



European Physical Education Observatory

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



EuPEO Intellectual Output 4

*Toolkit do EuPEO para Monitorização Interna
(TIM)*

Versão Portuguesa

Ficha Técnica

Título: *EuPEO Intellectual Output 3. Toolkit do EuPEO para Monitorização Interna – versão portuguesa*

Autores: Marcos Onofre, João Costa, Nuno Ferro, Dora Carolo, Roland Naul, Stefanie Dahl, Rose-Marie Repond, Tamás Csányi, Claude Scheuer, Martin Holzweg

Tradutor(es): Dora Carolo, João Costa, Ana Quitério

Coordenador do Projeto: Marcos Onofre

Número de páginas: 33 + Apêndices

Ano: 2020

Citação: Onofre, M., Costa, J., Ferro, N., Carolo, D., Naul, R., Dahl, S., Repond, R-M., Csányi, T., Scheuer, C., & Holzweg, M. (2020). EuPEO Intellectual Output 3 EuPEO Manual for External Assessment – Portuguese Version.

Projeto: European Physical Education Observatory

Financiamento: European Commission

Programa: Erasmus+ Sport Collaborative Partnership 2017

Referência: 590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP

Período de elegibilidade: Janeiro 2018 – Dezembro 2020

Carta de Projeto: <https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/projects/eplu-project-details/#project/590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP>

Para mais informações sobre o projeto EuPEO, por favor siga os links:

Site: www.eupeo.eu

Facebook: www.facebook.com/European-Physical-Education-Observatory

Twitter: www.twitter.com/EuPEOproject

Os autores desejam agradecer à Comissão Europeia pelo financiamento do projeto EuPEO no âmbito do programa de parceria colaborativa Erasmus + Sport, com a referência do projeto: 590560-EPP-1-2017-1-PT-SPO-SCP.

Aviso: O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui um aval do seu conteúdo, que reflete unicamente o ponto de vista dos autores, e a Comissão não pode ser considerada responsável por eventuais utilizações que possam ser feitas com as informações nela contidas.

Índice

Introdução	4
Glossário do EuPEO	7
Equivalentes Culturais do Glossário do EuPEO	10
1. EuPEO Toolkit for Internal Monitoring	11
Normas Metodológicas Gerais	11
1.1. EuPEO School Questionnaire (ESQ)	17
1.2. EuPEO Pupil Questionnaire (EPQ)	18
1.3. EuPEO Learning Assessment System (EuLAS) – Teacher and Pupil	22
1.3.1.1. Atividades Físicas	24
1.3.1.2. Aptidão Física relacionada com a saúde	26
1.3.2.1. Autoperceção do Aluno – Questionário de Autoconceito Físico	33
2. Apêndice	34

Índice de tabelas

Tabela 1. Equivalentes culturais do glossário do EuPEO	10
Tabela 2. Mapa de questionários e participantes do EuPEO	13
Tabela 3. Protocolo de contacto da amostra para o TIM	13
Tabela 4. Processo de Refinamento Cultural (TIM)	15
Tabela 5. Exemplo de uma lista de códigos não-anonimizada, preparada pela escola	20
Tabela 6. Exemplo de códigos anonimizados da turma/professor, baseados na distribuição da tabela 5.	20
Tabela 7. Exemplo de códigos anonimizados do aluno, baseados na distribuição da tabela 5.	20
Tabela 8. Exemplo da lista final de códigos anonimizados.	21
Tabela 9. Rúbrica comum (europa) de avaliação das atividades físicas do EuLAS-T.	25
Tabela 10. Teste de resistência aeróbia 1: Teste Vaivém de 20m	28
Tabela 11. Teste de resistência aeróbia 2: Teste da milha	29
Tabela 12. Teste de Potência Muscular: Teste de Salto Horizontal	31
Table 13. Estágios e principais indicadores do teste de salto horizontal	32

Índice de figuras

Figura 1. EuPEO Methodological Representation	5
Figura 2. Fluxo da linha de tempo do EuPEO	12
Figura 3. Amostra da folha de registo EuLAS-T	26

Introdução

A Associação Europeia de Educação Física - *European Physical Education Association (EUPEA)* identificou uma diversidade de condições da Educação Física (EF), Desporto Escolar (DE) e outras formas de atividade física escolar na Europa, assim como a importância da implementação de sistemas de monitorização sistemática para a EF e atividade física relacionada com a saúde. O Observatório Europeu de Educação Física *European Physical Education Observatory (EuPEO)*, em desenvolvimento, tem como missão a resposta às necessidades identificadas. O projecto EuPEO é liderado pelo Laboratório de Pedagogia da Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa (FMH-UL) e pela Sociedade Portuguesa de Educação Física (SPEF), envolvendo 12 parceiros e dois observadores de um total de nove países: República Checa, França, Alemanha, Hungria, Irlanda, Portugal, Eslovénia, Suíça e Holanda.

O Projeto EuPEO tem como objetivo a implementação de um sistema de monitorização ao desenvolver a *webpage* do EuPEO, o Manual para Avaliação Externa [Manual for External Assessment (MEA)] a nível nacional e europeu, e um *toolkit* para preparação e desenvolvimento da monitorização interna da qualidade da Educação Física e do Desporto Escolar nas escolas.

No geral, estes dois dispositivos pretendem providenciar uma visão comparativa da qualidade da educação física através da aplicação de frameworks, ferramentas e processos comuns, incluindo, paralelamente, o máximo possível de questões culturalmente sensíveis para a implementação, análise e processo de decisão sobre a educação física de qualidade.

O framework do EuPEO para a qualidade da Educação Física possui dimensões nucleares estabelecidas, primariamente, com referência explícita ao framework da UNESCO (2015) para uma Educação Física de Qualidade (EFQ). Este foi refinado, expandido e explicitado pela equipa do EuPEO com referência às respetivas subdimensões, categorias e indicadores. As dimensões do framework do EuPEO são:

- Flexibilidade Curricular,
- Formação de Processores,
- Classe Profissional Docente,
- Recursos (Instalações, Equipamentos and recursos financeiros),
- Parcerias Comunitárias,
- Política Nacional para a Educação Física.

Os objetivos essenciais do Observatório Europeu de Educação Física são:

- Criar e apoiar as condições para o desenvolvimento e sustentação de Observatórios Nacionais de Educação Física através da colaboração entre instituições, alinhadas a um referencial comum no que respeita aos valores nucleares da Educação Física, às ferramentas e processos de monitorização na Europa;
- Apoiar os Observatórios Nacionais de Educação Física na recolha de evidências para a análise comparativa entre os países que estão em condições de informar sobre o estado e progresso da Educação Física para todas as crianças e jovens em idade escolar através de iniciativas sociais e políticas, e do desenvolvimento profissional docente;
- Criar e apoiar as condições para que cada escola, professor e aluno efetua a sua monitorização das dimensões nucleares da Educação Física de qualidade;
- Planear para o desenvolvimento da EFQ, enquanto se cria uma *network* de professores motivados e participativos que partilham práticas, desafios e soluções para tal desenvolvimento;
- A cada 3 anos, providenciar uma análise comparativa longitudinal entre países europeus sobre a EFQ para que cada país tenha a oportunidade de verificar o seu desenvolvimento neste prisma, com referência a regiões europeias ou países similares.
- Partilhar práticas, desafios e soluções na direção da EFQ, primariamente para crianças e jovens em idade escolar, mas também, para as direções escolares, pessoal docente e não docente.

O Sistema do EuPEO inclui dois dispositivos fundamentais, um externo e um interno. O dispositivo externo serve a avaliação dentro de todo o sistema [*intellectual output 3 – EuPEO Manual for External Assessment (MEA)*]. O dispositivo interno serve a auto-monitorização da escola [*intellectual output 4 – EuPEO Toolkit for Internal Monitoring (TIM)*]. A integração dos dois dispositivos no sistema do EuPEO está representada na figura 1.

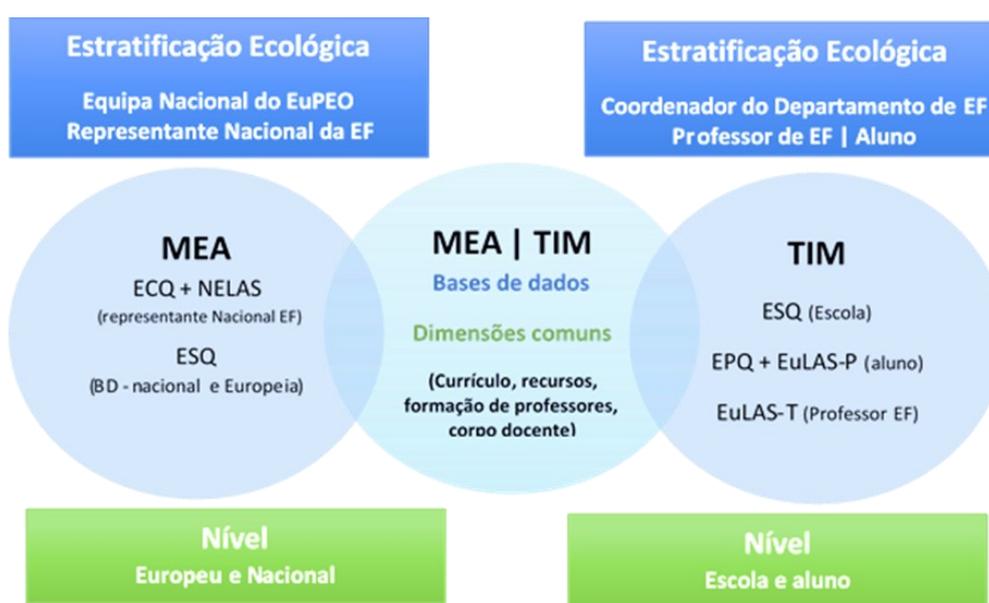


Figura 1. EuPEO Methodological Representation

O documento atual é intitulado ***EuPEO Toolkit for Internal Monitoring (TIM) – EuPEO Intellectual Output 4***. O TIM é um dispositivo a ser utilizado por cada escola participante (com o respetivo coordenador de departamento de Educação Física, professores de Educação Física e alunos) através da parceria entre a coordenação central do EuPEO e a equipa coordenadora do *Observatório Nacional de Educação Física* para recolha de dados a nível nacional sobre a qualidade da Educação Física transversalmente a todas as camadas do sistema (micro a macro), resultantes a aplicação do **EuPEO Toolkit for Internal Monitoring (TIM)** que o **EuPEO School Questionnaire (ESQ)**, **EuPEO Pupils Questionnaire (EPQ)** e o **EuPEO Learning Assessment System – Teacher (EuLAS-T)**.

