



COMITÉ
INTERNATIONAL
OLYMPIQUE

Implementar o OVEP:

UM GUIA PRÁTICO PARA A EDUCAÇÃO AOS VALORES OLÍMPICOS



Formação dos formadores

Agradecimentos:

O COI gostaria de expressar o seu apreço e a sua gratidão aos colaboradores abaixo indicados. O conhecimento, a perícia e a paixão individual e coletiva pelo Olimpismo tornaram possível a criação de um programa holístico de formação em workshops baseado nos preceitos do pensamento e da pedagogia Olímpicos.

Amanda Stanec, PhD, Proprietária, Move Live Learn, Responsável pelo desenvolvimento de conteúdos

Gary Barber, Educador, Escola Universitária St Michael's, Victoria BC

Contribuintes:

Narin HajTass, Diretor de Educação e Formação, Comitê Olímpico Nacional da Jordânia

Paraskevi Lioumpi, PhD, Universidade do Peloponeso, Academia Olímpica Internacional

James Mandigo, PhD, Vice-Presidente e professor, Universidade Brock

Phelane Phomane, Consultor de terreno OVEP, Lesoto

Amy Schwartz, Diretora de estratégia sénior, Move Live Learn

Lindsay Simpson, Especialista em programas, Move Live Learn



PROGRAMME D'ÉDUCATION
AUX VALEURS OLYMPIQUES

Implementar o OVEP:

Um Guia Prático para a Educação aos Valores Olímpicos

Este guia deve ser utilizado em conjunto com o livro *Os Fundamentos da Educação aos Valores Olímpicos: Um programa baseado no desporto*, ambos fazendo parte da documentação do OVEP 2.0.

Publicado em 2017
Produzido pelo Comité Olímpico Internacional
Fundação Olímpica para a Cultura e o Património
Lausanne, Suíça

O conteúdo do OVEP e de qualquer trabalho, elemento ou documento dado ou distribuído a si relacionado com o OVEP, incluindo, de forma não exaustiva, todos os documentos, gráficos, imagens e vídeos (os "documentos do OVEP") são propriedade exclusiva do Comité Olímpico Internacional (o "COI") e / ou são fornecidos pelo COI, para fins não comerciais e não promocionais, e o seu uso é limitado apenas para fins editoriais, educativos, de pesquisa, análise, revisão e relatório (a menos que especificado de outra forma). Os documentos do OVEP não podem ser modificados e / ou transformados, sublicenciados ou redistribuídos, no todo ou em parte, sem o consentimento prévio por escrito do COI (ou do titular dos direitos designado). O COI não dá garantias e não assume qualquer responsabilidade pelas informações contidas nos documentos do OVEP, nem pela exatidão ou completude de tais informações. As opiniões e pontos de vista expressos (i) em qualquer documento de terceiros que lhe seja fornecido com os documentos do OVEP, ou (ii) em qualquer publicação, website ou outro meio através do qual esses documentos de terceiros lhe sejam disponibilizados com os documentos do OVEP, são as opiniões dos seus autores e não refletem necessariamente a política ou posição oficial do COI. O utilizador compromete-se a indemnizar, defender e proteger o COI contra todo e qualquer dano resultante ou relacionado com o seu uso ou má utilização dos documentos do OVEP ou qualquer violação dos termos da licença pelo cliente. O COI (e, na medida do aplicável, o titular dos direitos relevante) reserva-se o direito de revogar os direitos conferidos com os documentos do OVEP a qualquer momento e por qualquer motivo.

© Copyright 2016, Comité Olímpico Internacional

ISBN : 978-92-9149-168-1

Design: Thomas & Trotman Design

Ilustração da capa: Bruno Santinho

Edição e revisão da versão inglesa:
Dan Brennan, Libero Language Lab

Tradução portuguesa: Comité Olímpico Cabo-verdiano

Revisão da versão portuguesa e correção de provas:
João Bernardo

Fotografias do COI e da Getty Images®.

Página 10 COI / Arnaud Meylan; página 13 CON / BRA; página 26 COI / Catherine Leutenegger

Fundação Olímpica para a Cultura e o Património,
Quai d'Ouchy 1, 1001 Lausanne, Suíça
Telefone +41 (0)21 621 6511 www.olympic.org

Impresso no Reino Unido

O papel certificado FSC utilizado neste guia é fabricado numa fábrica de papel acreditada ISO 14001 e EMAS.

Este documento também está disponível em <https://www.olympic.org/fr/programme-valeurs-et-education-olympique>



Índice

Prefácio	6
Olimpismo e educação baseada em valores	8
Secção 1: Compreender os benefícios do OVEP	12
Secção 2: Criar um ambiente de aprendizagem bem-sucedido	16
Secção 3: O OVEP e os meios de aprendizagem do século XXI	18
Secção 4: O ciclo de ensino e de aprendizagem	20
Secção 5: Métodos de ensino que apoiam a implementação do OVEP	26
Secção 6: Ensino baseado nos temas educativos Olímpicos (unidades de trabalho)	30
Secção 7: Implementar OVEPs que envolvem exercícios físicos	34
Ligar as atividades do OVEP	64
Sugestões de leituras adicionais sobre pedagogia	66
Glossário	67
Recursos e referências	73



Prefácio

Há apenas algumas pessoas no mundo que se tornam atletas Olímpicos, mas qualquer pessoa pode tirar partido dos benefícios de um modo de vida fisicamente ativo. O COI quer enfrentar o desafio global de taxas crescentes de inatividade física para que um maior número de jovens tenha a oportunidade de se tornarem atletas Olímpicos, mas especialmente para que mais crianças e jovens se habituem a ser fisicamente ativos ao longo da vida, para a alegria e os benefícios para a saúde daí resultantes.

A atividade física assume muitas formas, entre as quais, mas não só, o desporto, o lazer, o jogo livre, a dança e o exercício físico. Nem todas as crianças têm uma experiência positiva no desporto e na atividade física. Queremos mudar isso. Através de abordagens mais positivas e mais centradas nos alunos, que tornam os programas de atividade física mais inclusivos, um maior número de crianças e jovens terão excelentes experiências com programas de atividade física e mais chance de se manterem fisicamente ativos para o resto das suas vidas.



A Comissão para a Educação Olímpica, que é responsável por aconselhar o COI, reconhece a importância de ajudar as crianças e os jovens a adquirir valores e competências que serão úteis para a vida. Esforça-se por inspirar os educadores em torno dos cinco temas educativos Olímpicos, com base nos Princípios Fundamentais do Olimpismo: prazer do esforço, fair play, respeito pelo outros, busca da excelência e equilíbrio entre corpo, vontade e espírito.

Este programa foi concebido para permitir aos jovens, independentemente do seu nível de competência e em que parte do mundo se encontram, apreciar e aprender com a atividade física, bem como desenvolver competências sociais, cognitivas e físicas que os servirão ao longo de toda a vida. Além disso, este programa pode ser modificado para adultos que também podem ser capazes de beneficiar de uma educação baseada em valores e de melhores oportunidades para serem fisicamente ativos.

Finalidade:

- Porque é que o OVEP desenvolve este recurso?
- Por que razão o desenvolve agora?
- Qual é a grande visão do OVEP para o mundo e qual o objetivo pelo impacto que terá sobre os participantes de cada programa?

Pensamos que é importante proporcionar este workshop e estes recursos hoje em dia, considerando a sua capacidade de influenciar positivamente as visões, objetivos e princípios gerais a seguir.

Situar a forma como este recurso se insere no contexto:

- da visão do Comité Olímpico Internacional.
- do Olimpismo.
- da estrutura do COI e dos seus objetivos através da educação.
- da visão da Comissão para a Educação Olímpica.
- das Diretrizes da UNESCO para uma Educação Física de Qualidade.
- dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU.



Olimpismo e educação baseada em valores

O Movimento Olímpico utiliza três valores fundamentais para promover o Olimpismo: excelência, respeito e amizade. No entanto, não são os únicos valores que desenvolvem o corpo, a vontade e o espírito. Valores como a determinação, a coragem, a perseverança e a resiliência estão entrelaçados com estas crenças essenciais e encontram-se em abundância no mito dos Jogos Olímpicos. O OVEP é um programa baseado em valores e pode ser utilizado para:

- Desenvolver uma compreensão destes valores entre os alunos ajudá-los-á a implementá-los nas suas vidas.
- Incentivar a participação dos alunos no desporto e na atividade física.
- Reforçar a apreciação do esforço nas disciplinas escolares.
- Promover comportamentos positivos e construir relações saudáveis entre os jovens e as suas comunidades.

Os jovens não têm necessariamente de praticar um desporto para tirar partido do documento, embora seja um resultado desejado.

O Programa de Educação aos Valores Olímpicos contém cinco recursos:



Os Fundamentos da Educação aos Valores Olímpicos: Um programa baseado no desporto

Este documento é o principal recurso oficial para o projeto e a primeira base de conhecimentos para a entrega do OVEP. É composto por quatro partes. A primeira parte, "Introdução à Educação aos Valores Olímpicos", explora os princípios do Olimpismo e os temas educativos Olímpicos. A segunda parte discute os elementos essenciais dos Jogos Olímpicos (dos símbolos às cerimónias) e liga-os a oportunidades educativas baseadas em valores. A terceira parte prossegue este trabalho e analisa a forma como o Movimento Olímpico se adaptou às novas oportunidades e aos novos desafios que o mundo enfrenta através de iniciativas como os Jogos Olímpicos da Juventude (JOJ), a oferta de oportunidades para as mulheres e o reconhecimento da importância da sustentabilidade na organização dos Jogos. A parte final explora a importância dos temas educativos Olímpicos e responde a problemas contemporâneos com os quais os jovens do mundo se confrontam.

Implementar o OVEP: Um Guia Prático para a Educação aos Valores Olímpicos

Este guia ajudá-lo-á a aplicar o Programa de Educação aos Valores Olímpicos (OVEP) do COI. Identifica estratégias de ensino do século XXI e os meios utilizados para implementar com sucesso o OVEP. Encontrará aqui mencionados um grande número de estratégias pedagógicas e exemplos de meios práticos para implementar o OVEP.

Fichas de atividade: Exercícios de apoio à Educação aos Valores Olímpicos

Cada ficha de atividade é um guia imprimível com exercícios práticos de aprendizagem que retomam os temas, símbolos, tradições Olímpicas e proporcionam aos alunos / estudantes formas de experimentar este formato através de atividades criativas e de reflexão. As fichas de atividade são diferenciadas de modo a satisfazer as capacidades de desenvolvimento dos alunos desde a escola primária até ao último ano do ensino secundário.

A Biblioteca de recursos

O DVD contém versões digitais descarregáveis do manual dos *Fundamentos*, *Implementar o OVEP* e *Fichas de atividade*. Outros recursos incluem informações gerais, materiais mais animados, tais como vídeos e exemplos de programas básicos.

Plano de Workshop OVEP: Aprender através da atividade física

A Formação de Formadores inclui atividades lúdicas que estão incluídas no *Plano de Workshop do OVEP* e detalhadas nas *Fichas de missão*. As respetivas *Fichas de missão* e o *Plano de Workshop do OVEP* poderão ser recuperados no momento da organização de uma formação. Contacte o departamento do COI correspondente para solicitar a organização de uma formação OVEP.

Implementar o OVEP: Um Guia Prático para a Educação aos Valores Olímpicos

O OVEP e os documentos que o acompanham não se destinam apenas a incorporar valores no método de ensino dos alunos, mas também para ajudar os participantes a experimentarem estes valores e a viverem de acordo com eles.

Este guia é uma ajuda prática para os educadores na aplicação do OVEP. O termo "educador" é utilizado em sentido lato e refere-se a qualquer pessoa que desempenhe um papel de acompanhamento e / ou que é responsável pela transmissão de conhecimentos. Inclui professores, líderes comunitários, delegados de juventude, treinadores desportivos e pais, bem como pessoas que trabalham em organizações humanitárias e desportivas, instituições educativas e organizações não governamentais. Do mesmo modo, o OVEP pode ser ensinado e aplicado em muitos ambientes: em casa, na escola, no campo desportivo, no local de culto, no centro comunitário, no parque infantil, etc. Por uma questão de concisão, o termo "centro de aprendizagem" é utilizado no presente documento para descrever todos estes ambientes de aprendizagem.

Este guia discute os princípios de uma educação aos valores eficaz e fornece exemplos para saber como, na prática, planear, ensinar e apreciar a educação aos valores.



Princípios fundamentais deste guia

- Não foi concebido como um documento normativo, mas como um suporte útil que proporcionará ao educador os meios para agir.
- A utilização eficaz deste meio será moldada, não só pela experiência e pelas competências do educador, mas também pela forma como se adapta à situação única do centro de aprendizagem.
- Alguns centros de aprendizagem terão recursos físicos e educativos impressionantes, permitindo-lhes implementar plenamente muitas das atividades sugeridas do OVEP. Outros centros de aprendizagem podem ter recursos muito limitados. As atividades e recursos do OVEP podem e devem ser adaptados para permitir uma aplicação bem-sucedida, desde que tais mudanças respeitem o espírito e a intenção do programa.
- A maioria dos educadores é e devem seguir um programa educativo estabelecido; no entanto, é importante reconhecer que a aplicação do OVEP não julga nem contradiz os valores que são ensinados em diferentes culturas.
- Os valores centrais do Olimpismo (excelência, respeito e amizade) são relevantes no mundo inteiro e podem ter uma influência poderosa e ser fontes de transformação na vida daqueles que os põem em prática.

Este guia reconhece que os educadores que implementam o OVEP terão um vasto leque de competências e experiências. Alguns educadores poderão ter concluído programas de ensino superior e estar familiarizados com a maior parte das estratégias pedagógicas sugeridas. Outros educadores podem não ter formação oficial, mas poderão ser responsáveis respeitados nas suas comunidades. Independentemente da experiência do educador, a aplicação do conteúdo do OVEP e as estratégias de ensino sugeridas no presente documento destinam-se a orientar e assistir todos os profissionais que estão empenhados para garantir o êxito da aplicação do OVEP.

Este guia está organizado em capítulos para ajudar o educador a introduzir o OVEP e a implementá-lo plenamente. No entanto, é importante notar que não é necessário ler este guia sequencialmente.

O conteúdo do OVEP pode ser utilizado

- Para providenciar suporte e atividades complementares a um quadro de trabalho existente;
- Para inspirar o desenvolvimento de um novo quadro de trabalho;
- Como um quadro de trabalho em si.



Referências da biblioteca de recursos

- “*Teaching Olympism in Schools: Olympic Education as a Focus on Values Education*”, Centre d’Estudis Olímpics (UAB), Cadeira internacional do Olimpismo (COI-UAB), Binder, D., 2010. [02 / Programa escolar](#).
- “*Coubertin Academy: A Handbook for Olympic Education in Secondary Schools*”, Comité Internacional Pierre de Coubertin (CIPC), 2007. [00 / Fichas de atividade & 03 / Manuais](#).



Secção 1

Compreender os benefícios do OVEP

O manual dos *Fundamentos de Educação aos Valores Olímpicos* é um recurso educativo abrangente, cheio de ideias, histórias e atividades que ensinam valores e inspiram a juventude. Tem também um enorme potencial para transformar as vidas individuais e comunidades inteiras, trazendo esperança e dando oportunidades àqueles que abraçam os valores fundamentais do Olimpismo: excelência, respeito e amizade. Nelson Mandela, o antigo Presidente da África do Sul, reconheceu o poder e o potencial inerentes ao desporto:

"O desporto tem o poder de mudar o mundo. Tem o poder de inspirar. Tem o poder de unir as pessoas de formas quase únicas. O desporto pode criar esperança onde só havia desespero. É mais poderoso do que os governos para quebrar as barreiras raciais."



É importante sublinhar que o OVEP não é apenas um programa desportivo destinado a motivar futuros atletas Olímpicos. O Presidente do COI, Thomas Bach, afirmou recentemente:

"As Nações Unidas e o Comité Olímpico Internacional sabem até que ponto o desporto pode satisfazer uma vasta gama de necessidades humanas e sociais nas áreas da saúde, da educação, da inclusão, do desenvolvimento sustentável e da paz. Sim, o desporto pode mudar o mundo, mas não o pode fazer sozinho. Quando colocamos o desporto ao serviço da humanidade, precisamos e queremos novas parcerias com outros atores da sociedade."

O OVEP colabora com outros parceiros, tais como escolas, centros comunitários, comunidades religiosas e organizações desportivas, para serem facilitadores deste programa.

Quais são os benefícios do OVEP?

