

Relatório de estágio

Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais através do Desporto.

Estudo caso Turma B, C e D no contexto escolar.

Índice

Índice.....	2
1. Enquadramento.....	3
2. Apresentação das Instituições Acolhedoras	4
2.1. Agrupamento de Escolas Marinhas do Sal	4
2.2. Agrupamento Vertical Fernando Casimiro Pereira da Silva	5
3. Caracterização das Turmas.....	7
4. Planificação	9
5. Intervenção Turma “B”	10
6. Intervenção Turma “C”	13
7. Intervenção Turma “D”	17
8. Análise sumária de outras actividades realizadas.....	20
8.1. Área complementar	20
8.1.1. <i>Assistência a Acções de Formação</i>	20
8.1.2. <i>“Feira de Estágio”</i>	21
8.2. Área à comunidade.....	21
8.2.1. <i>Acção de Formação</i>	21
9. Análise crítica reflexiva	25
10. Bibliografia	27
11. Anexos.....	29

1. Enquadramento

Sendo a Psicologia do Desporto e do Exercício “*o estudo científico das pessoas e dos seus comportamentos nas actividades do desporto e do exercício*” (Weinberg e Gould, 1999, p.4) e o Desporto, de acordo com o Art. 2º/1992 Carta Europeia do Desporto, “todas as formas de actividade física, formais ou informais, que visam a melhoria das capacidades físicas e mentais, fomentam as relações sociais, ou visam obter resultados na competição a todos os níveis”, interessa aos Psicólogos do Desporto e do Exercício contribuir para um desenvolvimento pessoal e social através da prática do desporto e do exercício, quer de competição quer de recreação e lazer, empenhando-se em melhorar o desempenho dos atletas e em promover a saúde dos indivíduos, nos diferentes contextos de vida.

Para Calmeiro e Matos (2004) a promoção e adopção de estilos de vida activos e saudáveis nos jovens depende da noção de competência pessoal e social assim como de hábitos de vida activos e saudáveis. Biddle (1994, in Calmeiro e Matos, 2004) considera que a modificação de comportamento para a adopção e manutenção de um estilo de vida activo inclui percepção de competência pessoal, autonomia e eficácia pessoal. De acordo com o estudo “*The citizens of the European Union and Sport*” do Special Eurobarometer (2004), que relata a imagem e prática de desporto na União Europeia num ano em que existiram muitos eventos desportivos de relevo, a prática de desporto está associada a benefícios na saúde física e mental, tais como condição física, relaxamento, diversão e amizade. O mesmo estudo considera, através dos dados analisados, que o espírito de grupo, a disciplina e a tolerância são os valores mais desenvolvidos pela prática desportiva, sendo também um vector de integração e igualdade.

Deste modo, no âmbito do Estágio Curricular, inserido no projecto de “Intervenção Comunitária – parceria Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM), Agrupamento de Escolas Marinhas do Sal (AEMS) e Agrupamento Vertical Fernando Casimiro Pereira da Silva (AVFCPS)”, procuramos desenvolver conhecimentos na promoção do desenvolvimento positivo, pessoal e social, de jovens adolescentes estudantes de Curso de Educação e Formação (CEF) das escolas de Rio Maior, através do desporto.

Para o estudo do desenvolvimento das competências dos jovens adolescentes, recorreremos ao modelo conceptual adoptado, o Programa de Responsabilidade Pessoal e

Social de Hellison (1985, in Carbonell et al, 2006), que considera que os adolescentes de risco aprendem a desenrolar a sua responsabilidade social de modo gradual, tendo de superar os seguintes níveis: o nível I: o respeito pelos direitos e sentimentos dos outros, o nível II: a participação, o nível III: a autogestão, o nível IV: a ajuda e o nível V: fora do ginásio (outros contextos).

As actividades com os adolescentes foram em diferentes contextos: sala de aula, zonas exteriores das escolas, zonas verdes de Rio Maior e zonas de lazer fora do concelho de Rio Maior.

O estudo contempla vários momentos de avaliação, inicial, intermédia e final, de forma a avaliar o grau de satisfação e desenvolvimento das competências dos intervenientes.

2. Apresentação das Instituições Acolhedoras

As Instituições Acolhedoras deste programa de desenvolvimento de competências pessoais e sociais foram as Instituições envolvidas na parceria com a ESDRM no projecto de “Intervenção Comunitária”, Agrupamento de Escolas Marinhas do Sal e Agrupamento Vertical Fernando Casimiro Pereira da Silva.

2.1. Agrupamento de Escolas Marinhas do Sal

O Agrupamento de Escolas Marinhas do Sal (AEMS) é uma unidade organizacional com órgãos próprios de administração e gestão que integra vários Estabelecimentos de Ensino:

- Jardins de Infância de Abuxanas, Arco da Memória, Asseiceira, Azinheira, Correias, Fonte da Bica, Outeiro da Cortiçada, Vale de Óbidos e Rio Maior.
- Escolas com 1º Ciclo de Abuxanas, Arco da Memória, Arruda dos Pisões, Asseiceira, Azinheira, Cidral, Correias, Fonte da Bica, Alto da Serra, Freiria, Mata de Baixo, Outeiro da Cortiçada, Pé da Serra, Quintas e Vale de Óbidos.
- Escolas com 1º, 2º e 3º Ciclos EBI Marinhas do Sal.

O AEMS visa a promoção do ensino escolar através de vários projectos de desenvolvimento cultural e cidadania, de conhecimentos científicos e tecnológicos.

Actualmente o AEMS possui dois Projectos, o Educativo e o Curricular, visando uma total articulação das várias escolas, assim como dos vários corpos docentes e dos vários ciclos existentes no Agrupamento, cumprindo assim os planos educativos e curriculares pré-estabelecidos pelo Ministério de Educação.

O Projecto Educativo do Agrupamento de Escolas Marinhas do Sal surge da reformulação das necessidades encontradas em todos os núcleos que formam o agrupamento, designadamente no propósito de repensar, renovar e inovar as suas práticas e metodologias de ensino, de modo a atribuir à escola as funções de formar e de promover e desenvolver a inclusão de todos os indivíduos que assim constituem o Agrupamento. O Projecto Curricular é todo o programa que deverá ser desenvolvido de acordo com o Ministério de Educação, tendo em especial atenção às medidas de combate ao Insucesso Escolar, sendo este a maior problemática nacional a combater: Medidas de Apoio Pedagógico Acrescido (APA), de Apoio Educativo e Tutoria.

Os Cursos de Educação e Formação (CEF's) são parte integrante do Projecto Educativo do Agrupamento de Escolas das Marinhas do Sal. Na EBI Marinhas do Sal, situada na área do complexo desportivo de Rio Maior, zona próxima das Marinhas do Sal, existem os seguintes CEF's:

- I. Operador de Pré Impressão (1º ano)
- II. Apoio Familiar e à Comunidade (1º ano)
- III. Electricidade de Instalações (2º ano)

(<http://agmsal.ccems.pt/>. Acedido em: 26, Setembro, 2010)

2.2. Agrupamento Vertical Fernando Casimiro Pereira da Silva

O Agrupamento Vertical Fernando Casimiro Pereira da Silva (AVFCPS) utiliza o provérbio africano “ *é preciso toda uma aldeia para educar uma criança*” como metáfora, pois para este Agrupamento a escola é um dos mais importantes meios para a transmissão e aquisição de conhecimentos e tradições, proporcionando o desenvolvimento de competências de construção do auto-conhecimento, em que o aluno é um agente dinâmico da sua formação.

O AVFCPS é uma unidade organizacional, dotada de órgãos próprios de administração e gestão, com um projecto educativo comum, que pretende favorecer um percurso sequencial e articulado dos alunos, superar situações de isolamento de estabelecimentos e prevenir a exclusão social, reforçar a capacidade pedagógica dos estabelecimentos que o integram e o aproveitamento racional dos recursos, garantir a aplicação de um regime de autonomia, de administração e gestão e valorizar e enquadrar experiências em curso. Este Agrupamento abrange todas as escolas e jardins-de-infância das freguesias Sul e Este do Concelho de Rio Maior. Fazem parte do Agrupamento:

- Jardim-de-Infância de Arroquelas, de Assentiz, Azambujeira, de Boiças, de Fráguas, de Malaqueijo, da Marmeleira, de Ribeira de S. João, do Centro Escolar nº2, de S. João da Ribeira e de S. Sebastião.
- 1º Ciclo do Ensino Básico de Arroquelas, de Assentiz, de Azambujeira, de Cabos / S. Sebastião, de Fráguas, de Malaqueijo, da Marmeleira, de Ribeira S. João, de S. João da Ribeira, do Centro Escolar nº2 e EBI Fernando Casimiro Pereira da Silva.
- 2º e 3º Ciclo da EBI Fernando Casimiro Pereira da Silva.

