

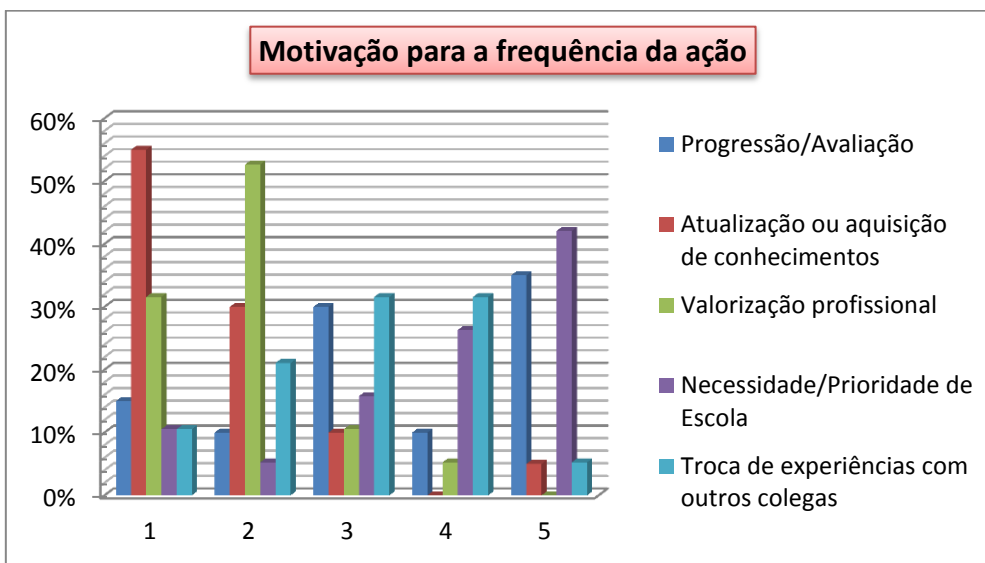
**Curso de Formação**  
**A Abordagem do Atletismo na Educação Física**

(Data de início: 22/05/2015 - Data de fim: 13/06/2015)

**I - Autoavaliação (realizada pelos formandos)**

**A- Motivação para a Frequência da Ação**

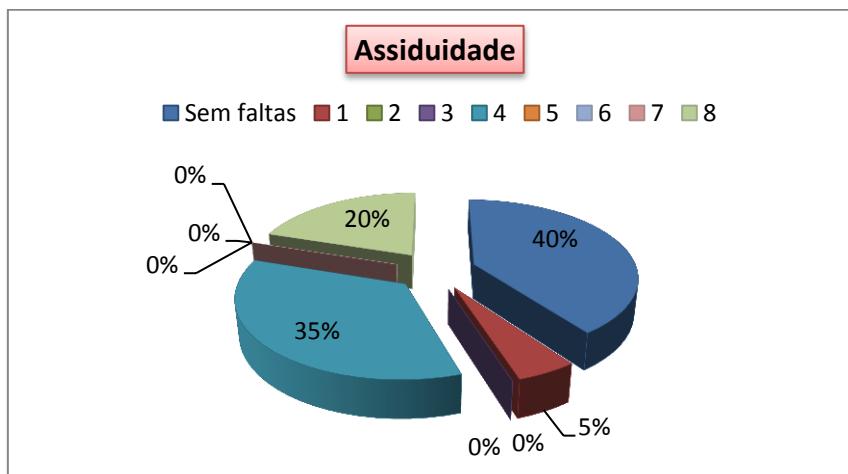
1- Identifique, de **1** (mais importante) a **6** (menos importante), as razões que o levaram a frequentar esta ação:



