

Balanço Semana de Educação Física



Área 3

Orientador de Faculdade:
Prof. Luís Fernandes

Orientador de Escola:
Prof. Pedro Conde

Professores Estagiários:
Ana Fonseca
André Silva
Miguel Fragoeiro
Núria Batista

Índice

Organização	3
Atletismo.....	4
Salto em Comprimento.....	4
Lançamento do Peso	5
Velocidade	5
Estafetas	5
Torneio de Futsal interturmas (7º ano).....	6
Saída de escola à praia de Carcavelos.....	7
Concurso de Dança	7
Concurso de Patinagem	8
Entrevistas aos professores do Grupo de EF.....	8
Conclusões.....	9

Organização

Esta atividade estava planeada para ser realizada no 2º período, contudo, como o pavilhão gimnodesportivo não se encontrava em condições, houve a necessidade de tomar opções em relação às modalidades escolhidas. Após esta seleção, ficou planeado dinamizarmos a semana com as matérias do atletismo (velocidade, estafetas, salto em comprimento e lançamento do peso), dança, patinagem e ainda a saída para a realização de uma atividade de exterior. Abdicámos assim do voleibol, andebol e salto em altura. Também pelo facto do torneio de futsal do 7º ano ter sido adiado por motivos de greve, decidimos integra-lo nesta semana. A atividade de exterior estava inicialmente prevista para ser no complexo desportivo do Jamor, com atividades de futebol, canoagem, hóquei em campo, minigolfe e orientação. No entanto, devido aos elevados custos que esta atividade apresentava, e após a realização de uma reunião de grupo de educação física (EF), decidimos que seria melhor a ida à praia de Carcavelos para fazer as atividades de futebol de praia, voleibol e o jogo das 4 bases.

No 2º período, devido às condições climáticas, colocou-se a necessidade de adiar as atividades programadas para a 2ª semana do 3º período. Este facto acabou por ser positivo uma vez que, houve de novo a possibilidade de se utilizar o pavilhão gimnodesportivo. Ponderámos a hipótese de reintroduzir as modalidades retiradas do planeamento, no entanto decidimos manter o que já estava planeado e organizado. Assim, apenas utilizámos o pavilhão para o torneio de futsal do 7º ano, para a competição da dança e da patinagem.

O planeamento foi bem conseguido uma vez que os horários foram cumpridos. Assim, foi possível realizar todas as provas com um bom ritmo e com empenho dos alunos. A única prova que sofreu alterações em relação ao que estava planeado foi o salto em comprimento, no qual, nos escalões de iniciados e juvenis, apenas foram realizados dois ensaios, devido ao elevado número de participantes.

No que concerne à distribuição espacial dos professores, optámos por manter as posições em ambos os dias do atletismo, uma vez que resultaram bastante bem no 1º dia. No dia da atividade de exterior, houve sempre dois ou três professores em cada estação. No dia da dança e da patinagem, a primeira atividade foi ajuizada pelas professoras, X, X, Ana e Núria, enquanto os restantes professores auxiliaram na logística do evento. A patinagem foi dinamizada essencialmente pelos professores do núcleo desta modalidade, sendo eles o Miguel e a professora X, e os restantes auxiliaram na logística.

Durante as atividades verificaram-se ainda algumas incorreções nos quadros competitivos, no entanto estas nunca puseram em causa um ótimo desenvolvimento das mesmas.

Para uma eficaz organização, foram delimitadas áreas para os alunos que estavam a assistir às provas. Por vezes, alguns alunos passavam estes limites, mas com a nossa intervenção nenhuma prova foi prejudicada.

Atletismo

As várias matérias desenvolvidas demonstraram uma forte adesão por parte dos alunos, provocando nos mesmos uma maior aproximação às modalidades através da competição por escalões.

Estas competições acabaram por ser também momentos de aprendizagem, quer por observação direta (por parte dos alunos que assistiam às provas) quer por execução (por parte dos participantes).

