos de espuma colocados uns sobre os outros, com uma das pernas.

Tarefa 3 – Salto Lateral

Objetivo: Velocidade em saltos alternados.

Material: Uma plataforma de madeira (compensado) de 60 x 50 x 0,8cm, com um sarrafo divisório de 60 x 4 x 2 cm e um Cronómetro.

Execução: A tarefa consiste em saltitar de um lado a outro, com os dois pés ao mesmo tempo, o mais rápido possível, durante 15 segundos.

Tarefa 4 – Transferência Sobre Plataforma

Objetivo: lateralidade;

Material: São usados para o teste, 2 plataformas de 25 x 25 x 5 cm e um cronómetro.

Execução: As plataformas são colocadas lado a lado com uma distância entre elas de 5 cm. Na direcção de deslocar é necessário uma área livre de 5 a 6 metros.

3. RESULTADOS

Os resultados das comparações entre as médias e desvios-padrão do estudo e do protocolo original de KIPHARD E SCHLLING estão demonstrados na tabela 2, cuja discussão é feita posteriormente à sua apresentação. A apresentação dos resultados é constituída por análises: descritiva e comparativa. De seguida apresentamos os dados obtidos e a sua respectiva discussão nos quadros seguintes.

Os valores (médias) do peso, altura, IMC de todos os elementos da amostra, bem como os obtidos nas quatro provas do teste KTK – ER, SM, SL e TL, tal como se podem verificar na tabela 1 e 2, permitem estabelecer comparações e detectar relacionamentos destas variáveis, com as diferentes provas de coordenação geral.

Tabela 1 – Medidas anropométricas: peso e altura

Variáveis	Grupo (N=24)	$\bar{X} \pm \sigma'$	P (P- value)
Peso (kg)	Gc= 12	56,0 ± 7,8	0,633
	GEx= 12	57,6 ± 7,7	
Altura (m)	Gc= 12	1,6 ± 0,0	0,681
	GEx= 12	1,6 ± 0,0	
IMC (kg/m ²)	Gc= 12	19,7 ± 3,1	0,088
	GEx= 12	21,7 ± 2,6	

Os resultados (média ± desvio padrão) obtidos nas provas de equilíbrio à retaguarda (ER), no salto monopedal (SM), no salto lateral (SL) e na transposição lateral (TL), em ambos os grupos (experimental e de controlo).

Tabela 2 - Comparação da Média, Desvios-padrão e teste “KTK”, com o protocolo original de Kiphard e Schilling

Variáveis	Grupo (N=24)	$\bar{X} \pm \sigma'$	P (P- value)
Equilíbrio à Retaguarda (ER)	Gc= 12	68,6 ± 4,1	0,409
	GEx= 12	70,0 ± 3,6	
Salto Monopedal (SM)	Gc= 12	26,0 ± 2,9	0,593
	GEx= 12	27,5 ± 9,0	
Salto Lateral (SL)	Gc= 12	82,0 ± 14,3	0,380
	GEx= 12	86,8 ± 11,9	
Transposição Lateral (TL)	Gc= 12	35,5 ± 5,9	0,341
	GEx= 12	32,6 ± 8,1	

A aplicação dos procedimentos estatísticos nos resultados obtidos e relativamente ao nível de significância, permitem uma leitura mais rigorosa para comparar os valores dos três momentos de observação.

4. DISCUSSÃO

O teste de coordenação motora KTK possibilita três tipos de análise, entre elas: o quociente motor (QM) de cada tarefa, o somatório dos quocientes motores das quatro tarefas (QM4), ou ainda o quociente motor

total, onde são classificados os níveis de coordenação motora, divididos em: insuficiência na coordenação, perturbação na coordenação, coordenação normal, boa coordenação e muito boa coordenação (Gorla, Araujo, Rodrigues, 2009). Os resultados obtidos no estudo em questão através da aplicação do Teste KTK serão apresentados no parágrafo seguinte;

Na primeira prova do teste KTK, as alunas do grupo experimental apresentam valores superiores, sendo ER ($70,0 \pm 3,6$ contra $68,6 \pm 4,1$), na prova SM o grupo experimental apresenta valores superiores ($27,5 \pm 9,0$ contra $26,0 \pm 2,9$), na terceira prova SL ($86,8 \pm 11,9$ contra $82,0 \pm 14,3$) e para terminar na última prova TL o grupo controle apresenta valores superiores ($35,5 \pm 5,9$ contra $32,6 \pm 8,1$). Os resultados obtidos não são significantes estatisticamente. Mas podemos observar que a dança influencia o desenvolvimento da coordenação geral das adolescentes avaliadas nesse estudo.