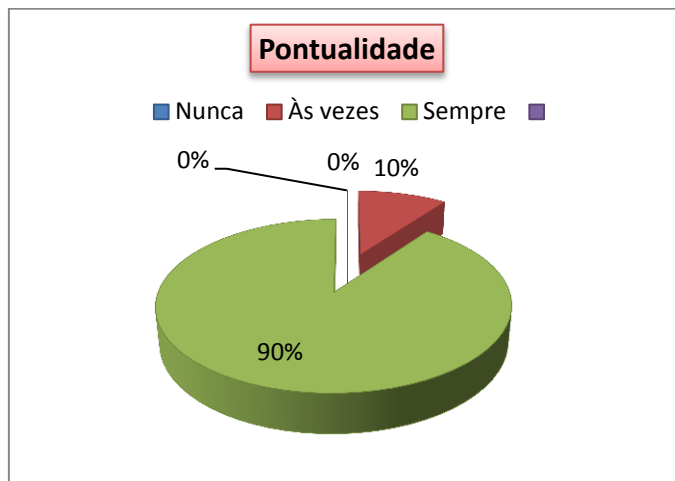
Obs.: Em “Outra”, foram indicados “Interesse pela modalidade. Currículo”. Um formando apenas avaliou os 2 primeiros itens (com 1 e 2); Quatro formandos apenas utilizaram 2 números da escala: 3 deles utilizaram o 1 e o 2 e o outro 1 e 5. Dois outros formandos utilizaram apenas 3 números (1, 2 e 3 / 3, 4 e 5).