A EBI Fernando Casimiro Pereira da Silva é a escola sede do AVFCPS e está localizada dentro da cidade de Rio Maior, na zona escolar, perto do Pavilhão Multiusos e do Pavilhão Gimnodesportivo da cidade. Tal como o Agrupamento, o nome Fernando Casimiro Pereira da Silva, deve-se ao patrono magistrado primário, natural de Rio e antigo aluno da Escola Comercial de Rio Maior onde mais tarde foi professor e director.

Para assegurar o cumprimento da escolaridade obrigatória e combater a exclusão do concelho de Rio Maior, a EBI constituiu uma turma de Percurso Curricular Alternativo e três turmas de Cursos de Educação e Formação.

Na EBI Fernando Casimiro Pereira da Silva existem os seguintes Cursos de Educação e Formação (CEF's):

- I. Informática (1º ano)
- II. Assistente Familiar e Apoio à Comunidade (2º ano)

(<http://ebifc-m.ccems.pt/>. Acedido em: 26, Setembro, 2010)

3. Caracterização das Turmas

Para compreender o funcionamento das Turmas e as características que possuem é importante caracterizar a fase de desenvolvimento maturacional na qual estes alunos se encontram, a Adolescência, assim como a especificidade do CEF.

A Adolescência é uma resposta social dada pelos adultos às características que os indivíduos apresentam durante um determinado período das suas vidas. A característica mais significativa dos adolescentes diz respeito à multiplicidade de transformações físicas que ocorrem com a chegada da puberdade, mas que são acompanhadas em paralelo por importantes mudanças cognitivas, ao nível da capacidade de pensar, raciocinar e de resolução de problemas, e de personalidade.

A ênfase atribuída ao desenvolvimento físico é constituída pelas normas sócio - culturais e expectativas das respostas dos outros, e do próprio adolescente, às transformações biológicas, afectando as reacções pessoais do adolescente às alterações do seu corpo, as quais determinam a imagem corporal, a auto-imagem, a auto-estima e a identidade sexual. O impacto da aceitação do mundo dos adultos e das experiências que os adolescentes têm de lidar com as definições sociais podem gerar efeitos psicológicos que resultam numa maturação precoce ou tardia. Assim, os efeitos psicológicos da puberdade reflectem normas e expectativas da sociedade e respostas auto - avaliativas às transformações corporais. (Sprinthall e Collins, 2003)

Os Cursos de Educação e Formação (CEF) são uma oportunidade para jovens concluírem a escolaridade obrigatória, através de um percurso flexível e ajustado aos seus interesses, combatendo o insucesso escolar, ou para poder prosseguir estudos ou formação profissional. Para integrar os CEF os jovens têm de ter idade igual ou superior a 15 anos, habilitações escolares inferiores ao 6º, 9º ou 12º ano ou o 12º ano de escolaridade já concluído e ausência de qualificação profissional ou interesse na obtenção de uma qualificação profissional de nível superior à que já possui. Independentemente da tipologia, todos os CEF integram quatro componentes de formação: sociocultural, científica, tecnológica e prática. (*Curso de Educação e Formação*. Acedido em: 26, Setembro, 2010)

Esculcas e Mota (2005) desenvolveram um estudo para identificar quais as actividades de lazer mais procuradas pelos adolescentes e de que forma a idade e o género influenciam na adesão às práticas de lazer, como opção livre e espontânea durante

a adolescência. Para o estudo foi aplicado um inventário, com o objectivo de identificar as actividades habituais de lazer, a uma amostra constituída por 594 alunos, dos quais 304 são raparigas e 290 são rapazes, do 6º ao 12º ano de escolaridade, com idades compreendidas entre os 12 e os 20 anos. Os resultados indicam que os adolescentes têm uma grande componente de tempo livre não estruturado, em que as actividades praticadas mais elevadas são classificadas como lazeres não activos, estando as actividades físicas não organizadas e organizadas, respectivamente, em 14º e 15º lugar, quer em ambos os géneros e idades (“ouvir música”, “ver televisão e vídeo”...). Os autores concluíram como este estudo que é importante desenvolver programas de actividade física e práticas de lazer, com desafios estimulantes para promover a adesão e ocupação dos tempos livres dos adolescentes.

Com a breve definição de “adolescência”, a apresentação do percurso académico alternativo CEF e o estudo de Esculcas e Mota (2005) sobre a ocupação de tempos livres dos adolescentes, temos de adequar o nosso estudo à população alvo.

Para adequar a nossa intervenção é fundamental ter a caracterização das Turmas. Para isso contamos com o apoio das pessoas que melhor as conhece em contexto escolar – os Directores de Turma. Para garantir o anonimato foram utilizadas as seguintes designações: as Turmas do AEMS - Turma “B” e a Turma “C” e a Turma do AVFCPS - Turma “D”, os Directores de Turma - D.T. e os alunos pelo número de aluno na Turma.

Com o objectivo de desenvolver um bom trabalho, pedimos a colaboração dos Directores de Turma para uma caracterização das respectivas turmas, através de um guião de entrevista semi-dirigido constituído por duas partes: uma parte com questões objectivas e factuais e uma segunda parte constituída de opiniões pessoais.

A Turma “B” é uma turma de segundo ano, inicialmente acompanhada pela ex – aluna estagiária Ana Diogo, constituída por alunos do sexo masculino com idades compreendidas entre 15 e 18 anos. Segundo o D.T. é uma turma muito heterogénea, que não é unida, são “maus” entre eles, com desinteresse e tédio por natureza e infantilidade. Interessam-se por disciplinas da componente prática sendo considerados alunos com tipologia CEF. As necessidades evidenciadas são coesão de grupo, saber estar, o sentido da amizade e cooperação.

A Turma “C” é uma turma de primeiro ano, constituída por elementos do sexo masculino com idades variáveis entre 14 e 15 anos. Embora seja o primeiro ano que se encontram, segundo o DT parece ser uma turma unida, mas com comportamentos desadequados no contexto de sala de aula, muitas vezes provocados por um grupo de














quatro elementos. A maioria tem dificuldades sócio – económicas e vêm de famílias desestruturadas. Actualmente, nesta escola está a ser desenvolvido um Projecto de Saúde Escolar, dirigido a algumas turmas com objectivo de melhorar a sua condição de saúde e prevenir comportamentos de risco. As necessidades evidenciadas pelo DT são o cumprimento de regras, o respeito, o saber ser e estar.

A Turma “D” é uma turma de segundo ano constituída por quatro rapazes e oito raparigas com idades compreendidas entre os 14 e 17 anos. Segundo o DT na turma existem três grupos distintos, existindo contudo empenho e participação nas tarefas, mas dificuldade de trabalho em grupo (Egocentrismo intelectual segundo Piaget). As necessidades evidenciadas pelo DT são o relacionamento interpessoal da turma e o gosto pelo trabalho em grupo.

A Turma “B”, “C” e “D” tiveram intervenções quinzenais. Face a um pedido do D.T. (motivos de atestado), a Turma “D” teve algumas intervenções semanais.