Limitações do estudo: ano de prática de atividades física extra Curricular, participação em clubes, o número da constituição da amostra e o número de aulas, curta duração do período das aulas.

5. CONCLUSÃO

Os testes de coordenação motora e a prática de avaliação em crianças e adolescentes permitem conhecer e promover intervenções a fim de minimizar as dificuldades de aprendizagem, resultantes das defasagens motoras. Contudo, podemos constatar que, em geral, as alunas melhoraram o nível de expressão da coordenação motora, no entanto, não foram verificadas diferenças estatisticamente significantes em ambos os grupos.

Verificamos que as aulas de dança influenciam o desenvolvimento da coordenação motora, para o futuro recomendamos a realização de estudos com amostras maiores e o aumento do número de aulas.

O estudo de coordenação em alunos carece de mais pesquisas, visto a importância desta para os indivíduos em suas fases de crescimento e desenvolvimento, o que certamente também estará contribuindo para a sua formação motora global e também nos aspectos cognitivos e afetivos.

Os alunos com problemas de coordenação tem dificuldades na percepção da matéria, em quanto que os alunos com uma boa coordenação motora tem uma boa capacidades física, psicológica o que facilita a percepção dos conteúdos lecionados.

Acreditamos que desta forma estaremos contribuindo e favorecendo discussões de forma mais rica, não só para programas de Educação Física em específico mas para todas as áreas envolvidas no processo educacional.

BIBLIOGRAFIA

INFLUÊNCIA DA DANÇA NO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR: ESTUDO
COMPARATIVO EM ALUNOS DO 10º ANO PRATICANTES E NÃO PRATICANTES

BIBLIOGRAFIA

- Aranha, Á. (2004). *Organização, Planeamento e Avaliação em Educação Física, Didática Ciências e Humanas*. UTAD, Vila Real.
- Aranha, Á. (2007). *Observação de Aulas de Educação Física, Sistematização da Observação Sistema de Observação e Fichas de registo*. UTAD, Vila Real.
- Aranha, Á.& Coelho, N. (2007). *Modelo de um Estudo de Turma, Estágio Pedagógico em Educação Física e desporto*. UTAD, Vila Real.
- Aranha, Á. (2005). *Pedagogia da Educação Física e desporto I*. UTAD, Vila Real.
- Aragão, T. (2010). *Testes Para Avaliar a Coordenação Motora no Ambiente Escolar. Pró-Reitoria de Graduação Curso de Educação Física Trabalho de Conclusão de Curso*.
- Alegre, T. (2011). *Importância das Actividades Físicas Desportivas no desenvolvimento motor dos alunos - Estudo realizado com alunos do 2º Ciclo (Relatório de Estágio do Mestrado)*. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias Faculdade de Educação Física e Desporto, Lisboa.
- Ballesteros, C. (2008). *Avaliação da Coordenação Motora: Ideias fundamentais e investigação empírica a partir da bateria do teste de ktk*. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto.
- Correia, V. (2008). *A Dança na Educação Física- Contributo para a Educação para a saúde na vertente da Educação Sexual*. (Monografia). Faculdade de Desporto, Universidade do porto, Porto.
- Fonseca, C. (2008). *Esquema Corporal, Imagem Corporal e Aspectos Motivacionais na Dança de Salão* (Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Educação Física). UNIVERSIDADE SÃO JUDAS TADEU, São Paulo.
- Gallahue, D., & Ozmun, J. (2005). *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos* (3ª edição.). São Paulo: Phorte.