Quando o OVEP é implementado, traz benefícios holísticos e práticos consideráveis, não só para os indivíduos, mas também para as famílias e comunidades. Estes benefícios dividem-se em seis grandes categorias:

- Individuais
- Emocionais
- Físicos
- Sociais
- Comportamentais
- Educativos

Benefícios individuais

Está bem estabelecido que os programas desportivos coroados com sucesso podem influenciar o desenvolvimento dos valores, do carácter e do desportivismo de um atleta. O conhecimento e as atividades do OVEP são particularmente eficazes no desenvolvimento, não só dos valores essenciais do Olimpismo (excelência, respeito e amizade), mas também dos valores fundamentais, tais como perseverança, coragem, afirmação de si próprio, honestidade, integridade e responsabilidade pessoal. Os Jogos Olímpicos fornecem inúmeros exemplos de atletas que superaram a adversidade para alcançar os seus objetivos. Há histórias de atletas que demonstraram uma imensa coragem na competição, e outros que demonstraram a sua integridade, apesar dos contratemplos. O OVEP recorre a muitas destas histórias para ajudar a inspirar os outros a seguir estes bons exemplos. A participação no OVEP traz também aos participantes um quadro dentro do qual podem desenvolver capacidades de liderança, a fim de depois utilizá-las em atividades que desenvolvem a compreensão do Olimpismo de forma prática. Os educadores podem consultar as fichas de atividade na Biblioteca de recursos para continuar a explorar estes valores.

Benefícios físicos

O OVEP não é concebido como um programa passivo para que os participantes se contentem com ler e refletir sobre a educação baseada em valores. É um programa que incentiva os seus participantes a serem fisicamente ativos e a prosseguir objetivos vigorosos para alcançar uma vida saudável. Três dos temas educativos Olímpicos discutidos no manual dos *Fundamentos do OVEP* (o prazer do esforço, a busca da excelência e o equilíbrio entre o corpo, vontade e espírito) descrevem exemplos de atletas que têm experimentado vários benefícios da prática de uma atividade física. Estes indivíduos puderam beneficiar de consequências fisiológicas consideráveis da prática de desportos que, por sua vez, empurrou-os para um melhor desempenho. Estas vantagens não estão reservadas à elite desportiva, mas sim acessíveis a quem as pratica frequentemente (quantas vezes se exerce), intensamente (a intensidade com que se exerce), a longo prazo (quanto tempo se exercita), especificamente (o tipo de exercícios ou atividades que escolha) e gradualmente (está a afastar os seus limites a toda a hora?). As adaptações feitas pelo atleta quando segue estes princípios de boa condição física podem incluir: melhor condição cardiorrespiratória, melhoria das capacidades motoras gerais, melhor força muscular, melhor flexibilidade.

Benefícios quando o comportamento muda

A participação no OVEP também pode trazer alterações comportamentais. Esta abordagem baseada em valores pode aumentar o comportamento social de um participante, incentivar a participação em eventos de cidadania (voluntariado, etc.) e estes, por sua vez, podem ser utilizados como meio de aumentar o sentido de ligação com os outros. Ao incentivar a prática do desporto (ou de outras atividades físicas), o OVEP pode atuar como isolador contra as pressões sociais que poderão levar ao consumo de álcool ou tabaco, a experimentar comportamentos de risco, etc.

Benefícios emocionais

Uma das razões mais frequentemente citadas para o abandono de jovens atletas no quadro de programas desportivos é o facto de já não se divertirem no desporto. O OVEP é destinado, não só a partilhar conhecimentos e contribuir para as capacidades de desenvolvimento dos alunos, mas também para ser agradável, tendo como finalidade a continuidade da prática de desporto e beneficiar de tudo o que tem o mesmo tem para oferecer. A melhoria da autoestima, a redução do stress e a proteção contra a depressão são citadas como benefícios potenciais do OVEP.

Benefícios sociais

A participação no OVEP pode desenvolver a resiliência e as competências sociais, e pode ter efeitos profundos na vida dos alunos e das suas comunidades. Sendo através de uma melhor cultura de cidadania (por exemplo, respeito pelas normas e tradições de um comportamento social positivo) ou da eliminação das diferenças, o OVEP tem o potencial de exercer uma influência considerável nestas áreas. A promoção da paz e da compreensão são elementos-chave do Olimpismo (tal como expresso no juramento Olímpico, na Trégua Olímpica, etc.). Um dos objetivos do OVEP é promover a paz, a compreensão e a reconciliação social entre os indivíduos e as comunidades.

O OVEP também ajuda os participantes a compreender a importância da inclusão social e da aceitação; isto é particularmente benéfico para os participantes que já tiveram de enfrentar desafios nas suas relações sociais.

Benefícios educativos

As atividades do OVEP são também concebidas para provocar e enriquecer as experiências de aprendizagem do aluno. Quando implementado com estratégias pedagógicas eficazes, este programa pode melhorar os resultados escolares, aumentar o envolvimento dos participantes nos programas de aprendizagem e ter uma multiplicidade de benefícios, incluindo uma melhoria das funções cerebrais da capacidade global de aprendizagem.

Referência

Para leitura posterior, os participantes e educadores são remetidos para o Modelo de capital humano, que pode ser encontrado no site *Designed to Move*, presente na Biblioteca de recursos. Este modelo sintetiza mais de 500 relatórios científicos revistos por pares que descrevem os benefícios da atividade física, do desporto e da educação física.



Referências da Biblioteca de recursos

- "*Olympism: Ethics and Politics*", Gresham College, Parry, J., 2012. [02 / Olimpismo](#).
- "*Olympism, Olympic education, values: Bibliography*", Comité Olímpico Internacional (COI), Centro de Estudos Olímpicos (CEO), 2015. [01 / Contexto & 03 / Referências](#).
- "*Olympic Education: University lecture on the Olympics*", Centre d'Estudis Olímpics (UAB), Cadeira internacional do Olimpismo (COI-UAB), Müller, N., 2010. [01 / Contexto](#).
- "*Values and Norms in Sport: Critical Reflections on the Position and Meanings of Sport in Society*", Steenbergen, J., De Knop, P., Elling, A., Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd, 2001. [01 / Contexto & 03 / Obras de referência](#).
- "*Values Education in Perspective: The New Zealand Experience*", Commonwealth de Australia, Snook, I. [02 / Boas práticas](#).
- "*National Framework for Values Education in Australian Schools*", Commonwealth de Australia, 2005. [01 / Programa escolar](#).
- Website *Learning Experiences*, Ministério da Educação de Nova Zelândia. [03 / Links](#).
- Website *Designed to Move*, *Designed to Move*. [03 / Publicações](#).



Secção 2

Criar um ambiente de aprendizagem bem-sucedido

Um educador que aplica o OVEP reconhece a importância dos seguintes elementos: conteúdo do programa, pedagogia, relações entre os educadores e os alunos, compreensão das necessidades dos alunos e reconhecimento das oportunidades e desafios do centro de aprendizagem.

Conteúdo

A primeira parte do manual dos Fundamentos descreve os princípios do Olimpismo. Em seguida, define como os valores essenciais estão ligados aos temas educativos e liga-os a exemplos de educação Olímpica no mundo inteiro. O conteúdo do manual pode continuar a ser relevante durante muitos anos e não se tornará rapidamente obsoleto. Cada nova edição dos Jogos Olímpicos gera uma nova tropa de heróis e de maus da fita. Histórias inspiradoras de atletas superando a adversidade serão compensadas por problemas que irão desafiar os nossos preconceitos sobre o fair play. Mas os princípios do Olimpismo nunca irão mudar. Servirão de guia para os educadores que procuram enriquecer a compreensão dos seus alunos quanto a problemas complexos que prevalecem nos nossos desportos e nas nossas sociedades.

"O incentivo para aprender geralmente não vem do conteúdo em si, mas do fato de um professor ser capaz de tornar o conteúdo interessante."

Carol Ann Tomlinson

Pedagogia

O OVEP reconhece que um ensino eficaz pode ser obtido por vários métodos e respeita as tradições educativas de diferentes culturas. Este guia reconhece também que estes educadores terão um vasto leque de competências e experiências. Alguns terão completado programas educativos no ensino superior e estarão familiarizados com a maioria das estratégias de ensino sugeridas no manual dos Fundamentos. Outros educadores podem não ter tido qualquer formação oficial, mas podem ser responsáveis respeitados nas suas comunidades. Independentemente da experiência, do estatuto ou das qualificações do educador, as estratégias de ensino sugeridas no presente guia destinam-se a facilitar e a criar uma experiência de aprendizagem positiva para todos os alunos.

O que torna o OVEP atrativo para um vasto conjunto de alunos é uma mistura de métodos de avaliação, de planeamento de atividades e de métodos de ensino inovadores. Vacila quando aplicado como um conjunto rígido de instruções.

Relações

Os educadores desempenham um papel influente no desenvolvimento da personalidade dos seus alunos. Os atletas Olímpicos frequentemente agradecem a um treinador ou mentor, alguém que não só lhes ensinou competências a implementar no campo desportivo, mas também os ajudou a tornarem-se líderes nas suas comunidades.

Quando um educador mantém uma relação positiva e profissional com o seu aluno, este adota uma posição de confiança e pode inspirar, apoiar e orientar o aluno enquanto ele ou ela enfrenta as oportunidades e desafios da vida. O sentido de conexão entre o aluno e o seu educador pode construir uma confiança imensa e aumentar a autoestima do aluno. O educador desempenha também um papel fundamental na criação de uma cultura de aceitação para todos os alunos. No entanto, um educador que julga, que se mostra hostil ou desrespeite as suas obrigações profissionais como modelo, exerce uma influência negativa, e pode prejudicar o desenvolvimento saudável dos alunos. Os códigos de conduta dos atletas, pais e treinadores (educadores) estão disponíveis na parte 4: "B. Aprender o fair play" do manual dos Fundamentos.

"Para cada indivíduo, o desporto é uma possível fonte de melhoria interior."

Barão Pierre de Coubertin

Compreender as necessidades dos alunos

O OVEP não é, de modo algum, um programa normativo; a sua eficácia baseia-se num planeamento bem pensado e uma implementação pragmática, não idealizada, das suas atividades. Portanto, cabe ao educador, aos alunos e aos responsáveis da comunidade decidir quais os temas educativos e métodos de ensino que melhor responderão às necessidades dos participantes no programa. É importante reconhecer que as experiências bem-sucedidas dos participantes do OVEP (quer sejam alunos, educadores ou a comunidade em geral) são ampliadas quando este programa é entregue de forma alegre. Deverá ser divertido!

Todos os educadores sabem que os seus alunos são curiosos por natureza. Procuram saber e compreender, e pedem para ser desafiados. A fim de garantir a satisfação deste desejo de aprender, um educador escolherá atividades OVEP que correspondem à vasta gama de capacidades dos alunos. Os dias do ensino "único" estão contados. Os praticantes de hoje compreendem a necessidade de incluir as ideias, opiniões, estilos de aprendizagem e interesses dos alunos num programa educativo. Os métodos de ensino do OVEP selecionados neste guia mostram como as competências de ensino do século XXI são utilizadas para dar aos alunos as competências, os conhecimentos e, mais importante ainda, os valores que os irão preparar para este mundo em rápida mutação.

A palavra "educação" vem do latim "educare". Significa "criar". O OVEP é sobre "criar" e construir os valores do Olimpismo - não impor conceitos rígidos.

Reconhecer as oportunidades e os desafios do centro de aprendizagem

A utilização eficaz deste suporte será moldada, não só pela experiência e pelas competências do educador, mas também pela forma como se adapta à situação única do centro de aprendizagem. Alguns centros de aprendizagem terão recursos físicos e educativos impressionantes, o que lhes permitirá implementar plenamente muitas das atividades sugeridas do OVEP. Outros centros de aprendizagem podem ter recursos muito limitados; nem todos têm Wi-Fi ou uma boa sala de aula. Não há soluções fáceis para as limitações impostas pelos estabelecimentos de ensino pobres. Há muito tempo que os educadores sabem tirar partido de circunstâncias difíceis e continuam a proporcionar o melhor ensino possível utilizando os materiais de que dispõem. O espírito e a intenção do OVEP não serão reduzidos devido a materiais de má qualidade, falta de materiais artísticos ou o facto de que alunos partilhem mesas.



Referências da Biblioteca de recursos

- "Olympism Education: Teaching and learning Olympism in a New Zealand secondary physical education programme", Thorn, S., Universidade de Canterbury, 2010. 01 / Programa escolar.



Secção 3

O OVEP e os meios de aprendizagem do século XXI

"A educação não é encher um balde, é acender uma fogueira."

William Butler Yeats

Os educadores e os alunos podem usar muitas formas de experimentar o OVEP. Os percursos educativos, como sugeridos na página 20 do manual dos Fundamentos, vão de programas formais de ensino superior, alguns dos quais são propostos pelo Movimento Olímpico, a abordagens multidisciplinares integradas utilizadas nos centros de aprendizagem. Os objetivos destes percursos, e de muitos outros, são os mesmos: oferecer aos participantes do OVEP uma experiência enriquecedora, baseada em valores, que dará ao Olimpismo um significado pessoal na sua vida e na vida da sua comunidade. O presente capítulo dá a estes percursos uma estrutura educativa baseada na possibilidade de o OVEP poder ser implementado de uma forma adaptada à situação de cada educador (tipo de centro de aprendizagem, disponibilidade dos recursos, etc.). Em primeiro lugar, será útil para fornecer um contexto.

Mudar os paradigmas do ensino e da aprendizagem

Há muitas teorias de aprendizagem e inúmeras estratégias de ensino que foram concebidas para acompanhá-las. Algumas das abordagens educativas mais tradicionais exigem que os alunos sejam recetores passivos de informação. A este respeito, o grau de aprendizagem do aluno é limitado à profundidade e à compreensão do professor, "vocês aprendem o que ele sabe". Esta abordagem direta da aprendizagem centra-se no conteúdo fornecido e reflete as preferências e os interesses do professor. Exemplos de ensino direto: palestras (basta sentar-se, ouvir e gravar a informação) e ensino através de demonstração (ver o professor dirigir uma atividade, e depois seguir as etapas prescritas). Nesta metodologia de ensino direto, o conteúdo é algo que é "trazido até si", em vez de algo à sua escolha, com base nos seus interesses. A eficácia do OVEP com estes métodos é limitada e não é recomendada.

O OVEP será mais eficaz se os participantes trabalharem ativamente no conteúdo e utilizarem os meios do século XXI para satisfazer a sua curiosidade, responder às suas perguntas e confirmar a sua compreensão.

Meios de aprendizagem do século XXI

O paradigma educativo que está atualmente a reformular as metodologias de aprendizagem e de ensino é o dos meios do século XXI. As melhores práticas em matéria de educação estão agora focadas na customização do programa, que implica conceber o programa em torno dos interesses e estilos de aprendizagem pessoais de cada aluno. As competências-chave que apoiam esta abordagem, e que são consideradas essenciais (competências essenciais) para os alunos, à medida que evoluem nas suas vidas profissionais e de adultos, incluem agora:

- **Criatividade (reflexão inventiva):** Desenvolver estratégias de reflexão que fornecem soluções únicas para problemas complexos.
- **Resolução de problemas:** Analisar os Desafios e trabalhar (geralmente em colaboração) para encontrar soluções
- **Pensamento crítico:** Utilizar estratégias de pensamento para compreender a natureza dos problemas complexos e encontrar soluções inventivas.
- **Colaboração:** Desenvolver a capacidade de trabalhar em grupo
- **Cultura de cidadania:** Conviver com os outros e trazer uma contribuição para a sua comunidade.
- **Competências de comunicação:** Reconhecer a importância da comunicação (em muitas formas) para desenvolver a personalidade e a cultura.
- **Tornar-se um aluno autodidata:** Os estudantes são incentivados a assumir a responsabilidade pela sua própria aprendizagem (em vez de colocar a carga diretamente sobre o professor).

É evidente que estas competências só serão desenvolvidas se os alunos trabalharem ativamente nos conteúdos. Esta abordagem de ensino centrada no aluno contrasta diretamente com as antigas metodologias centradas no professor. Os alunos são agora reconhecidos como importantes fontes de informação e podem utilizar as suas experiências para conceber os seus conteúdos de aprendizagem com uma abordagem personalizada.