4. Planificação

	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T	Q	Q	S	S	D	S	T
Out.					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Nov.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30							
Dez.			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
Jan.					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17/	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31/		
Fev.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14/	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28									
Mar.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31						
Abr.				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28/	29	30				
Mai.					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
Jun.		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						

	Interrupção lectiva		Intervenção Turma "C" A.E. M.S.
	Feridos		Intervenção Turma "D" AVFCFS
	Acção de formação		Intervenção Turma "B" A.E.M.S.
	NASA Camp		
	Gincana		
	Entrega Relatório		
	Reunião com Estagiárias, Orientadoras e D.T. no A.E.M.S.		
	Reunião com Estagiárias, Orientadoras e D.T. no A.E.F.C.P.S		
	Entrevista D.T. A.E.M.S.		
	Entrevista D.T. A.E.F.C.P.S		

Quadro1: Cronograma de Estágio

		Ano lectivo 2010/ 2011			
		1º Período	2º Período	3º Período	
Intervenção	Turma "D" AVFCPS	03.11.10 - 13.12.10	03.01.11 - 04.04.11	02.05.11 - 09.05.11	
	Nº Sessão	1ª 2ª 3ª 4ª	5ª 6ª 7ª 8ª 9ª 10ª	11ª	
	Controlo	Entrevista	DT	DT	DT e alunos
		Observação	Todas as sessões		
		Avaliação	3ª,4ª Sessão		11ª Sessão
	Turma "C" AEMS	04.11.10 - 16.12.10	06.01.11 - 07.04.11	05.05.11 - 09.06.11	
	Nº Sessão	1ª 2ª 3ª 4ª	5ª 6ª 7ª 8ª	9ª 10ª	
	Controlo	Entrevista	DT	DT	DT e alunos
		Observação	Todas as sessões		
		Avaliação	3ª,4ª Sessão		9ª Sessão
	Turma "B" AEMS	04.11.10 - 16.12.10	06.01.11 - 07.04.11	05.05.11 - 09.06.11	
	Nº Sessão		1ª 2ª 3ª	4ª	
Controlo	Entrevista		DT	DT e alunos	
	Observação	Todas as sessões			
	Avaliação				

Quadro 2: Plano de Intervenção

A planificação das sessões é complexa não obedecendo a uma elaboração trimestral global e generalista, mas elaborada de acordo com o cronograma de intervenção, de acordo com o Programa de Desenvolvimento da Responsabilidade Social de Hellison (1985, in Carbonell et al, 2006,) e de acordo com a sequência das sessões desenvolvidas anteriormente. Assim, todas as sessões são planeadas tendo em conta o nível de desenvolvimento das competências pessoais e sociais dos jovens adolescentes nas sessões, o feedback obtido junto das D.T. antes da sessão (quando recebem o email sobre o que é por nós proposto desenvolver), durante a sessão quando estão presentes e no final da mesma.

Em síntese, toda a planificação respeita o desenvolvimento do jovem adolescente na sua integridade enquanto pessoa e as suas necessidades enquanto ser social.

5. Intervenção Turma “B”

Sessão	Dia	Tempo	Local	Programa Hellison	Actividades	Tipo de avaliação
1ª	17.01.2011	45min	Sala	Nível I	"Alcunhas desportivas" e os "Animais do Pólo Norte e o	Observação

					Aquecimento Global"	
2ª	31.01.2011	45min	Sala	Nível I	"Respeito" e "Exprime-te com os olhos"	Observação
3ª	14.02.2011	45min	Ginásio	Nível I,II,III,IV	"O espelho" e "Táxi"	Observação
-----	25.03.2011	45min	Exterior	Nível I,II,III,IV	"Gincana"	Observação
4ª	28.04.2011	45min	Sala/Ext.	Nível I,II,III,IV	"Mini -basquetebol"	Observação

Quadro 3: Plano Intervenção Turma “B”

A Turma “B” é uma turma de rapazes, inicialmente acompanhados pela ex-colega estagiária. Através do feedback da ex – aluna estagiária e do D.T., procuramos, desde o primeiro contacto, desenvolver dinâmicas que ajudassem a compreender o funcionamento da Turma e de alguns alunos em particular.

De acordo com a entrevista feita ao D.T. e conversas mantidas antes e depois das sessões, assim como o desenvolvimento das primeiras sessões, notou – se que, embora cumpram as tarefas inerentes à actividade, existem alunos na Turma “B” desinteressados pelas actividades, facto evidenciado pelo atraso à sessão e recusa “injustificada” na participação, que não respeitam as regras de funcionamento e os próprios colegas dentro da sala, não reconhecendo por isso o trabalho desenvolvido para melhorar as suas competências.

As primeiras Sessões apresentadas tiveram a intenção de promover conhecimento dos alunos enquanto sujeitos e enquanto elementos da Turma e desenvolver o Nível I do Programa de Desenvolvimento de Responsabilidade Social de Hellison (1985, in Carbonell et al, 2006) – “Respeito pelos direitos e sentimentos dos outros”, uma vez que o objectivo de intervenção nesta Turma é desenvolver a Coesão de Grupo, de acordo com a entrevista do D.T., feedback da ex-colega estagiária e análise da 1ª Sessão.

Com o decorrer das sessões tentamos promover o desenvolvimento dos outros níveis do Programa de Hellison (1985, in Carbonell et al, 2006), tendo sempre em conta que os níveis estão interligados.

De modo geral, durante as poucas sessões que conseguimos desenvolver e de acordo com a análise da participação dos alunos nas actividades, eu poderei considerar que existiu uma evolução na Turma ao nível do respeito e da participação. A maioria dos alunos colaboraram de modo cooperativo, na tentativa de coesão da Turma e na forma de estar, quer nos exercícios quer na reflexão.

No Quadro 4 encontramos a Descrição Sumária das diferentes Sessões e os objectivos associados a cada uma, completando de forma mais eficaz o corpo do estudo

desenvolvido, tendo sempre em conta os níveis do Programa de Hellison (1985, in Carbonell et al, 2006) e as necessidades evidenciadas, ajudando ao entendimento do processo de intervenção. É de salientar que o mais importante das sessões não foi as actividades mas as reflexões que foram sempre constantes.

Sessão	Objectivo da Sessão	Descrição Sumária da Sessão
1 ^a	Após uma pausa nas sessões, foi importante observar como os alunos interagem entre si de forma a perceber as suas relações interpessoais, o respeito por si e pelos outros.	Para atingir o objectivo delineado foram desenvolvidas as actividades “Alcunhas desportivas” e os “Animais do Pólo Norte e o Aquecimento Global” pois favorecem apresentação, o desenvolvimento do respeito pelo outro e pelo meio, assim como uma postura cooperativa. Nesta primeira sessão percebi que existe desinteresse em participar em tarefas em grupo por parte de alguns alunos.
2 ^a	Compreensão por parte dos alunos sobre a atitude dos outros, respeitando e desenvolvendo as relações interpessoais.	Através do exercício “Respeito” e “Exprime-te com os olhos” os alunos puderam experimentar os tipos de respeito que existem assim como a expressão não verbal de emoções, desenvolvendo a sua capacidade de comunicação. Nesta actividade notou-se que a maioria dos alunos é participativa, esforçando-se na definição de alguns conceitos, contudo existem outros alunos que não se interessam.
3 ^a	Continuar a reforçar a temática desenvolvida na sessão anterior, a compreensão da atitude dos outros, respeitando e desenvolvendo as relações interpessoais.	Com o exercício “Espelho” continuamos a desenvolver a temática do respeito e comunicação, introduzindo com o exercício “Táxi” o respeito pelo trabalho em grupo, a participação e cooperação. Talvez por ausência de alunos menos participativos na sessão anterior os alunos presentes demonstraram muita vontade em participar.
Gincana	Promover a interacção com os outros, neste caso inter-turmas, de forma a desenvolver competências do indivíduo em grupo, entre as quais o aumento do conhecimento e respeito pela integridade do outro assim como o respeito em competitividade e cumprimento de regras, por meio de relações de cooperação/ ajuda e autogestão.	Com a actividade “Gincana”, apesar de os grupos não terem sido previamente elaborados nem identificados e de a actividade ser um pouco desajustada à idade (mas são elementos que fazem parte de uma “Gincana”) considero que a actividade não decorreu como planeado, uma vez que o intervalo interrompeu a sua continuidade, desviando a atenção dos alunos e desmotivando a sua continuação. Embora o circuito tenha sido cumprido, existiram dificuldades em alguns grupos em cumprir o objectivo proposto de interacção/ comunicação e estabelecimento de relações de cooperação. Esta situação foi “discutida” numa breve reflexão antes de os alunos serem dispensados.
4 ^a	Cooperação e comunicação, continuando a entender a importância do respeito da atitude dos outros, respeitando e desenvolvendo as relações interpessoais.	Com o “Mini-basket” os alunos “entregaram-se” a actividade, divertindo-se, cumprindo as regras estabelecidas, respeitando os outros. Com a ida destes jovens para o estágio, esta foi a última sessão com este grupo. Posso considerar que, com a continuidade de mais sessões, os alunos cumpririam todos os níveis com sucesso, embora as quatro sessões, não sejam o suficiente para conseguir uma avaliação qualitativa do desenvolvimento das competências pessoais e sociais através do desporto

Quadro 4: Descrição Sumária das Sessões – Turma “B”