O sucesso das provas resultou de uma grande cooperação entre os professores estagiários com os restantes colegas do grupo de EF, através da transmissão de diversas informações como, as listas de partida, as presenças dos alunos e ainda os resultados obtidos.

Para estas provas houve ainda a inclusão e participação dos alunos do projeto 12/15. Este facto é bastante positivo uma vez que trouxe a possibilidade de integração destes alunos, proporcionando-lhes momentos de contacto com a competição.

Salto em Comprimento

Nesta competição compareceu um elevado número de participantes.

Os professores distribuíram-se por várias estações ficando assim um professor na linha de partida, dois professores a controlar a tábua de chamada, um professor a colocar a areia em condições para o próximo salto, dois professores a anunciar os resultados e os restantes professores a garantir que a pista de aceleração e tábua de chamada se encontravam desocupadas e ou a fazer o registo fotográfico da prova.

Notámos um elevado número de execuções corretamente realizadas, utilizando a técnica de voo na passada, sendo estes fruto de aprendizagens já realizadas nas aulas e de feedbacks fornecidos pelos professores após os vários ensaios. Verificou-se esta aprendizagem do ponto de vista técnico uma vez que os saltos melhoraram no decorrer dos ensaios seguintes.

Lançamento do Peso

Com vista a melhorar e relembrar a correta execução do lançamento, este foi demonstrado aos alunos antes de a prova ter início.

Apesar da demonstração, denotaram-se bastantes falhas técnicas ao nível do correto gesto de lançamento, surgindo como consequência um elevado número de lançamentos nulos por parte dos alunos.

De forma a garantir a segurança de todos os intervenientes foi delimitada uma zona de segurança para os restantes alunos assistirem.

Velocidade

O forte carácter competitivo inerente a esta competição resultou num forte espírito competitivo durante a prova, promovendo desta forma grande empenho dos alunos.

Apesar das provas se terem desenrolado com sucesso denotámos uma lacuna no planeamento. Esta lacuna reside na ausência da contabilização dos tempos de todos os alunos em prova, tendo apenas sido contabilizados os tempos dos dois primeiros alunos de cada vaga.

Antes de cada vaga era feita uma pequena mobilização articular, com vista a melhor preparar os alunos para a prova que se seguia.

Encontraram-se dois professores nas partidas, em perfeita articulação com os dois professores da chegada que colocavam os alunos em filas de acordo com os tempos, enquanto um outro professor registava os resultados nas folhas. Por último, outro professor entregava as mesmas folhas à mesa para que fossem anunciados os vencedores, ou os alunos a disputarem a final.

Estafetas

O circuito para esta prova foi delimitado com pinos em todo o seu comprimento, de forma a garantir que os alunos o realizassem corretamente. Apesar da colocação de pinos e da ajuda dos professores em algumas curvas mais difíceis, alguns alunos tiveram problemas em reconhecer o percurso durante a sua realização.

Esta competição demonstrou ser a prova de excelência de todas as modalidades de atletismo, devido à cooperação entre alunos da mesma turma, espírito de grupo e competitividade entre as várias turmas. Assim esta prova contou com uma grande assistência por parte da comunidade escolar.

O facto de ser uma prova em equipa provocou a inviabilidade da participação de algumas equipas devido a falta de comparência de um elemento. Para colmatar esta lacuna, pensamos que uma solução será realizar a inscrição de 4 alunos participantes e 1 aluno suplente. O aluno suplente permite garantir a presença da turma no dia em causa, caso o aluno principal falte. Para que este aluno não tenha de faltar às aulas, só deve comparecer no momento da prova, caso seja chamado por um dos seus colegas de equipa.

Em algumas equipas denotou-se uma tentativa de realizar a correta transmissão de testemunho na área específica para esta.

Torneio de Futsal interturmas (7º ano)

O torneio de futsal foi realizado na tarde de segunda-feira, porém não foi possível contar com a presença de todas as turmas de 7ª ano, já que algumas delas se encontravam em visita de estudo. Desta forma, o quadro competitivo ficou comprometido levando a que houvesse uma reformulação do mesmo.