Referências da Biblioteca de recursos

- "Olympic Pedagogy as a Theory of Development of Ethical and Humanistic Values in Education", Naul, R., Academia Olímpica Internacional (AOI), 2007. [01 / Contexto.](#)
- "Olympic values education: evolution of a pedagogy", Binder, D., Routledge, 2012. [02 / Olimpismo & 03 / Referências.](#)
- Página Internet *Desporto para a Esperança*, Comité Olímpico Internacional (COI). [03 / Links.](#)
- *Recursos pedagógicos*, Comité Olímpico Internacional (COI), Museu Olímpico. [03 / Publicações.](#)
- Website *Framework for 21st Century Learning*, The Partnership for 21st Century Learning. [03 / Publicações.](#)
- Website da UNESCO, Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO). [03 / Links.](#)

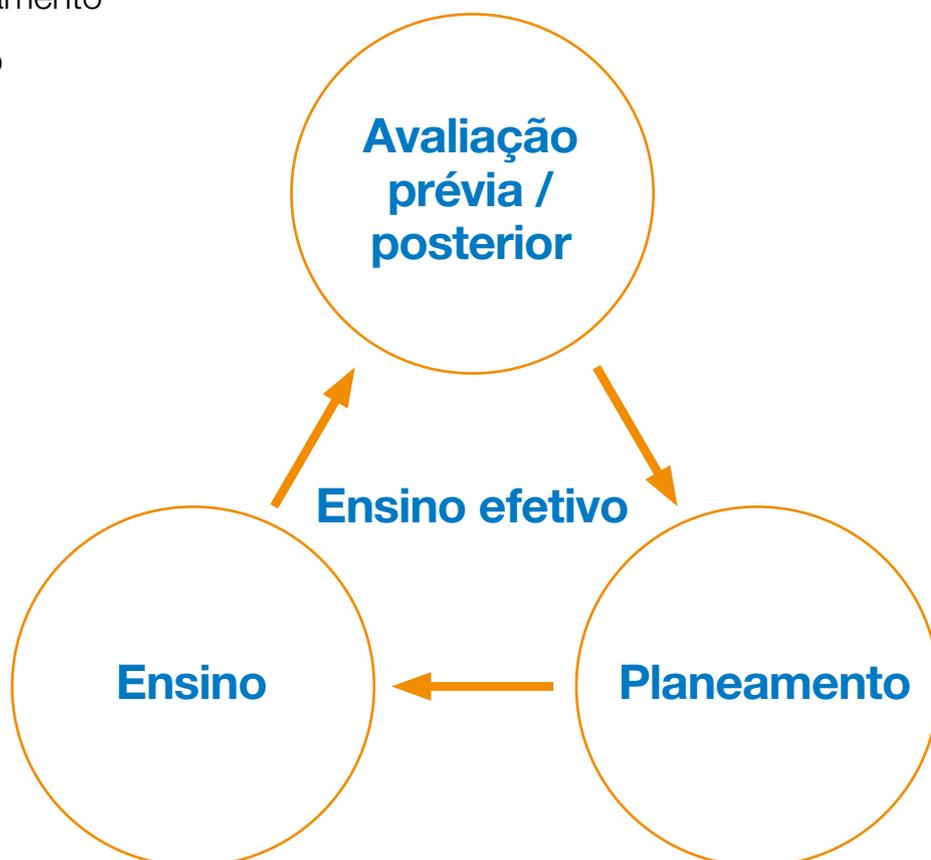
Secção 4

O ciclo de ensino e de aprendizagem

Este capítulo fornece um quadro (o ciclo de ensino e de aprendizagem) que os educadores podem utilizar para apoiar a implementação do OVEP. A partir daí, os educadores podem ensinar diferentes estratégias que acompanham a implementação do OVEP, utilizando meios do século XXI.

O ciclo de ensino e de aprendizagem é composto por três elementos-chave:

- Avaliação
- Planeamento
- Ensino



"Um objetivo sem plano é chamado um desejo."

Antoine de Saint-Exupéry

Avaliação prévia

Um bom educador não entra num ambiente de ensino para começar a ensinar imediatamente. Nesta abordagem obsoleta, a ideia era que se você ensinasse algo que achava interessante, podia despertar o interesse de alguns alunos e era o melhor que se podia esperar. Os alunos esperam e merecem melhor. O ciclo de ensino e de aprendizagem proporciona uma estrutura que ajudará o educador na concepção de aulas e atividades que irão acompanhar todos os alunos. A avaliação prévia é essencial porque ajuda o educador a compreender os perfis de aprendizagem dos alunos. Esta avaliação prévia deve ser realizada sob duas perspectivas diferentes: a do educador e a do aluno ou dos alunos.

As perguntas / a recolha de dados da avaliação prévia de um educador pode incluir:

- Qual é a idade / sexo / composição cultural dos alunos?
- Que informações de avaliação já se encontram disponíveis? Fale com antigos educadores e descubra como os alunos aprendem, cooperam, lidam com dificuldades, etc.
- Leia os boletins escolares dos alunos. Veja os exemplos de trabalhos já concluídos pelos alunos.
- Que métodos de ensino têm captado o interesse dos alunos e os fez trabalhar arduamente?
- Como é que o educador anterior enriqueceu o programa ou adaptou-o para responder às necessidades de diferentes alunos?
- Quais são os pontos fortes / necessidades de aprendizagem de cada aluno?
- Precisam de trabalho adicional para reforçar a sua compreensão ou estão prontos para passar a conceitos mais difíceis?
- A avaliação prévia / recolha de dados dos alunos pode incluir:
 - Em que aspetos do OVEP estamos interessados?
 - O que já sabemos nós?
 - O que gostaríamos de saber?
 - Que experiências desportivas gostaríamos de tentar?
 - Como gostamos de expressar a nossa aprendizagem (teatro, trabalho escrito, arte, etc.)?

Estas informações são utilizadas para informar as decisões do educador na fase seguinte do ciclo de ensino e de aprendizagem.

Planeamento

Escolha um conteúdo adequado e atividades de planeamento interessantes no OVEP que poderão beneficiar da utilização de um princípio de "Understanding by Design" (UBD, Compreensão pela concepção). É o ponto de partida para o educador que inicia o seu planeamento, tendo em conta as competências, conhecimentos e experiências que serão os dos alunos no fim do projeto. "Começar com o fim em mente" é uma frase de engate que ajudará o educador a escolher estratégias de ensino e pensar em como e quando os quer utilizar.

Como um atleta que se prepara para um ótimo desempenho nos Jogos Olímpicos, o OVEP é mais eficaz quando é planeado e entregue com objetivos específicos. Estes objetivos podem ser de curto prazo (objetivos de aprendizagem específicos numa lição), de médio prazo (garantir que os alunos exploram um tema educativo Olímpico) ou de longo prazo (implementar o OVEP de uma forma que permite desenvolver valores e expõe regularmente os alunos ao Olimpismo ano após ano). Em geral, os educadores começarão com objetivos de curto e médio prazo, e irão avaliar a eficácia e popularidade do programa junto dos alunos.

Planear o ritmo do programa ou da atividade (por exemplo, uma semana dedicada ao Olimpismo em oposição a uma lição todas as semanas durante um mês) é importante porque haverá outros requisitos educativos a cumprir.

Um bom educador reconhece que os alunos têm diferentes estilos de aprendizagem, diferentes interesses e diferentes preferências pessoais sobre a forma de demonstrar a sua aprendizagem. Planear em função destas diferenças e respeitá-las implica também que o educador tenha em conta o seguinte:

- **Adaptações:** Como ensinar o mesmo conteúdo, mas adaptar os resultados a um aluno cujas capacidades são diferentes. O educador pode modificar certos aspetos do ambiente de aprendizagem ou utilizar um outro equipamento, mas continuará a ensinar o mesmo conteúdo que com os outros estudantes.
- **Modificações:** Como alterar o programa de maneira a que o aluno seja capaz de interagir com o material de forma autêntica. Existe algum equipamento especial ou uma estratégia pedagógica específica necessária para facilitar a aprendizagem dos alunos? Existem ambientes de aprendizagem específicos para os quais a atividade é a mais adequada? Por exemplo: os alunos irão aprender melhor os conceitos através de uma educação experiencial ao ar livre ou em discussões em pequenos grupos?



Os dados da avaliação prévia (ou seja, a forma como os alunos aprendem) e o processo de planeamento (ou seja, o que lhes vai ensinar) orientarão o educador para estratégias de ensino específicas. O capítulo seguinte abrange alguns destes métodos (embora não se trate de uma lista exaustiva, uma vez que a pedagogia difere de acordo com as regiões, culturas e tradições).

Antes de estudar estes métodos, é importante reconhecer que estas estratégias de ensino não podem ser eficazes se forem aplicadas no âmbito de uma abordagem aleatória dispersa. A eficácia de um educador é reforçada quando o ensino é planeado com uma estrutura que é suficiente flexível para satisfazer as necessidades de todos os alunos. Os elementos-chave que podem ser incluídos nesta estrutura são:

Avaliação do ensino da aula anterior

O educador pode optar por começar o curso com a avaliação da compreensão do conceito anterior por parte do aluno. Obviamente, este passo não é necessário se tudo for novo. Um método de ensino cada vez mais popular é a "aula inversa". Neste método, os alunos recebem o conteúdo da lição de antemão. Quando chegam à aula / ao ambiente de ensino, trata-se de discutir do conteúdo, reforçando a compreensão, fazendo testes ou obtendo ajuda sobre conceitos difíceis.

Introdução de novos conteúdos

O educador utiliza os dados da avaliação prévia para introduzir competências e conceitos, reconhecendo a diversidade dos estilos de aprendizagem e dos interesses dos alunos. As estratégias de ensino contemporâneas reduzem o papel do educador como "homem sábio no palco" e aumentam a capacidade do aluno de partilhar os seus conhecimentos e experiências. Os alunos são encorajados a assumir papéis de liderança, enriquecer a sua própria compreensão e apoiar a aprendizagem dos outros.

Prática facilitada

O educador assume o papel de facilitador da aprendizagem. Neste contexto, o aluno é orientado na exploração e no aprofundamento da sua compreensão do material. O educador pode fazer sugestões mas, no final, o aluno desenvolve um sentido de "apropriação" da sua aprendizagem, em vez de memorizar fatos que o professor considera importantes.

Feedback

O modelo "GROW" (desenvolvido por Sir John Whitmore) é frequentemente utilizado para descrever os elementos de feedback.

- **Objetivo (Goal):** O educador inicia uma conversa com o aluno, perguntando "Qual era o seu objetivo no âmbito desta missão? Alcançou este objetivo? Que problemas identifica no seu trabalho / na sua compreensão?" O objetivo é que o aluno desenvolva competências de autorreflexão.
- **Realidade (Reality):** Por vezes os alunos não avaliam o seu trabalho ou desempenho corretamente (daí a necessidade de feedback). Neste elemento, o educador partilha com o aluno aspetos do trabalho que considerou positivo. O educador faz então sugestões que podem reforçar a compreensão ou melhorar o desempenho. É importante notar que as frases afirmativas, tais como "bom trabalho" ou "é bom", são mal-interpretadas por alguns educadores como constituindo um feedback. Estas frases (embora a intenção seja boa) não transmitem informações permitindo que o aluno reconheça ou identifique áreas de força e áreas para melhorar.
- **Opções (Options):** O educador incentiva ou pede para o aluno explorar outras possibilidades com este exercício. "O que é que se pode fazer de diferente? Quais são as suas oportunidades para reforçar a sua compreensão?"
- **Vontade (Will)** (ou Caminho a seguir, Way forward): Este elemento incentiva o aluno a pensar em como quer avançar. O aluno reflete sobre a sua aprendizagem e tenta identificar (autoavaliar) áreas a melhorar.

Prática independente

O educador incentiva o aluno a praticar e desenvolver a sua aprendizagem fora do contexto do ambiente de ensino.

Avaliação posterior

A última parte do ciclo de ensino e de aprendizagem consiste em visitar a avaliação, embora deva ser especificado que a avaliação pode ter lugar em qualquer momento numa unidade, num tema ou projeto, e não apenas no final. Como com a pedagogia, existem inúmeros métodos que um educador pode utilizar para avaliar a aprendizagem de um aluno e garantir que o educador utilize métodos "como um instrumento de crescimento, mas de forma a salientar os erros" (Tomlinson, 1999, p. 10).

Exemplos de avaliação

Avaliação baseada no desempenho

O aluno apresenta o seu trabalho e recebe feedback de educadores, pais, colegas, etc. Estas apresentações podem incluir jogos, canções, poemas, etc., enquanto o feedback pode ser escrito ou oral.

Avaliação centrada em exames

O educador utiliza testes (formativos), questionários, exames sumativos e testes interpares para determinar o grau de compreensão.

Autoavaliação

O aluno reflete sobre o seu trabalho. Considere os seus objetivos iniciais e verifique se os produtos dos seus esforços correspondem a estes objetivos. Esta reflexão pode ser expressa através de peças escritas, entrevistas gravadas ou monólogos. A apresentação de trabalhos sob a forma de carteiras (especialmente eletrónicas) torna-se cada vez mais popular.

Avaliação pelos pares

Os alunos solicitam o feedback dos seus pares. Uma das estratégias é "Três estrelas e um desejo": os pares começam o seu feedback com três observações muito positivas sobre o trabalho que estão a avaliar. Continuam depois por um "desejo", uma observação que ajudará o aluno a melhorar ainda mais o seu trabalho.

Avaliação em conferência

O educador organiza reuniões em que o aluno discute o seu trabalho e recebe feedback de partes interessadas. Estas reuniões são frequentemente referidas como "conferências dirigidas pelo aluno" e constituem um poderoso meio para ajudar os alunos a terem orgulho dos seus trabalhos, ao mesmo tempo que se sentem ligados àqueles que lhes dão feedback.

Avaliação baseada em critérios

O educador cria rubricas que associam requisitos específicos a um certo número. Isto permite que o aluno se autoavalie a si próprio e recolha informações sobre as áreas em que o seu trabalho ou compreensão necessita de ser reforçado.

Em seguida, o ciclo repete-se

O educador utiliza os dados da avaliação para planear a próxima aula e a próxima unidade, e fá-lo com o conhecimento de que o material é escolhido e entregue de uma forma desafiadora e respeitadora das necessidades únicas dos alunos.

Estimar, monitorizar e avaliar OVEPs que envolvem exercícios físicos

A estimativa é utilizada em lições específicas para orientar as decisões e ações dos instrutores, a fim de melhor apoiar as experiências e a aprendizagem dos jovens. A monitorização envolve a análise de várias estimativas, no mínimo, para identificar áreas de melhoria ou de sucesso para que o programa mantenha os seus pontos fortes. A avaliação é utilizada no final de um programa para determinar a sua eficácia, identificar o potencial de crescimento e determinar se os instrutores têm sido eficazes.

Um plano de programa fornece um guia de aplicação do programa baseado nas melhores informações disponíveis para o instrutor antes da entrega do programa. Durante a implementação do programa, circunstâncias ou comportamentos imprevisíveis poderão ocorrer e dificultar a conclusão do programa de acordo com o plano. Por exemplo: o rácio de jovens por instrutor era demasiado elevado e o programa não podia cumprir os seus objetivos devido a este rácio elevado. O instrutor tem de modificar o programa para satisfazer as necessidades dos seus participantes e alcançar os objetivos globais do programa, procurando outros instrutores e / ou ensinando aos jovens em subgrupos durante as atividades.

Avaliação e monitorização

A avaliação é um método de recolha de informações para orientar o ensino futuro.

Um instrutor que verifica se os participantes estão a assimilar os temas principais de um programa utilizará uma técnica para determinar quais os conceitos que precisam de ser revistos ou ensinados de forma diferente ou aqueles que os jovens entendem. Uma avaliação pode ser formal (por exemplo, respostas escritas dos participantes sobre o conteúdo) ou informal (por exemplo, observação, respostas orais às perguntas). Pode ser formativa / contínua ou assumir a forma de um balanço / intervir no fim de uma experiência.

Avaliação

Seguem-se alguns exemplos de diferentes tipos de avaliação:

- **Bilhetes de entrada:** fazer perguntas quando os participantes chegam e começam uma aula.
- **Bilhetes de saída:** fazer perguntas quando os participantes entram e atingem o ponto alto de uma aula.
- **Partilhar em pares:** pedir aos participantes para encontrarem um parceiro e partilharem a resposta a uma pergunta apresentada pelo facilitador sobre o que aprenderam até agora no programa. Os instrutores podem circular na sala e ouvir as discussões para verificar se os jovens compreenderam os conceitos..
- **Observação:** o facilitador ou instrutor observa as competências ou o comportamento dos participantes, e determina se estão a fazer progressos no sentido da realização dos objetivos do programa. Com base neste feedback, o facilitador ou instrutor pode adaptar o ensino ou fornecer feedback que ajude os jovens a melhorar com base nestas observações.

Monitorização

A monitorização refere-se ao fato de um facilitador ou instrutor dar um passo atrás nas sessões individuais e analisar as respostas da avaliação ao longo do tempo para determinar as áreas a melhorar e identificar o que funciona bem.