Com a comparação de dados de toda a escola num banco de dados escolar (ligada às bases de dados nacionais e europeias), o TIM oferece a oportunidade de analisar indicadores de qualidade da Educação Física numa perspetiva comparativa. Para permitir tal abordagem, os questionários que compõem o MEA e o TIM foram desenvolvidas, testadas e extensivamente avaliadas em duas iterações piloto nos países parceiros do projeto .



Valor acrescido do EuPEO para a qualidade da Educação Física - TIM

Ao se envolver no processo de monitorização do EuPEO, as escolas estão a facilitar diretamente a construção de um retrato da Educação Física no seu contexto local, no seu país e em toda a Europa. Este retrato fornece dados relevantes para todos os envolvidos no processo de tomada de decisão na escola, em todos os níveis, particularmente para benefício dos professores e alunos. Adicionalmente, a participação no EuPEO confere um certificado formal de desenvolvimento profissional contínuo e um reconhecimento da EUPEA que contribui para o reconhecimento da escola e do departamento de Educação Física, apoiando assim o desenvolvimento local e global da Educação Física.

Este documento encontra-se estruturado da seguinte forma:

- ***Glossário EuPEO:*** detalha os principais termos EuPEO e equivalentes culturais quando relevante;
- ***Normas Metodológicas Gerais:*** detalham aspetos críticos para a implementação da metodologia do EuPEO;
- ***EuPEO School Questionnaire:*** detalha a abordagem específica, passo a passo, para a recolha de dados que representam a realidade da escola em que a Educação Física está a ser monitorizada;
- ***EuPEO Pupil Questionnaire:*** detalha a abordagem específica, passo a passo, para recolha de dados sobre os alunos que representem a sua perspetiva sobre a Educação Física e assim, permitir uma visão geral sistemática de todos os alunos de Educação Física da Escola;
- ***EuPEO Learning Assessment System (Teacher and Pupil):*** detalha a abordagem específica, passo a passo, para recolha de dados sobre o desempenho dos alunos que representam as suas aprendizagens em Educação Física permitindo assim, uma visão geral sistemática e agrupada de todos os alunos da escola no que respeita aos conteúdos da disciplina de Educação Física, mais comuns mais comuns entre países Europeus.
- ***Apêndices:*** constituídos pelas ferramentas relevantes no apoio à organização e gestão da aplicação do TIM.

Glossário do EuPEO

Este glossário representa as definições que foram adotadas para o contexto do projeto EuPEO e sob as quais a estrutura foi estabelecida e operacionalizada nos seus dispositivos de análise. Este tem como propósito a harmonização da comunicação entre os diferentes países e não pretende substituir os termos culturais relevantes e específicos de cada um destes. Nesta perspetiva, no final desta secção do glossário, encontra-se uma tabela com os equivalentes culturais apresentados pelos parceiros nacionais para que se seja garantido que cada país tenha conhecimento da correspondência das definições admitidas pelo EuPEO com a terminologia aplicada a nível nacional.

Atividade Física (AF) - é um termo amplo que se refere a todos os movimentos corporais que usam o esforço físico como objetivo ou meio na direção do desenvolvimento de Atividade Física relacionada com a saúde. Embora inclua a Educação Física e o Desporto, a atividade física também as brincadeiras e rotinas ativas tal como caminhar, andar de bicicleta, assim como as estratégias de aprendizagem ativa. Neste sentido, a Atividade Física pode ocorrer durante ou fora do horário escolar (fonte: adaptado de *Association for Physical Education (AfPE) Health Position Paper, 2008*).

Educação Física de Qualidade (EFQ) - é a experiência de aprendizagem planeada, progressiva e inclusiva que faz parte do currículo na educação pré-escolar, educação básica e educação secundária. Neste sentido, a EFQ atua como a base para um envolvimento vitalício em atividades físicas e desportivas. Esta experiência de aprendizagem oferecida a crianças e jovens através das aulas de Educação Física devem ser adequadas ao seu desenvolvimento para que os ajude a adquirir competências psicomotoras, saúde relacionada com a prática de Atividade Física, compreensão cognitiva, competências sociais e emocionais que necessitam para levar uma vida fisicamente ativa. A EFQ engloba cinco pilares fundamentais: a) flexibilidade curricular; b) formação de professores e condições de trabalho; c) parcerias comunitárias; d) instalações, equipamentos e recursos; e e) Pedagogia. (fonte: adaptado de UNESCO, *Quality Physical Education - Guidelines for Policy Makers, 2015, p. 9*).

Desporto Escolar - Os programas de desporto extracurricular em Educação Física apresentam um cenário complexo em toda a Europa. Provavelmente, nenhum outro termo no corpo de conhecimentos da educação Física teve uma avaliação tão ambivalente e uma gama de propósitos diferentes do que o termo e o assunto “Desporto Escolar (Naul & Scheuer, 2020, pp. 534-536). Existem pelo menos três conotações diferentes de Desporto Escolar, visíveis em toda a Europa:

- (1) Desporto Escolar restrito ao ensino e treino extracurricular de diversas modalidades desportivas e atividades físicas fora da disciplina de Educação Física. Esta é a definição aceite entre elementos do projeto EuPEO.

(2) Desporto Escolar como uma oferta de parceiros externos à escola, principalmente por treinadores de um clube desportivo ou por instrutores pagos pelos municípios como parte oficial da vida escolar, seja organizado nas instalações da escola ou em instalações desportivas da comunidade local;

(3) Desporto Escolar como componente de ensino integrante no currículo nacional/regional de Educação Física (EFDE) ou ainda como disciplina principal do ensino da EF (Desporto Escolar). Neste caso, e em países como a Alemanha, Inglaterra, Irlanda e outros, o termo e os itens de Desporto Escolar têm uma posição dupla: como parte regular do currículo de EFDE e como curso extracurricular de atividades físicas na escola ou em colaboração com as partes interessadas numa rede de Desportos comunitária, fora da escola.

Outras formas de Atividade Física - são todas as formas de Atividade Física que não reúnem as condições necessárias para serem incluídas no âmbito da Educação Física Escolar e do Desporto Escolar (incluindo aprendizagens fisicamente ativas, desporto, recreio, atividades físicas após a escola).

Aprendizagem Fisicamente Ativa – é o resultado da utilização da atividade física em aulas em que os conteúdos curriculares são lecionados através do movimento, “visando aumentar os níveis de atividade física das crianças, mantendo os tempos escolares” (fonte: adaptado de Norris, Shelton, Dunsmuir, Duke-Williams & Stamatakis (2015). *Physically active lessons as physical activity and educational interventions: a systematic review of methods and results. Preventive Medicine*. Mar(72),116-25; Class PAL project: <http://classpal.org.uk/what-is-class-pal/>).

Desporto - é uma atividade humana que envolve esforço físico e habilidades como foco principal da atividade, com elementos de competição e participação onde as regras e padrões de comportamento que governam a atividade existem formalmente por meio de organizações (fonte: adaptado do *Department of Local Government, Sport and Cultural Industries of the Government of West Australia, Definition of Sport and Active Recreation - Position Statement*).

Recreio - é o intervalo escolar, dedicado às crianças, para que se envolvam em brincadeiras espontâneas (auto-organizadas) ou estruturadas (ativas) com múltiplos benefícios de desenvolvimento, mas fora dos conteúdos currículo formal da disciplina.

Atividades pós-escola - é o conjunto de atividades de que as crianças em regime de escolaridade usufruem, antes ou depois do horário escolar, para os mais diversos fins de desenvolvimento, tais como, mas não exclusivamente, desportivos, culturais e sociais.