**B- Assiduidade/Pontualidade**

1. Assinale com um  as horas a que faltou

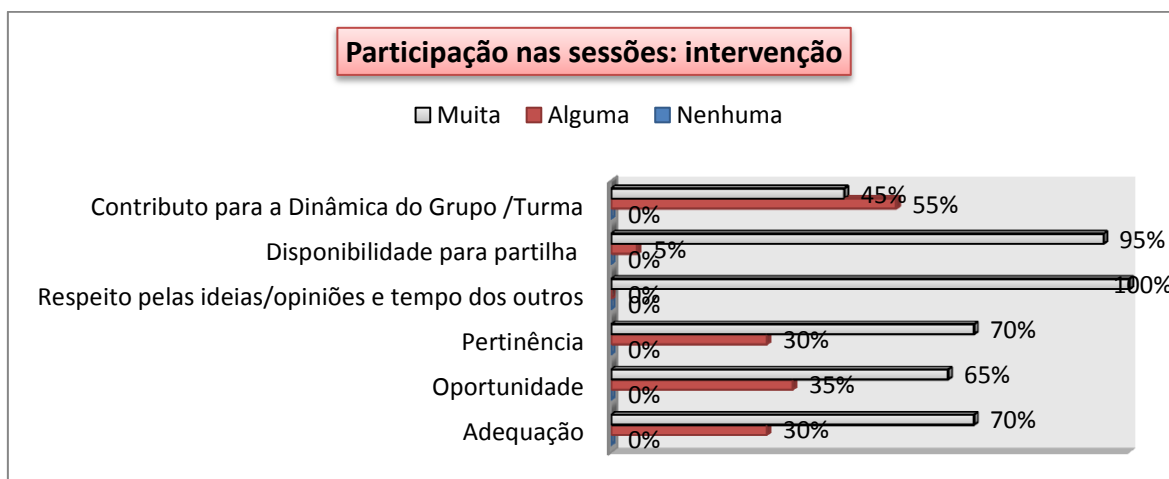


2. Assinale com um **X** o valor da escala que considere mais adequado:

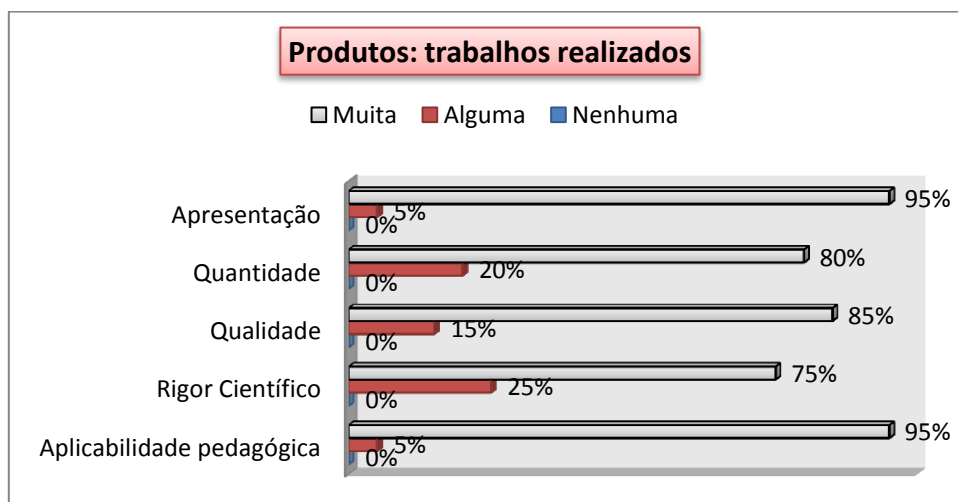


**C. Participação nas sessões presenciais**

**Intervenções** (Assinale com um **X** o valor da escala que considere mais adequado):

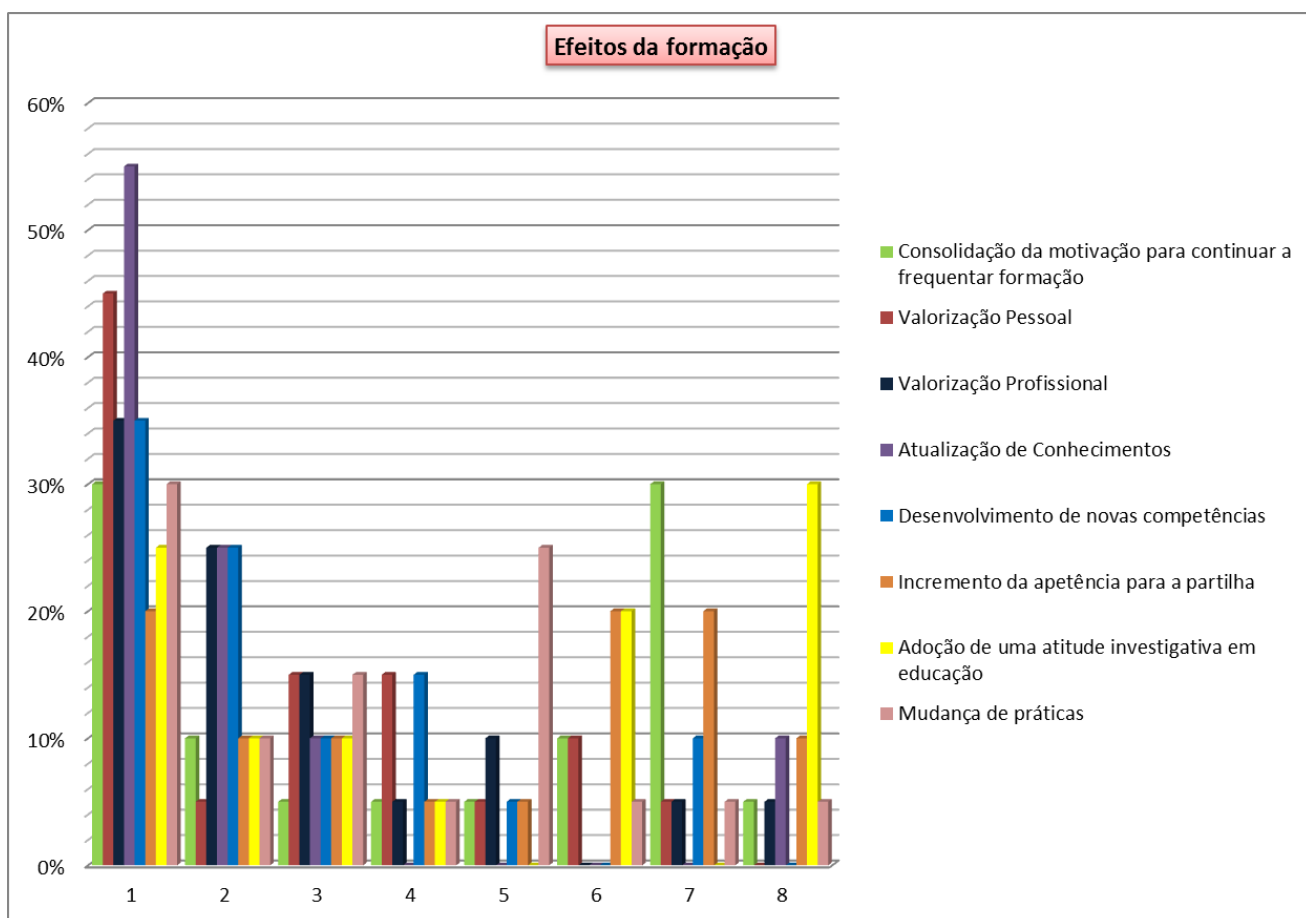


**Produtos – Trabalhos realizados** (Assinale com um **X** o valor da escala que considere mais adequado):



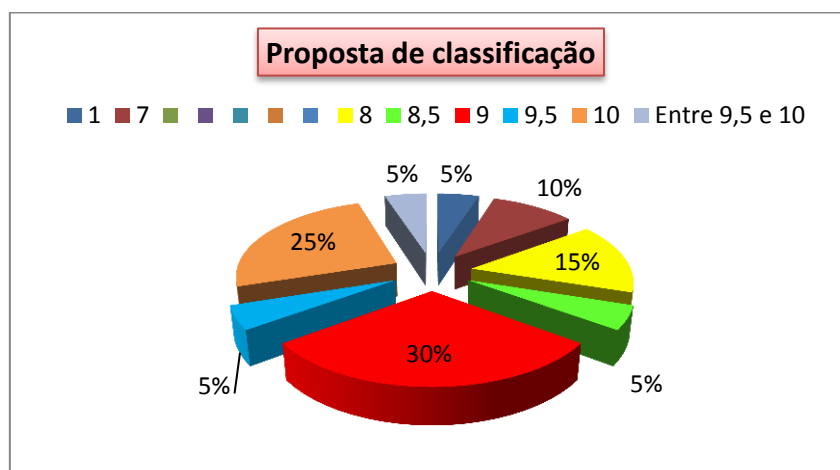