A monitorização tem vários objetivos:

- Adaptar o curso do programa do OVEP que envolve exercícios físicos a fim de otimizar a realização dos objetivos. Por exemplo, se os participantes não estão comprometidos, a monitorização permitirá aos facilitadores e instrutores verem que outras estratégias para entregar o conteúdo devem ser experimentadas.
- Ajudar a informar sobre futuros workshops, formação de formadores e programas OVEP que envolvem exercícios físicos para os jovens. É possível, por exemplo, que cinco sessões não sejam suficientes para alcançar os objetivos previstos, de modo que os futuros programas possam exigir mais sessões.
- Responsabilidade dos facilitadores e instrutores quanto à realização dos seus objetivos. Por exemplo, se um instrutor visa observar uma compreensão dos temas do OVEP durante as suas sessões, mas não cumpre os temas em ação durante as sessões, é possível que não esteja a atingir os seus objetivos. Isto permitir-lhe-á, a ele ou a outros, identificar um ponto fraco na aplicação do programa e tomar medidas para o melhorar.

As técnicas de avaliação centradas na avaliação da aprendizagem apoiam as melhores práticas pedagógicas. Seguem-se exemplos de práticas de avaliação tanto tradicionais como positivas. Os OVEP que envolvem exercícios físicos exigem práticas de avaliação positivas.

Práticas de avaliação tradicionais	Práticas de avaliação positivas
A avaliação das competências realiza-se separadamente dos jogos, danças ou coreografias.	A avaliação das competências realiza-se no âmbito de uma experiência real como, por exemplo, um minijogo, um espetáculo de dança ou uma coreografia de ginástica.
Uma avaliação formal como, por exemplo, provas escritas, é frequentemente demorada e prejudica o tempo dedicado à atividade física.	Uma avaliação é frequentemente informal e realiza-se numa base contínua em situações reais, de modo a que um feedback específico das competências possa ser fornecido aos participantes quando estes praticam uma atividade física.
Avaliações podem incluir um trabalho escrito e solitário.	Avaliações podem incluir um trabalho escrito e solitário, mas também podem incluir um trabalho de observação, de discussão e de perguntas e respostas em grupo.
Avaliação da memorização ou do que um aluno sabe ou pode identificar.	Avalia a forma como as informações podem ser aplicadas e transmitidas por um aluno.
Definir tarefas que dêem aos jovens a oportunidade de praticar.	Definir tarefas de modo a que apenas vários jovens tenham a oportunidade de praticar de uma só vez e descansar o resto do tempo enquanto observam os outros.

Avaliação

A fim de determinar a eficácia de um OVEP que envolve exercícios físicos, uma avaliação deverá determinar:

- se os jovens tiveram mais oportunidades de praticar uma atividade física do que antes do programa;
- se compreendem os cinco temas educativos Olímpicos; e
- se compreendem como aplicar, e se aplicam, os cinco temas educativos Olímpicos nas suas próprias vidas, tanto dentro como fora do programa.

Antes de desenvolver os procedimentos de avaliação do programa, considere o que fazer e o que não fazer em relação à avaliação de um programa com exercícios físicos para jovens.

COISAS PARA FAZER	COISAS PARA NÃO FAZER
Utilizar a avaliação do programa para determinar se o programa cumpriu ou não os seus objetivos.	Utilizar a avaliação do programa para apresentar o programa de uma forma exclusivamente positiva.
Utilizar os resultados da avaliação do programa para fazer as alterações necessárias para a sua melhoria.	Levar os resultados de forma pessoal, ou considerar que o programa não tem futuro se a avaliação mostrar que o programa não produziu todos os seus resultados.
Familiarizar-se com métodos de avaliação de programas de Desenvolvimento Positivo dos Jovens (DPJ) e considerar estas medidas para o OVEP que envolve atividades físicas. Anote os exemplos de provas que são fornecidos nesta secção.	Desenvolver um formulário de avaliação rapidamente e não submetê-lo à revisão por parte de pares.
Considerar o grupo avaliado e fazer os ajustamentos necessários que permitam que a avaliação seja finalizada (por exemplo, mandar traduzir o(s) formulário(s) de avaliação, se necessário).	Selecionar os participantes numa avaliação de uma forma tendenciosa ou fazer com que um determinado resultado seja alcançado.
Utilizar estrategicamente os dados de avaliação do programa para justificar ou promover parcerias de financiamento e / ou de entrega do programa.	Não tomar em conta o feedback negativo ou crítico ao apresentar resultados aos financiadores. Muitas vezes querem saber como é que as coisas podem ser melhoradas e como é que podem ajudar a fazer melhorias.
Considerar diferentes fontes de dados de avaliação, incluindo reações / feedback dos participantes, observações do instrutor e inquéritos aos participantes ou classificação ou pontuação de formulários de feedback.	Recolher apenas dados quantitativos (números). As palavras ou experiências, anedotas ou histórias dos participantes (dados qualitativos) podem ser ferramentas poderosas para encorajar futuros financiadores ou parceiros a participar no programa.
Se forem utilizadas ferramentas de observação, incluir uma secção onde o observador poderá fornecer termos para ilustrar o contexto da observação.	Recolher dados sem fornecer informações sobre os participantes ou sobre o contexto em que participam no programa. Embora a informação deva ser recolhida sem nomes, a fim de garantir a privacidade, é importante recolher outras informações (por exemplo, idade, número de sessões realizadas, língua principal se diferente da língua em que o OVEP foi entregue).
Dizer aos participantes para que serão utilizados os dados.	Publicar os dados ou nomes das pessoas que realizaram as avaliações sem a sua autorização.
Partilhar os resultados da sua avaliação com os participantes.	Guardar os dados para si.

Secção 5

Métodos de ensino que apoiam a implementação do OVEP

Como em muitas áreas de estudo, os métodos de ensino (pedagogia) têm a sua quota-parte de jargão e terminologia. Alguns termos são fáceis de compreender, tais como "objetivos de aprendizagem", "grupos de discussão", mas outros (por exemplo, "diferenciação", "estruturações", "compactação") podem não ser tão reconhecidos. Uma das missões do educador é a de aplicar metodologias de ensino que promovam o OVEP sem basear-se na linguagem técnica como suporte. O pragmatismo é mais eficaz quando se baseia em termos simples; o ensino não precisa de ser muito complicado para ser eficaz! O presente capítulo analisa métodos de ensino que podem desenvolver o OVEP utilizando recursos de aprendizagem do século XXI e outras metodologias do século XXI baseadas nos conhecimentos existentes e que acompanham o aluno.



Métodos de ensino, meios de aprendizagem do século XXI e o OVEP

Criatividade

A geração de novas ideias ou soluções é uma competência importante que está integrada no OVEP. Os seguintes métodos podem ser utilizados:

- **Investigações guiadas ou abertas:** pode ser um processo individual ou colaborativo que incentiva os alunos a serem verdadeiros exploradores de conhecimentos e de compreensão. Isto pode ser feito de várias maneiras:
 - **Investigações guiadas:** o professor faz uma pergunta, o(s) aluno(s) escolhe(m) então fazer as investigações, e depois comunica(m) as suas conclusões.
 - **Investigações abertas:** os alunos escolhem as suas próprias perguntas, métodos de pesquisa e métodos de comunicação dos seus resultados e descobertas.
- **Reflexão / interligação / questionamento / expressão:** o educador guia o aluno na apreciação do problema e a interligação com a sua compreensão atual, antes de a pôr em causa e, por fim, de exprimir o seu novo entendimento.
- **O teatro** é considerado um meio poderoso para provocar a reflexão, partilhar ideias e inspirar novas formas de abordar os problemas. O teatro é utilizado em algumas destas atividades do OVEP para dar vida a problemas que emergem do Olimpismo e proporcionar um meio divertido que permite aos alunos se ligarem a este material.
- **Encenação:** os alunos fazem pesquisas sobre personagens de uma história Olímpica, e repetem a situação. Em seguida, refletem e partilham sobre perguntas.
- **Pensamento crítico:** em vez de uma única habilidade, o pensamento crítico é uma amálgama de vários processos de pensamento (análise de informação, síntese sob a forma de um significado pessoal e formação de um julgamento sobre essa nova informação). É uma competência importante no OVEP porque ajuda o aluno a desenvolver a sua própria compreensão em vez de a receber de um educador.
- **Metacognição:** nesta técnica, os alunos são incentivados a analisar o seu processo de reflexão. O que os diz? O raciocínio é tendencioso ou profundo? Coloca ou exige outras perguntas para esclarecimentos adicionais? Este método está perfeitamente adaptado aos teóricos, não para aqueles que ainda se encontram num nível sequencial concreto (como, por exemplo, crianças pequenas).

Resolução de problemas

Se queremos que os alunos desenvolvam as suas próprias ideias sobre a educação baseada em valores, precisamos de lhes dar a capacidade de pensar por si próprios. A capacidade de resolver um problema e a sua competência associada, o pensamento crítico, ajudarão neste processo.

- **Aprendizagem colaborativa "carrossel"**, uma atividade de brainstorming. O educador faz uma pergunta (que pode ter várias partes) e anota-a em vários pedaços de papel. Estão colados às paredes. Os alunos passam de uma folha de papel para outra. Lêem a pergunta no papel, pensam nela e depois escrevem as suas próprias respostas. Passam depois para o próximo papel. No final, os papeis são retirados e estudados para identificar esquemas, tópicos de discussão, etc. Este método permite ativar os conhecimentos prévios do aluno e gerar novos caminhos de investigação. Permite aos alunos da turma que estão menos confiantes, menos abertos, a dar contribuições reflexivas.
- **Aprendizagem colaborativa "quebra-cabeça"**: com este método, os alunos são divididos em grupos e estudam uma parte diferente de um problema. Depois reúnem-se, partilham as suas ideias e encontram a solução para o problema. Este método é muito eficaz na promoção da colaboração. Se uma das peças do quebra-cabeça domina as outras (tudo como um quebra-cabeça, "jigsaw" em inglês), não vai funcionar. As peças devem encaixar umas nas outras.
- **Trabalho inverso:** esta é uma estratégia única de ensino em que os alunos iniciam o seu trabalho no ponto final. Os alunos devem então determinar as etapas anteriores que conduziram a este ponto.
- **Investigações estruturadas:** o professor faz uma pergunta e espera um resultado específico de pesquisa. O aspeto chave para esta abordagem é que os alunos desenvolvem uma reflexão analítica e um pensamento reflexivo.

Reflexão crítica

Os métodos de ensino que irão desenvolver esta competência incluem a metacognição, a aprendizagem colaborativa "carrossel", a aprendizagem colaborativa "quebra-cabeça", o trabalho inverso e as investigações estruturadas. Além disso:

- **Perguntas / respostas:** este método é baseado na capacidade do educador de fazer perguntas que explorem a compreensão do aluno, depois estimulam-nos com outras perguntas baseadas nas suas respostas. Esta abordagem proporciona aos alunos a oportunidade de fazer previsões e fornecer um raciocínio cuja força ou precisão será por sua vez, questionado.
- **Discussão em grupo:** um moderador (educador ou aluno) é selecionado para apresentar perguntas a um grupo de pessoas (podem ser alunos ou peritos). O formato das respostas do grupo pode variar. O moderador pode dirigir uma pergunta a um determinado membro do grupo ou fazer a mesma pergunta a todos os membros. Depois de um tempo específico dedicado à resposta à pergunta (sem interrupção), os outros membros do grupo podem comentar as respostas.

Colaboração

Este processo facilita a aprendizagem reunindo as competências, os conhecimentos e as experiências dos outros e integrando-os na sua própria aprendizagem. Muitas das atividades do manual do OVEP utilizam competências de ensino colaborativo.

- **Círculo de partilha:** neste método de aprendizagem, os alunos são colocados em círculo e devem resolver um problema. Cada pessoa no círculo reflete sobre o problema, geralmente uma questão aberta complexa. Um aluno será responsável pela transcrição das respostas e contribuições de cada pessoa no círculo. Depois de ter recolhido todas as contribuições, o redator resume as respostas e segue-se um debate mais aprofundado.
- **Mesa redonda:** nesta estratégia, um educador escreve uma pergunta (ou várias perguntas) num um pedaço de papel. Os alunos escrevem respostas ou sugerem ideias, e passam o papel aos outros membros do grupo. É uma forma útil de gerar ideias, mas é também uma forma de o educador medir o nível de compreensão do grupo.
- **Discussão em grupo:** um moderador (educador ou aluno) é selecionado para apresentar perguntas a um grupo de pessoas (podem ser alunos ou peritos). O formato das respostas do grupo pode variar. O moderador pode dirigir uma pergunta a um determinado membro do grupo ou fazer a mesma pergunta a todos os membros. Depois de um tempo específico dedicado à resposta à pergunta (sem interrupção), os outros membros do grupo podem comentar sobre as respostas.
- **Ensino entre pares:** pesquisas demonstraram repetidamente que permitir que os alunos aprendam uns com os outros tem um grande impacto no sucesso da aprendizagem do aluno e do professor. É particularmente verdadeiro para os alunos que consideram que o assunto é complexo. Ter um par que ensina ajuda o aluno a relacionar-se de forma significativa com ambos o material e os seus pares.

Cultura de cidadania

- **Desenvolver capacidades de liderança** e um sentido de serviço cívico (voluntariado) facilita a implementação dos valores do OVEP.
- **Estabelecer um modelo a seguir** (tanto aluno como educador) é um importante reforço destas competências.

Competências de comunicação

Os valores do OVEP podem ser desenvolvidos através de qualquer meio. As tecnologias da informação e da comunicação (TIC) fornecem ferramentas avançadas para partilhar a aprendizagem, comunicar mensagens, colaborar, resolver problemas e criar. Algumas destas ferramentas são amplamente utilizadas pelos jovens – Facebook, blogs, vlogs, Prezzi e PowerPoint.

- **Blogs:** os alunos com acesso à Internet podem escrever sobre as suas experiências com o OVEP e publicar a sua contribuição online. Um blog é como um diário pessoal e pode levar qualquer estilo de escrita que lhe pareça corresponder ao seu propósito. Talvez queira escrever de forma persuasiva, para exprimir opiniões ou celebrar os êxitos de outros. O blog pode ser exatamente o que quiser que seja.

Alguns blogs são escritos para uma audiência de seguidores, enquanto outros podem servir só para o prazer da expressão pessoal. Existem muitos recursos de blog disponíveis online que pode encontrar facilmente nos motores de busca.

Uma vez que é possível que alguns alunos não tenham acesso a estas ferramentas, nem à Internet, ferramentas de comunicação mais tradicionais podem ser utilizadas também:

- **Jornal:** os alunos são encorajados a manter um jornal ao longo do seu trabalho em torno destas atividades do OVEP. O jornal pode registar os seus pensamentos e formar as suas ideias sobre temas que requerem um debate e uma opinião. Os jornais podem tornar-se uma arma poderosa no desenvolvimento da personalidade de um aluno.
- **Registos de resposta:** estes são utilizados pelo aluno para registar os seus pensamentos (ao longo do tempo) sobre uma questão. Por exemplo: o educador pode fazer uma pergunta "O OVEP pode mudar o carácter de um aluno?". Quando o aluno participará nas atividades do OVEP, poderá escrever no registo para responder a essa pergunta.
- **Círculos literários:** é uma ótima forma de recolher as ideias dos alunos sobre temas do OVEP. Os alunos são colocados em (ou escolhem) pequenos grupos. É-lhes dado um texto para ler e depois discutem o seu conteúdo. Podem relatar as conversas e os pontos de vista que foram expressos ao grupo no seu conjunto. Estes círculos literários podem ser utilizados para estudar livros bem como peças curtas.

Aprendizagem autodirigida

- **Aprendizagem por projetos:** os alunos são encorajados a escolher uma questão que orientará a sua aprendizagem durante a duração da missão ou do projeto. O OVEP e a aprendizagem baseada em projetos são ferramentas naturais, porque os alunos podem escolher um ou mais temas educativos e depois explorar aspetos que correspondem aos seus interesses. A abordagem de aprendizagem por projetos permite aos alunos escolher como apresentar o que aprenderam. Os alunos exploram o seu pensamento sobre esta questão e escolhem formas de expressar o que aprenderam. Não deve ser um processo rápido, mas algo que pode demorar semanas ou mesmo meses. Um exemplo de uma questão de aprendizagem por projetos utilizando o apoio do OVEP poderia ser: "O Olimpismo transforma as sociedades. O que significa para si e para a sua comunidade?".
- **Estudo de caso:** os alunos podem decidir proceder a um estudo específico detalhado sobre um aspeto particular do OVEP. Os métodos de demonstração da aprendizagem (segundo uma abordagem personalizada) devem ser escolhidos pelo aluno.
- **Tabelas de escolha:** o educador escreve as opções de aprendizagem numa tabela em que estão ligados entre si com o objetivo da lição. O aluno escolhe a atividade que melhor se adapta ao seu estilo de aprendizagem e aos seus interesses atuais. Também permite que o aluno escolha como deseja demonstrar o que aprendeu.
- **Estações de aprendizagem:** o educador cria uma série de estações com atividades relacionadas com o tema da aula. O educador pode permitir que os alunos se autodirijam nas suas deslocações de uma estação para outra, ou poderá orientá-los ele próprio, se o considerar necessário.