- Glovaski, M., & Cavalari, N. (2010). Avaliação da Coordenação Motora (Vol. 3, p. 115 – 125).
- Gonçalve, G., Gonçalves, A., & Júnio, A. (1995, Junho). Desenvolvimento Motora Teoria dos Sistemas Dinâmicos, 1 (1), 08 – 14.
- Gorla, José, Araújo, P., & Rodrigues, J. (2009). *Avaliação motora em educação física adaptada* (2ª Edição revisada e Ampliada.). São Paulo: Phorte.
- Gorla, J., Rodrigues, J., Brunieira, C., & Guarido, E. (2000). Teste de avaliação para Pessoas com deficiência mental: identificando o KTK, Português.
- Gorla, I., & Araújo, F. (2007). Avaliação Motora em Educação Física Adaptada: Teste KTK para Deficientes Mentais.
- Gorla, J., Araújo, P., & Carminato, R. (2004, maio). Desempenho Psicomotor Em Portadores De Deficiência Mental: Avaliação E Intervenção. In *Ciências Esporte*. Campinas: Revista Brasil.
- Londero, M. (2011). *A dança na escola e a coordenação motora*. Faculdade Integrada da Grande Fortaleza, FGF. Brasil.
- Maia, J., & Lopres, V. (2002). *Estudo do Crescimento somático, Aptidão Física, Actividade Física e Capacidade de Coordenação Corporal de Crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico da Região Autónoma dos Açores*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Mia, J., & Lopes, V. (2003). *Um Olhar Sobre as Crianças e Jovens da Região Autónoma dos Açores. Implicação para a Educação Física, Desporto e Saúde*. Direcção Regional de Educação Física e Desporto da Região Autónoma dos Açores Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto Direcção Regional de Ciência e Tecnologia.
- Milena Lima, Coutinho, J., Porto, P., & Salles, P. (2013). *A influência da dança circular na coordenação motora de indivíduos da terceira idade*, (176), 8.
- Pellegrini, A., Neto, S., Bueno, F., Alleoni, B., & Motta, A. (s/d). *Desenvolvendo a Coordenação Motora no Ensino Fundamental*. In *Boletim EF*, org_desenvolvendo -a-coordenação-motora no ensino funda mental. São Paulo.

Ribeiro, A., David, A., Barbacena, M., Rodrigues, M., & França, N. (2012). *Teste de Coordenação Corporal para Crianças (KTK): aplicações e estudos normativos*. In Motricidade. Brasília: Universidade de Brasília, Faculdade de Educação Física.

ANEXOS

INFLUÊNCIA DA DANÇA NO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR: ESTUDO
COMPARATIVO EM ALUNOS DO 10º ANO PRATICANTES E NÃO PRATICANTES

ANEXO I – INQUÉRITO ESTUDO DE TURMA

Questionário – Individual

O presente inquérito destina-se a proporcionar ao professor de Educação Física um melhor conhecimento dos seus alunos, de forma a superar as possíveis dificuldades ou problemas que possam surgir, razão pela qual são absolutamente confidenciais. A honestidade e sinceridade são factores determinantes para o posterior tratamento dos inquéritos.

1. DADOS PESSOAIS

Nome: _____	N.º _____	Ano/Turma: _____
Idade: _____	Data de Nascimento: ____/____/____	Peso ____ (Kg) Altura: ____ (cm)
Morada: _____		
Código Postal _____	- _____	Localidade: _____ Telefone: _____
Nacionalidade: _____	mail: _____	

Com quem vives? (x)

b) Em que situação se encontram os teus pais? (x)

Pais	<input type="checkbox"/>
Pai	<input type="checkbox"/>
Mãe	<input type="checkbox"/>
Com familiares	<input type="checkbox"/>
Outro	<input type="checkbox"/>

Casados		<input type="checkbox"/>
Separados		<input type="checkbox"/>
	Pai	Mãe
Ausente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Falecido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Número de irmãos: 0 1 2 3 4 +4

ENCARREGADO DE EDUCAÇÃO

Nome: _____ Idade: _____ Parentesco: _____
 Profissão: _____ Habilitações literárias: _____ Contacto telef. _____

2. VIDA ESCOLAR

Já reprovou? Sim Não Em que ano(s)? _____

Disciplina de que mais gosta? _____ Menos gostas? _____

Qual a profissão que gostaria de exercer futuramente? _____

3. TRANSPORTE

Como te deslocas para a escola?

Transporte Publico	<input type="checkbox"/>	Bicicleta	<input type="checkbox"/>	
Automóvel	<input type="checkbox"/>	A pé	<input type="checkbox"/>	
Motociclo	<input type="checkbox"/>	Outro	<input type="checkbox"/>	Qual? _____

Quanto tempo costuma demorar no percurso casa – escola?