Na competição masculina compareceram 4 turmas, realizando jogos entre si. Na competição feminina apenas 1 equipa compareceu, levando a que apenas se realizasse um jogo com a presença de alguns elementos masculinos. Este jogo desenrolou-se com naturalidade dando assim oportunidade às alunas interessadas de realizarem um jogo.

Os jogos decorreram sem incidentes, com um elevado espírito de competitividade e entrega das equipas. Ao contrário de outros torneios, a definição da equipa campeã não decorreu através de uma final, mas sim, através de uma contagem de pontos e critérios de desempate. Este facto deveu-se a uma má gestão do tempo. Contudo, no que concerne à atribuição do vencedor, consideramos que as finais são um momento de grande impacto e valorização do esforço, pelo que deveríamos ter optado por esta forma e não pela contagem dos pontos.

Ao nível do torneio feminino nenhuma das 4 turmas presentes apresentou uma equipa completa, pelo que a pedido e incentivo dos professores foi realizado um jogo informal onde pedimos a alguns rapazes para completar as vagas existentes nas equipas.

As arbitragens foram realizadas pelos alunos com mais experiência na modalidade, e decorreram dentro da normalidade.

Saída de escola à praia de Carcavelos

Esta atividade foi planeada com o intuito de proporcionar aos alunos que demonstram empenho e bom comportamento na disciplina de EF, uma manhã na qual se iriam realizar diversos jogos de praia. Os jogos planeados foram futebol de praia, jogo das 4 bases e voleibol. Para a realização destes contamos com os campos de futebol e voleibol já montados no local.

Apesar das atividades terem corrido conforme o planeado, apenas foi possível realizar 2 rotações de um total de 3. Isto pois as condições climáticas provaram ser demasiado adversas para a continuação dos jogos.

Esta deslocação contou com 36 alunos de um total previsto de 60. Este reduzido número de alunos participantes pode ter sido devido às condições climáticas que se fazem sentir nesta época do ano. Desta forma, acreditamos que esta atividade deverá ser repensada para uma data mais favorável, por exemplo em Maio, como é o caso da calendarização dos Jogos de Praia do Plano Anual de Atividades que estão planeados para esta altura.

Concurso de Dança

A organização deste concurso ficou à responsabilidade da Professora Isabel Rodrigues, ao elaborar as inscrições e tratar da divulgação do concurso.

As coreografias foram avaliadas através de um júri composto pelas professoras X, X, Ana (estagiária) e Núria (estagiária). A pontuação foi feita numa escala de 1 a 5, onde a criatividade, a organização do grupo, dificuldade técnica, a interatividade com o público e a coordenação foram tidas em consideração.

Podemos contar com a presença de 5 grupos de alunos com coreografias a rigor, no entanto alguns dos grupos tiveram de ser reformulados com vista a substituir elementos que estavam em falta. Infelizmente, apenas um aluno do género masculino participou na competição, o que pensamos ser um dos pontos mais negativos deste evento.

Notou-se em alguns grupos o nervosismo e a falta de confiança o que prejudicou um pouco as coreografias. Por outro lado, alguns grupos demonstraram uma grande expressividade e ter talento para a dança.

Por ser o primeiro o 1º ano do concurso, a adesão a este poderá ter sido menor que o esperado, como consequência da semana ter sido alterada e de alguma timidez por parte dos alunos pelo facto de não conhecerem o teor do concurso. Para uma próxima edição, aconselhamos uma maior divulgação do concurso e um maior incentivo à população masculina da escola para a participação no mesmo, uma vez

que esta tem uma grande apetência para a dança. Pensamos ser interessante numa próxima edição, convidar o núcleo de capoeira para fazer uma apresentação, já que a dança e a capoeira têm uma forte ligação.