Política Nacional para a Educação Física – é apresentado como um documento autónomo ou integrado em outras políticas educacionais que especificamente apresente estratégias para o desenvolvimento de uma EFQ incluindo alguns ou todos os seguintes elementos (UNESCO, 2015):

- As estratégias nacionais para a Educação física devem estar presentes tanto na educação pré-escolar como no ensino básico e secundário; e deve abordar as lacunas significativas entre a retórica política e a implementação real para garantir que a legislação sobre a oferta de educação física se encontra a ser aplicada de forma consistente;
- As estratégias nacionais de Educação Física devem recomendar a alocação de tempo no currículo; e os responsáveis pelo provimento de EFQ devem ser responsabilizados por garantir que a alocação de tempo horário adequado à disciplina de educação física seja implementada;
- As estratégias nacionais devem garantir que os diretores, pais e outras partes interessadas estejam cientes dos benefícios da Educação Física e as finalidades do currículo devem exigir tempo curricular suficiente para que os conteúdos do mesmo sejam lecionados na direção da concretização dos objetivos;
- De acordo com o orçamento, as estratégias nacionais devem promover a coordenação escola - comunidade e caminhos comuns para a participação na Atividade Física, assim como abordar os problemas atuais de comunicação entre as duas agências;
- A relevância e o currículo de Educação Física devem ser revistas, especialmente onde há uma pré-disposição sustentada para a competição desportivas e atividades relacionadas ao desempenho. Esta revisão deve ser desenvolvida em consulta com os jovens, a oferta deve ser pessoalmente significativa, socialmente relevante e de acordo com os estilos de vida fora da escola;
- Devem ser desenvolvidos sistemas e mecanismos de monitorização e a garantia de qualidade que promovam boas práticas e responsabilidade na formulação e implementação de políticas de EFQ.

Equivalentes Culturais do Glossário do EuPEO

Esta tabela de suporte pretende fornecer a cada país os termos e noções normalmente utilizados, alinhados ao glossário geral do EuPEO.

Tabela 1. Equivalentes culturais do glossário do EuPEO

EuPEO Glossary Term	Cultural Equivalents								
	Czech	French	German	Irish	Portuguese	Slovenian	Swiss- German	Swiss- French	Dutch
Physical Activity									
Quality Physical Education									
School Sports									
Other Forms of Physical Activity									
Physically Active Learning									
Sport									
Recess									
After-School Activities									
Physical Education National Policy									

1. EuPEO Toolkit for Internal Monitoring

Normas Metodológicas Gerais

A estrutura operacional do EuPEO é enquadrada como um conjunto integrado que equipas de Observatórios Nacionais de Educação Física (até agora mencionadas como “Equipas Nacionais”) e respetivos coordenadores. Estes são referenciados enquanto associados da EUPEA, representados por:

- Associações nacionais de Educação Física (num representante nomeado);
- Representantes institucionais da Educação Física (na ausência do primeiro).

O *EuPEO Manual for External Assessment (MEA)*¹ representa o primeiro passo do EuPEO e é centralmente coordenado pela *European Physical Education Association (EUPEA)*. A EUPEA supervisiona e delega a nível nacional a implementação do EuPEO dentro dos próprios estatutos e orgânica da associação.

O EuPEO MEA inclui dois processos metodológicos fundamentais (figure 1):

- O *European Country Questionnaire*² (com o *National External Learning Assessment System Inventory*³);
- **A implementação e integração das bases de dados do *EuPEO Toolkit for Internal Monitoring (TIM)* a nível nacional;**

Como ponto de partida do EuPEO, o MEA iniciará o processo de monitorização a cada 3 anos, geralmente alinhado com o mandato da direção da EUPEA, começando em 2022-2023 com o seguinte cronograma geral (figura 2):

- Fase 1. Setembro a Dezembro – Implementação do ECQ e Preparação do TIM;
- Fase 2. Janeiro a Maio – Implementação do TIM;
- Fase 3. Junho a Setembro – Integração dos dados do TIM na base de dados do MEA e análise do MEA;
- Fase 4. Setembro a Novembro (Fórum EUPEA) – Construção dos relatórios do EuPEO e disseminação.

¹ em Português: Manual de Avaliação Externa das Aprendizagens

² em Português: Questionário do País

³ em Português: Inventário do Sistema Nacional de Avaliação Externa das Aprendizagens

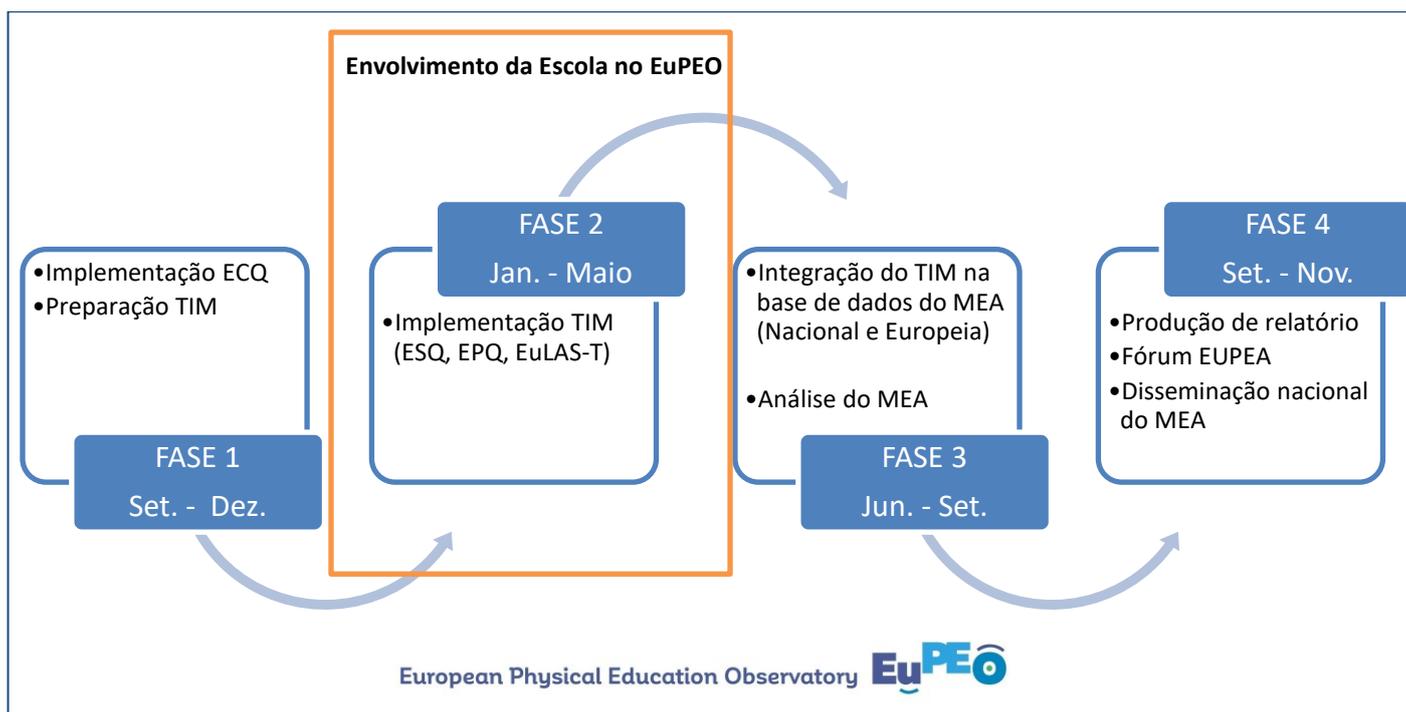


Figura 2. Fluxo da linha de tempo do EuPEO.

Este processo apenas pode ser realizado a partir de uma parceria efetiva com as escolas, resultando nos principais produtos para a escola:

Bases de Dados:

Base de dados do TIM (escola) = Base de dados comparativa por turma, integrando o contexto escolar;

MEA Nacional = Base de dados comparativa por região do país e escola;

MEA Europeu = Base de dados comparativa por região da Europa e país.

Relatórios:

TIM = Relatório dos alunos, Relatório de turma, Relatório de Escola;

MEA Nacional = Relatório comparativo por escola e regiões, Relatório Nacional Global;

MEA Europeu = Relatório comparativo por país e regiões, Relatório Europeu Global.

Para que este processo ocorra, diferentes questionários são concluídos por diferentes partes interessadas, conforme apresentado na tabela 2.

Tabela 2. Mapa de questionários e participantes do EuPEO

Instrumentos do EuPEO	Stakeholder Responsável pela Participação
ESQ	Coordenador do Grupo de Educação Física (Assistido pela direção da escola e/ou órgãos de gestão)
EPQ	Aluno
EuLAS-T	Professor

Como parte do processo de envolvimento com o EuPEO por meio da implementação do TIM, as escolas e os seus professores contam com as seguintes estruturas de contato e apoio:

- **Protocolo de contacto da amostra para o TIM:** promovido pela equipa nacional para iniciar o processo de participação das escolas (tabela 3);
- **Diretrizes para o processo de refinamento cultural do TIM:** para garantir que os questionários são culturalmente relevantes e adaptados a cada país (tabela 4);
- Processo de desenvolvimento profissional contínuo durante todo o processo do EuPEO (tabela 2);
- **Sistema online de suporte contínuo**, incluindo:
 - o Versões digitais e impressas do MEA e respetivos *frameworks* e questionários;
 - o Tutoriais de participação no questionário *online*;
 - o Fórum de suporte *online* com todas as escolas e alunos participantes.