Métodos de ensino baseados nos conhecimentos existentes ou que os promove

Estruturação: esta é uma técnica em que o educador subdivide uma missão em elementos mais pequenos e mais fáceis de gerir e acompanha o aluno até que este esteja pronto para os elementos mais complexo.

Compactação: o educador utiliza os dados da avaliação prévia e determina se é necessário que um aluno trabalhe sobre um aspeto do exercício. Se ele dominar o conceito, está pronto para passar a algo mais difícil

Ancoragem: alguns alunos terminam o trabalho rapidamente. Um educador pode fornecer um complemento com base no conceito / aprendizagem que foi confiada ao resto da turma.

Ensino por ajuste do conteúdo do OVEP

Adaptações: o educador ensina o mesmo conteúdo a cada aluno e espera os mesmos resultados, mas dá mais tempo, ou material diferente, aos alunos com capacidades diferentes para lhes permitir demonstrar a sua aprendizagem..

Modificações: o educador ajusta o conteúdo para que o aluno possa interagir com o material de acordo com as suas capacidades.

Ajuste do ritmo de aprendizagem

Alguns estudantes são motivados a produzir um trabalho de qualidade quando lhes são dados prazos específicos. Para outros, estes prazos irão criar ansiedade e inibir a sua aprendizagem. Os métodos de aprendizagem que ajustam o ritmo (variável, autogerido, acelerado, desacelerado, etc.) podem ser utilizados para apoiar a variedade dos estilos de aprendizagem.

Organização dos alunos

Há muitas maneiras de organizar os seus alunos:

- **Reunir** as crianças dotadas de uma forma que lhes permita aprofundar a sua aprendizagem em conjunto.
- **Misturar grupos** de alunos com estilos de aprendizagem diferentes e necessidades diversas foi identificado como sendo benéfico para todos os alunos.
- **Criar grupos aleatórios** impede a formação de grupos fechados num ambiente de aprendizagem.
- **Agrupamento comportamental:** organizar os alunos de uma forma que seja permitido àqueles que são tímidos, ou se exprimem menos, a terem a oportunidade de partilhar as suas ideias (sem ficar intimidados por pessoas que falam mais).

Aprendizagem pela ação

Constructivismo: este é um método (concebido pelo filósofo grego Aristóteles) que considera que os estudantes formam ligações mais profundas e significativas quando trabalham ativamente no suporte, e não quando se sentam passivamente a receber fatos. As atividades sugeridas no OVEP permitem que os alunos aprendam sobre o Olimpismo fazendo, e não apenas ouvindo.

Aprendizagem por investigações

Pode ser um processo individual ou colaborativo que incentiva os alunos a serem verdadeiros exploradores dos conhecimentos e da compreensão. Isto pode ser feito de várias maneiras:

- **Investigações guiadas:** o professor faz uma pergunta, o(s) aluno(s) escolhe(m) então fazer as investigações, e depois comunica(m) as suas conclusões.
- **Investigações estruturadas:** o professor faz uma pergunta e espera um resultado específico da investigação. O aspeto chave desta abordagem é que os alunos desenvolvem um pensamento analítico e reflexivo.
- **Investigações abertas:** os alunos escolhem as suas próprias perguntas, métodos de investigação e métodos de comunicação dos seus resultados e descobertas.
- **Questionamento socrático:** esta velha estratégia, inspirada nos ensinamentos do filósofo grego Sócrates, é liderada pelo educador, que incentiva os alunos a questionar os seus entendimentos e defender as suas opiniões.

Métodos de ensino oral

Algumas culturas utilizam métodos de educação orais para ensinar aos alunos. A narração de histórias, o uso de analogias e o questionamento socrático (usar perguntas para explorar uma reflexão profunda sobre um tema) são exemplos de tais métodos.

Métodos didáticos

Em algumas culturas, os alunos aprendem melhor se lhes forem dadas instruções extremamente pesadas; isto é, o Estado dita o que tem de aprender. Os alunos normalmente recebem informações do instrutor e o seu questionamento limita-se a parâmetros cuidadosamente definidos.



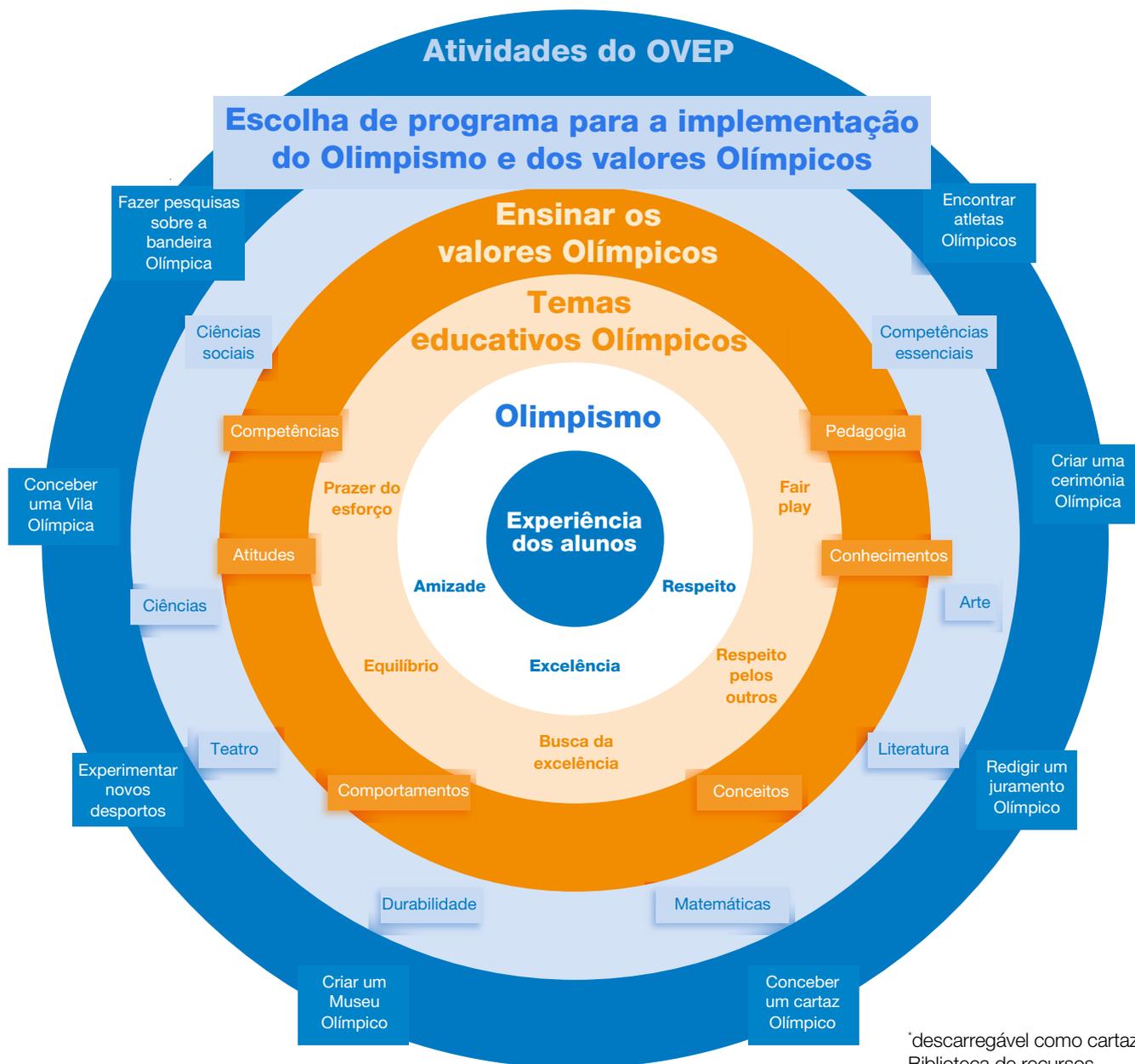
Secção 6

Ensino baseado nos temas educativos Olímpicos (unidades de trabalho)

O manual dos Fundamentos e a Biblioteca de recursos fornecem um suporte de investigação, discussão, reflexão e atividade. A aplicação prática deste trabalho, para que seja coerente e alinhada com os objetivos de aprendizagem do OVEP, pode ser alcançada através da utilização destes documentos da forma seguinte:

- Os recursos do OVEP são utilizados como atividade autónoma.
- Os recursos do OVEP são integrados noutros projetos educativos.
- Os recursos do OVEP são plenamente integrados no programa, mas são utilizados apenas durante um período de tempo definido (por exemplo, durante os Jogos Olímpicos).
- O OVEP é implementado como um quadro de trabalho utilizando uma aprendizagem baseada em projetos.
- As atividades do OVEP são postas em prática por áreas.
- As atividades do OVEP são postas em prática utilizando os temas educativos Olímpicos.

Implementar o OVEP*



*descarregável como cartaz na Biblioteca de recursos 00 / Fichas de atividades.

Os recursos do OVEP são utilizados como atividade autónoma

O educador pode ter pouco tempo ou recursos limitados para se dedicar ao OVEP. Portanto, pode selecionar atividades que respondam a estes constrangimentos e ensiná-las de uma forma que permita alcançar os resultados desejados, por exemplo, inspirar os alunos a adotar os valores do Olimpismo. Um professor em aula poderia pedir aos alunos que pensem numa pergunta que provoque reflexão, e depois escolhem uma atividade na Biblioteca de recursos que lhes permita prosseguir a exploração deste trabalho.

Exemplo: "A evolução dos comportamentos na sociedade ao longo dos últimos 100 anos tem influenciado muitos aspetos dos Jogos Olímpicos." Escolha uma atividade no manual dos Fundamentos ou na Biblioteca de recursos e pense em como surgiram estas mudanças, porquê, onde e quando.

Escolha uma forma de expressar o seu pensamento e as suas aprendizagens sobre esta questão. Obviamente, uma abordagem deste tipo também entra numa análise mais aprofundada caso sejam utilizadas atividades múltiplas.

Exemplo: um educador ensina um curso sobre as competências essenciais e quer que os alunos pensem em formas pelas quais o desporto e os Jogos Olímpicos possam promover a paz e a cooperação internacional. O educador poderia utilizar as questões colocadas na página 49 do manual dos Fundamentos (A linguagem da paz) para provocar a conversa e desenvolver as ideias dos alunos a este respeito. O manual dos Fundamentos é utilizado neste exemplo como um recurso de apoio a um tópico específico / uma oportunidade de aprendizagem em vez de um programa completo.

Os recursos do OVEP são integrados com outros projetos educativos ou cursos

O educador pode optar por integrar um determinado suporte para completar um projeto ou unidade de trabalho existente.

Exemplo: muitos ambientes de aprendizagem ensinam "competências essenciais", sendo que esta unidade cobre as áreas que os alunos experimentam quando desenvolvem competências em matéria de saúde, sexualidade, amizade, sociabilidade, escolhas de estilos de vida, tomada de decisões, entre outros. Os temas educativos Olímpicos são claramente relacionados com muitos aspetos de um programa deste tipo. Um educador responsável pelo ensino destas competências essenciais poderia escolher atividades do OVEP para melhorar o seu próprio programa.

Os recursos do OVEP são seletivamente integrados no programa

Os ambientes educativos, tais como as escolas, devem proporcionar o seu ensino em muitas disciplinas: literatura, matemática, ciências, história, arte. As necessidades relacionadas com a implementação prática de um grande programa são, portanto, muito exigentes. No entanto, há ainda oportunidades para implementar o OVEP. Por exemplo:

- Programa de liderança desportiva
- Cursos sobre competências essenciais
- Aulas de educação física
- Aulas-casa (ou seja, tempo na aula durante o qual não é ensinada nenhuma disciplina específica)
- Clubes pós-escolares (ou seja, um "clube olímpico" é criado para seguir o OVEP)

Muitas das atividades proporcionam oportunidades para o educador ser envolvido na experiência dos alunos com o OVEP em algumas áreas específicas. A integração seletiva do OVEP intervém apenas se este programa for utilizado por um período definido (por exemplo, durante os Jogos Olímpicos).



Referências da Biblioteca de recursos

- "Teaching Values in Movement Activities: Inherent and Added Values", Martinková, I., 2012. [01 / Contexto](#).

O OVEP é implementado como quadro de trabalho utilizando uma aprendizagem baseada em projetos

O OVEP é mais eficaz quando é contínuo, com competências, conhecimentos e experiências que se desenvolvem todos os anos. Uma abordagem para o educador consiste na conceção de unidades em torno dos temas educativos Olímpicos e na utilização do Manual dos Fundamentos e usufruto da Biblioteca de recursos para selecionar as atividades. Ensinar este conteúdo em cursos / aulas estruturadas de acordo com o calendário do programa exigiria que o educador o ponha plenamente em prática, e não o considere como outro elemento a ser inserido no programa.

Um outro método prático de ensino para a implementação do OVEP é a utilização da aprendizagem baseada em projetos. Os alunos escolhem uma questão aberta que provoque um debate e uma reflexão mais profunda sobre o tema. Depois de ter pensado na "pergunta orientadora", cada aluno pode optar por um aspeto que o intrigue e o motive particularmente a fazer mais investigações e a aprofundar o estudo do tema. Esta abordagem permite que o projeto seja extremamente personalizado e constitui uma metodologia atrativa para os alunos com estilos de aprendizagem, interesses e capacidades muito diferentes.

Exemplo de aprendizagem baseada em projetos para alunos de turmas secundárias (8º - 12º ano): "Como é que a política influencia os Jogos Olímpicos?" Com base na abordagem baseada nas investigações, o educador solicitaria as respostas dos alunos e depois faria outras perguntas que gerariam outras perguntas e respostas dos alunos: "Os países deveriam usar o boicote dos Jogos Olímpicos como forma de fazer uma declaração política? Como é que o Movimento Olímpico respondeu à discórdia ideológica? Como é que as decisões políticas influenciaram a concessão dos Jogos? Como é que as expectativas políticas influenciaram desempenhos nos Jogos Olímpicos?" Guie os alunos com a ajuda destas perguntas e das suas reflexões; o educador e o aluno podem escolher atividades do OVEP que os ajudem a continuarem a exploração dos seus interesses e das formas de demonstrar o que aprenderam.



Referências da Biblioteca de recursos

- Website *Be Inspired 4 Life*, Hampshire County Council. [03 / Manuais](#).
- Website *Game for Life*, Sport Singapore. [03 / Manuais](#).



Secção 7

Implementar OVEPs que envolvem exercícios físicos

A educação e a atividade física são meios poderosos para inspirar as crianças e os jovens a atingirem o seu potencial. Os programas que envolvem exercícios físicos que são entregues com estratégias de ensino de boas práticas facilitam o desenvolvimento social, emocional e cognitivo das crianças e dos jovens, favorecem o sucesso escolar, reforçam a autoestima e a autoconfiança, e permitem o desenvolvimento integrado do espírito e do corpo.^{1, 2, 3}

Estão convidados a participar nesta aprendizagem e a acender a tocha mundial da educação baseada nos valores Olímpicos que envolvem exercícios físicos!



Segurança

Para que as pessoas se sintam bem-vindas e confortáveis, é importante que se sintam seguras, fisicamente e emocionalmente.

Seguem-se algumas dicas para proporcionar um ambiente fisicamente e emocionalmente seguro aos participantes de OVEPs que envolvem exercícios físicos.

Conselho de segurança	Como pôr o conselho de segurança em prática
<p>Organizar-se para garantir que os participantes se sintam confortáveis</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Indicar aos participantes onde se encontram as casas de banho. • Indicar aos participantes quando estão programados os intervalos para refeições. • Pedir aos participantes que ouçam os seus corpos durante as sessões ativas e não os force a praticar uma atividade física se tiverem uma lesão que desconhece. • Usar a frase "Eu convido-o a..." para que se sintam bem-vindos a participar, mas também não stressados nem ameaçados. • Convidar os participantes a se levantarem, a se esticarem ou fazerem uma pausa sempre que necessário.
<p>Organizar-se para garantir que os participantes estejam fisicamente seguros</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar ou ensinar de costas para a parede. • Facilitar ou ensinar mantendo o contato visual com todos os participantes. • Detetar barreiras naturais ou outras no espaço de aprendizagem para que os participantes possam contorná-las. • Seguir a política local em matéria de manutenção e as normas de instalações e equipamentos. • Incentivar os participantes a demonstrar uma prática adequada e lógica de avaliação dos riscos, de modo a que as decisões possam ser tomadas com base no risco mínimo. • Marcar os limites usando termos descritivos ou usando marcadores como linhas no chão, cones, etc. • Utilizar um estilo de ensino direto / de mandamento (o instrutor fala, os participantes ouvem) ao conduzir pela primeira vez atividades com maior potencial de risco, como o tiro com arco ou ginástica, para estabelecer um protocolo de segurança. • Assegurar que os fatores de risco e os perigos ambientais sejam minimizados, e previstos em qualquer protocolo de gestão de riscos (por exemplo, proteção solar, desidratação, hipotermia, alergias a insetos).
<p>Organizar-se para garantir que os participantes estejam emocionalmente seguros</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar termos neutros, que podem incluir ambos os sexos, tais como "amigos" ou "todos" em vez de "os rapazes". • Assegurar o respeito pelos direitos e liberdades previstos na Carta Olímpica (por exemplo, raça, religião, orientação sexual). • Incentivar os participantes a fazerem perguntas, se necessário. • Acolher pessoas com deficiência e apelar aos membros da comunidade e a apoios para satisfazer as suas necessidades. • Convidar os participantes a comunicar quaisquer problemas que possam surgir durante a formação e ajudá-los a encontrar uma solução.