Concurso de Patinagem

Nesta prova existiu uma boa adesão a este evento, através da presença de todos os alunos do núcleo de Patinagem e de alguns alunos de fora do mesmo núcleo.

A prova foi dividida em duas fases, a primeira consistiu num circuito de habilidades e a segunda uma prova de velocidade.

A prova de habilidades demonstrou estar adequada ao nível dos alunos participantes, uma vez que todos realizaram a prova sem grandes dificuldades e tiveram sempre elevados níveis de competitividade entre eles.

A prova de velocidade esteve também bem preparada, uma vez que todo o espaço do ginásio foi bem aproveitado e os alunos puderam aproveitar da melhor forma a velocidade que a prova exigia, registando-se excelentes resultados. O facto de os tempos serem todos cronometrados aumentou a competitividade entre os alunos, e uma vez que havia alunos com elevadas competências técnicas nesta modalidade, permitiu aumentar a espetacularidade da mesma. Esta prova acabou por ser o exlíbrio do concurso, uma vez que implementou um espírito de competição direta entre os dois executantes e uma grande velocidade de execução do percurso.

No que concerne aos vencedores, nos escalões de infantis A e infantis B, estes foram alunos que estão ou já pertenceram ao núcleo de patinagem.

Entrevistas aos professores do Grupo de EF

Para uma melhor apreciação das diversas componentes da realização desta semana, procedemos à entrevista de todos os professores que compõem o grupo de EF. Assim sendo a professora X, referiu que:

- Não houve uma estrutura definida das atividades;
- Os professores não ensinam os alunos a saber estar nas diferentes atividades enquanto estão na competição;
- Os alunos participaram bem, mas foi pena o reduzido número de alunos a assistir à prova;
- A saída de escola infelizmente não foi feita com as melhores condições climáticas, pelo que se deveria ter adiado a atividade;
- Como aspeto positivo é de realçar a introdução dos concursos de patinagem e dança nesta semana.

A professora X disse que:

- O plano inicial deveria contemplar mais modalidades;
- A data de execução da semana deveria ter sido melhor planeada, uma vez que poderia ter havido uma maior participação da comunidade escolar. Dever-se-ia ter optado assim por uma data que não coincidissem com visitas de estudo;
- Deveria haver um maior apoio da câmara municipal e/ou junta de freguesia, com o objetivo de envolver mais a comunidade neste projeto e garantir melhores níveis de segurança e circulação dos alunos entre as provas (bairrais limitadoras e pódios);
- Muito positiva a organização dos concursos de patinagem e de dança;
- O grupo de EF esteve muito bem ao apoiar-se sempre mutuamente.

Já o professor X, referiu que:

- Tendo em consideração os 3 momentos de pré-impacto, impacto e pós-impacto:
 - ✓ Pontos fracos- Pouca divulgação do evento; escasso envolvimento da própria escola e comunidade educativa; o reduzido número de participantes no concurso de Dança; Ausência de diferenciação e desafio na competição de Patinagem.
 - ✓ Pontos fortes- O empenho dos estagiários e sua atitude perante o desafio; a excelente iniciativa e criatividade demonstradas na forma como fizeram o tratamento dos resultados.

É importante referir que o núcleo de estágio solicitou a todos os professores de EF que nos fizessem chegar as suas opiniões sobre a semana, de modo mais formal, pelo que apenas obtivemos resposta de 3 professores.

Conclusões

Após a reflexão acerca dos objetivos inicialmente propostos para os alunos, podemos referir que se verificou sempre um grande espírito de competitividade entre os mesmos, os resultados obtidos foram sempre aceites por todos, havendo assim um espírito de justiça e de fairplay.

Com a construção de um poster pelo núcleo de estágio, houve uma valorização dos resultados dos alunos, compensando assim o facto de não ter havido uma entrega de medalhas.

Estas atividades contribuíram para um apuramento fidedigno dos alunos para os Jogos Juvenis da Amadora, já que os mesmos apurados conseguiram implementar de novo um espírito competitivo muito elevado o que se refletiu na conquista de diversas medalhas.