Tabela 3. Protocolo de contacto da amostra para o TIM

Protocolo de Contacto da Amostra para a Equipa Nacional (Início da fase 1 do EuPEO)		
Passos	Finalidades	Ações
1	Garantir todas as ações preparatórias para a eficiência do protocolo e implementação do processo do EuPEO.	a) Comece e continue a divulgar nas redes sociais a implementação do processo do EuPEO para promover a sensibilização e maximizar o envolvimento dos participantes. b) Assegure todos os procedimentos éticos de acordo com as Leis e requisitos nacionais. Me especial para as escolas públicas onde o sistema é regulado centralmente, garantindo o contacto adequado e o apoio da autoridade de educação nacional ou regional.

		<p>c) Estructure o processo de participação no euPEO como processo de desenvolvimento profissional contínuo formal ao longo do ano letivo, para todos os professores da escola, incluindo as atividades principais:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Workshop preparatório; - Workshops de acompanhamento para feedback e apoio contínuo durante a recolha de dados, num mínimo de 2 momentos bem espaçados para as escolas escolherem pelo menos 1; - Recolha de dados para uma representação da Educação física a nível escolar; - Análise de dados e construção de relatórios para tomada de decisão no sentido do desenvolvimento da disciplina de Educação Física; - Reflexão crítica para avaliação do processo do EuPEO; - <i>Wokshop</i> de conclusão (disseminação). <p>d) Recolha de todos os contactos relevantes (diretores, coordenadores de departamento de EF).</p> <p>e) Impressão de cópias do TIM, se necessário.</p>
2	Permitir que o participante reveja o TIM e prepare perguntas/preocupações/desafios.	Enviar o TIM por e-mail e anexar a versão em pdf. para impressão.
3	<p>Apresentar os objetivos do EuPEO, expectativas e necessidades do participante para maximizar o seu envolvimento.</p> <p>Apresentar disponibilidade para suporte contínuo e encaminhar o participante para o Sistema Integrado de Suporte Contínuo Online.</p> <p>Confirmar o consentimento Informado para participação no ESQ e identificar os professores e alunos potencialmente participantes.</p> <p>Abordar questões/preocupações/desafios para a solução de problemas, com a finalidade de maximizar a qualidade e representatividade dos dados.</p>	<p>Conduza e resuma uma reunião (workshop preparatório) com os participantes.</p> <p>Discuta para antecipar problemas, respondendo a perguntas críticas do participante para evitar e minimizar valores ausentes ou desnecessários.</p>
4	Atribuição dos códigos do TIM	a) Recolher todos os consentimentos informados de alunos e professores (até final da fase do EuPEO) que irão completar o EPQ e o EuLAS-T.

		b) Atribuir os códigos aos professores e alunos da turma, utilizando o Pacote de Códigos do EuPEO no apêndice (consulte o TIM para obter informações detalhadas sobre o processo).
--	--	--

Tabela 4. Processo de Refinamento Cultural (TIM)

Processo de Refinamento Cultural do TIM da Equipa Nacional para as Escolas Participantes (até o final da primeira fase do EuPEO)		
Passo	Finalidades	Ações
1	Recolher dados sobre questões linguísticas/culturais a serem abordadas.	<p>As Equipas Nacionais entrarão em contacto com um pequeno conjunto de membros representativos de todas as partes interessadas envolvidas (por exemplo, 2 coordenadores de departamento de EF, 2 professores, 4 alunos) para participar numa discussão crítica sobre a sensibilidade linguística/cultural de cada questionário (ESQ, EuLAS-T, EPQ).</p> <p>Cada conjunto de participantes pode ser contactado para participar via entrevista ou grupo focal. A estes deve ser solicitado que simulem a entrada de dados no respetivo questionário e os seus próprios computadores para garantir que todos os aspetos técnicos da participação estão operacionais, bem como recolher o seu feedback sobre a experiência de conclusão do questionário.</p> <p>Durante cada sessão o instrumento em questão será analisado e discutido com o respetivo conjunto de representantes.</p> <p>As perceções de cada sessão serão registadas em ata e acordadas por todos os envolvidos.</p>
2	Compilar dados e enviar problemas e soluções específicas	<p>Relatar apenas questões/elementos mencionados pelos participantes.</p> <p>Para cada questão levantada pelos participantes, identificar:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Código de questão; - Assunto; - Solução. <p>Considerar cuidadosamente que qualquer refinamento deve ser feito apenas a partir de uma terminologia cultural ou perspectiva de compreensão, sem comprometer a validade do construto.</p>



3	Adaptação e publicação do instrumento	A coordenação central fará as atualizações necessárias e irá enviá-las às Equipas Nacionais para verificação final.
---	---------------------------------------	---

IMPLEMENTAÇÃO DO TIM – FASE 2 DO EuPEO (JANEIRO A MAIO)

1.1. EuPEO School Questionnaire (ESQ)⁴

O **EuPEO School Questionnaire (ESQ)** consiste num questionário *online*, anónimo e apresentado na língua nativa. Este é respondido pelo coordenador do departamento de Educação Física acerca da sua escola (com o apoio do diretor e dos colegas de departamento para questões específicas), focando-se nas dimensões de (1) flexibilidade curricular; (2) caracterização do corpo docente; (3) parcerias comunitárias e (4) instalações, equipamentos e recursos.



Valor acrescido do EuPEO para a qualidade da Educação Física - ESQ

O ESQ permite que a escola e o departamento de Educação Física que agreguem um conjunto importante de dados para a Educação Física de Qualidade (EFQ) e identifiquem facilmente áreas estruturais em boas condições de desenvolvimento ou a necessitar de melhoria, com foco numa perspetiva comparativa da implementação do currículo de Educação Física entre regiões, a nível nacional e por toda a Europa. Muitas vezes esta informação encontra-se dispersa ou depende de perceções empíricas. Adicionalmente, pode servir como um modelo para Gestão e Liderança Escolar para execução deste mesmo exercício de análise em outras disciplinas do currículo escolar.

1.1.1. Processo de Amostragem

Após um contacto inicial da equipa nacional com a escola, em que a aplicação to EuPEO TIM foi aceite, a escola parceira do EuPEO confirmará as condições disponíveis (link disponibilizado *online* ou versão em papel) para aplicação dos questionários que compõem o TIM - ESQ e EPQ- com os respetivos códigos.

A escola parceira do EuPEO fornecerá os dados solicitados (se disponíveis) a partir da participação do coordenador de departamento de Educação Física no ESQ.

Dada a diversidade e detalhe dos dados solicitados, o coordenador de departamento de Educação Física deve ter apoio do órgão de gestão e outros membros da comunidade escolar para facilitar a recolha e organização de dados, assim como assegurar a fiabilidade dos mesmos.

1.1.2. Recolha de Dados

O coordenador de departamento, parceiro do EuPEO, irá receber da Equipa Nacional o *link* para preenchimento do questionário, ou a versão em papel, conforme acordado.

⁴ em Português: Questionário de Escola do EuPEO

No preenchimento do questionário online, é possível a gravação de partes do questionário e continuação da participação, através da utilização de um *user* fornecido antecipadamente pela equipa nacional.

Ao longo do processo, em caso de alguma dificuldade, as escolas podem utilizar o sistema de apoio online e os contactos da Equipa Nacional para o EuPEO.

Para aplicações em papel, o questionário deve ser entregue em mão pelo coordenador de departamento, num tempo acordado com a Equipa Nacional. A Equipa Nacional será responsável por transferir e validar os dados em papel para a base de dados central do EuPEO através dos links online.

1.1.3. Análise de Dados

Como parte do relatório nacional, todos os dados serão submetidos a uma análise descritiva, considerando a escola a um nível nacional e Europeu, sem a seleção de turmas, professores e alunos.

Com base no relatório escolar, incluindo os resultados dos outros questionários de nível escolar (EPQ e EuLAS), a escola pode monitorizar de forma compreensível e relacionar as diferentes variáveis de qualidade da educação física, para identificar áreas positivas e áreas a melhorar.

1.1.4. Feedback and Report

Depois de completar os questionários, as escolas podem guardar uma cópia das respostas para *feedback* imediato da seguinte forma: a) *clicar* em “imprimir respostas” no final da versão digital do questionário para receberem, num formato simples, as respostas em *pdf.*; b) tirar uma foto ou digitalizar as suas respostas antes de entregar o questionário preenchido à Equipa Nacional.

As escolas são encorajadas a tornar públicos os seus relatórios, destacando especialmente as áreas mais fortes e envolver a comunidade em qualquer mudança necessária.

Após a publicação pelas equipas do EuPEO dos relatórios globais, as escolas podem ainda comparar os seus dados relativos ao seu país, a outros países europeus e à Europa em geral.

1.2. EuPEO Pupil Questionnaire (EPQ)⁵

O **EuPEO Pupils Questionnaire (EPQ)** é um questionário disponibilizado *online*, anónimo e apresentado na língua nativa. Este é respondido por uma amostra de alunos do último ano da escolaridade obrigatória, focando-se na

⁵ em Português: Questionário EuPEO dos alunos (EPQ).

dimensão do currículo. O EPQ, na sua versão piloto, também inclui o EuLAS-P, um instrumento pertencente ao TIM e que será descrito na [secção 1.3.2.1.](#) .