6. Intervenção Turma “C”

Sessão	Dia	Tempo	Local	Programa Hellison	Actividades	Tipo de avaliação
1ª	03.11.2010	45min	Sala	Nível I	“O Marco Histórico”	Observação
2ª	19.11.2010	45min	Ginásio	Nível I	“A Teia”	Observação
3ª	03.12.2010	45min	Sala	Nível I,II,III,IV	“Quadrado imperfeito”	Escala/ Observação
4ª	16.12.2010	45min	Sala	Nível I,II,III,IV	“Condução às cegas no Natal” e “Árvore de Natal”	Escala/ Observação
5ª	06.01.2011	45min	Sala	Nível I,II,III,IV	“Os animais do Pólo Norte e o aquecimento global” e “Exprime-te com os olhos”	Observação
6ª	21.01.2011	45min	Sala	Nível I,II,III,IV	“Retrospectiva das sessões” e “Transmissão de emoções”	Observação
7ª	04.02.2011	45min	Sala/Ext.	Nível I,II,III,IV	“Transmissão de emoções” e “Corridas de balões”	Observação
8ª	18.02.2011	45min	Exterior	Nível I,II,III,IV	“Imagens da 7ª Sessão”, “Filmes Cooperação” e “Táxi”	Observação
-----	25.03.2011	45min	Exterior	Nível I,II,III,IV	“Gincana”	Observação
Organizado EBI Marinhas do Sal	08.04.2011	3h	Exterior	Nível I,II,III,IV,V	“Peddy-Paper”	Observação
9ª	28.04.2011	45min	Sala/Ext.	Nível I,II,III,IV,V	“Imagens Peddy-paper” e “Mini – Basquetebol”	Escala/ Observação
Organizado DNTA	09.05.2011	1 dia	Olhos d’Água	Nível I,II,III,IV,V	“NASA Camp”	Observação
10ª	13.05.2011	45min	Sala	Nível I,II,III,IV,V	Reflexão Campo Férias	Observação
-----	18.05.2011	45min	Auditório	Nível I,II,III,IV,V	Acção de formação	

Quadro 5: Plano de Intervenção Turma “C”

A Turma “C” é uma Turma de rapazes que, inicialmente, pareciam pouco interessados, adoptando posturas e comentários desadequados na sala de aula e de falta de respeito entre eles. Com o desenrolar das primeiras sessões foram evidentes as dificuldades na Língua Portuguesa (Escrita), assim como as diferenças comportamentais.

Como jovens adolescentes, estes alunos são rotulados pelos professores com o “estereótipo” de possuidores de atitudes rebeldes na sala de aula e algum desinteresse/desmotivação. Assim, de acordo com a entrevista ao D.T. e com os alunos (2ª Sessão), o meu principal objectivo de intervenção com esta Turma foi desenvolver o cumprimento de regras e o respeito pelo outro. No entanto, nas sessões os alunos participam, interagindo entre eles, respeitando as indicações e cumprindo com sucesso as

tarefas, assimilando e identificando posteriormente a temática da sessão. Considero que a forma como adaptei as dinâmicas a este grupo é importante para o sucesso da actividade e para o desenvolvimento da motivação dos alunos para as sessões seguintes.

Em todas as sessões, eu tenho em conta os diferentes níveis do Programa de Responsabilidade Social de Hellison (1985, in Carbonell et al, 2006), pois deverão estar sempre presentes para o desenvolvimento destes jovens em todas as actividades.

Os alunos parecem “crescer” ao longo das sessões, melhorando a satisfação e competência para a vida, talvez por melhor auto e hetero – conhecimento por meio de participação activa e respeitadora de todos, pois são uma Turma de 1º ano de CEF, e porque as dinâmicas foram ao encontro das suas necessidades pessoais e sociais, assim como de afirmação enquanto adolescentes. No Quadro 6 encontramos de modo sumário a descrição das Sessões, que tiveram sempre em conta o objectivo de coesão de grupo, as necessidades da Turma, assim como o Programa de Hellison (1985, in Carbonell e tal, 2006).

Através da análise dos instrumentos de avaliação aplicados existiram pequenas diferenças quer na avaliação da cooperação quer na avaliação da auto-estima quer na matriz sociométrica, como se verifica no Anexo I. Com esta análise de resultados não poderemos que existiu influência por parte da nossa intervenção pela questão temporal, pois as sessões foram poucas e quinzenais. É de referir que os resultados da aplicação inicial dos instrumentos de avaliação, foram um factor que contribuiu para a selecção dos alunos para iniciar algumas das dinâmicas definidas, assim como para a constituição de grupos.

Os Instrumentos de Avaliação aplicados a esta Turma foram o “Teste Sociométrico” (Northway e Weld, 1999), a “Escala de avaliação global de autoestima” (Jardim e Pereira, 2006). E a “Escala de avaliação global de cooperação” (Jardim e Pereira, 2006). A escolha destes três instrumentos foi de acordo com a necessidade de avaliar como são os alunos individualmente para perceber como agem em grupo, assim como entender os laços entre os alunos dentro da Turma, tendo sempre em conta o objectivo de coesão de grupo.

Sessão	Objectivo da Sessão	Descrição Sumária da Sessão
1ª	Promoção apresentação, conhecimento recíproco, desenvolvendo a comunicação e	Através do exercício "Marco Histórico" os alunos apresentaram-se uns aos outros, notando-se que não tinham conhecimento de algumas qualidades dos colegas.

Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais através do Desporto

	consciência de si e dos outros.	
2ª	Reforçar o conhecimento de si para promover a interacção com os outros, de forma a iniciarmos uma fase de desenvolvimento de competências em grupo.	Com as questões "a minha turma é", "gostaria que a minha turma fosse" e "para a minha Turma ser melhor eu" do jogo da "Teia" os alunos reconheceram o que deveriam fazer para melhorar enquanto Turma. Este foi o exercício "chave" de partida para a intervenção.
3ª	Promover da interacção com os outros, de forma a iniciarmos uma fase de desenvolvimento de competências em grupo, por meio da comunicação e confiança.	A actividade "Quadrado imperfeito" os alunos desenvolveram a comunicação, a confiança e o espírito de sacrifício pelo grupo, uma vez que o grupo esteve de mãos dadas e com os olhos vendados, na tentativa de formar um quadrado.
4ª	Continuar a promover a interacção com os outros, de forma a continuar a desenvolver competências em grupo, através da comunicação e confiança.	Com o tema do "Natal" a actividade "Condução às cegas" exigia confiança e comunicação eficaz na execução da tarefa e "A árvore de Natal" respeito pelo outro. Esta actividade não foi muito bem sucedida por descatos que existiram antes da sessão. A sessão continuou com uma reflexão sobre "si" e os "outros".
5ª	Continuar a promover a interacção com os outros, de forma a continuar a desenvolver competências do indivíduo em grupo, juntando aos temas anteriores a cooperação.	Com o "Ano Novo" os alunos desenvolveram a actividade "os animais do pólo Norte e o aquecimento global" para sensibilizar e compreender os diferentes tipos de respeito através de uma postura cooperativa. Com a actividade "exprime-te com os olhos" os alunos perceberam outras formas de comunicar, participando activamente.
6ª	Continuar a promover a interacção com os outros, de forma a continuar a desenvolver competências do indivíduo em grupo e o cumprimento de regras na execução dos exercícios. Recordação das temáticas anteriores.	Nesta sessão foi feita uma retrospectiva das sessões anteriores, das quais os alunos recordaram e conseguiram associar a temática. Com a actividade "Transmissão de emoções" os alunos entenderam a importância que damos a determinadas micro - expressões e que podem gerar erros na interpretação.
7ª	Continuar a promover a interacção com os outros, de forma a continuar a desenvolver competências do indivíduo em grupo, entre as quais o	As actividades "Corrida de balões" e "Fita da vida" promoveram na Turma a ajuda, cooperação e participação, através do cumprimento de regras e competitividade (sem violência).
8ª	aumento do conhecimento e respeito pela integridade do outro assim como o respeito em competitividade e cumprimento de regras, por meio de relações de cooperação/ ajuda e autogestão.	A actividade "Táxi" continuou a proporcionar o desenvolvimento das temáticas anterior, mas em especial a cooperação. Para realçar mais esta temática foram apresentados filmes que demonstravam atitude perante a adversidade e cooperação.

Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais através do Desporto

Gincana	Promover a interacção com os outros, neste caso inter-turmas, de forma a desenvolver competências do indivíduo em grupo, entre as quais o aumento do conhecimento e respeito pela integridade do outro assim como o respeito em competitividade e cumprimento de regras, por meio de relações de cooperação/ ajuda e autogestão.	Com a actividade “Gincana”, apesar de os grupos não terem sido previamente elaborados nem identificados e de a actividade ser um pouco desajustada à idade (mas são elementos que fazem parte de uma “Gincana”) considero que a actividade não decorreu como planeado, uma vez que o intervalo interrompeu a sua continuidade, desviando a atenção dos alunos e desmotivando a sua continuação. Embora o circuito tenha sido cumprido, existiram dificuldades em alguns grupos em cumprir o objectivo proposto de interacção/ comunicação e estabelecimento de relações de cooperação. Esta situação foi “discutida” numa breve reflexão antes de os alunos serem dispensados
Peddy Paper	Desenvolvimento de competências do indivíduo em grupo fora da Escola.	Esta actividade foi organizada pela EBI Marinhas do Sal e a qual fui convidada a participar, uma vez que nós, alunas estagiárias tínhamos ponderado fazer uma actividade semelhante. Na minha participação observei o desenvolvimento das competências da Turma entre si e na interacção com os Professores e elementos da organização da actividade fora do espaço escolar.
9ª	Reforçar a interacção com os outros, de forma a continuar a desenvolver competências do indivíduo em grupo, entre as quais o aumento do conhecimento e respeito pela integridade do outro assim como o respeito em competitividade e cumprimento de regras, por meio de relações de cooperação/ ajuda e autogestão.	O "MiniBasket" foi composto por dois exercícios que exigiam que através do cumprimento e gestão de regras, os alunos participassem, ajudassem e cooperassem de forma a cumprir as tarefas associadas.
NASA Camp	Estabelecimento de interacção entre o grupo para a concretização dos desafios.	O "NASA Camp" foi uma actividade organizada pelo grupo de DNTA, que promoveu actividades de ar livre. Os alunos participaram todas as modalidades, existindo situações em que ajudaram e incentivaram a participação dos alunos mais receosos.
10ª	Reflectir sobre a experiência vivenciada pela Turma no “NASA Camp” e relacionar com o desenvolvimento de competências.	Com apresentação de imagens do campo de férias os alunos relataram e comentaram as experiencias vivenciadas de forma respeitadora e divertida.
Ação Formação	Promoção do desporto no desenvolvimento de competências para a vida dos jovens adolescentes.	O Prelector Convidado, através da sua experiência enquanto treinador, professor e pessoa, transmitiu a importância do desporto no desenvolvimento de competências. Os alunos estiveram participativos na acção.

Quadro 6: Descrição Sumária das Sessões – Turma “C”.

7. Intervenção Turma “D”

Sessão	Dia	Tempo	Local	Programa Hellison	Actividades	Tipo de avaliação
1 ^a	02.11.2010	45min	Sala	Nível I	“Marco Histórico”	Observação
2 ^a	15.11.2010	90min	Sala	Nível I	“A Teia” e “O meu lugar a Turma...”	Observação
3 ^a	29.11.2010	90min	Sala	Nível I,II,III,IV	“Quadrado imperfeito”	Escalas/ Observação
4 ^a	13.12.2010	90min	Sala	Nível I,II,III,IV	“Condução às cegas no Natal”, “Emoções no Natal” e “Prenda de Natal”	Escalas/ Observação
5 ^a	03.01.2011	90min	Sala	Nível I,II,III,IV	“Exprime-te com os olhos”, “Os animais no Pólo Norte e o aquecimento global” e “Corrida de balões”	Observação
6 ^a	17.01.2011	90min	Exterior	Nível I,II,III,IV	“Fita da Vida” e “Construção de Torre de cartas”	Observação
7 ^a	24.01.2011	90min	Sala	Nível I,II,III,IV	“Reflexão” e “Pássaros ao ar”	Observação
8 ^a	31.01.2011	90min	Sala/Ext.	Nível I,II,III,IV	“Táxi”, “Virar a manta”, “Apanhada” e “Filmes Cooperação”	Observação
9 ^a	07.02.2011	90min	Sala/Ext.	Nível I,II,III,IV	“Filmagens da 8 ^a sessão” e “Moldura Humana”	Observação
10 ^a	14.02.2011	45min	Sala	Nível I,II,III,IV	“Moldura Humana II” – reflexão	Observação
-----	25.03.2011	90min	Exterior	Nível I,II,III,IV,V	“Gincana”	Observação
11 ^a	12.05.2011	90min	Exterior	Nível I,II,III,IV	“Mini – basket”	Escalas/Observação

Quadro 7: Plano de Intervenção Turma “D”

A Turma “D” é a Turma com a qual passamos mais tempo, quer pelos 90min quer pela alteração intervenção quinzenal/ semanal/ quinzenal. Constituída na sua maioria por raparigas, esta Turma, de acordo com o D.T. e de acordo com os alunos (2^a Sessão), apresentava dificuldades no trabalho em grupo, fragmentada em sub – grupos. O meu principal objectivo com esta Turma é o desenvolvimento da Coesão, promovendo o espírito de grupo através das diferentes dinâmicas, desenvolvendo aspectos relacionados como a comunicação e a confiança. Ao longo das várias sessões procurou-se a aproximação dos elementos da Turma no geral, desenvolvendo as dinâmicas em que os grupos poderiam ser constituídos por eles e posteriormente por mim, de forma a afastar laços de pares no período da sessão e aproximação de outros.

As sessões foram bem aceites, sem objecções, já reconhecidas com resultados visíveis do ponto de vista dos alunos, que se consideram mais unidos. No Quadro 8

encontramos a Descrição Sumária das Sessões que, tal como nas intervenções anteriores, tiveram em conta o programa, as necessidades da Turma e o objectivo.

Na última sessão com esta Turma, o D.T. e os alunos referiram que a intervenção foi muito positiva, embora considerem que deveriam ocorrer mais frequentemente.

Ao nível da aplicação dos instrumentos de avaliação existem algumas diferenças entre a aplicação inicial e a aplicação final quer na avaliação da cooperação, da auto-estima e ao nível da matriz sociométrica, como se pode verificar no Anexo II. Não poderemos dizer que a nossa intervenção influenciou os resultados uma vez que, tal como anteriormente, existiu espaços quinzenais de intervenção e poucas sessões. É de referir que os resultados da aplicação inicial dos instrumentos de avaliação, foram um factor que contribuiu para a selecção dos alunos para iniciar algumas das dinâmicas definidas, assim como para a constituição de grupos.

Os Instrumentos de Avaliação aplicados a esta Turma foram o “Teste Sociométrico” (Northway e Weld, 1999), a “Escala de avaliação global de autoestima” (Jardim e Pereira, 2006). e a “Escala de avaliação global de cooperação” (Jardim e Pereira, 2006). Tal como na Turma “C”, a escolha destes instrumentos de avaliação deve-se ao objectivo, a Coesão da Turma, assim como entender como é o aluno individualmente e o seu relacionamento interpessoal com os outros elementos da Turma.

Sessão	Objectivo da Sessão	Descrição Sumária da Sessão
1 ^a	Promoção apresentação, conhecimento recíproco, desenvolvendo a comunicação e consciência de si e dos outros.	Através do exercício "Marco Histórico" os alunos apresentaram-se uns aos outros, notando-se que não tinham conhecimento de algumas qualidades dos colegas.
2 ^a	Reforçar o conhecimento de si para promover a interacção com os outros, de forma a iniciarmos uma fase de desenvolvimento de competências em grupo.	Com as questões "a minha turma é", "gostaria que a minha turma fosse" e "para a minha Turma ser melhor eu" do jogo da "Teia" os alunos reconheceram o que deveriam fazer para melhorar enquanto Turma. Este foi o exercício "chave" de partida para a intervenção. A actividade “O meu lugar na turma” foi importante perceber as relações interpessoais.
3 ^a	Promover da interacção com os outros, de forma a iniciarmos uma fase de desenvolvimento de competências em grupo, por meio da comunicação e confiança.	A actividade “Quadrado imperfeito” os alunos desenvolveram a comunicação, a confiança e o espírito de sacrifício pelo grupo, uma vez que o grupo esteve de mãos dadas e com os olhos vendados, na tentativa de formar um quadrado.
4 ^a	Continuar a promover a interacção com os outros, de forma a continuar a desenvolver competências em grupo, através da comunicação e confiança.	Com o tema do "Natal" a actividade "Condução às cegas" e “emoções de Natal” exigia confiança e comunicação eficaz na execução da tarefa e "A Prenda de Natal", respeito pelo outro.

Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais através do Desporto

5 ^a	Continuar a promover a interacção com os outros, de forma a continuar a desenvolver competências do indivíduo em grupo.	Com o tema "Cooperação de Ano Novo" os alunos desenvolveram a actividade "Exprime-te com os olhos", "os animais do pólo Norte e o aquecimento global" e a "Corrida de balões" para sensibilizar e compreender os diferentes tipos de respeito através da comunicação verbal e não verbal, erros de interpretação, e cooperação.
6 ^a		Com a actividade "Fita da vida" e "Construção de Torres de Cartas" participaram activamente e "cultivaram" a cooperação " os alunos entenderam a importância que damos a determinadas micro - expressões e que podem gerar erros na interpretação.
7 ^a	"Avaliação" da transmissão dos temas anteriores. Recordação de temáticas.	A actividade "pássaros no Ar" é um exercício de atenção auditiva, a qual introduzi antes do visionamento de diapositivos dos temas desenvolvidos anteriormente. Desta actividade conclui que os alunos recordam tudo o que foi feito e o objectivo inerente. Debate sobre diversas temáticas sociais de interesse para os alunos.
8 ^a	Promoção do respeito, participação, autogestão e cooperação para a Coesão da Turma.	A actividade "Apanhada", "Táxi" e "Virar da manta" tiveram como objectivo realçar a cooperação, perante situações competitivas. Os grupos foram formados tendo em conta a matriz sociométrica de forma a tornar as equipas mais equilibradas relacionalmente e proporcionar a aproximação de alguns alunos.
9 ^a	Promover observação individual da Turma, tendo em conta o respeito pela Turma.	Através da actividade "Moldura Humana" os alunos posicionaram os elementos da Turma, de acordo com a sua opinião, sobre como acha que é e como gostaria que fosse. Exercício muito positivo ao nível da percepção e reconhecimento
10 ^a	Comunicação e "exploração" de opiniões sobre a "Moldura Humana", experiência vivenciada e relacionamento com as competências desenvolvidas.	Através das imagens das figuras geradas pela "Moldura Humana" os alunos relataram e reflectiram sobre o porque daquela disposição. Reflexão sobre as emoções, dificuldades e objectivo da sua construção.
Gincana	Promover a interacção com os outros, neste caso inter-turmas, de forma a desenvolver competências do indivíduo em grupo, entre as quais o aumento do conhecimento e respeito pela integridade do outro assim como o respeito em competitividade e cumprimento de regras, por meio de relações de cooperação/ ajuda e autogestão	Com a actividade "Gincana", apesar de os grupos não terem sido previamente elaborados nem identificados e de a actividade ser um pouco desajustada à idade (mas são elementos que fazem parte de uma "Gincana). A actividade decorreu dentro da normalidade tendo sido cumprido todo o circuito e o objectivo proposto de interacção/ comunicação e estabelecimento de relações de cooperação entre os alunos de cada grupo.
11 ^a	Reforçar a interacção com os outros, de forma a continuar a desenvolver competências do indivíduo em grupo, entre as quais o aumento do conhecimento e respeito pela integridade do outro assim como o respeito em competitividade e cumprimento de regras, por meio de relações de	O "MiniBasket" foi composto por dois exercícios que exigiam que através do cumprimento e gestão de regras, os alunos participassem, ajudassem e cooperassem de forma a cumprir as tarefas associadas. Na reflexão foi feito um balanço sobre as sessões, aspectos positivos e diferenças na Turma na última sessão e nas primeiras sessões.

	cooperação/ ajuda e autogestão. Opinião dos alunos sobre o desenvolvimento das sessões ao longo da intervenção.	
--	---	--

Quadro 8: Descrição Sumária das Sessões – Turma “D”

8. Análise sumária de outras actividades realizadas

A análise sumária de outras actividades realizadas é composta por um ponto sobre a Área Complementar, que inclui a Assistência a Acções de Formação e “Feira de Estágios”, e outro ponto sobre a Área à comunidade, que inclui a Acção de Formação.”

8.1. Área complementar

8.1.1. Assistência a Acções de Formação

19.10.2010 - Conferência “Bullying na Escola – Prevenir e Intervir” Professora Doutora Sónia Seixas da Escola Superior de Educação de Santarém, organizado pelo Sector de Intervenção Social e CPCJ de Rio Maior.

04.12.2010 – “Projecto Mente Sã em Corpo São – Programa de Desenvolvimento de competências emocionais e sociais e o HIV – Médicos do Mundo” Psicóloga Marta Moreno. Seminário de Mestrado em Psicologia do Desporto e Exercício da ESDRM.

28.01.2011 – “Da preparação do treino à preparação do jogo” Professor Pedro Caixinha, organizado pelo Gabinete Técnico da AFLeiria.

18.02.2011 – Debate “Saber dizer não”. Psicólogo Clínico Dr. João Lazaro. Organização: Associação de Pais Escola Jardim do Juncal.

06.04.2011 – Colóquio “Do risco das crianças todos falam... e do risco dos pais, professores, educadores, psicólogos, técnicos de serviço social...?” Doutor Nuno Colaço e Dr^a Sónia Mendes. Organização: CPCJ Porto de Mós.

19.05.2011 – Conferência “Adolescência... família. Escola. Internet: os novos desafios”
Professor Doutor Daniel Sampaio. Organização: Sector Acção Social e CPCJ de Rio
Maior.

8.1.2. “Feira de Estágio”

Sendo a “Feira de Estágio”, “Blastoff 2011, um momento específico de apresentação e exposição do trabalho desenvolvido com as Instituições Acolhedoras, eu preparei um poster e um conjunto de imagens de algumas actividades/ sessões para a comunidade escolar e comunidade em geral.

Desta forma, eu procurei durante o dia da “Feira de Estágio”, através dos cinco minutos cedidos pela organização para a apresentação do estágio, através do poster e das imagens, promover a aplicação da Psicologia do Desporto e do Exercício no contexto escolar quer pela pertinência, utilidade e positivismo transmitida pelos Directores de Turma e alunos quer pela receptividade junto das Instituições Acolhedoras. Sem dúvida que este contexto poderá ser uma boa alternativa a outras variantes de estágio e de mercado de trabalho.

8.2. Área à comunidade

8.2.1. Acção de Formação

A acção de formação foi composta por vários momentos: 1. Projecto, 2. Operacionalização 3. Balanço.

1. Projecto da acção de formação

a) Tema

Existiram alguns temas que foram propostos para a acção de formação. O primeiro tema proposto para a acção foi “O desporto como meio de promoção de competências em contexto escolar”, mas com as conversas mantidas com os

Directores de Turma surgiu a proposta de “ A crueldade dos jovens adolescentes em contexto escolar”. Com a apresentação das duas propostas à Orientação de Estágio, pareceu que a primeira seria a mais indicada para a acção de formação.

b) Objectivo

A acção de formação teve como objectivo promover, junto dos adolescentes, o desporto, quer na sua definição global “(...)”Todas as formas de actividade física, formais ou informais, que visam a melhoria das capacidades físicas e mentais, fomentam as relações sociais, ou visam obter resultados na competição a todos os níveis” Art.2º/1992 Carta Europeia do Desporto, quer no paralelismo com os vários contextos de vida.

c) Convidados

Prof. Eduardo Teixeira - desde o primeiro momento que propus como convidado o Professor, pela sua actividade profissional enquanto coordenador técnico e treinador de escalões de formação – NSRM, para mais sabendo que desenvolveu uma tese de licenciatura na área social. 25/03/2011 – Data do primeiro contacto/ convite.

d) População – alvo

Alunos e professores das Turmas CEF, da EBI Fernando Casimiro P. Silva e EBI Marinhas do Sal.

e) Data/ Hora/ Local

Data - A data prevista da acção de formação ficou estabelecida quando foi construído o cronograma de intervenção das três turmas (“B”, “C” e “D”), tendo ficado registado a data 18/05/2011.

Hora - A hora prevista foi as 12h uma vez que os alunos têm bloco de aulas a partir das 11h55 e tarde livre à quarta – feira.