Como sugestão para um próximo evento, pensamos que seria positivo pedir aos alunos que estivessem em horário de EF, aquando das competições, para ajudar na organização das provas, nomeadamente na delimitação das zonas onde o público pode estar a assistir.

Outra das lacunas ao longo do processo de organização foram alguns atrasos na entrega das autorizações por parte de alguns professores, o que provocou um prolongamento na elaboração dos quadros competitivos.

O facto dos postos dos professores terem sido os mesmos nos dois dias das atividades de atletismo, permitiu que as mesmas se desenrolassem mais fluentemente, e com mais competitividade através de mais e melhores feedbacks.

No que concerne aos objetivos por nós atingidos, consideramos uma correlação positiva entre o que foi proposto e o que foi alcançado, uma vez que as atividades planificadas desenrolaram-se de forma bastante positiva, havendo sempre um clima de bastante cordialidade, respeito e interajuda com a maioria dos membros do grupo de EF.

Uma vez que no próximo ano, o grupo de EF não contará com um núcleo de estágio, sugerimos a criação de um clube de arbitragem e organização desportiva. Este clube teria a função de assessoria aos professores responsáveis pelos núcleos de desporto escolar e de participação ativa na organização de eventos/iniciativas do grupo de EF.

Uma sugestão para o planeamento das atividades, numa próxima semana de EF, será aumentar os períodos de competição, ficando a semana de EF direcionada para o atletismo, dança, patinagem e finais dos jogos desportivos coletivos.

Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta	
08:15	Atletismo Infantis A e B	08:15	Finais de Jogos Desportivos Coletivos	08:15	Saída de Escola	08:15	Concurso de Dança	08:15	Finais de Jogos Desportivos Coletivos
09:00		09:00		09:00		09:00			
10:05		10:05		10:05		10:05			
10:50		10:50		10:50		10:50	10:50	Concurso de Patinagem	
11:45		11:45		11:45		11:45			
12:30		12:30		12:30		12:30			
13:40	Atletismo Iniciados, Juvenis e Juniões	13:40		13:40		13:40		13:40	Finais de Jogos Desportivos Coletivos
14:25		14:25		14:25		14:25			
15:20		15:20		15:20		15:20			
16:05		16:05		16:05		16:05			

Com este novo modelo de calendarização da semana de EF, cremos que a semana de EF se autodivulgaria, graças ao forte envolvimento emocional que as finais suscitam nos alunos.

Para as finais realizadas nesta semana, as turmas são apuradas após um pequeno torneio de voleibol e andebol interturmas realizado ao longo do 1º e 2º período. Se não for possível realizar os mesmos, pensamos que é também possível encaixá-los nesta semana, através de um aproveitamento de todos os espaços existentes na escola, havendo os torneios de andebol e voleibol no pavilhão e o atletismo no exterior.

Por último e tendo em consideração os depoimentos de alguns professores envolvidos nesta semana, consideramos que as afirmações referidas por todos de que esta semana decorreu com um enorme sucesso ao nível da organização e da competitividade dos alunos, deixa-nos bastante orgulhosos, uma vez que contribuímos bastante para este êxito.

São para nós também bastante importantes os feedbacks muito positivos em relação ao nosso trabalho desenvolvido em todas as componentes desta semana, uma vez que pusemos todas as nossas atenções viradas para este projeto, e o mesmo acabou por ser reconhecido por todo o grupo de EF.

Ainda como ponto forte apresentado é o facto de terem sido inseridos os concursos de patinagem e de dança, que permitiu abrir o leque de modalidades a serem proporcionadas aos alunos. Este ponto vai também ao encontro da nossa reflexão.

O aspeto menos positivo referenciado pelos professores, no qual o núcleo de estágio também está em concordância, consiste no fraco envolvimento da comunidade educativa, uma vez que houve na maioria das provas uma fraca presença do público, para além dos participantes.