Até 5 minutos	<input type="checkbox"/>	Entre 20 e 30 minutos	<input type="checkbox"/>
Entre 5 e 10 minutos	<input type="checkbox"/>	Mais de 30 minutos	<input type="checkbox"/>
Entre 10 e 20 minutos	<input type="checkbox"/>		

4. SAÚDE

Assinala se apresentas algum dos seguintes problemas:

Problemas auditivos	<input type="checkbox"/>	Hipertensão	<input type="checkbox"/>	
Problemas visuais	<input type="checkbox"/>	Problemas cardíacos	<input type="checkbox"/>	
Diabetes	<input type="checkbox"/>	Lesões	<input type="checkbox"/>	Qual? _____
Asma	<input type="checkbox"/>	Outros	<input type="checkbox"/>	Qual? _____
Epilepsia	<input type="checkbox"/>			

Tomas algum medicamento?

Sim Não

5. HÁBITOS

Assinala as refeições que fazes diariamente:

Pequeno-almoço	<input type="checkbox"/>	Lanche da tarde	<input type="checkbox"/>
Lanche matinal	<input type="checkbox"/>	Jantar	<input type="checkbox"/>
Almoço	<input type="checkbox"/>	Ceia	<input type="checkbox"/>

Local onde costumavas almoçar em tempo de aulas (uma opção):

Cantina da escola	<input type="checkbox"/>	Casa	<input type="checkbox"/>
Bar da escola	<input type="checkbox"/>	Restaurante	<input type="checkbox"/>

Tens os seguintes hábitos?

	Sempre	Às vezes	Nunca
Bebidas alcoólicas			
Tabagismo			

Costumas comer antes da aula de Educação Física? Não c Sim c Se sim, quanto tempo antes? _____

Nos dias em que tens aulas, a que horas te costumavas levantar?

Antes das 7 horas	<input type="checkbox"/>	Entre as 8 e as 9 horas	<input type="checkbox"/>
Entre as 7 e as 8 horas	<input type="checkbox"/>	Depois das 10 horas	<input type="checkbox"/>

Quantas horas dormes, habitualmente, por dia?

Menos de 7 horas	<input type="checkbox"/>	Entre as 8 e as 9 horas	<input type="checkbox"/>
Entre as 7 e as 8 horas	<input type="checkbox"/>	Mais de 10 horas	<input type="checkbox"/>

6. DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA**Quando não faço aula de Educação Física é porque (assinala a razão principal):**

Estou doente / lesionado	<input type="checkbox"/>
Não tenho equipamento	<input type="checkbox"/>
Não gosto da aula	<input type="checkbox"/>
Outro (s)	<input type="checkbox"/>

Nos dias da aula de Educação Física:

	Sempre	Às vezes	Nunca
Trago roupa própria só para fazer a aula			
Trago sapatilhas próprias só para fazer a aula			
Tomo banho no final da aula			
Tiro os acessórios antes da aula (relógio, brincos, anéis, ...)			
Procuro equipar-me rapidamente para a aula			

A modalidade que **mais aprecio** na aula de Educação Física é (assinala apenas 3 modalidades):

Ginástica	<input type="checkbox"/>	Basquetebol	<input type="checkbox"/>	Condição Física	<input type="checkbox"/>
Futebol / Futsal	<input type="checkbox"/>	Voleibol	<input type="checkbox"/>	Outras	<input type="checkbox"/>
Andebol	<input type="checkbox"/>	Badminton	<input type="checkbox"/>	Quais _____	
Atletismo	<input type="checkbox"/>	Natação	<input type="checkbox"/>		

A modalidade que **menos aprecio** na aula de Educação Física é (assinala apenas 3 modalidades):

Ginástica	<input type="checkbox"/>	Basquetebol	<input type="checkbox"/>	Condição Física	<input type="checkbox"/>
Futebol / Futsal	<input type="checkbox"/>	Voleibol	<input type="checkbox"/>	Outras	<input type="checkbox"/>
Andebol	<input type="checkbox"/>	Badminton	<input type="checkbox"/>	Quais? _____	
Atletismo	<input type="checkbox"/>	Natação	<input type="checkbox"/>		

Tiveste aulas de Educação Física no 1º Ciclo (Primária)?