Local – O local previsto inicialmente foi o Auditório do Centro de Estágios, com pré-reserva por email (primeiro contacto a 25/03/2011). Na semana anterior à acção de formação conseguimos alterar para o Auditório da ESDRM.

f) Marketing

A acção de formação foi restrita aos alunos e professores dos CEF das EBI de Rio Maior. Assim, informei os professores sobre a acção através do envio de emails que continham em anexo o poster e outras informações associadas à acção, como por exemplo, a informação e pedido de autorização aos Encarregados de Educação. Nos Conselhos Executivos de ambas as escolas foi entregue um pedido de autorização para a presença das Turmas dos CEF. A data de informação sobre a acção de formação “O desporto como promotor de competências para a vida” foi no dia 04/05/2011, no período da tarde, uma vez que a colega de estágio fez a sua acção de formação para a mesma população - alvo de manhã. Esta opção foi para não gerar confusão nas datas e temas abordados. Quando fiz o convite já sabia que as duas Turmas de CEF de 2º ano não iriam estar presentes pois estariam em estágio ou defesa de PAF.

A parceria foi composta pela ESDRM, EBI Marinhas do Sal e EBI Fernando Casimiro e a organização contou o apoio da Orientadora Doutora Carla Chicau Borrego e Co – Orientadora Anabela Vitorino.

2. Operacionalização da acção de formação

Conferência com a participação do Prof. Eduardo Teixeira (Coordenador Técnico e Treinador da Footescola – NSRM).

Local: Auditório da ESDRM

Hora: 12:00

População - alvo da conferência – alunos de CEF e respectivos professores da EBI Fernando Casimiro e EBI Marinhas do Sal. Presenças na assistência à conferência:

	Alunos		Professores
	Presentes	Ausentes	
Turma A.	15	2	1
Turma F.	8	6	2
Turma C	12	0	1
Turma E.	14	0	1
Totais	49	8	5

Quadro 9: População Presente

Para fazer um balanço da Acção à Comunidade quanto ao grau de satisfação e presença dos alunos, o final foi aplicado um mini questionário, com respostas directas “Sim” e “Não”. (Ver Anexo III)

3. Balanço da acção de formação

De referir que o mini questionário aplicado foi meramente para avaliar a acção à comunidade e não o Prof. Eduardo Teixeira que, neste dia e nesta conferência, contribuiu para o enriquecimento pessoal de cada aluno presente, por meio da sua experiência profissional e pessoal.

Os valores apurados, através da aplicação do mini questionário para avaliação do grau de satisfação dos alunos face à acção à comunidade, vêm ao encontro do que foi observado na acção. Os alunos presentes no auditório estiveram com um comportamento adequado e respeitoso, reagindo com interesse a algumas questões levantadas pelo professor prelector.

A opinião dos Professores que acompanharam os alunos CEF a esta conferência foi unânime, considerando “muito boa” e “muito positiva”, reconhecendo desta forma o bom trabalho desenvolvido pelo Professor Eduardo Teixeira.

Embora a minha participação tenha sido reduzida à abertura da acção, aos agradecimentos, apresentação do tema da acção e do seu objectivo, a apresentação do prelector convidado e a importância da sua presença, eu tinha uma apresentação multimédia de 5 minutos (dada a população alvo e à conferência do professor), que não utilizei na totalidade, só o primeiro diapositivo de apresentação da acção de formação, pois achei que os alunos estavam a tirar mais proveito da partilha da transmissão da experiência do Professor. Contudo, o que tinha na apresentação foi transmitido no final em que falei, como planeado, da definição do desporto e a importância do mesmo na aquisição de competências pessoais e sociais para a vida. Temos de compreender que as apresentações não podem estar “presas” a meras exposições multimédia, mas sim ao discurso.

“Somos o que fazemos, principalmente o que fazemos para mudar o que somos”

Eduardo Galeano – Exemplo de uma das frases utilizadas pelo Professor Eduardo Teixeira no início da conferência.

9. Análise crítica reflexiva

Ao longo da nossa intervenção senti que os adolescentes que frequentam os Cursos de Educação e Formação são alunos com necessidades emocionais, pessoais e sociais. As três Turmas com as quais procurei desenvolver o meu estudo são muito diferentes, embora com necessidades comuns.

Na minha opinião, considero que as sessões foram enriquecedoras e positivas quer para as Turmas e respectivos D.T., através do feedback que foi transmitido durante as sessões e pela satisfação que demonstraram na reflexão na última intervenção, quer para o meu desenvolvimento pessoal e profissional.

As dificuldades que surgiram foram no planeamento das sessões, na necessidade de criar, recriar sessões ajustadas à população e à competência a desenvolver, assim como no desenvolvimento das reflexões. No entanto não considero esta dificuldade como uma barreira, mas sim como motivação para evoluir. Quando acabo de “esboçar” um plano já imagino o próximo, o plano que se ajusta a uma determinada Turma e o que poderá ajustar-se a outra. Quanto às reflexões os alunos conseguiram sempre atingir os objectivos propostos mas de acordo com a opinião de um D.T., conhecedor da sua Turma, deveria ter explorado mais, pois eles divertiam-se nas sessões mas posteriormente parecia não “ter efeito”.

Ao longo das sessões, procurei desenvolver o meu objectivo nestas Turmas, ajudando os alunos a entender a importância do respeito por si e pelo outro, o esforço e dedicação nas tarefas, a gestão e cooperação do funcionamento da Turma e do geral das suas vidas. Se os alunos entenderem a nossa mensagem poderão não sentir tão pesada a “resistência” do futuro. Agora resta toda a Escola se esforçar pelo mesmo objectivo, formar jovens para a vida.

Estou satisfeita como meu desempenho no estágio, pelos momentos que me proporcionou, pelas diferenças que encontrei, pelo aprendizado, pela paciência que tive e empenho que dediquei.

Aos Alunos Estagiários, Professores e Orientadores que pretenderão continuar o estudo neste tipo de contexto sugiro:

- Alteração do espaço temporal da cada sessão. As sessões deverão ser semanais para dar uma maior regularidade e “afirmação” às competências que pretendemos desenvolver, existindo uma monitorização mais eficaz e por consequência um planeamento mais ajustado.
- Alteração da duração de cada sessão. As sessões com 45 minutos acabam por ter um tempo útil de 30 minutos, uma vez que os alunos demoram uma média de 10 minutos para estarem preparados para o início da sessão (atrasos na entrada, arrumar e preparar o essencial para o início da sessão...). As sessões com 90 minutos acabam por ser extensas, deixando os alunos cansados, pois acaba por ter mais actividades.
- Na minha opinião as sessões deverão ser de aproximadamente 60 minutos e semanais, tornando as nossas sessões mais frequentes e intensas.

A todos os que me acompanharam neste processo, Obrigada!

10. Bibliografia

“Alcunha desportiva” - Relatório da Formação: “PROJECTO MENTE SÃ EM CORPO SÃO – PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS EMOCIONAIS E SOCIAIS E O HIV – MÉDICOS DO MUNDO” 04 E 11 de Dezembro de 2010

Art. 2º/1992 de 24 de Setembro. *Carta Europeia do Desporto* [Versão electrónica]. Comissão de Ministros do Conselho da Europa, 6. Acedido em 4 de Maio de 2011, em: <http://www.idesporto.pt/ficheiros/file/CartaEuropeia.pdf>

Carbonell, A., Sanmartín, M., Taboada, C. e Flores, Y. (2006). Enseñado responsabilidad personal y social a un grupo de adolescentes de riesgo: un estudio “observacional”. *Revista de Educación*, 341, 373-396.

Carta Europeia do Desporto. Acedido em:16, Maio, 2011, em:<http://forumolimpico.org/?q=node/181>

Curso de Educação e Formação. Acedido em: 26, Setembro, 2010, em: <http://cdp.portodigital.pt/educacao-e-formacao/ensino-basico-e-secundario/modalidades-de-ensino/cursos-de-educacao-e-formacao-de-joven>.

Curso de Formação Inicial de Formadores (96H) de Novembro de 2009 - MindForm

Jardim e Pereira (2006). *Competências Pessoais e Sociais – Guia prático para a mudança positiva*. Porto: Asa Editores. p.146

Esculcas, C. e Mota,J. (2005). Actividade física e praticas de lazer em adolescentes. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 5 (1) 69-76.

Manes, S. (2005) 83 *Jogos Psicológicos para dinâmicas de grupos (6ªed)*. Lisboa: Paulus Editora. P. 109:110

Northway e Weld (1999). *Testes Sociométricos - um guia para professores*. Lisboa: Livros horizonte.