### D. Efeitos da formação (Esperados/Sentidos/Verificados)

Indique, por ordem de preferência, de **1** (mais importante) a **8** (menos importante), como avalia a repercussão desta ação de formação, no que respeita a:



Obs.: Três formandos atribuíram 1 a todos os itens; três utilizaram apenas dois números (dois: 1 e 2 / um: 1 e 3); Três utilizaram três números (dois: 1, 2 e 3 / um: 6,7,8).

### E. Proposta de Classificação Final (expressa numa escala de 1 a 10 valores):



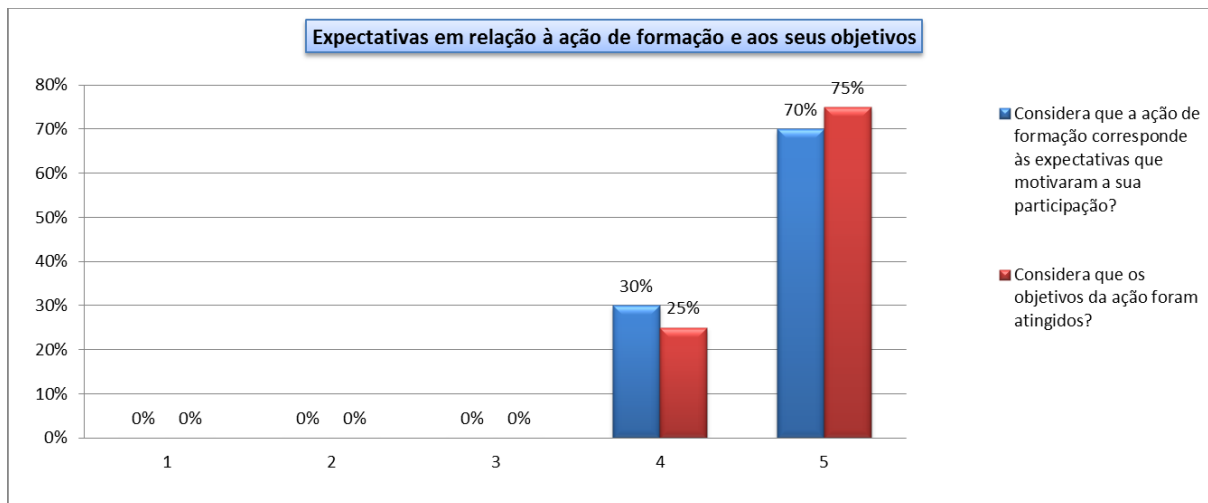
F. Observações: um formando referiu “bons formadores”.