Aprendizagem que envolve exercícios físicos

Os programas de educação física e atividade física são suscetíveis a trazer contribuições importantes, não só para o desenvolvimento de uma aptidão motora fundamental e competências físicas, mas também para o desenvolvimento de competências e comportamentos sociais, da autoestima e do desenvolvimento escolar e cognitivo.⁴

Os estudos mostram que existe uma forte ligação entre a prática de uma atividade física por jovens e as competências comportamentais e psicossociais positivas.⁵

A atividade física permite que as crianças e os jovens aprendam ou obtenham:

- Respeito pelo corpo (o seu e o dos outros).
- Desenvolvimento integrado do espírito e do corpo.
- Autoconfiança e autoestima.
- Desenvolvimento social e cognitivo e realização escolar.

Tendo em conta o contributo significativo que a educação física pode trazer para todos os aspetos da aprendizagem das crianças e jovens, as abordagens de aprendizagem centradas na "educação através do físico" são cada vez mais preferidas à da "educação física".⁶ O reconhecimento do papel da atividade física na aprendizagem das crianças como um todo está de acordo com a conceção Olímpica de harmonia e equilíbrio entre corpo, vontade e espírito.

Desenvolvimento Positivo dos Jovens (DPJ) e programação da atividade física

O processo pelo qual os jovens adquirem competências para viver a sua adolescência de forma saudável é chamado Desenvolvimento Positivo dos Jovens (DPJ).⁷

O objetivo da abordagem DPJ é promover a saúde física e mental, bem como o desenvolvimento cognitivo, psicológico, emocional e social durante a juventude. As abordagens focadas nos participantes que envolvem ativamente o aluno durante todo o processo de aprendizagem são as mais adequadas para favorecer o DPJ. Os programas concebidos em torno do desenvolvimento positivo da juventude estão centrados nos 5 C: competência, confiança, conexão, carácter e compaixão.⁸

É possível criar um ambiente DPJ em que cada participante tem a oportunidade de ser bem-sucedido, dando uma dimensão inclusiva à experiência da atividade física, adaptada ao desenvolvimento e respeitosa de todos os indivíduos e das suas capacidades.

Implementação de um programa de atividade física centrado no Desenvolvimento Positivo dos Jovens

O desporto não ensina magicamente lições de vida.⁹ Na verdade, o desporto e as outras formas de atividade física podem ter o efeito de reduzir a atividade física se os participantes tiverem demasiadas experiências negativas.

Muitas crianças da nossa comunidade têm diferenças físicas e cognitivas, pelo que é importante desenvolver um programa inclusivo que garanta um acesso significativo e a participação de todos os jovens. A tabela abaixo descreve o que fazer e não fazer por parte dos instrutores OVEP com os exercícios físicos para promover uma ótima experiência da atividade física para os jovens.

COISAS PARA FAZER	COISAS PARA NÃO FAZER
Planear e implementar de forma deliberada um conteúdo de Desenvolvimento Positivo dos Jovens em todas as atividades físicas.	Assumir que ligações com o Desenvolvimento Positivo dos Jovens ocorrerão automaticamente através de atividades físicas.
Incentivar o trabalho em equipa e a comunidade dentro do grupo.	Confrontar os jovens uns com os outros e aplicar práticas tais como: os perdedores recolhem o equipamento ou fazem uma atividade física extra como castigo por perderem.
Convidar os jovens a partilhar o que gostam e não gostam, para que o seu feedback possa ser utilizado para planear sessões e atividades.	Continuar a tentar tornar a atividade agradável para os jovens, quando eles continuam a dizer que não gostam dela.
Organizar as tarefas para que os jovens procurem fazer o seu melhor, melhorar ou dominar uma tarefa.	Organizar as tarefas para que apenas alguns jovens concorram para ver qual deles é mais rápido, o que muitas vezes dificulta o processo ou a qualidade do movimento.
Definir tarefas que dêem aos jovens a oportunidade de praticar.	Definir tarefas para que apenas vários jovens tenham a oportunidade de praticar em algum momento e descansar o resto do tempo enquanto observam os outros.

Melhores práticas pedagógicas para a aprendizagem através da atividade física

Na abordagem da aprendizagem através da atividade física, a atividade serve como um meio de ensino do conteúdo. Nos OVEPs que envolvem exercícios físicos, a atividade é o meio de ensino dos cinco temas educativos Olímpicos. Graças à aplicação das melhores práticas pedagógicas em OVEPs que envolvem exercícios físicos, os jovens ficam mais suscetíveis a experimentar a atividade física num ambiente caloroso, inclusivo e alegre, ao mesmo tempo que aprendem os cinco temas educativos Olímpicos, bem como aplicar os valores Olímpicos ao longo das suas vidas.

A atividade física não só proporciona um quadro inclusivo e alegre para que os jovens aprendam sobre os cinco temas educativos Olímpicos, como pode ter impactos profundos e positivos nas crianças e nos jovens por si só, tais como:

- **O desenvolvimento físico saudável:** apoiando comportamentos fisicamente ativos e o desenvolvimento de competências favorecendo a prática de atividades físicas a longo prazo.
- **O desenvolvimento social:** através de oportunidades de passar tempo com os colegas e de fazer parte de um grupo.
- **O bem-estar emocional:** através da redução do stress, da ansiedade e da depressão que podem resultar da prática de uma atividade física a longo prazo.

Por conseguinte, a entrega dos OVEPs em ambientes fisicamente ativos que demonstram as melhores práticas pedagógicas são uma forma estratégica de apoiar o desenvolvimento saudável dos jovens através de iniciativas de educação baseada em valores.

Como educador de atividade física, o seu trabalho consiste em apoiar o desenvolvimento social, físico e emocional de crianças e jovens através da conceção de programas e atividades que apoiam experiências positivas no desporto e nos programas de atividade física. É, pois, essencial que a atividade física usada como meio de ensino da educação baseada em valores demonstre boas práticas. Quando as pessoas sentem exclusão, isolamento social e injustiça no desporto ou em outras formas de atividade física, formam impressões negativas dos programas de atividade física. Este tipo de experiências torna menos provável a participação de crianças e jovens em tais programas e o desenvolvimento de comportamentos fisicamente ativos ao longo das suas vidas.

A fim de demonstrar as melhores estratégias de ensino nos OVEPs que envolvem exercícios físicos, é necessário compreender e ser capaz de aplicar estratégias de ensino para um programa de atividade física positivo e inclusivo. No final desta secção, será capaz de fazer exatamente isso!



Informações gerais sobre a aprendizagem

Os estilos de ensino de Mosston e a aprendizagem fisicamente ativa

Toda a gente aprende de formas diferentes. Para se ser um instrutor de atividade física eficaz, é importante compreender e aplicar uma gama de estilos de ensino. Na década de 1960, um professor de educação física, Muska Mosston, desenvolveu um espectro de abordagens de ensino que demonstra como diferentes estilos de ensino, estilos de aprendizagem e atividades proporcionam experiências diferentes para o aluno, de experiências centradas no professor às experiências centradas no aluno.

O espectro mostra as variações no estilo de ensino dependendo de quem toma as decisões durante uma atividade. Se o professor tomar as decisões, o estilo de ensino está na parte do espectro centrada no professor; se o aluno tomar as decisões, o estilo de ensino está na parte do espectro centrada no aluno.

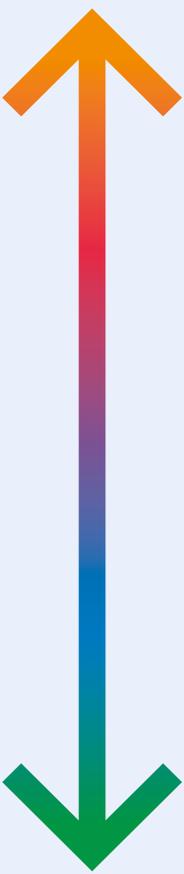
Os instrutores de programas de atividade física podem utilizar este espectro para compreender a amplitude dos estilos de ensino e aqueles que funcionam melhor em função dos alunos e da atividade que irão ensinar. Os estilos de ensino de Mosston podem ser utilizados tanto em aula como num ambiente de atividade física.

A utilização de uma variedade de estilos de ensino ao longo de um programa é a forma mais eficaz de alcançar todos os alunos.

Um estilo de ensino direto / de mandamento raramente constitui uma boa prática para os alunos porque é demasiado centrado no professor; no entanto, pode ser aconselhável a fim estabelecer um ambiente físico seguro. Por exemplo, se os jovens descobrem os temas do OVEP através de uma atividade de tiro com arco, é preferível ensinar de antemão protocolos de segurança em estilo de mandamento / direto. Logo que tenham atingido os importantes objetivos de segurança, o instrutor pode utilizar um estilo de autoaprendizagem, como por exemplo o estilo recíproco ou a autoavaliação, que permite aos jovens desenhar e jogar um jogo de tiro com arco que seja seguro e que envolva competências e tática.

É importante notar que os estilos de ensino centrados no aluno envolvem mais os alunos do que os estilos de ensino próximos ao estilo de mandamento / direto no espectro de Mosston.

Recapitulativo do espectro de Mosston¹⁰



A Mandamento / direto	<i>O professor, treinador, facilitador toma todas as decisões e os jovens devem seguir as suas instruções.</i>
B Prático	<i>Os jovens executam todas as tarefas prescritas.</i>
C Recíproco	<i>Os jovens trabalham em pares ou em grupos de três, e um jovem dá o seu feedback.</i>
D Autoavaliação	<i>Os jovens autoavaliam-se em relação a determinados critérios.</i>
E Integração	<i>Os jovens controlam o seu próprio trabalho, que foi prescrito por um responsável adulto (por exemplo, professor, treinador, etc.).</i>
F Descoberta guiada	<i>Os jovens chegam a conclusões gerais através de fatos, experiências e / ou reflexões específicas.</i>
G Divergente	<i>Os jovens resolvem os problemas sem a ajuda de um adulto responsável.</i>
H Individual	<i>O adulto responsável determina o conteúdo e o jovem planeia o programa.</i>
I Autoaprendizagem	<i>O adulto responsável desempenha um papel consultivo enquanto o jovem planeia o seu próprio programa.</i>
J Auto-aprentissage	<i>O jovem assume plena responsabilidade pelo processo de aprendizagem.</i>

Pedagogia da atividade física — Técnicas de boas práticas



Maximizar as oportunidades de desenvolver competências para todos os participantes^{11, 12}

As estratégias que podem ser utilizadas para otimizar as oportunidades dos jovens incluem:

Tamanho do grupo

Os pequenos grupos aumentam as oportunidades de aquisição de competências por parte dos jovens, de resolver problemas e de atingir o seu potencial. Uma abordagem deste tipo oferece mais oportunidades para que os jovens pratiquem e desenvolvam competências, façam perguntas, partilhem os seus pensamentos e ideias com outros. Pelo contrário, se os grupos forem demasiado grandes, alguns jovens podem esconder-se durante o jogo, evitando uma participação ativa.

Ordem

Pedir que todos os jovens participem ordenadamente para atingir um objetivo (por exemplo, atirar um objeto), antes que mais alguém participe uma segunda vez.

Partilhar um após o outro

Todos têm de partilhar uma ideia oralmente antes de uma pessoa poder partilhar uma segunda ideia.

Notas do workshop



Instrução personalizada para diferentes níveis de competências e diferentes experiências¹³

Os indivíduos têm tamanhos diferentes, experiências diferentes e aprendem ao seu próprio ritmo. É importante planejar atividades que tenham em conta estas diferenças. Isto pode ser feito:

- Tornando uma tarefa física mais simples ou mais complexa.
- Incentivando os jovens a concentrarem-se mais na qualidade do que na quantidade de uma competência. Por exemplo, eliminando as restrições de tempo, para que os jovens não sintam nenhuma pressão desnecessária.
- Aumentando ou diminuindo a dimensão da área de jogo para impor um tempo de reação mais rápido ou mais lento. Por exemplo, quando uma área de jogo é maior, os participantes têm mais tempo para receber um objeto e decidir o que querem fazer.
- Estruturando uma atividade para que os jogadores principiantes possam utilizar a mão ou o pé mais forte, e que os jogadores avançados sejam forçados a utilizar apenas a sua mão ou pé menos forte.
- Modificando o equipamento através da substituição de objetos leves e grandes (para jogadores principiantes) por objetos mais pesados e mais pequenos (para jogadores avançados).
- Fazendo perguntas como "Será que alguém não entende?" para encorajar aqueles que não compreendem a falar alto e insinuar que é possível que algumas pessoas não compreendem.
- Fornecendo instruções com antecedência ou de forma visual, para além de pistas fornecidas oralmente, àqueles que processam a informação mais lentamente do que outros.
- Ligando com a forma como uma determinada competência é utilizada no âmbito de uma atividade.
- Proporcionando aos participantes oportunidades para desenvolver competências de forma autêntica, a fim de reforçar o caráter transferível das competências nas atividades físicas.

Notas do workshop



Ambiente motivacional para aumentar a aprendizagem e o prazer^{17, 18}

Os responsáveis de programas de atividade física podem criar um ambiente que ajude os participantes a sentirem-se motivados para ter sucesso.

Existem dois tipos de ambientes motivacionais centrados no sucesso:

- O ambiente motivador envolvendo o ego, no qual o sucesso é definido como vencer e ser o melhor.
- O ambiente motivador envolvendo as tarefas, no qual o sucesso é definido como dominar uma tarefa, dar o seu melhor ou melhorar os seus resultados.

Muitas das pessoas responsáveis pela entrega de programas de atividade física tendem a associar ambientes motivadores envolvendo ego e tarefas.

Para criar um ambiente motivador envolvendo tarefas, algumas práticas devem ser substituídas por práticas positivas.

Prática	Prática positiva
Os perdedores recolhem o material	Todos os participantes recolhem o material. Este método demonstra o tema do OVEP sobre o respeito pelos outros.
Determinar quem pode apresentar o maior número de desempenhos num determinado tempo	Não deve estar concentrado no tempo, mas sim nos indicadores de competências e trabalhar para dominar as competências, dar o seu melhor ou melhorar. Este método demonstra o tema do OVEP sobre a busca da excelência.
Castigar através do exercício	Recompensa por uma atividade motora num ambiente positivo. Este método demonstra o tema do OVEP sobre o prazer do esforço.
Determinar quem é o melhor para atingir uma competência	Pedir aos jovens que dêem o seu melhor para aprender ou que progridam a fim de adquirir uma nova competência e dizer-lhes que dar o seu melhor é mais importante do que ser perfeito numa competência. Este método demonstra o tema do OVEP sobre o prazer do esforço.



Pontuação centrada nas competências e nas tarefas²²

Há duas formas de pontuar nos jogos:

- Pontuação baseada em indicadores de sucesso. Por exemplo, num minijogo, contar quem consegue marcar mais golos numa pequena rede.
- Pontuação baseada em objetivos de aprendizagem (p. ex., competências de lançamento e receção). Por exemplo, o objetivo de uma atividade poderia ser o de praticar o passe de uma bola com os pés a um colega de equipa para que a pontuação seja feita através da contagem do número de passes bem-sucedidos.

Nas atividades OVEP de aprendizagem através da atividade física, a pontuação deve estar sempre centrada no desenvolvimento de competências. Nestas situações, os pontos são concedidos de acordo com a tarefa e as competências-chave da lição. Atividades de tipo minijogos em várias rondas são também bons instrumentos de ensino quando se tratam de atividades desportivas modificadas. Independentemente da pontuação entre as duas equipas durante uma ronda, uma nova ronda começa pouco depois da anterior, sendo que algum tempo pode ser concedido entre as rondas, a fim de permitir que as equipas pensem e se concentrem em como melhorar os resultados e competências.

