

**CENTRO DE
FORMAÇÃO
GUARDA 1**

**EXPRESSÃO
FÍSICO-MOTORA
O GOSTO DA PRÁTICA**

MODALIDADE: Oficina de Formação
Horas presenciais: 25
Horas de trabalho autónomo: 25

DE JANEIRO A MARÇO DE 2024

I - INTRODUÇÃO

A importância do contributo da Educação Física, tanto para o desenvolvimento global da personalidade dos indivíduos, como para a sua saúde e bem-estar, é hoje um dado incontroverso e, inclusive, aceite mesmo pelo senso comum.

No que concerne à problemática educativa, tal facto é, por igual, claramente reconhecido, e a integração da Educação Física no processo educativo / formativo como uma sua componente fundamental encontra-se expresso em vários documentos, nomeadamente na Lei de Bases do Sistema Educativo e nos programas oficiais para os diferentes níveis de ensino.

A Educação Física encontra-se inscrita nos seus objetivos e programas, verificando-se, contudo, que entre este facto e a sua implementação no plano de desenvolvimento curricular existe uma enorme distância. A prática da Educação Física nas Escolas do 1.º Ciclo do Ensino Básico (a atividade realizada com os alunos) é geralmente inexistente ou esporádica.

Na situação atual, em que as percentagens de insucesso escolar atingem elevados valores e em que se desenham algumas medidas para o combater, o próprio Ministério da Educação reconheceu o importante papel da Educação Física, inscrevendo-a nos programas que traçou.

Justamente, porque existe o fenómeno do insucesso escolar e porque a Educação Física é um meio particularmente rico para o desenvolvimento global dos alunos (seja no plano da socialização, seja no da afetividade ou, ainda, no dos planos cognitivo, físico e motor) é que importa torná-la uma realidade e generalizá-la nas Escolas do 1.º Ciclo do Ensino Básico.

De entre as razões que determinam a não utilização da Educação Física pelos professores na sua prática de ensino emerge a característica do professor do 1.º Ciclo do Ensino Básico como professor monovalente (com as diversas valências disciplinares).

Com efeito, a generalizada inexperiência do próprio docente do 1.º Ciclo do Ensino Básico como praticante de Educação Física, conjugada com debilidades diversas da sua formação neste âmbito, configuram um quadro de inseguranças profissionais não superadas e, em última instância, o professor opta pela eliminação desta disciplina na sua ação pedagógica, ainda que muitos, esclarecidos do seu valor, aspirem a ministrar o seu ensino.

Por isso mesmo se elege o apoio à formação dos professores no plano do desenvolvimento curricular como uma dimensão urgente e a privilegiar.

FORMADOR:

JORGE MANUEL CARRILHO MARGARIDO

Professor do Q.A. de Fornos de Algodres

II - OBJETIVOS

A) GERAIS:

1. Proporcionar a melhoria da qualidade de ensino;
2. Aperfeiçoar a competência profissional e pedagógica dos docentes na Área da Expressão Físico-Motora;
3. Incentivar a autoformação, a prática de investigação e a inovação educacional;

B) ESPECÍFICOS:

1. Valorizar a existência da Educação Física no 1.º C.E.B. considerando a sua utilidade para o desenvolvimento global e harmonioso da criança, bem como o seu contributo para as aprendizagens de outras áreas do currículo.
2. Compreender a conceção da Educação Física para o 1.º C.E.B., considerando o seu carácter eclético, inclusivo e promotor do desenvolvimento multilateral.
3. Conhecer e compreender o modelo, a estrutura, a forma e as características do programa de E.F.M. e as respetivas etapas no processo ensino-aprendizagem.
4. Conhecer e aplicar os princípios metodológicos e as competências de intervenção pedagógica que promovam aprendizagem e a consecução, por parte dos alunos, dos objetivos dos diferentes blocos do programa.
5. Preparar e realizar aulas de E.F.M. no contexto real das escolas do 1.º C.E.B., tomando decisões estratégicas de seleção, orientação e organização da atividade, considerando as características dos alunos, das habilidades, dos espaços e dos materiais disponíveis.
6. Dominar as competências inerentes ao papel do professor na apresentação, acompanhamento e regulação da atividade física educativa.