## II - Avaliação da ação pelo formando

### A. expectativas em relação à ação de formação e aos seus objetivos

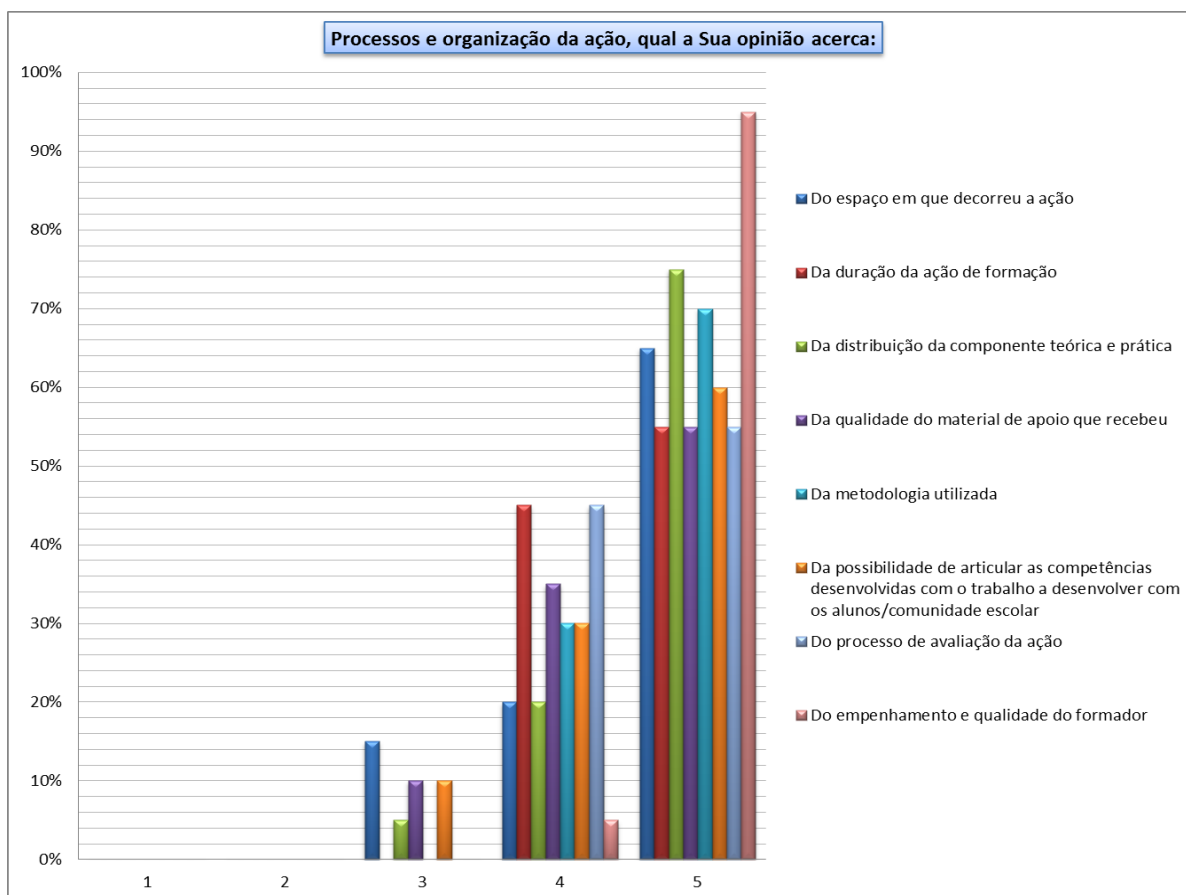
Analise cada um dos itens, pontuando-os na escala de **1 a 5**, em que:

1 significa Nada, 2 Pouco, 3 Suficiente, 4 Bom e 5 Muito Bom.