“Quadrado imperfeito” – dinâmica criada em conjunto pela Orientadora, Co-Orientadora e aluna estagiária.

“Os animais do pólo norte e o aquecimento global” - *Pinguins e degelo*. Acedido em: 29, Dezembro, 2010, em: http://volensamerica.org/dinamica?id_article=258&lang=pt_br

Special Eurobarometer 213/wave 62.0 – TNS Opinion & Social (2004). *The citizens of the European Union and Sport*. European Commission: Bruxelas.

Sprinthall, W. e Collins, A.(2003) *Psicologia do Adolescente – uma abordagem desenvolvimentista* (3ªED) Tradução: Cristina Vieira. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian

“Transmissão de emoções”- Relatório da Formação: “PROJECTO MENTE SÃ EM CORPO SÃO – PROGRAMA DE DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS EMOCIONAIS E SOCIAIS E O HIV – MÉDICOS DO MUNDO” 04 E 11 de Dezembro de 2010

Vieira, J. (2006) *Colecção dinâmicas de grupo*, P.4,7

Weinberg, R. e Gould, D. (1999) *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (2ª Ed). Champaign: Human Kinetics.

11. Anexos

ANEXO I - Resultados da aplicação inicial e final dos Instrumentos de Avaliação da Turma “C”

Alunos	E. Global Cooperação			E. Global Auto-estima		
	3ª Sessão 03.12.10	9ª Sessão 29.04.11		4ª Sessão 16.12.10	9ª Sessão 29.04.11	
1	36 – elevada	30 – média	↓	26 – média	24 – média	↓
3	35 – elevada	36 – elevada	↑	30 – média	32 – média	↑
4	35 – elevada	Suspenso		26 – média	Suspenso	
5	35 – elevada	36 – elevada	↑	31 – elevada	32 – elevada	↑
6	39 – elevada	34 – elevada	↓	24 – média	36 – elevada	↑
7	42 – elevada	40 – elevada	↓	33 – elevada	34 – elevada	↑
8	37 – elevada	35 – elevada	↓	28 – média	28 – média	=
9	42 – elevada	38 – elevada	↓	33 – elevada	37 – elevada	↑
10	27 – média	36 – elevada	↑	21 – média	32 – elevada	↑
11	44 – elevada	Suspenso		40 – elevada	Suspenso	
12	43 – elevada	45 – elevada	↑	29 – média	40 – elevada	↑
13	35 – elevada	33 – média	↓	33 – elevada	32 – elevada	↓
14	33 – média	34 – elevada	↑	31 – elevada	32 – elevada	↑
15	39 – elevada	40 – elevada	↑	29 – média	24 – média	↓

Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais através do Desporto

Teste Sociométrico Turma "C"

Matriz Sociométrica 03.12.10/ 29.04.11

Alunos	1		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12		13		14		15		Nº de Escolhas		Nº de Escolhidos	
1	###	###					111	033					332	112	003	001						220			220	300			9	9	4	5
3			###	###			332		223	202				030	001			101				320			110	010		003	9	9	4	6
4					###	###			003		223								112			031						9	0	4	0	
5							###	###			222		333	111		303						222			111			030	9	9	3	4
6			003		220				###	###		003	111	110				001				332	330			220		002	9	9	4	6
7					112		331				###	###		222					220			003	333			111		9	9	4	3	
8							332						###	###	003	333						111	111		220	222		9	9	4	3	
9	110	310					222	003					331	232	###	###						003	121					9	9	4	4	
10			030							030				200	222	003	###	###				100	303	022			111	311	9	9	4	6
11					111		333				222								###	###								9	0	3	0	
12					333	222	222						111	111								###	###			333		9	9	3	3	
13			333														111	222				333	###	###			222	111	9	9	3	3
14							312				##	103	111	020		001					230	222			###	###		9	9	4	3	
15					320	010	001						032	101			203	222	110			333					###	###	9	9	5	4
T.C. Critério	110	110	122	0	553	121	889	012	112	111	333	##	667	987	114	213	213	324	331	0	345	11107	101	011	441	553	222	234				
T. Combinados	2	2	5	0	13	4	25	3	4	3	9	4	19	24	6	6	6	9	7	0	12	28	2	2	9	13	6	9				
Nº Escolhem	1	1	3	0	5	2	9	2	2	2	3	2	7	10	4	3	3	4	3	0	6	11	1	1	4	6	2	5				

O aluno nº 4 e o aluno nº 5 foram suspensos não estando presentes a 29.04.11

ANEXO II – Resultados da aplicação inicial e final dos Instrumentos de Avaliação da Turma “D”

Alunos	E. Global Cooperação			E. Global Auto-estima		
	3ª Sessão 29.11.10	9ª Sessão 12.05.11		4ª Sessão 13.12.10	9ª Sessão 12.05.11	
1	30 - média	29 - média	↓	23 - média	25 - média	↑
2	42 - elevada	29 - média	↓	37 - elevada	36 - elevada	↓
3	32 - média	31 - média	↓	32 - elevada	30 - média	↓
4	30 - média	31 - média	↑	26 - média	30 - média	↑
5	39 - elevada	41 - elevada	↑	35 - elevada	33 - elevada	↓
6	25 - média	22 - média	↓	28 - média	27 - média	↓
7	38 - elevada	38 - elevada	=	26 - média	28 - média	↑
8	33 - média	31 - média	↓	34 - elevada	37 - elevada	↑
9	34 - elevada	37 - elevada	↑	25 - média	30 - média	↑
10	38 - elevada	38 - elevada	=	37 - elevada	33 - elevada	↓
11	31 - média	32 - média	↑	34 - elevada	40 - elevada	↑
12	36 - elevada	33 - média	↓	32 - elevada	28 - média	↓

Teste Sociométrico Turma "D"

Matriz Sociométrica 29.12.10/ 12.05.11

Alunos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Nº de Escolhas		Nº de Escolhidos													
1	###	###			222			023		311	111		333					202		130			9	9	3	4		
2	323		###	###					232	333	001							110	111		222			9	9	4	3	
3	031				###	###	222				113	111		222	300			333						9	9	4	3	
4	003				330		###	###		311	111	002		220	220			133	020					9	9	5	4	
5		300	030		300	100	010	200	###	###	003	020	200	030	001	001	100	010	020	003	002	002			9	9	9	9
6	111				222	111	333				###	###		222				333						9	9	3	3	
7	210					333	033				020	111	###	###			002	222	101		300			9	9	7	3	
8						131	201			003	102		020	###	###	210	013	302	030	020	300			9	9	5	6	
9	002					200	320	021		002	011	333		110	230		###	###	103					9	9	5	5	
10							032		303			333		222	220			###	###	111	111			9	9	3	4	
11					222			200		011							333		111	122	###	###	333		9	9	3	4
12	003				220	220	300	303	001	001	003	030	030					002		110	110	###	###	9	9	6	5	
T.C. Critério	335	100	010	0	653	532	564	434	111	447	358	455	332	462	532	222	220	465	545	334	332	543	111					
T. Combinados	11	1	1	0	14	10	15	12	3	15	16	14	8	12	10	6	4	15	14	9	8	12	3					
Nº Escolhem	6	1	1	0	6	5	7	7	1	7	9	7	4	6	6	3	3	6	8	5	5	6	1					

Quadro 12: Matriz Sociométrica – Turma “D”

A aluna nº 10, o aluno nº 11 e o aluno nº 12 não estiveram presentes no dia 12.05.11 preenchendo no dia 18.05.11.

ANEXO III – Resultados do Mini – questionário aplicado na Acção de Formação

“1. Achaste o tema da acção interessante?”

	Turmas				Total
	Turma A	Turma F	Turma C.	Turma E.	
Sim	15	8	12	12	47
Não	0	0	0	2	2

“2. A acção foi de encontro as tuas expectativas?”

	Turmas				Total
	Turma A.	Turma F.	Turma C.	Turma E.	
Sim	15	7	11	12	45
Não	0	1	1	2	4

“3. Achaste importante o relato de um profissional do desporto?”

	Turmas				Total
	Turma A	Turma F	Turma C.	Turma E	
Sim	14	8	12	12	46
Não	1	0	0	2	3

“4. Se existir outra acção semelhante gostarias de estar presente?”

	Turmas				Total
	Turma A	Turma F	Turma C.	Turma E.	
Sim	14	4	11	10	39
Não	1	4	1	4	10