Valor acrescido do EuPEO para a qualidade da Educação Física - EPQ

O EPQ possui um valor recíproco - para os professores, na compreensão das vozes dos alunos e para estes últimos, na compreensão das intenções do professor. O valor do EPQ deve ser considerado em conjunto com o EuLAS-T, para fornecer uma visão geral completa da aprendizagem do aluno em Educação Física, individualmente, por turma e em toda a escola, considerando que este nível de distribuição de dados não se encontra estruturada na escola. Por último, apesar de representar um estreitamento do currículo nacional de Educação Física (enquanto exercício de recolha de dados) porque o EPQ e o EULAS-T se concentram nas áreas curriculares mais comuns em toda a Europa, proporcionam a oportunidade de comparar diferentes escolas a nível nacional e numa perspetiva europeia.

1.2.1. Processo de Amostragem

Após receber o contacto da equipa nacional e confirmar o acordo para aplicação do EuPEO TIM, a escola parceira do EuPEO confirmará as condições disponíveis para completar o preenchimento dos questionários do TIM (link online ou papel) – ESQ e EPQ.

A escola parceira do EuPEO irá receber um *pack* de códigos para configuração de uma lista ordenada de turmas e respetivos professores de educação física a lecionar turmas do último ano de escolaridade obrigatória. Estes códigos permitirão associar professor e respetivos alunos na base de dados do EuPEO com elementos de identificação externa para a equipa do EuPEO, mantendo o anonimato dos participantes.

Não se espera que a equipa nacional do EuPEO tenha acesso à correspondência de entre os códigos fornecidos e o nome dos alunos e professores. Contudo, a Equipa Nacional do EuPEO (FMH/SPEF) irá providenciar apoio na definição dos códigos para os alunos, caso seja necessário e requerido pelo parceiro escolar do EuPEO.

Para a eficiência deste processo será fornecido pela Equipa Nacional um sistema de códigos em formato excel.

Uma vez definida a lista de códigos da turma, estes códigos anónimos são atribuídos a alunos e professores tal como presente, em forma de exemplo, na tabela 5.

Tabela 5. Exemplo de uma lista de códigos não-anonimizada, preparada pela escola

Amostra da lista ordenada de alunos da turma para a escola A em Portugal		
Turmas	Nome do Professor	Nome do Aluno
10 D (1)	Ricardo (1)	Olivia (1)
		Bruno (2)
		Ana (3)
10 A (2)	Paula (2)	João (1)
		Carolina (2)
10 P (3)	Paula (2)	Patricia (1)
		Daniel (2)

- Os códigos anónimos dos professores referem-se à turma lecionada e atendem a uma regra que identifica o país, a escola e a turma/professor, tal como exemplificado na tabela 6, considerando a informação da tabela 5:

Tabela 6. Exemplo de códigos anonimizados da turma/professor, baseados na distribuição da tabela 5.

Significado do código (e.g. PT S1 C1)	Iniciais do país	Código de escola	Código do Professor/turma na lista da Escola
Discriminação do código	PT	S1	C1
Correspondência com a lista da escola	Portugal	Escola A	Turma 10 D Professor Ricardo

- Os códigos anonimizados dos alunos referem-se à turma lecionada e atendem a uma regra que identifica o país, a escola, a turma/professor e o aluno, tal como exemplificado na tabela 7, considerando as listas anteriores (tabela 5 e tabela 6):

Tabela 7. Exemplo de códigos anonimizados do aluno, baseados na distribuição da tabela 5.

Significado do código (e.g. PT S1 C1)	Iniciais do país	Código de escola	Código do Professor/turma na lista da Escola	Número do aluno na lista de turma da escola
Discriminação do código	PT	S1	C1	P1
Correspondência com a lista da escola	Portugal	Escola A	Turma 10 D Professor Ricardo	Olivia

- Envia a lista de códigos ordenados e anonimizados para a Equipa Nacional⁶, tal como representado na tabela 8.

Tabela 8. Exemplo da lista final de códigos anonimizados.

Amostra de lista anonimizada e ordenada da turma, a ser enviada à equipa nacional	
<i>Código de Turma</i>	<i>Código de Aluno</i>
PTS1C1	PTS1C1P1
	PTS1C1P2
	PTS1C1P3
PTS1C2	PTS1C2P1
	PTS1C2P2
PTS1C3	PTS1C3P1
	PTS1C3P2

1.2.2. Recolha de Dados

O coordenador do departamento de Educação Física da escola parceira do EuPEO receberá da equipa nacional, o *link* do questionário EPQ ou a versão em papel, conforme acordado previamente.

Para a aplicação *online* é sugerido ao professor de Educação Física que reserve uma aula dedicada ao preenchimento dos questionários, sob a sua supervisão, num computador da escola ou, numa sala onde os dispositivos móveis (e.g. tablets, telemóveis) podem ser usados de forma controlada e sejam providenciados pela escola ou pela equipa nacional, se apropriado e possível.

Para a aplicação em papel, o preenchimento dos questionários é apenas aceite e considerado pela equipa nacional se tal acontecer numa sessão dedicada à participação do EPQ e se o questionário for imediatamente entregue ao professor responsável pela aplicação do EuPEO na Escola, após o preenchimento completo e a recolha de todos os questionários (desde que autorizado pelo responsável legal e aceite pelo aluno).

Quando os alunos tiverem acesso ao questionário, podem apenas iniciar a sua participação após o professor dar indicação. Antes do início da participação propriamente dita, o professor deve reforçar que esta não tem impacto na classificação na disciplina de educação física e que todos os elementos recolhidos são anonimizados através da utilização de códigos.

Ainda antes de iniciar a participação, os alunos devem ter acesso imediato ao seu código, uma vez ser necessário para que o questionário seja válido (na versão online a participação apenas é iniciada quando o código é inserido).

Nas situações em que o professor está presente, os alunos podem colocar questões em caso de dúvidas na interpretação da questão.

⁶ Marcos Onofre (monofre@fmh.ulisboa.pt) – coordenador; (João Costa) joao.costa@ucc.ie – co-coordenador; Nuno Ferro (geral@spfe.pt) - co-coordenador.

Na utilização da via online de participação, todas as respostas são integradas automaticamente na base de dados central do EuPEO.

Para aplicações em papel, o questionário deve ser entregue em mão pelo coordenador de departamento, num tempo acordado com a Equipa Nacional. A Equipa Nacional será responsável por transferir e validar os dados em papel para a base de dados central do EuPEO através da utilização do link do EuPEO.

1.2.3. Análise de Dados

Como parte do relatório nacional, todos os dados serão submetidos a uma análise descritiva considerando a escola a nível nacional e europeu, sem destacar turmas, alunos ou professores.

Uma versão compilada das respostas dos alunos ao EPQ será fornecida à escola, sem destacar casos individuais de alunos em qualquer turma.

Baseando-se no relatório escolar, que também irá incluir os resultados de outras ferramentas de nível escolar (ESQ e EuLAS-T), a escola pode, de forma eficaz, monitorizar e relacionar diferentes aspetos da qualidade da educação física proporcionada com as perceções e aprendizagens dos alunos de modo a identificar áreas de desenvolvimento positivo e áreas a melhorar.

1.2.4. Feedback e Relatório

Depois de completar os questionários, o aluno pode guardar uma cópia das respostas para feedback imediato da seguinte forma: a) clicar em “imprimir respostas” no final da versão digital do questionário para receberem, num formato simples, as respostas em pdf.; b) tirar uma foto ou digitalizar as suas respostas antes de entregar o questionário preenchido ao professor.

As escolas são encorajadas a tornar públicos os seus relatórios, destacando especialmente as áreas mais fortes e envolver a comunidade em qualquer mudança necessária.

Após a publicação pelas equipas do EuPEO dos relatórios globais, as escolas podem ainda comparar os seus dados relativos ao seu país, a outros países europeus e à Europa em geral.

1.3. EuPEO Learning Assessment System (EuLAS) – Teacher and Pupil⁷

O **EuPEO Learning Assessment System (EuLAS)** é um questionário *online*, anónimo e apresentado na língua nativa. Este será respondido pelos professores de educação física de turmas do último ano de escolaridade obrigatória e pelos

⁷ em Português: Sistema de Avaliação das Aprendizagens do EuPEO - Professor e Aluno.

seus alunos⁸. O foco deste questionário é o resultado das aprendizagens nas áreas do currículo de educação física (perceções de literacia física; atividades físicas, aptidão física relacionada com a saúde), servindo de plataforma para inserção e organização dos resultados de aprendizagem conseguidos, com referência a critérios pré-estabelecidos. Cada versão é descrita abaixo:

O **EuPEO Learning Assessment System - Teacher (EuLAS-T)**⁹ consiste num questionário online, anónimo e apresentado na língua nativa. Este será respondido pelos professores de educação física de turmas do último ano de escolaridade obrigatória. Foca-se em duas áreas comuns do currículo de Educação Física: 1) aptidão física relacionada com a saúde e 2) atividades físicas, servindo de plataforma à introdução de dados sobre as aprendizagens dos alunos, com referência a critérios pré-estabelecidos. A Equipa Nacional irá providenciar um *template* em formato excel para organização dos dados.

O **EuPEO Learning Assessment System - Pupil (EuLAS-P)** consiste num questionário em formato *online*, integrado no Questionário dos Alunos EuPEO [Pupils Questionnaire (EPQ)], anónimo e apresentado na língua nativa. Este será respondido pelos alunos do último ano de escolaridade obrigatória. O questionário foca-se numa dimensão de aprendizagem numa área comum (entre países participantes) do currículo de educação física (perceções de competência física), servindo de plataforma à introdução de dados sobre a autoperceção de competência.