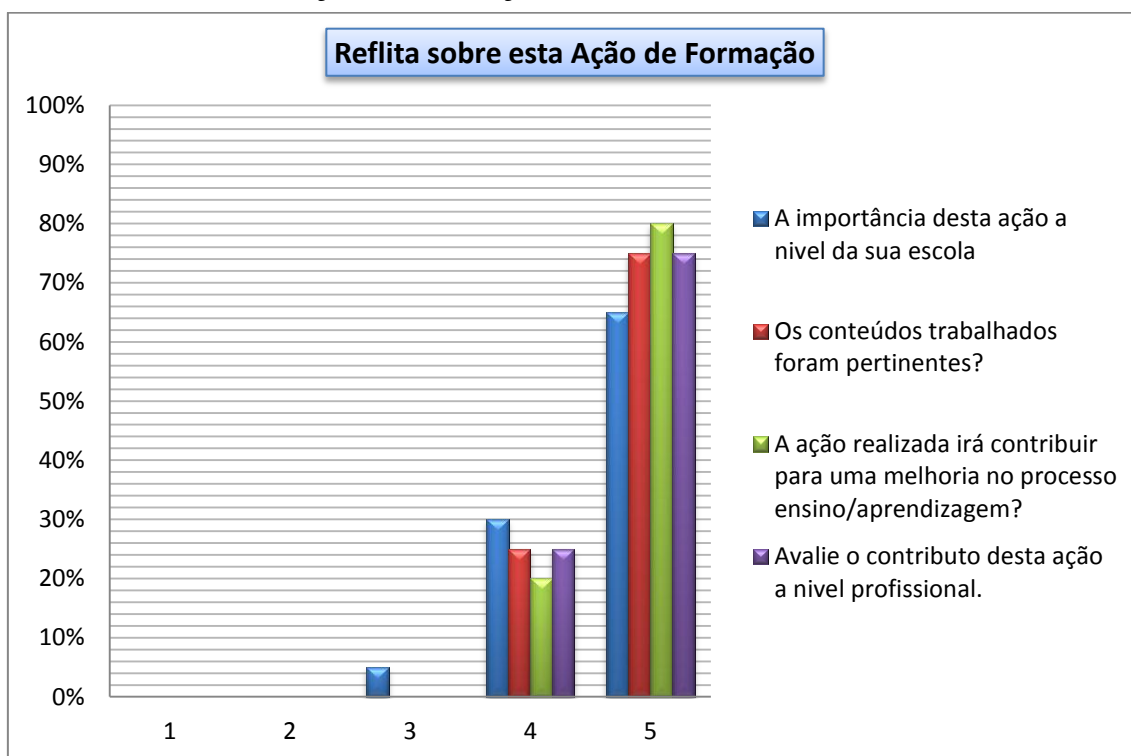
**Comentários:** “Contava com a apresentação de uma maior variedade de exercícios”.

### B. Processos e organização da ação



**Comentários:** “Considero que a distribuição das horas de teórica e prática foram bem conseguidas, não ocorrendo um cansaço psicológico com as teóricas nem excesso de carga física nas aulas práticas. Faltou um pavilhão gimnodesportivo para verificarmos como funciona no contexto de aulas (...?). A prática devia ter sido num ginásio e com material disponível; Esta formação implica ter condições físicas disponíveis e a escola não as tinha.”