Sim Não

Gostas da aula de Educação Física?

Sim Não

Qual a nota que tiveste a Educação Física no ano passado? 3º Período _____

Numa escala de 1 a 5, qual a tua motivação para as aulas de Educação Física?

(1-----nada motivado e 5---- super motivado)
(1-

O que **mais gosto** na aula de Educação Física (assinala apenas 3 opções)?

É divertido	<input type="checkbox"/>	Fico em forma física	<input type="checkbox"/>	Gosto de exercício físico	<input type="checkbox"/>
Faço amigos	<input type="checkbox"/>	Gosto de competir	<input type="checkbox"/>	Gosto de ganhar	<input type="checkbox"/>
Melhero as minhas capacidades físicas	<input type="checkbox"/>	Aprendo novas habilidades motoras	<input type="checkbox"/>	Faço parte de uma equipa	<input type="checkbox"/>

O que **menos gosto** na aula de Educação Física (assinala apenas 3 opções)

Não é interessante	<input type="checkbox"/>	As aulas são cansativas	<input type="checkbox"/>	Tenho que trocar de roupa	<input type="checkbox"/>
É aborrecido	<input type="checkbox"/>	Não tenho capacidades	<input type="checkbox"/>	Não gosto de cooperar com os colegas	<input type="checkbox"/>
Não gosto do professor	<input type="checkbox"/>	Não gosto de tomar banho	<input type="checkbox"/>	Não gosto de competir	<input type="checkbox"/>

Praticas ou já praticaste alguma (s) actividade (s) física (s) extracurricular?

Sim Não Qual / Quais? _____

Durante quanto tempo praticaste?

1ano 2anos 3anos mais de 3anos

Quais são os teus objectivos em relação à aula de Educação Física do presente ano lectivo (assinala apenas 3 opções)?

Conviver e colaborar com os meus colegas
 Conhecer os meus pontos fortes e fracos
 Melhorar as habilidades desportivas
 Ganhar iniciativa e responsabilidade
 Enfrentar e ultrapassar dificuldades

Aumentar a minha capacidade de concentração
 Cumprir as regras dos jogos
 Promover a saúde
 Criar hábitos e cuidados higiénicos

Que características, na tua opinião, deve ter o Professor de Educação Física? (assinala, no máximo, 3 opções)

Assíduo c Autoritário c Bem disposto c Competente c
 Exigente c Pontual c Compreensível c Simpático c
 Outras c

Se respondeste outros, indica qual ou quais? _____

Que nota esperas ter este ano na disciplina de Educação Física? 2 c 3 c 4 c 5 c

7. OCUPAÇÃO DOS TEMPOS LIVRES

O que mais gostas de fazer nos teus tempos livre (assinala apenas 3 opções)?

Ver televisão Conversar com os amigos Dormir

Ouvir música

Ir ao cinema

Passear

Estudar

Ler

Praticar desporto

Jogar computador

Ajudar os Pais



Obrigado pela colaboração!!!

ANEXO II – QUESTIONÁRIO SOCIOMÉTRICO

O seguinte questionário pretende aprofundar os conhecimentos da turma, é importante **serem honestos** no preenchimento do mesmo, pois os dados são **estritamente confidenciais** e tratados sigilosamente, sendo a sua utilização restrita à documentação do núcleo de estágio de Educação Física.

Nome: _____

Ano: ____ Turma: ____ N.º ____ Idade: ____

Para responderes às seguintes questões, deves escolher **os teus colegas de turma** (primeiro e último nome) e **ordená-los por ordem de preferência**.

1. Escolhe três colegas da tua turma com quem gostarias de fazer um trabalho de grupo.

1ª Opção: _____

2ª Opção: _____

3ª Opção: _____

2. Indica que colegas da turma convidavas para a tua festa de aniversário.

1ª Opção: _____

2ª Opção: _____

3ª Opção: _____

3. Escolhe três colegas da tua turma com quem não gostarias de fazer um trabalho de grupo.

1ª Opção: _____

2ª Opção: _____

3ª Opção: _____

4. Indica que colegas da tua turma não convidavas para a tua festa de aniversário?

1ª Opção: _____

2ª Opção: _____

3ª Opção: _____



Obrigado pela colaboração!!!