DESENVOLVIMENTO DO PROGRAMA DE FORMAÇÃO

CALENDARIZAÇÃO:

N.º da Sessão	Data	Horário	Tipos de Sessão	Local	N.º de Horas
1	2024/01/13 (sábado de manhã)	09.00H às 13.00H	Teórica	Escola Básica de Fornos de Algodres	4
2	2024/01/13 (sábado de tarde)	14.30H às 17.30H	Teórica e Prática	Escola Básica de Fornos de Algodres	3
3	2024/02/12 (segunda de manhã)	09.00H às 13.00H	Teórica	Escola Básica de Fornos de Algodres	4
4	2024/02/12 (segunda de tarde)	14.00H às 18.00H	Teórica e Prática	Escola Básica de Fornos de Algodres	4
5	2024/02/14 (quarta de manhã)	09.00H às 13.00H	Teórica e Prática	Escola Básica de Fornos de Algodres	4
6	2024/02/14 (quarta de tarde)	14.30H às 17.30H	Teórica e Prática	Escola Básica de Fornos de Algodres	3
7	2024/03/25 (segunda de manhã)	09.00H às 12.00H	Teórica e Prática	Escola Básica de Fornos de Algodres	3

EFM – O GOSTO DA PRÁTICA

1.ª Sessão - 2024/01/13 (sábado de manhã)

Horário	CONTEÚDOS / TEMAS	LOCAL	TIPO DE SESSÃO	RECURSOS (materiais e outros)
09.00H às 10.00H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Receção aos Formandos. ◆ Abertura e justificação da ação de formação. ◆ Enquadramento dos formandos no processo de formação: <ul style="list-style-type: none"> * Perspetiva geral da ação de formação (objetivos e metodologia). 	EB de FA	Teórica (Preleção)	Fotocópias do programa da Ação de Formação
10.00H às 10.30H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Caracterização do professor formando face à Educação Física. 	EB de FA	Teórica (Trabalho individual)	Relatório
10.30H às 11.30H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ A E.F. no currículo escolar do 1.º Ciclo (breve resenha histórica). ◆ Crítica das representações parciais ou incorretas da E.F. 	EB de FA.	Teórica (Preleção)	QI Diapositivos e documentos de apoio
11.30H às 13.00H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Conceito geral da E.F. no 1.º Ciclo e o seu carácter inclusivo, eclético e promotor do desenvolvimento multilateral. ◆ O Programa de E.F. no 1.º Ciclo: <ul style="list-style-type: none"> * Filosofia e características - (aberto, progressivo, lento, flexível e prescritivo). * Modelo, estrutura e forma: <ul style="list-style-type: none"> - organizado por blocos - articulado verticalmente - dois níveis de objetivos. 	EB de FA	Teórica (preleção)	QI Diapositivos e documentos de apoio

EFM – O GOSTO DA PRÁTICA

2.ª Sessão - 2024/01/13 (sábado de tarde)

Horário	CONTEÚDOS / TEMAS	LOCAL	TIPO DE SESSÃO	RECURSOS (materiais e outros)
14.30H às 17.30H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Aulas teórico-práticas, lecionadas pelo formador, com a participação de todos os formandos sobre os blocos de: <ul style="list-style-type: none"> * Deslocamentos e Equilíbrios; * Perícias e Manipulações. ◆ Resolução de dúvidas e debate sobre os conteúdos abordados. 	EB de FA	Teórica e Prática Teórica (debate)	Bancos suecos, arcos, cordas, bolas, pinos, "bricks" e bastões, colchões, cadeiras, plinto (ou mesa), fitas.

EFM – O GOSTO DA PRÁTICA

3.ª Sessão - 2024/02/12 (segunda de manhã)

Horário	CONTEÚDOS / TEMAS	LOCAL	TIPO DE SESSÃO	RECURSOS (materiais e outros)
09.00H às 10.30H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Caracterização das crianças no escalão etário referente ao 1.º Ciclo.: <ul style="list-style-type: none"> * Desenvolvimento motor da criança * Modelo das “fases sensíveis” * Contributo da atividade física educativa e as suas implicações para o desenvolvimento global e harmonioso da criança. 	EB de FA	Teórica (preleção)	Documentos de apoio
10.30H às 12.00H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Quadro de referências para uma intervenção pedagógica de qualidade: <ul style="list-style-type: none"> * Elaboração do diagnóstico inicial * Preparação da atividade da aula * Adequação das propostas de atividade ao nível do desenvolvimento potencial dos alunos * Instrução * Controlo / gestão da atividade da aula * Disciplina e clima da aula. 	EB de FA	Teórica (preleção)	Diapositivos e documentos de apoio
12.00H às 13.00H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Características de uma aula de E.F. no 1.º Ciclo (as várias formas de organização): <ul style="list-style-type: none"> * Ensino Massivo (individual e a pares) * Por Vagas * Em Percursos * Em Circuitos * Por Áreas. 	EB de FA	Teórica (preleção)	Diapositivos e documentos de apoio