### C. Reflita sobre esta Ação de Formação

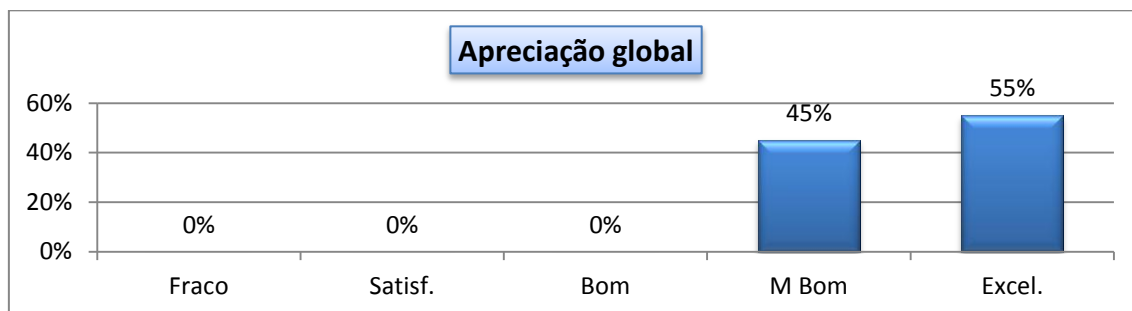


**5 - Pontos fortes:** “O facto da ação ter uma componente prática, com várias progressões para as diferentes matérias abordadas; Estar direcionada para a realidade das nossas escolas/alunos. Exercícios de progressão dos conteúdos abordados. Distribuição das horas teóricas e práticas; Qualidade dos formadores na área do atletismo e a sua adequação do atletismo ao contexto escolar. Domínio dos conteúdos por parte dos formadores; Novas estratégias de abordagem à especificidade da modalidade. Os formadores são competentes, claros nas exposições teóricas acompanhadas de documentação que disponibilizaram; Houve equilíbrio entre a parte teórica e prática; Esta ação contribuiu para de futuro melhorar as minhas práticas nas aulas com os alunos. A organização, dinâmica e competência dos formadores permitiu que a ação fosse muito motivadora e bem compreendida pelos formandos; Os conteúdos foram abordados com clareza, as (progressões) pedagógicas bem estruturadas, facto que me permite aplicar na prática pedagógica aos meus alunos. Quantidade e qualidade dos conteúdos; Empenho e qualidade dos formadores. Adequação dos conteúdos da escola; Progressões pedagógicas para todos os níveis de ensino; Entusiasmo dos formadores na tentativa de uma abordagem mais específica nas escolas. Os profissionais salientaram

feedbacks essenciais para aplicar aos alunos, ou seja, "pontos chave" que fazem a diferença na transmissão dos conteúdos; A simpatia do professor serafim e as informações que dava relacionando com a sua prática letiva. Empenho e qualidade do formador; Distribuição das teorias e práticas. Partilha de experiências; Aquisição de novos conhecimentos e metodologias. Grande conhecimento por parte dos formadores; Motivação por parte dos formadores/formandos. A divisão por sessão em teoria/prática; Não foi monótona, para cada tema havia sempre uma parte teórica e logo de seguida prática. A qualidade dos formadores; O facto de estes serem também professores que conhecem a realidade da escola, com a falta de espaços e materiais. A pertinência dos conteúdos e o empenho dos formadores; A parte prática foi bem conduzida e com exemplos bem selecionados. Parte prática; Conteúdos trabalhados. A metodologia utilizada; Distribuição das componentes teórica e prática. Os pontos fortes da formação são os seguintes: Formadores profissionais de Educação Física e simultaneamente treinadores; Pertinência dos conteúdos. Distribuição adequada entre a componente prática e a componente teórica; Os conhecimentos adquiridos serão facilmente aplicáveis em contexto escolar. Os formadores tinham muita qualidade; A componente prática foi muito esclarecedora em termos de progressões para usar na escola”.

**6 - Pontos fracos e sugestões de melhoria:** “Melhorar o material. Falta de orientação da ação para os ciclos mais baixos, 2º ciclo e também 1º ciclo. Ação muito centrada para o 3º ciclo e secundário; Deverá centrar o seu foco também nas faixas etárias mais baixas, pois o talento encontra-se nas escolas. Não tenho nada a apontar de negativo. Face ao grande número de modalidades no atletismo (e abordadas na ação) o número de horas foram insuficientes para aprofundar alguns conteúdos; Sugestão: Aumentar o nº de ações e horas para este tipo de modalidade (atletismo/modalidades). Podiam filmar as progressões numa ação a facultar, ou (...) a executar ou a apontar ou a filmarmos exercícios a (nova)? prática é muito importante no futuro. O local da prática; Talvez mais exercícios diversificados para aplicar, como o intuito de colmatar os erros mais comuns na realização dos exercícios. Limitação no material existente principalmente na parte prática. Deslocação para ir ter a parte prática. O uso de mais materiais tecnológicos, para melhorar a correção dos alunos. O único ponto fraco foi a reduzida participação dos formandos na componente prática; A ação devia ter uma avaliação pela participação e empenho na componente prática. A parte teórica devia ser mais dinâmica. A melhorar as seguintes partes: Transfere contexto (...?)/escola; Exercícios para o 2º ciclo; Exercícios com material (reciclável?). Não vi nenhum ponto fraco.”.