Exemplo de atividade:

- Atividade de badminton 2 contra 2 em várias rondas (por exemplo, pares jogam contra outros pares durante uma lição).
- Rondas de 4 minutos.
- Cada jogador pontua com base no objetivo pré-definido da lição (por exemplo, devolver um serviço utilizando uma determinada técnica).
- São atribuídos 2 pontos por ronda ganha, 1 ponto por ronda empatada.
- Por conseguinte, se uma equipa perder uma ronda 10 a 2, os totais acumulados são de 2 e 0. Quando a equipa vencedora está prestes a jogar contra a outra equipa, surge com 2 pontos, não 10. A equipa que não conquistou nenhum ponto na primeira ronda vai, portanto, para o jogo seguinte com 0 pontos. Os totais acumulados da lição na sua totalidade são utilizados para determinar quem se torna o campeão do dia!

Notas do workshop



Aprendizagem integrada em ambientes fisicamente ativos^{23, 24}

A aprendizagem integrada ou mista permite abordar múltiplos tópicos no âmbito de uma única atividade. Uma experiência de aprendizagem integrada no âmbito de um programa OVEP que envolve exercícios físicos pode incluir conteúdos principais, nomeadamente, temas do OVEP e uma atividade física, e conteúdos secundários, como a matemática. Os estudos mostram que os estilos de ensino integrados motivam e envolvem melhor os jovens no processo de aprendizagem do que as abordagens tradicionais centradas numa matéria, tornando assim a educação mais significativa para os jovens, uma vez que permite fazer mais ligações e dar mais sentido à experiência de aprendizagem. O OVEP reconhece a variedade de benefícios inerentes a uma abordagem de aprendizagem integrada, e é por isso que este recurso dá prioridade à aprendizagem pela atividade física no âmbito deste programa de formação e de iniciativas futuras do OVEP. Incentiva também os futuros instrutores do OVEP a integrarem novas áreas de conteúdo ao longo do seu programa.

A atividade física pode ser um meio poderoso de aprendizagem integrada. Os estudos mostram que quando as ciências ou a matemática são ensinadas com uma abordagem baseada em atividade física, os alunos que aprendem melhor quando se movem, referidos como alunos cinestésicos, têm mais probabilidades de compreender o conteúdo. Dada a diversidade de benefícios trazidos pela atividade física, faz sentido proporcionar aos jovens oportunidades de serem fisicamente ativos. É igualmente importante apoiar a aprendizagem de todas as disciplinas escolares (incluindo as ciências, as línguas, a matemática, as artes) num programa de atividade física.

Notas do workshop



Avaliação para a aprendizagem

A avaliação é o método utilizado para recolher e analisar informações sobre a compreensão de um aluno, o nível de competências e / ou conhecimentos de um conceito especial. A avaliação é utilizada no quadro do ensino em aulas, bem como em ambientes de atividade desportiva e física (por exemplo, educação física, programa desportivo para jovens). Existem vários tipos de avaliações, incluindo:

- **Avaliação sumativa:** uma avaliação no final de uma unidade ou programa que se destina a informar o avaliador do programa, o professor, etc.
- **Avaliação autêntica:** uma avaliação que tem lugar numa situação real (por exemplo, jogo modificado em vez de uma avaliação isolada de uma competência; representação de dança ou espetáculo em vez de uma avaliação de uma competência independentemente de outra).
- **Avaliação formativa:** uma avaliação contínua utilizada para orientar o ensino futuro. O objetivo final da avaliação formativa é melhorar ou apoiar a aprendizagem para otimizar a experiência, o desenvolvimento, e o ensino de um participante de um programa.

Nos programas OVEP com exercícios físicos, a principal abordagem de avaliação recomendada é a da avaliação formativa, porque a avaliação formativa fornece informações contínuas ao instrutor sobre o que poderia ter feito diferente, visitar ou expandir. Este estilo de avaliação está alinhado com o objetivo / valor do OVEP, que é a busca da excelência, porque acompanha de ótima forma tanto o instrutor como o jovem na realização do seu potencial.

Notas do workshop

Estratégias pedagógicas centradas no aluno

Além das melhores estratégias pedagógicas de ensino baseado em atividades físicas descritas anteriormente, existem outras estratégias de ensino centradas no aluno que podem acompanhar a aprendizagem dos participantes em torno do OVEP e sobre a melhor forma de ensinar os programas OVEP. Estas estratégias são recomendadas porque, além de serem centradas no aluno, estimulam o pensamento crítico, a colaboração e a resolução de problemas, que são todas competências de aprendizagem do século XXI.

Estratégia de ensino	Definição
Aprendizagem baseada num projeto modificado	<p>A aprendizagem baseada em projetos é uma estratégia de ensino centrada no aluno e utilizada durante um determinado período para permitir que os jovens resolvam um problema concreto ou um desvio. É frequentemente utilizada no ensino em aula, mas também pode ser aplicada no contexto de programas recreativos ou extraescolares. Quando uma estratégia de aprendizagem baseada em projetos é utilizada, os jovens recolhem e analisam informações, tomam decisões de forma colaborativa, fornecem uma solução / projeto em resposta ao desafio identificado, refletem e criticam o seu trabalho, e depois o clarificam. Nesta estratégia, os jovens podem optar por organizar uma feira de saúde, lançar uma petição para uma nova ciclovia numa estrada local ou para visitar um abrigo para animais. A aprendizagem baseada em projetos pode ser uma estratégia de ensino útil na programação do OVEP porque permite aos participantes identificarem áreas de utilidade nas suas comunidades e, em seguida, encontrar uma solução para o(s) desafio(s) identificado(s).</p> <p>Se estiver a trabalhar com jovens, tenha em mente que a vontade de um aluno em projetos de serviço deve estar em consonância com os temas do OVEP, bem como as preocupações percebidas dos jovens ou das áreas de crescimento detetadas.</p>
Aprendizagem colaborativa “quebra-cabeças”	<p>Enraizados na aprendizagem colaborativa, os jovens participam em pequenos grupos e cada um recebe um elemento de informação diferente. Os que têm o mesmo elemento de informação identificam-se e discutem, investigam e tentam compreender a sua informação. Depois, os jovens regressam ao seu grupo de origem onde todos partilham as suas conclusões e o grupo colabora para "resolver" a ideia, o conceito ou o tópico principal a ser tratado. O objetivo da presente estratégia de ensino consiste em promover a reflexão crítica e a colaboração entre os membros do grupo.</p> <p>A estratégia de ensino do "quebra-cabeças" reconhece que cada jovem tem um papel a desempenhar na realização e plena compreensão do produto final.</p>

Estratégias de ensino	Definição
Abordagem por estudo de caso	Um estudo de caso, ou estratégia de cenário, dá aos jovens um exemplo de situação que poderia ser uma situação real. O estudo de caso pode ser utilizado individualmente ou em pequenos grupos. Trata-se de uma estratégia de ensino que é eficaz porque promove o pensamento crítico, a resolução de problemas e a consideração das várias consequências. Inicialmente, os estudos de casos tinham sido concebidos para a sala de aula, mas uma abordagem por estudo de caso pode ser um instrumento eficaz em programas que envolvem exercícios físicos.
Brainstorming	Um método de ensino utilizado para permitir a um grupo partilhar as ideias que lhes venham à cabeça. Nesta estratégia, o papel do instrutor consiste em facilitar uma discussão e convidar as pessoas que podem não se voluntariar para partilhar as suas ideias. Estas ideias podem ser utilizadas para encontrar soluções para estudos de casos relacionados com temas do OVEP ou para identificar áreas onde as lições aprendidas através de programas do OVEP que envolvem exercícios físicos podem ser aplicadas em outras áreas da vida.
Estratégia de revisão pelos pares sem risco	<p>Uma estratégia de ensino baseada na revisão pelos pares sem risco consiste em que os pares ouçam as respetivas soluções ou ideias e, sem julgamento ou avaliação, façam sugestões para o trabalho futuro. Isto é uma estratégia de ensino sem risco porque deve ser utilizada para fazer avançar a aprendizagem, não para a avaliar. O objetivo desta estratégia consiste em capitalizar ou modificar ideias anteriores ou propostas de soluções.</p> <p>As estratégias de revisão pelos pares são úteis na medida em que alguns jovens exercem a capacidade de escuta enquanto outros criticam o seu trabalho. Em seguida, os jovens analisam as observações e determinam se vão utilizar observações específicas, neste caso, quais e porquê, para orientar as revisões. A revisão pelos pares num ambiente sem risco elimina toda a pressão e incentiva os alunos a concentrarem-se no processo de aprendizagem e a melhorarem os trabalhos atuais, em vez de se preocuparem com o que está certo ou errado.</p>
Café-mundo	O café-mundo é um método apropriado se quiser que um grupo grande de pessoas debata sobre questões em grupos mais pequenos. Os grandes grupos estão normalmente divididos em grupos de quatro ou cinco pessoas no máximo. Nestes pequenos grupos, os participantes sentam-se em círculo para imitar o ambiente de um café. Os participantes mudam de grupo após algum tempo para rever as questões ou debater novas questões. O método do café-mundo é utilizado para permitir aos participantes ter uma noção do que os outros pensam, deixar os outros desafiarem as suas próprias ideias e ganhar confiança através da partilha de ideias com diferentes pessoas. Os facilitadores partilham questões, utilizam indicadores de início e fim quando é tempo de as pessoas mudarem de grupo, e informam os participantes quando chegar a altura de abordar novas questões.

Planeamento do OVEP que envolvem exercícios físicos

A tabela seguinte fornece orientações para ajudar no planeamento, implementação e avaliação de um OVEP que envolve exercícios físicos.

Fase	Objetivos
Planear a sua programação	<ul style="list-style-type: none">• Identificar um grupo potencial de jovens participantes e as suas necessidades e interesses específicos.• Tentar obter de antemão o máximo de informações possível sobre os participantes para permitir o planeamento de programas específicos.• Tentar identificar os problemas importantes para uma comunidade e os indivíduos dentro dessas comunidades. Não fazer suposições quanto aos seus nomes.• Determinar que recursos locais estão disponíveis para contribuir para garantir a sustentabilidade.• Desenvolver uma competência das melhores práticas pedagógicas para entregar programas que envolvem exercícios físicos.• Determinar o sistema, o(s) instrutor(es) e a configuração do seu programa.• Determinar as necessidades orçamentais e as formas de solidificar o financiamento (por exemplo, empresas parceiras, financiamento por subvenção).• Identificar os parceiros necessários (por exemplo, canais de confiança numa grande população imigrante para incentivar a participação ou para satisfazer potenciais necessidades de tradução) para incentivar a participação dos jovens.• Para a participação dos jovens, desenvolver formulários de autorização dos pais ou tutor que tenham em conta todas as políticas locais a respeitar.• Planear as lições de atividade física para além dos temas do OVEP.• Determinar o equipamento necessário.• Determinar a duração de cada lição e programar os dias / horas de entrega do programa.• Formar os instrutores para ministrar um programa do OVEP que envolva exercícios físicos.

Fase	Objectivos
Implementação do seu programa	<ul style="list-style-type: none">• Entregar o programa.• Gerir e analisar as avaliações para orientar o ensino.• Desenvolver um sistema de monitorização e analisar as avaliações para adaptar o programa.• Implementar, incentivar e monitorizar as melhores práticas pedagógicas.
Avaliação do seu programa	<ul style="list-style-type: none">• Determinar objetivos e resultados para o programa a curto, médio e longo prazo.• Escolher ferramentas de apreciação e avaliação que permitam monitorizar os objetivos e resultados.• Gerir e analisar as avaliações dos jovens participantes.• Gerir e analisar as avaliações do instrutor.• Gerir e analisar as avaliações dos pais / tutores.• Introduzir as alterações necessárias e exequíveis no programa.

Conectar as atividades do OVEP

Atividade	Tema educativo Olímpico	Disciplina escolar	Métodos de ensino
01 Pierre de Coubertin e o Movimento Olímpico	Respeito pelos outros, equilíbrio, fair play	Arte, teatro, ciências sociais	Encenação, investigações, teatro, discussão
02 O símbolo Olímpico	Respeito, excelência	Arte, história, ciências sociais	Discussão, investigações
03 Hastear a bandeira	Respeito	Arte, história, geografia, ciências sociais	Discussão, investigações
04 O lema Olímpico: Citius, Altius, Fortius	Excelência, equilíbrio, prazer do esforço	Educação física, redação, literatura, geografia, ciências sociais	Discussão, investigações
05 Iluminar o espírito: a tocha Olímpica	Respeito	Educação física, redação, literatura, geografia, matemática	Investigações guiadas, círculo de partilha
06 A cerimónia de abertura dos Jogos	Busca da excelência, equilíbrio, respeito pelos outros, fair play	Teatro, arte, música	Investigações guiadas, encenação, teatro
07 A cerimónia de encerramento dos Jogos	Busca da excelência, equilíbrio, respeito pelos outros, fair play	Redação, literatura, teatro, arte	Investigações, questionamento socrático
08 Os juramentos Olímpicos	Fair play, respeito pelos outros, prazer do esforço	Redação, literatura, teatro, arte	Construtivismo, questionamento socrático
09 A Trégua Olímpica	Respeito pelos outros, equilíbrio, fair play	Redação, literatura, teatro, arte	Círculo de partilha, mesas redondas
10 A paz e os Jogos Olímpicos	Respeito pelos outros, fair play	Redação, literatura, teatro, arte	Círculo de partilha, mesas redondas
11 O jogo do legado da paz	Respeito pelos outros, fair play, amizade, prazer do esforço	Redação, literatura, teatro, arte	Círculo de partilha, mesas redondas
12 Desporto e arte na Grécia Antiga	Respeito, equilíbrio, excelência	Arte, geografia, ciências sociais	Investigações guiadas, construtivismo
13 Desporto e arte nos Jogos Olímpicos modernos	Respeito, equilíbrio, excelência	Arte, geografia, ciências sociais	Investigações guiadas, construtivismo
14 Emblemas e mascotes	Equilíbrio, respeito, prazer do esforço	Arte, redação, literatura	Círculos de literatura

Atividade	Tema educativo Olímpico	Disciplina escolar	Método de ensino
15 O Museu Olímpico	Prazer do esforço, equilíbrio, busca da excelência, fair play, respeito pelos outros	Arte, ciências sociais, teatro, música	Criatividade, colaboração, resolução de problemas
16 O programa desportivo Olímpico	Equilíbrio, busca da excelência, fair play, respeito pelos outros, prazer do esforço	Arte, estudos comerciais, teatro, música	Investigações, colaboração
17 Os Jogos Olímpicos da Juventude (JOJ)	Equilíbrio, busca da excelência, fair play, respeito pelos outros, prazer do esforço	Ciências sociais, teatro, música	Criatividade, colaboração
18 Quebrar as barreiras: as mulheres no desporto	Equilíbrio, busca da excelência, fair play, respeito pelos outros, prazer do esforço	Arte, teatro	Encenação, teatro, criatividade
19 Os Jogos Paralímpicos: "Espírito em Movimento"	Equilíbrio, busca da excelência, fair play, respeito pelos outros, prazer do esforço	Educação física	Encenação, investigações, construtivismo
20 Organizar os Jogos Olímpicos	Equilíbrio, busca da excelência, fair play, respeito pelos outros, prazer do esforço	Redação, literatura, estudos comerciais arte, música, teatro	Investigações, construtivismo, criatividade
21 A Vila Olímpica	Respeito, excelência, fair play	Ciências sociais, ciências, biologia, arte	Criatividade, resolução de problemas
22 O desenvolvimento sustentável através dos Jogos	Equilíbrio, respeito pelos outros	Ciências sociais, ciências, biologia, arte	Criatividade, resolução de problemas
23 Enfrentar os desafios dos Jogos Olímpicos	Equilíbrio, busca da excelência, fair play, respeito pelos outros, prazer do esforço	Arte, teatro, ciências sociais, competências essenciais	Encenação, discussão
24 Viver o prazer do esforço no desporto e na atividade física	Prazer do esforço, busca da excelência, fair play, equilíbrio, respeito pelos outros	Educação física	Resolução de problemas, criatividade, colaboração
25 Celebrar a humanidade: histórias dos Jogos Olímpicos	Respeito pelos outros, equilíbrio, fair play, busca da excelência, prazer do esforço	Ciências sociais	Discussão, encenação, círculo de partilha
26 Viver de acordo com as regras do fair play	Fair play, respeito, equilíbrio	Arte, teatro, ciências sociais, competências essenciais	Encenação, discussão
27 Praticar o respeito por si próprio e pelos outros	Respeito	Arte, redação, literatura	Literatura, círculos, discussão
28 Os meus direitos = as minhas responsabilidades	Respeito, equilíbrio, fair play	Competências essenciais, ciências sociais	Investigações, capacidades de reflexão
29 Fazer escolhas difíceis	Respeito, equilíbrio, fair play	Competências essenciais, teatro	Encenação, discussão, resolução de problemas
30 Fazer o seu melhor na busca da excelência	Busca da excelência, equilíbrio	Redação, literatura	Jornal, registo de respostas, círculo de partilha
31 Perseverança e os Jogos Olímpicos	Busca da excelência, prazer do esforço, respeito	Educação física	Discussão, modelo, resolução de problemas, criatividade
32 Resiliência e os Jogos Olímpicos	Respeito, prazer do esforço, fair play	Ciências sociais	Investigações, criatividade
33 Coragem nos Jogos Olímpicos	Respeito, prazer do esforço, busca da excelência	Ciências sociais	Discussão, círculo de partilha, investigações
34 Viver uma vida ativa, equilibrada e saudável	Prazer do esforço, busca da excelência, fair play, equilíbrio, respeito pelos outros	Educação física	Resolução de problemas, criatividade, colaboração

Sugestões de leituras adicionais sobre pedagogia

Todas as informações abaixo estão corretas no momento da impressão e estão sujeitas a alterações sem aviso prévio.