EFM – O GOSTO DA PRÁTICA

4.ª Sessão - 2024/02/12 (segunda de tarde)

Horário	CONTEÚDOS / TEMAS	LOCAL	TIPO DE SESSÃO	RECURSOS (materiais e outros)
14.00H às 17.30H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Formas de organização do ensino – exemplificação prática: <ul style="list-style-type: none"> * Ensino Massivo (individual e a pares) * Por Vagas * Em Percursos * Em Circuitos * Por Áreas. ◆ Aulas teórico-práticas, lecionadas pelo formador com a participação de todos os formandos, sobre os blocos de: <ul style="list-style-type: none"> * Atividades Rítmicas e Expressivas; * Jogos - Percursos na Natureza (orientação na sala de aula). 	EB de FA	Prática Teórica e Prática	Material diverso Aparelhagem de reprodução áudio Fichas de Trabalho
17.30H às 18.00H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Debate sobre os conteúdos abordados. 	EB de FA	Teórica (debate)	

EFM – O GOSTO DA PRÁTICA

5.ª Sessão - 2024/02/14 (quarta de manhã)

Horário	CONTEÚDOS / TEMAS	LOCAL	TIPO DE SESSÃO	RECURSOS (materiais e outros)
09.00H às 09.30H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ As diferenças entre o Recreio e a Atividade Física pedagogicamente orientada: <ul style="list-style-type: none"> ◆ Simulação com os formandos; ◆ Debate e conclusões 	EB de FA	Teórica (debate)	Material didático diverso
10.00H às 13.00H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Práticas pedagógicas lecionadas pelo formador sobre os seguintes blocos do Programa: <ul style="list-style-type: none"> * Atividades Rítmicas e Expressivas; * Jogos. ◆ Debate sobre os conteúdos abordados. 	EB de FA	Prática (práticas pedagógicas a cargo do formador) - Teórica (debate)	Bancos suecos, arcos, pinos, cadeiras, plinto ou mesa, “bricks” e bastões, cordas, bolas, fitas, colchões, reprodução áudio.

EFM – O GOSTO DA PRÁTICA

6.ª Sessão - 2024/02/14 (quarta de tarde)

Horário	CONTEÚDOS / TEMAS	LOCAL	TIPO DE SESSÃO	RECURSOS (materiais e outros)
14.30H às 15.30H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Planeamento do modelo de supervisão da prática pedagógica (formandos com seus alunos). ◆ Metodologia, técnicas e instrumentos de registo da observação da prática de ensino: <ul style="list-style-type: none"> * Taxa de empenhamento motor dos alunos; * Qualidade da intervenção pedagógica. 	EB de FA	Teórica	Documentos de apoio
15.30H às 17.30H	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Análise do Programa referente aos Blocos de Perícias e Manipulações e Deslocamentos e Equilíbrios ◆ Elaboração de um Plano de Aula sobre os Blocos de Perícias e Manipulações e Deslocamentos e Equilíbrios. ◆ Práticas pedagógicas lecionadas pelos formandos sobre os blocos do Programa planificados. ◆ Debate e deliberação de dúvidas. 	EB de FA	Teórica (análise de literatura e trabalho de grupo) Prática (práticas pedagógicas a cargo dos formandos)	Fichas de Trabalho Ficha de observação da atividade.

EFM – O GOSTO DA PRÁTICA

7.ª Sessão - 2014/03/25 (segunda de manhã)

Horário	CONTEÚDOS / TEMAS	LOCAL	TIPO DE SESSÃO	RECURSOS (materiais e outros)
09.00H	<ul style="list-style-type: none">* Avaliação da Ação de Formação.* Relatório crítico das sessões práticas;* Ficha / Inquérito sobre a Ação;	EB de FA	Teórica (preleção)	
às	<ul style="list-style-type: none">* Práticas de recurso (inerentes às presumíveis dificuldades encontradas pelos formandos nas suas sessões práticas, com os seus alunos).		Prática	
12.00H	<ul style="list-style-type: none">* Contributo da aplicação do Programa de E.F.M. para as aprendizagens de outras áreas do currículo (debate).* Debelação de dúvidas.		Teórica (debate)	