#### D. Apreciação Global



### III - Avaliação da ação pelos formadores

#### Formador Rui Norte

##### I – Grupo de Participantes

	Número adequado aos objetivos	Seleção adequada aos objetivos	Motivação no início da formação	Participação ativa nas sessões	Satisfação no final da ação
Sim	X	X	X		X
Não				X	

**Justifique:** A ação decorreu de forma muito satisfatória e de acordo com as expectativas. Contudo, uma ação com estas características requer uma participação muito prática, nem sempre ao alcance de todos os formandos.

##### II. Documentação/Calendarização

	Utilizou textos de apoio	Outros materiais	Documentação utilizada satisfaz objetivos	Documentação entregue a tempo	Carga horária adequada	Calendarização adequada
Sim	X	X	X	X	X	X
Não						

**Justifique:** Foi disponibilizada a todos os formandos a documentação de apoio à ação. Também foram utilizados recursos audiovisuais para melhorar a visualização do modelo técnico.

##### III. Instalações/Condições de realização da Ação

Qualidade		
Boa	Satisfatória	Deficiente
X		

**Justifique:** A forma disponível para a partilha da informação que os formandos apresentaram é uma mais valia nos trabalhos.

**a) Os trabalhos realizados foram sendo avaliados no decorrer da ação?** (modalidade Oficina)

Justifique:

**b) Considera que esta ação pode gerar mudanças nas práticas dos formandos relativamente à orgânica da sua organização?**

Justifique: É espectável que sim.

**c) Considera que esta ação poderá contribuir para a promoção do sucesso das organizações dos formandos?**

Justifique: Sim

## V. Organização e Coordenação da Ação

Comente: Decorreu tudo de acordo com o previamente combinado.

## VI. Apreciação Global da Ação (Justifique. Apresente sugestões e/ou críticas)

A ação decorreu de acordo com o previsto. O grupo de formandos participou de forma interessada, manifestando interesse pela reflexão suscitada na ação. Os trabalhos realizados também demonstram que a ação pode ter impacto nas suas práticas pedagógicas.

### Formador Serafim Gadelho

#### I – Grupo de Participantes

	Número adequado aos objetivos	Seleção adequada aos objetivos	Motivação no início da formação	Participação ativa nas sessões	Satisfação no final da ação
Sim	X	X	X		X
Não				X	

Justifique: Os participantes demonstraram interesse e empenho na aquisição de conhecimentos ao longo de todas as sessões, com a participação ativa na colocação de questões e sugestões, no entanto, devido a limitações físicas diversas, foram muito poucos os que participaram na realização de exercícios práticos.

#### II. Documentação/Calendarização

	Utilizou textos de apoio	Outros materiais	Documentação utilizada satisfaz objetivos	Documentação entregue a tempo	Carga horária adequada	Calendarização adequada
Sim	X		X	X	X	X
Não		X				

#### III. Instalações/Condições de realização da Ação

Qualidade		
Boa	Satisfatória	Deficiente
X		

Justifique: Deveria haver a possibilidade de utilizar um pavilhão coberto, em alternativa ao espaço ao ar livre.



**a) Os trabalhos realizados foram sendo avaliados no decorrer da ação?** (modalidade Oficina)

Justifique:

**b) Considera que esta ação pode gerar mudanças nas práticas dos formandos relativamente à orgânica da sua organização?**

Justifique: Sim

**c) Considera que esta ação poderá contribuir para a promoção do sucesso das organizações dos formandos?**

Justifique: Sim

#### **V. Organização e Coordenação da Ação**

Comente: Nada a apontar.

#### **VI. Apreciação Global da Ação** (Justifique. Apresente sugestões e/ou críticas)

A ação decorreu de acordo com o esperado e desejado, tendo alcançado os objetivos propostos. Penso que seria importante ter a possibilidade de contar com a ajuda de 4 ou 5 elementos (alunos ou atletas) para a realização/exemplificação dos exercícios nas sessões práticas.