Valor acrescido do EuPEO para a qualidade da Educação Física - EPQ

O EuLAS-T (em conjunto com o EPQ) possui um valor recíproco - para os professores, na compreensão das vozes dos alunos e para estes últimos, na compreensão das intenções do professor. O EuLAS-T fornece uma visão geral completa da aprendizagem do aluno em Educação Física, individualmente, por turma e em toda a escola, considerando que este nível de distribuição de dados não se encontra estruturada na escola. Por último, apesar de representar um estreitamento do currículo nacional de Educação Física (enquanto exercício de recolha de dados) porque o EuLAS-T se concentra nas áreas curriculares mais comuns em toda a Europa, proporcionam a oportunidade de comparar diferentes escolas a nível nacional e numa perspetiva europeia.

⁸ Onde os testes de aptidão física e das atividades físicas do EuPEO não tenham sido aplicados, é requerido aos professores que os apliquem durante o período da recolha de dados para esta fase particular de aplicação piloto. Na sua versão final, estas ferramentas devem apenas ser aplicadas no final do ano letivo.

⁹ em Português: Sistema de Avaliação das Aprendizagens - Professor

1.3.1. EuLAS versão do professor

No Sistema de Avaliação das Aprendizagens do EuPEO – Versão Professor (EuLAS-T), o professor de educação física da turma fornece uma avaliação sumativa de cada aluno, em duas componentes do currículo: 1) Atividades Físicas (Jogos Desportivos Coletivos, Ginástica, Atletismo) e 2) Aptidão Física relacionada com a saúde (aptidão aeróbia e aptidão muscular). Para tal, o professor utilizará: 1) o código atribuído pela escola para aceder à plataforma digital; ou 2) a “Folha de Registro EuLAS-T” em versão excel; ou 3) preenche a versão em papel fornecida pela Equipa Nacional, através do responsável pelo departamento de Educação Física da Escola.

Para os casos em que o professor preenche o ficheiro excel “Folha de Registro EuLAS-T”, o professor pode simplesmente enviar este ficheiro para a plataforma digital EuPEO.

Para aplicações em papel, os questionários necessitam de ser entregues ao coordenador do departamento de educação física, que será responsável por devolver todos os questionários preenchidos à equipa nacional. A equipa nacional do EuPEO será responsável por digitar e validar os dados recolhidos dos questionários em formato de papel para a base de dados central do EuPEO, através da utilização do *link* disponibilizado *online*.

Dentro do período definido para a recolha de dados, os professores são encorajados a adiar, tanto quanto possível, a inserção de dados para garantir que todos os dados relevantes foram recolhidos. Idealmente, os resultados devem refletir tanto quanto possível as conquistas de aprendizagem dos alunos no ano. Os professores são também encorajados a incluir este protocolo de avaliação no seu planeamento geral, numa perspetiva formativa para os seus alunos, uma vez que se baseia em evidências empíricas robustas, atualizadas, referentes às melhores práticas e aos conteúdos curriculares relevantes em toda a europa.

Após completarem a inserção de dados, os professores terão acesso a *feedback* imediato das seguintes formas: a) *clicar* em “imprimir” no final do questionário disponibilizado *online* para receber a versão em *pdf*. das respostas inseridas; b) manter uma cópia do arquivo excel “Folha de Registro EuLAS-T”; ou c) tirar uma foto de seu registro antes de entregá-lo ao coordenador do departamento de Educação Física.

Os procedimentos de aplicação do EuLAS-T estão descritos nas subsecções 1.3.1.1. e 1.3.1.2.

1.3.1.1. Atividades Físicas

As atividades físicas são uma área central do currículo entre países da Europa. Após uma análise inicial constatou-se que, entre países europeus, existem três atividades físicas mais frequentemente lecionadas na escola e percebidas como as mais lecionadas, na perspetiva dos alunos. A saber: jogos desportivos coletivos (e.g. basquetebol, futebol); ginástica (e.g. acrobática, aparelhos) e atletismo (e.g. saltos, corridas) ([EuPEO IO2, 2019](#)).

A presente parte do protocolo do EuLAS-Teacher (professor) abordar estas três atividades e é referenciada em termos de quantos descritores são evidentes no desempenho dos alunos em cada uma destas. Os descritores de desempenho e as regras são apresentados na tabela 9.

Reconhecendo que cada professor do país e da Europa tem autonomia na aplicação do currículo nacional no que respeita ao processo de decisão sobre a avaliação, o foco dos descritores foi colocado no desempenho autêntico da atividade, considerando a sua expressão real. Como tal, mesmo quando o professor implemente principalmente uma abordagem de avaliação baseada em habilidades (analítica), deve ser possível considerar o desempenho do aluno numa situação de aprendizagem autêntica.

Para cada atividade é apresentado um objetivo de aprendizagem e uma tarefa representativa de avaliação autêntica que podem ser usadas pelo professor. Reforça-se que não há uma condição de utilização obrigatória das tarefas da amostra para completar dados.

Tabela 9. Rúbrica comum (Europa) de avaliação das atividades físicas do EuLAS-T.

Categoria	Objetivo de aprendizagem	Exemplo de tarefa autêntica da amostra	Descritores de desempenho
Jogos (coletivos)	O aluno é capaz de jogar com consciência tática dos companheiros de equipa e dos opositores, durante o ataque e defesa, usando técnicas adequadas e cumprindo as regras e valores específicos do desporto.	<ul style="list-style-type: none"> ●Jogo não condicionado, arbitrado e reduzido (relativamente ao desporto de referência com 3x3 no basquetebol, 4x4 no voleibol/corfebol, 5x5 futebol, rugby), jogado entre duas equipas em campos opostos. ●O jogo decorre sem interrupções por um mínimo de 10 minutos, com oportunidade para o aluno participar em ações ofensivas e defensivas, individuais e coletivas. 	<ul style="list-style-type: none"> ●CG1. Contribui efetivamente para as ações coletivas ofensivas com ações técnicas individuais adequadas e oportunas. ●CG2. Contribui eficazmente para as ações coletivas defensivas com ações técnicas individuais adequadas e oportunas. ●CG3. A performance mostra claramente respeito pelas regras, companheiros de equipa e equipa adversária.
Ginástica	O aluno é capaz de participar e apresentar para a turma uma rotina coletiva ou individual com fluidez, controlo técnico e postura, cumprindo as regras e valores específicos do desporto.	<ul style="list-style-type: none"> ●Uma rotina coletiva ou individual com um mínimo de pelo menos 5 elementos de 3 diferentes categorias técnicas (e.g. rolamentos, equilíbrios, flexibilidade, saltos) é realizada pelo aluno. ●A rotina é enquadrada num conjunto de rotinas de apresentação pelos alunos ou grupos de alunos, realizadas para a turma e o professor. 	<ul style="list-style-type: none"> ●G1. Conecta os diferentes elementos gímnicos com elementos de transição, favorecendo a fluidez da rotina. ●G2. Demonstra postura gímnica durante os elementos e ao longo da rotina. ●G3. Durante os desempenhos demonstra claramente apoio aos companheiros de equipa e respeito à oposição.

Atletismo	O aluno é capaz de se envolver numa situação semelhante a uma competição, realizando as técnicas relevantes com eficácia e segurança, e obedecendo às regras e valores específicos do desporto (disciplina de Atletismo).	<ul style="list-style-type: none"> ● Uma situação de aprendizagem de atletismo, tipo competição ajuizada (e.g. corrida de velocidade 1x1) é realizada individualmente pelo aluno ou em equipa (estafetas). ● A situação de aprendizagem proporciona ao aluno efetuar a “melhor de 3 marcas”. 	<ul style="list-style-type: none"> ● A1. Executa técnicas adequadas com eficácia e segurança. ● A2. Executa técnicas adequadas para o melhor resultado possível. ● A3. Durante o seu desempenho mostra claramente apoio aos companheiros de equipa (estafetas) e respeito pela oposição.
-----------	---	--	---

Esta rubrica de avaliação é preenchida no excel “folha de registo EuLAS-T” (no apêndice), incluindo a idade e sexo dos alunos. A folha de excel irá calcular automaticamente o número de indicadores por aluno nas colunas “total”, bem como a percentagem de indicadores na linha final “total da Turma (percentagem)” (figura 3).

European Physical Education Observatory 		EuPEO Learning Assessment System - Teacher Version														
Código de Turma	Código de Aluno	Sexo Feminino/ Masculino	Idade (em anos)	Atividades Físicas (Número de Descritores)												
				Jogos Desportivos Coletivos				Ginástica				Atletismo				
				CG1	CG2	CG3	TOTAL	G1	G2	G3	TOTAL	A1	A2	A3	TOTAL	
S1C1	S1C1P1	Female	14	X	X	X	3	X	X	X	3	X			X	2
	S1C1P2	Male	15		X	X	2	X			X	2				1
Total da Turma (Percentagem)				50,0%	100,0%	100,0%	83,3%	100,0%	50,0%	100,0%	83,3%	50,0%	0,0%	100,0%	50,0%	

Figura 3. Amostra da folha de registo EuLAS-T.