ANEXO III – RESULTADO DO ESTUDO SOCIOMÉTRICO

SOCIOMETRIA																											
	Nº 1	Nº 2	Nº 3	Nº 4	Nº 6	Nº 7	Nº 8	Nº 11	Nº 13	Nº 14	Nº 15	Nº 16	Nº 17	Nº 18	Nº 19	Nº 20	Nº 21	Nº 22	Nº 24	Nº 25	Nº 26	Nº 27	Nº 28				
Nº 1		R-T						P-T						R-T										P-T			
Nº 2				P-T/P-C					R-T/R-C	R-T/R-C				P-T/P-C					P-T					P-T			
Nº 3		P-T/P-C		P-T/P-C										P-T/P-C					R-T			R-T/R-C	R-T/R-C	P-C			
Nº 4		P-T/P-C						P-T/P-C		R-T/R-C				P-T/P-C			R-T	R-C				R-T/R-C					
Nº 6	P-T/P-C	R-T		R-T/R-C										R-T/R-C						R-C				P-C			
Nº 7		R-T/R-C		R-T/R-C					P-T/P-C					R-T		P-T/P-C	P-T				R-C			P-C			
Nº 8	P-T			R-C	P-T/P-C					R-T											R-T/R-C		R-T	P-C			
Nº 11	P-T	R-T/R-C		R-T/R-C				P-T/P-C						R-T					R-C					P-T/P-C			
Nº 13	P-T	R-T/R-C		R-T/R-C															R-C					P-T/P-C			
Nº 14	P-T/P-C				P-T/P-C																			R-T/R-C			
Nº 15	P-T	R-T/R-C		R-T/R-C						P-T/P-C				R-T/R-C										P-C			
Nº 16	P-T	R-C	R-T/R-C	R-C		P-T/P-C	P-T	P-C														R-T	R-T	P-C			
Nº 17	P-T	P-T/P-C		P-T/P-C				R-T/R-C	R-T/R-C	R-T/R-C														P-C			
Nº 18		R-T/R-C						R-T/R-C																P-C			
Nº 19		R-T/R-C		R-T/R-C						P-T/P-C				R-T	P-T									P-C			
Nº 20																											
Nº 21		R-T/R-C		R-T/R-C										R-T/R-C		P-T/P-C	P-T/P-C							P-T/P-C			
Nº 22		R-T		R-T						P-T				R-T		P-T	P-T										
Nº 24		P-T		P-T	R-T			P-C						P-T										P-C			
Nº 25										P-T/P-C														P-C			
Nº 26		R-T/R-C		R-T/R-C										R-T/R-C										P-T			
Nº 27		R-T/R-C		R-T/R-C		P-C		P-T/P-C	P-T/P-C															P-T			
Nº 28	P-C	R-C		R-C	R-T					R-T	P-T/R-C	P-T/R-C		R-C										R-T			
Preferências Trabalho	7	4	0	4	3	1	6	3	4	2	4	1	4	1	3	3	2	4	2	2	2	2	1	3			
Rejeições - Trabalho	0	11	1	10	1	0	1	2	6	2	0	0	8	1	0	3	0	2	3	3	5	0	1				
Preferências Confiança	3	1	0	3	3	1	4	4	5	3	2	1	3	0	3	2	0	4	0	2	3	6	3				
Rejeições - Confiança	0	10	1	11	0	0	1	2	3	2	0	0	5	1	0	4	2	2	5	3	2	0	0				
TOTAL:	10	5	2	7	6	2	10	7	9	5	6	2	7	1	6	5	7	8	2	4	6	7	6				

ANEXO IV – BALANÇO FINAL DA AULA

<i>Parâmetros</i>	<i>Pontos</i>
1º	
2º	
3º	
4º	
5º	
6º	
7º	
8º	
9º	
10º	
<i>Total de pontos</i>	

NOTA FINAL da PPS	de 0 a 20 valores	
--------------------------	-------------------	--

**ANEXO V – FICHA DE REGISTO ANETÓDICO EM ORDEM AO TEMPO
(PPS)**

Observado	Data: ___/___/___	PPS n°:
Observador:	Unidade Didáctica:	
Tempo	Descrição de Acontecimentos	