1.3.1.2. Aptidão Física relacionada com a saúde

A área curricular da aptidão física é nuclear em toda a europa ([EuPEO IO2, 2019](#)). Após uma análise inicial verificou-se que entre países da europa, a aptidão aeróbia e muscular são as mais ensinadas/treinadas nas escolas e mais percebidas pelos alunos e sendo ensinadas. Nos contextos nacional e europeu estas atividades são avaliadas através da aplicação de múltiplos testes. A opção tomada para esta parte do protocolo foi focarmo-nos nos testes mais comuns e aplicáveis que também têm produzido evidências empíricas mais robustas sobre o impacto de determinada aptidão física enquanto fator protetor de saúde.

Esta parte do protocolo do EuLAS-T foca-se na aptidão aeróbia e muscular e é classificada de acordo com unidades de medida relevantes dos resultados (percursos, tempo, metros).

Para inserir o nível, o professor considera para cada aluno a zona saudável relevante e marca-a, após ter escolhido o teste para cada subárea da aptidão física.

Para a Resistência Aeróbica, o professor escolherá a corrida de vaivém de 20m ou a corrida da milha, de acordo com os protocolos descritos abaixo.

Para a aptidão muscular, um único teste é administrado, o salto horizontal.

A aplicação de testes de cada componente da aptidão física é apoiada por elementos que sustentam a instrução do professor sobre os respetivos benefícios e valor para a saúde, incluindo hiperlinks para as referências citadas.

APTIDÃO FÍSICA – Resistência Aeróbia

Relevância da capacidade aeróbia (cardiorrespiratória) para a saúde

Estudos têm demonstrado que um nível adequado de capacidade aeróbia reduz o risco de hipertensão ([Blair et al, 1996](#)), obesidade ([de Lannoy & Ross, 2019](#)), diabetes ([Church et al, 2004](#)), síndrome metabólica ([Eisenmann, 2007](#)) e outros fatores de risco para as doenças cardiovasculares (Ortega et al, 2008) e problemas de saúde ([Barnes et al, 2003](#)), daí se reconhecer que a monitorização da aptidão aeróbia nos jovens é de extrema importância. Blair and colleagues ([1995](#)) reportaram que níveis baixos de aptidão física são um forte indicador de mortalidade (Blair et al, 1995). Esta relação é evidenciada igualmente na infância e adolescência (Welk et al, 2011) uma vez que tem continuidade até à idade adulta ([Malina, 1996](#)).

Numa revisão sistemática recente, Lang et. al ([2018](#)) descobriram que o desempenho no teste de vaivém (20m) estava favoravelmente associado a indicadores de adiposidade e indicadores de saúde cardiometabólica, cognitiva e psicossocial em rapazes e raparigas. A relação entre a aptidão aeróbia estimada no teste de vaivém (20m) e os resultados obtidos em testes laboratoriais é forte (c.f. [Laurson et al, 2015](#)), tornando o teste vaivém (20m) um teste válido e com fiabilidade ([Cooper et al, 1984](#); [Plowman et al, 1999](#)). Os referenciais para a saúde usados em diferentes países (e.g. EUA, Portugal, Hungria, Sérvia, Eslovénia) foram validados numa amostra europeia representativa nacionalmente (jovens em idade escolar na Húngria) ([Csányi et al, 2015](#); [Saint-Maurice et al, 2015](#)).

Tomkinson et al. ([2017](#)) demonstrou que o teste vaivém possibilita uma medida aceitável, viável e escalonável de funcionalidade cardiorrespiratória e capacidade funcional, e que tem validade de critério moderada e confiabilidade de alta a muito alta. O teste em si é usado por muitos países em toda a Europa e no mundo (Tomkinson et al. 2017).

A confiabilidade dos testes de corrida de distância em jovens, em geral, é moderada ou alta ([Trinh, 2019](#)).

A baixa confiabilidade do teste da milha devido à influência de variáveis comportamentais (e outros fatores psicológicos) pode limitar a sua validade como um teste de terreno para estimação do VO_{2max} em crianças pequenas (menores que 9 anos) ([Plowman & Meredith, 2013](#)).

Para estudos em jovens envolvendo corridas de 1-1,5 milhas ou 9 a 12 minutos e nos quais o VO_{2max} foi medido na passadeira ergonómica, os coeficientes de validade variaram de 0,60 a 0,80 (com uma exceção) (Plowman & Meredith, 2013).

Tabela 10. Teste de resistência aeróbia 1: Teste Vaivém de 20m

TESTE 1 DE RESISTÊNCIA AERÓBIA – Teste Vaivém de 20m (20mSRT or PACER)	
<i>Objetivo do teste</i>	Estimar a capacidade aeróbia (VO_{2max} também conhecido como capacidade de consumo máximo de oxigénio) que representa a dimensão funcional de aptidão física relacionada com a saúde mais importante.
<i>Equipamento requerido</i>	<ul style="list-style-type: none">● Superfície dura, limpa, não derrapante de pelo menos 22 metros;● Um dispositivo digital com altifalante (aparelhagem, computador portátil) adequado para reproduzir um arquivo de som;● Um ficheiro áudio (em CD, pen drive ou outro dispositivo);● Cones;● Fichas de registo de dados;● Roupa e ténis confortáveis, adequados à prática.
<i>Configuração da tarefa</i>	Defina faixas de 20 metros de comprimento, com cerca de 100 a 150cm de largura, separadas por cones. Prepare antecipadamente um leitor de áudio apropriado.
<i>Implementação do teste</i>	<p>Preparação - O professor define os grupos de alunos (máximo de 16 alunos a executar o teste ao mesmo tempo, com os seus pares no final da linha de partida prontos para contar e registar o número de voltas) e organiza a sequência de grupo para o teste.</p> <p>O professor enuncia o objetivo do teste e a razão pela qual esta medida é importante partindo de uma perspetiva relacionada com a saúde. Este solicita o máximo esforço e envolvimento dos alunos para alcançar as voltas necessárias na respetiva zona saudável em relação ao sexo e à idade. Os alunos devem ser encorajados a alcançar o seu melhor desempenho, tendo em conta a realização das voltas mínimas para um nível de aptidão aeróbia saudável. O professor em</p>

	<p>seguida explica o processo de implementação do teste, conforme descrito abaixo, tomando a responsabilidade de registar o número de voltas de cada aluno.</p> <p>Implementação - No início do teste, o professor inicia o áudio. O tempo entre percursos diminui a cada minuto, portanto, a velocidade que é necessária para realizar um determinado percurso aumenta a um ritmo de 0,5 km/h.</p> <p>A tarefa do aluno é realizar o teste em corrida contínua para alcançar o seu melhor desempenho, tendo em conta a realização das voltas mínimas para o nível saudável de aptidão física. O aluno deve completar o percurso de 20m antes de ouvir o “bip” e tocar a linha final com o pé. O percurso seguinte poderá apenas ser iniciado depois de voltar a ouvir um “bip”. Se o aluno não conseguir chegar à linha pela primeira vez, poderá retomar o teste mudando imediatamente de direção de corrida, até falhar a chegada à linha final pela segunda vez. O teste termina à segunda falha e o número de percursos completos será o anotado na ficha de registo. O número de percursos é depois comparado com os critérios que definem a zona saudável e o aluno é informado do número de percursos efetuados e do seu posicionamento na zona saudável.</p>
<p><i>Erros típicos durante o teste</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ● A execução não segue o ritmo do ficheiro áudio, sendo muito lento ou muito rápido; ● O aluno altera a direção da corrida sem cruzar a linha; ● O aluno inicia a corrida antes do sinal sonoro (“bip”).

Tabela 11. Teste de resistência aeróbia 2: Teste da milha

TESTE 2 DE RESISTÊNCIA AERÓBIA – Corrida de 1 milha (1609m)	
<p><i>Objetivo do teste</i></p>	<p>Estimar a capacidade aeróbia (VO₂max também conhecido como capacidade de consumo máximo de oxigénio) que é a dimensão funcional de aptidão física relacionada com a saúde mais importante. Para os alunos que gostam de correr e são altamente motivados pode ser uma avaliação alternativa ao vaivém (20m).</p>
<p><i>Equipamento requerido</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Superfície dura, não derrapante, limpa e que permita a execução de uma corrida de 1609m (pista interior ou exterior. O percurso pode ser efetuado numa pista ou em qualquer outra área medida (plana, limpa e não derrapante); ● Cones;

	<ul style="list-style-type: none">● Fichas de registo;● Cronómetro;● Roupa e ténis confortáveis, adequados à prática.
<i>Configuração da tarefa</i>	Designa-se uma pista de 1609,34 metros de comprimento, com cerca de 100 a 150 cm de largura (por exemplo, uma pista de 400m – 4 voltas mais 9 metros).
<i>Implementação do teste</i>	No início do teste, os alunos alinham-se na linha de partida. Após a indicação de partida, todos os alunos iniciam a corrida na pista designada. A tarefa dos alunos é completar a distância no menor tempo possível. Muitos alunos iniciam a corrida a um ritmo demasiado elevado e cansam-se rapidamente. Desta forma, é importante lembrá-los da necessidade de serem eficientes na corrida e de pouparem energia para obtenção de resultados precisos na avaliação.
<i>Erros típicos durante o teste</i>	<ul style="list-style-type: none">● O aluno para antes do teste terminar;● O aluno sai da pista designada para o teste;

APTIDÃO FÍSICA – Potência Muscular

Relevância da potência muscular para a saúde

Estudos têm reportado que tanto a força muscular superior como inferior são consideradas como marcadores importantes de saúde cardiometabólica em crianças e adolescentes ([Castro-Piñero et al, 2019](#); [Ruiz et al, 2009](#)). Castro-Piñero e colegas (2019) também encontraram que os resultados do teste de salto horizontal sem corrida podem ser usados para detetar síndrome metabólico e risco elevado cardiometabólico na juventude. Outros estudos demonstraram a relação entre o desempenho no teste de salto horizontal durante a infância e a densidade óssea em idade ([Foley et al., 2008](#)). Esta relação sugere que a potência muscular é importante para a densidade óssea. O teste de salto horizontal demonstra relação forte ($r = .70; .91$) com outros testes de campo que medem a força inferior ([Castro-Piñero et al, 2010](#); [Millikinen et al, 2008](#)). Outros estudos reportaram a fiabilidade do teste ([Espana-Romero et al, 2010](#)). Os standards usados numa população Húngara em idade escolar foram estabelecidos numa amostra representativa ([Saint-Maurice et al, 2015b](#)).

Tabela 12. Teste de Potência Muscular: Teste de Salto Horizontal

TESTE DE FORÇA EXPLOSIVA – Salto Horizontal Sem Corrida	
<i>Objetivo do teste</i>	Estimar a força explosiva dos membros inferiores enquanto forte preditor de saúde cardiometabólica.
<i>Equipamento requerido</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● Superfície limpa, anti-deslizante, e sem inclinação; ● Fita de medição para recolher os resultados; ● Giz ou fita a marcar linha de partida; ● Opcional: régua ou stick para facilitar medição; ● Fichas de registo; ● Roupa e calçado confortável.
<i>Configuração da tarefa</i>	Definir uma linha horizontal numa superfície limpa, anti deslizante, e sem inclinação com fita de medição ou régua pronta para medição.
<i>Implementação do teste</i>	<p>Preparação - O professor estabelece a ordem dos alunos e organiza-os para o teste, atrás da linha de salto. O professor identifica o objetivo do teste e a razão para a importância deste teste numa perspetiva de saúde, solicitando máximo esforço e empenho dos alunos para saltarem o mais longe possível considerando a zona de saúde, registando o melhor resultado de 3 tentativas. O professor explica então a implementação do teste como descrito abaixo, tomando a responsabilidade de fazer as medições de cada aluno.</p> <p>Implementação - Para a implementação ser fiável, é importante fornecer a todos os alunos a informação abaixo, com demonstração (tabela 13).</p>
<i>Erros típicos durante o teste</i>	<ul style="list-style-type: none"> ● before the jump, one of the legs steps towards the direction of the jump; ● none or barely bent knees in the pre-stretched phase; ● no arm swing, or it is not the swing of the arms that starts the jump; ● touching down happens with full feet; ● the pupil falls behind, or steps back.

Table 13. Estágios e principais indicadores do teste de salto horizontal

Fase do Salto	Principais indicações para execução apropriada
<i>Posição de partida</i>	<ul style="list-style-type: none">• Os alunos começam atrás da linha de salto, com pés à largura dos ombros;• A ponta dos pés não deve tocar a linha;• Joelhos ligeiramente dobrados;• Braços à frente do corpo, e se acima da cabeça ligeiramente dobrados.
<i>Ganho de momento para o salto</i>	<ul style="list-style-type: none">• O aluno gradualmente dobra os joelhos e anca, balançando os braços para trás das costas (baixando o centro de gravidade para pré-ativação muscular);• Posteriormente balança os braços para a frente até à altura da cabeça, criando momento linear para executar o salto à máxima distância horizontal.
<i>Durante o salto</i>	<ul style="list-style-type: none">• Puxa as pernas para cima e para a frente preparando a receção ao solo.
<i>Receção ao solo</i>	<ul style="list-style-type: none">• Alcança o solo com os dois pés (calcanhar), desenrolando o calcanhar até à ponta do pé, com os joelhos ligeiramente dobrados;• Alcança a posição de agachamento, sem cair para trás ou para o lado.

1.3.2. EuLAS versão do Aluno

No Sistema de Avaliação das Aprendizagens do EuPEO – Versão Aluno (EuLAS-P), o aluno relata a sua perceção de competência física. Para este fim, o aluno usa o código atribuído para aceder à plataforma ou completar a versão em papel providenciada pela Equipa Nacional, através do respetivo Coordenador de Educação Física.

Para aplicações na versão em papel, os questionários necessitam de ser entregues pelo professor de Educação Física respetivo, que depois os devolve ao Coordenador de Educação Física. O Coordenador de Educação Física é então responsável por devolver todos os questionários num momento combinado com a Equipa Nacional (a Equipa Nacional será responsável por transferir os dados e validar as entradas na base de dados central através dos *links* disponibilizados *online*).

Os professores são encorajados a adiar o mais possível a aplicação dos questionários para garantir que todos os dados relevantes podem ser recolhidos. Os professores são também encorajados a incluir o protocolo de avaliação no seu planeamento geral, numa perspetiva formativa com os alunos, já que segue a investigação atual e robusta e conteúdos do currículo relevantes na Europa.

Depois de completar a inserção dos dados, os alunos podem recolher feedback imediato da seguinte maneira: a) clicar em “imprimir” no final da versão digital para ficarem com uma versão das suas respostas em pdf; b) tirar uma fotografia ao seu questionário antes de o entregar ao professor de EF.

1.3.2.1. Autoperceção do Aluno - Questionário de Autoconceito Físico

O Questionário de Autoconceito Físico foi desenvolvido e validado por Lohbeck, Tietjens & Bund ([2016](#), [2017](#)), como uma ferramenta de 22 itens que mede o autoconceito de competência física dos alunos recorrendo a múltiplas dimensões: 1) Força; 2) Resistência; 3) Velocidade; 4) Flexibilidade; 5) Coordenação; 6) Aparência Física; 7) Competência Desportiva Global.

Para cada um dos 22 itens o aluno irá selecionar um nível de acordo (de “não é verdade” a “verdade”) recorrendo a uma escala de 4 pontos. O cálculo do Autoconceito Físico Global é calculado a partir do pavor médio dos 22 itens.

O aluno irá completar este questionário por forma a ser encontrada uma medida global validada de perceção de aprendizagem e atitudes positivas em relação à imagem corporal e à competência física avaliada objetivamente (e.g. [Carraro, Scarpa, & Ventura, 2010](#)), que por sua vez está associada ao envolvimento na atividade física (e.g. [Belanger et al, 2018](#)).

2. Apêndice

1. FAQs
2. Recursos do TIM

1. FAQs

Questão	Resposta
A participação no EuPEO é obrigatória?	Não. As equipas nacionais do EuPEO anunciam uma “chamada aberta para participação” e fazem o contacto direto com as direções de escola através dos seus diretores e coordenadores de departamento de EF para os convidar a participar no EuPEO numa base voluntária.
O EuPEO é aprovado?	O EuPEO é formalmente aprovado pela Associação Europeia de Educação Física a nível internacional. O endosso nacional é variável em cada país, geralmente pela autoridade educativa (e.g. Direção Geral de Educação, em Portugal) e sempre pela associação profissional de educação física ou um representante nacional da EUPEO.
A participação no EuPEO é gratuita?	Sim, para todas as escolas, alunos e professores. As Equipas Nacionais necessitam de garantir um nível adequado de recursos financeiros para garantir a implementação do EuPEO.
O que acontece com os dados que forneço ao EuPEO?	Todos os dados são anónimos e confidenciais por meio de um Sistema de códigos atribuídos a escolas, professores e alunos uma vez que todos os dados são recolhidos num conjunto de bancos de dados para serem disponibilizados em acesso aberto, ou seja, para serem disponibilizados publicamente para que qualquer pessoa que deseje explorar e conduzir investigação adicional através das bases de dados do EuPEO. Estas bases de dados mantêm todo o anonimato e confidencialidade.
Como posso obter mais informações sobre o EuPEO?	As informações sobre o EuPEO podem ser obtidas diretamente na <i>webpage</i> (www.eupeo.eu) e através do email da EUPEA (info@eupea.com). Para questões sobre a implementação nacional, aqueles com interesse devem entrar em contacto com a equipa nacional identificada para cada ciclo do EuPEO no site oficial do Observatório.

2. Recursos do TIM

1. Timeline do EuPEO – Checklist da Escola

Complete a coluna “Estado” com: “Em preparação”, “Em progresso” ou “Completo”. Use a coluna “Observações” para notas relevantes e questões emergentes ao longo do processo.

Fase do EuPEO	Objetivos	Tarefas	Calendarização geral	Estado	Observações
1 (Set.-Dez.)	Preparação do TIM	Anúncio do EuPEO / Chamada	Set.		
		Protocolo de amostragem do TIM	Set. - Out.		
		Diretrizes de refinamento cultural	Nov.-Dez.		
2 (Jan.-Maio)	Implementação do TIM	ESQ	Jan.- Mar.		
		EPQ	Abr.- Maio		
		EuLAS-T	Abr.- Maio		
		Avaliação do TIM	Maio		

2. Sistema de Gestão do pacote de códigos – Ver excel em anexo

3. Ficheiro dos dados sobre a aprendizagem (EuLAS-T) – Ver excel em anexo