Métodos de ensino

<https://www.teachervision.com/teaching-methods/resource/5810.html>

<http://teaching.unc.edu/learning-resources/articles-books/best-practice/instructional-methods/150-teaching-methods>

Diferenciação na sala de aula

<http://www.ascd.org/research-a-topic/differentiated-instruction-resources.aspx>

Estratégias para ajudar alunos diferentes

<https://www.understood.org/en/learning-attention-issues/treatments-approaches/educational-strategies/accommodations-and-modifications-how-theyre-different>

Estratégias em matéria de ritmo e instrução na aula

<http://www.edutopia.org/blog/instructional-pacing-tips-rebecca-alber>

Como utilizar as tabelas de seleção

http://www.alexiscullerton.com/uploads/2/4/7/2/24729748/choice_boards_packet.pdf

Educação temática

<http://www.funderstanding.com/educators/thematic-instruction/>

Construtivismo na sala de aula

<http://www.education.com/reference/article/constructivism/>

Conceção e planeamento das aulas

http://www.crlt.umich.edu/gsis/p2_5

Estratégias para um planeamento eficaz das lições

<https://www.tes.co.uk/teaching-resource/lesson-design-and-planning-6074051>

Abordagens de ensino específicas

<http://www.celt.iastate.edu/teaching-resources/course-planning/specific-approaches/>

Inclusão e enquadramento da diversidade

<https://www.sportscoachuk.org/coaches/resource-bank/inclusion-and-diversity-coaching>

Recursos sobre a inclusão

http://www.swimming.org.au/article.php?group_id=6699



Referências da Biblioteca de recursos

- *Sport for Development: What role can sport play in sustained social change?*, Vídeo, Magic Bus, 2013 [01 / Sensibilização](#).
- Website *Play Academy: Resources for Teachers*, Right To Play International. [02 / Boas práticas & 03 / Manuais](#).
- Website *International Inspiration*, International Inspiration. [02 / Boas práticas](#).
- Diagrama “*Kolb’s Learning Styles*”, www.businessballs.com. [03 / Links](#).
- Website do *Olympic Ambassador Programme*, Comité Olímpico Nacional de Nova Zelândia, 2016. [00 / Fichas de atividade](#).

Glossário

Os termos abaixo irão enriquecer a sua base de conhecimentos, mas não estão necessariamente incluídos nos documentos pedagógicos. Este glossário é de uso geral.

Adaptações	O educador ensina o mesmo conteúdo a cada aluno e espera os mesmos resultados, mas dar mais tempo, ou material diferente, aos alunos com capacidades diferentes, poderá permitir que demonstrem a sua aprendizagem.
Ambiente sem risco	Um ambiente em que não seja feito qualquer julgamento ou avaliação sobre as atividades realizadas ou o conteúdo partilhado.
Análises pós-Jogos	As análises pós-jogos, contidas no guia prático, são questões reflexivas que devem permitir aos participantes nos workshops uma análise crítica de alto nível do conteúdo.
Ancoragem	Alguns alunos terminam o trabalho rapidamente. Um educador pode fornecer uma atividade complementar baseada no conceito / aprendizagem que foi dada ao resto da turma.
Aprendizagem baseada na experiência	Neste método, os alunos estão encarregues de realizar atividades nas quais a força e o impacto da lição são revelados através da "ação". Na ficha de atividade paralímpica 19, a melhor forma de "estudar" os exercícios é fazer os jogos, em vez de refletir sobre eles.
Aprendizagem baseada em projetos	Os alunos são encorajados a escolher uma questão que orientará a sua aprendizagem durante a duração da missão ou do projeto. O OVEP e a aprendizagem baseada em projetos são ferramentas naturais, porque os alunos podem escolher um ou mais temas educativos e depois explorar os aspetos que correspondem aos seus interesses. A abordagem de aprendizagem baseada em projetos permite aos alunos escolher como apresentar o que aprenderam.
Aprendizagem colaborativa "carrossel"	É uma atividade de brainstorming. O educador faz uma pergunta (que pode ter várias partes) e escreve-a em vários pedaços de papel, que serão colados nas paredes. Os alunos passam de uma folha de papel para outra. Lêem a pergunta no papel, pensam no assunto, e escrevem as suas próprias respostas. Passam depois para o próximo papel. No final, os papéis são removidos e estudados para identificar esquemas, tópicos de discussão, etc. Este método permite ativar os conhecimentos prévios do aluno e gerar novos caminhos de investigação. Permite aos alunos da turma que são menos confiantes, menos abertos, a darem contribuições refletidas.
Aprendizagem colaborativa "quebra-cabeças"	Neste método, os alunos são divididos em grupos e estudam uma peça diferente de um problema. Depois reúnem-se, partilham as suas ideias e juntam as suas soluções para o problema. Este método é muito eficaz para promover a colaboração. Se uma peça do quebra-cabeças domina as outras (tal como um quebra-cabeça, "jigsaw" em inglês), não vai funcionar. As peças devem encaixar umas nas outras.

Aprendizagem virtual	Os estudantes que têm acesso às tecnologias de informação e comunicação (denominadas TIC) podem utilizar estes recursos para fazer um uso criativo de muitas das atividades sugeridas do OVEP. Podem partilhar as suas ideias sob a forma de videoconferências, podcasts, espaços de discussão ou redes sociais.
Aula invertida	Neste método, os alunos recebem o conteúdo da aula com antecedência. Quando chegam à sala de aula / ao ambiente de ensino, devem discutir o conteúdo, trabalhar em projetos que reforcem a compreensão, fazer provas ou obter ajuda sobre conceitos difíceis.
Avaliação autêntica	Uma avaliação que tem lugar em situações reais, tais como minijogos, representações de dança, coreografias de ginástica, etc. As avaliações autênticas não incluem uma avaliação isolada das competências.
Avaliação do programa	O processo de recolha de informações sobre o programa após a sua conclusão, a fim de determinar a sua eficácia na realização dos seus objetivos.
Avaliação formativa	A avaliação contínua utilizada para orientar o ensino futuro. A avaliação formativa pode ser informal (por exemplo, levantar o polegar para cima se entender ou virar o polegar para baixo se não entender) ou formal (por exemplo, escrever uma observação numa folha de papel que será entregue).
Avaliação para a aprendizagem	O processo de recolha de informação durante uma sessão ou atividade, a fim de utilizar a informação para tomar decisões sobre o ensino futuro.
Avaliação sumativa	A avaliação que ocorre no culminar de uma atividade ou competência para determinar se os alunos dominam a competência ou alcançaram os objetivos de aprendizagem, ou se precisarem de um ensino complementar para o alcançarem.
Blogs	Os alunos com acesso à Internet podem escrever sobre as suas experiências no OVEP e publicar a sua contribuição online. Um blog é como um diário pessoal e pode ser feito através de qualquer estilo de escrita que lhe pareça adequado ao propósito. Pode querer escrever de forma persuasiva, exprimir opiniões ou celebrar os êxitos dos outros. O blog pode ser exatamente o que quiser que seja. Alguns blogs são escritos para uma audiência de subscritores, enquanto outros só podem servir para o prazer da expressão pessoal. Há muitos recursos de blog disponíveis online que pode facilmente encontrar nos motores de busca.
Círculos de literatura	Esta é uma ótima forma de reunir as ideias dos alunos sobre temas do OVEP. Os alunos são colocados em (ou escolhem) pequenos grupos. É-lhes dado um texto para ler e depois discutem o seu conteúdo. Podem relatar as conversas e opiniões que foram expressas ao grupo no seu conjunto. Estes círculos de literatura podem ser utilizados para estudar livros, bem como textos mais curtos.
Círculo de partilha	Neste método de aprendizagem, os alunos são colocados em círculo e têm de resolver um problema. Cada pessoa no círculo reflete sobre o problema, geralmente uma questão aberta complexa. Um aluno será responsável pela transcrição das respostas e contribuições de cada pessoa do círculo. Depois de recolher todas as contribuições, o redator resume as respostas e segue-se um novo debate.
Colaboração	É uma das ferramentas de aprendizagem do século XXI e uma técnica importante para o ensino de muitas atividades do OVEP. Os estudantes são encorajados não só a "colaborar", mas também a procurar e valorizar as ideias dos outros no âmbito da sua cooperação em projetos e missões.
Compactação	O educador utiliza os dados da avaliação prévia e determina se há necessidade de um aluno trabalhar em qualquer aspeto do exercício. Se dominar o conceito, está pronto para avançar para algo mais difícil.

Competências de comunicação	Muitas destas atividades do OVEP desenvolvem as competências de comunicação dos alunos. Por escrito, eles têm a oportunidade de expressar as suas opiniões de forma criativa através de contos, artigos escritos e entrevistas. Podem também desenvolver os seus métodos de expressão pessoal através do movimento, da comédia e da fala (incluindo monólogos ou diálogos). As atividades do OVEP promovem a reflexão e as contribuições de todos os alunos, independentemente das suas capacidades, e muitos dos métodos de ensino recomendados são concebidos para permitir a igualdade das vozes no debate e na discussão.
Competências de debate	A prática do debate como estratégia pedagógica permite o desenvolvimento de muitas competências. Alguns exemplos são a comunicação verbal, escuta ativa, pensamento crítico e autoconfiança.
Competências de reflexão	Muitas das atividades do OVEP encorajam os alunos a explorar as suas próprias ideias sobre os materiais. Competências de reflexão, tais como análise, raciocínio, síntese e teorização estão integradas nestas atividades.
Conhecimentos sociais	Compreensão de como participar ativamente numa comunidade (local ou internacional) com o objetivo de provocar uma mudança positiva na sociedade.
Construtivismo	É uma filosofia educativa que sugere que os alunos aprendem mais eficazmente quando "fazem" ou experimentam a aprendizagem, do que quando interagem passivamente com os conteúdos. Muitas das atividades do OVEP encorajam os alunos a desenvolver a sua reflexão e compreensão de valores através do construtivismo, em vez de se sentarem em aula durante a lição.
Criatividade	É reconhecida como uma das principais ferramentas de aprendizagem do século XXI. Os alunos são encorajados a levar as suas próprias ideias aos problemas e meios de expressão.
Desenvolvimento de uma comunidade	O processo pelo qual os membros de um grupo se reúnem, se conhecem e compreendem que cada membro tem uma voz num grupo. O desenvolvimento de uma comunidade deve ser contínuo e ocorrer no início de um workshop ou programa.
Desenvolvimento Positivo dos Jovens (DPJ)	O processo pelo qual os jovens adquirem as competências para viverem uma adolescência saudável.
Diferenciação	É um processo em que o educador concebe uma experiência de aprendizagem única para o aluno. O educador pode achar necessário ajustar variáveis chave na aula: o conteúdo, o ritmo de aprendizagem, os resultados de aprendizagem esperados, a organização dos alunos (por exemplo, capacidades mistas ou grupos de interesse).
Discussão em grupo	Um moderador (educador ou aluno) é designado para apresentar perguntas a um grupo de pessoas (como estudantes ou especialistas). O formato das respostas do grupo pode variar. O moderador pode dirigir uma pergunta a um determinado membro do grupo ou fazer a mesma pergunta a todos os membros. Após um tempo específico para responder à pergunta (sem interrupção), outros membros do grupo podem comentar as respostas.
Educação baseada em valores	Abordagens para proporcionar competências para a vida às crianças e aos jovens através do ensino de valores.
Encenação	Os alunos pesquisam personagens de uma história Olímpica e depois reproduzem a situação. Em seguida, refletem e trocam informações sobre perguntas.
Ensino entre pares	Os estudos têm demonstrado repetidamente que permitir que os alunos ensinem uns aos outros tem um grande impacto no sucesso da aprendizagem, tanto do aluno como do professor. Isto é particularmente verdade para os alunos que consideram o assunto como complexo. Ter um par a ensinar ajuda o aluno a relacionar-se de uma forma significativa com o material e com os seus pares.

Espaços de discussão	Muitas das atividades do OVEP são concebidas para solicitar e desenvolver a reflexão dos alunos. Os espaços de discussão digitais podem ser excelentes fóruns de discussão para colaborar com alunos de outras partes do mundo. A utilização de espaços de discussão como método de ensino, embora muito promissor, deve ser feito com julgamento profissional informado, uma vez que também podem ser um local de expressão de conteúdo inadequado. Os educadores são aconselhados a consultar os seus serviços informáticos para obterem as suas recomendações.
Esquema conceitual	Esta técnica exige que os alunos identifiquem as relações entre ideias e temas, para que depois as expressem visualmente. Exemplo: o Olimpismo está relacionado com os temas educativos Olímpicos, que estão relacionados com o prazer do esforço, que por sua vez está relacionado com algum aspeto do desporto. Esta estratégia de pensamento ajuda os alunos a categorizar uma grande quantidade de informação que pode depois ser analisada (ou utilizada de qualquer forma exigida pelo projeto ou missão).
Estações de aprendizagem	O educador cria uma série de estações com atividades relacionadas com o tema da lição. O educador pode permitir que os alunos se direcionem por si próprios de uma estação para outra ou dirigi-los ele próprio, se o considerar necessário.
Estruturação	É uma técnica em que o educador subdivide uma tarefa em elementos menores e mais fáceis de gerir, e acompanha o aluno até que este esteja preparado para elementos mais complexos.
Estudo de caso	Os estudantes podem decidir realizar um estudo específico detalhado sobre um aspeto particular do OVEP. Os métodos de demonstração da aprendizagem (utilizando uma abordagem personalizada) devem ser escolhidos pelo aluno.
Fichas de missão	Os educadores escrevem missões que descrevem ou apoiam as atividades do OVEP. Estas podem ser tomadas em grupo e utilizadas para levantar questões ou esclarecer entendimentos.
Fichas de entrada	No início de uma aula ou unidade, os alunos são encorajados a escrever as suas perguntas sobre este tema numa pequena ficha. Em particular, escreverão o que sabem e o que querem saber. Estas fichas podem ser utilizadas em toda a unidade pelo educador e pelo aluno, mas também como lembretes para focar o trabalho e responder a perguntas.
Fichas de saída	O companheiro da ficha de entrada é a ficha de saída. No final da unidade, o aluno escreve as coisas que aprendeu, bem como os temas que deseja aprofundar e as questões ou desafios que enfrentou.
História	Uma estratégia pedagógica utilizada como uma ferramenta poderosa para comunicar sobre um tema ou conceito com os alunos.
Instrutor do Programa de Educação aos Valores Olímpicos (OVEP)	A pessoa que entrega aos jovens o OVEP que envolve exercícios físicos.
Investigações	<p>Este pode ser um processo individual ou colaborativo que incentiva os alunos a serem verdadeiros exploradores dos conhecimentos e da compreensão. Isto pode ser feito a partir de várias maneiras:</p> <p>Investigações guiadas: o professor faz uma pergunta, o(s) aluno(s) escolhe(m) fazer investigações e depois comunica(m) as suas conclusões.</p> <p>Investigações estruturadas: o professor apresenta uma pergunta e espera um resultado específico da investigação. O aspeto chave desta abordagem é que os alunos desenvolvam um pensamento analítico e reflexivo.</p> <p>Investigações abertas: os alunos escolhem as suas próprias perguntas, métodos de investigação e métodos de comunicação dos seus resultados e conclusões.</p>

Jornais	Os alunos são encorajados a ter um jornal durante todo o seu trabalho em torno destas atividades do OVEP. O jornal pode registar os seus pensamentos e formar as suas ideias sobre temas que requerem um debate e uma opinião. Os jornais podem tornar-se um poderoso arquivo no desenvolvimento da personalidade de um aluno.
Leitura / discussão / reflexão / redação guiada ou dirigida	O educador pode utilizar os materiais do OVEP e quaisquer materiais adicionais (artigos, livros, blogs, websites) para ajudar os alunos a compreender as perguntas feitas. Na leitura guiada, o educador pode pedir ao aluno que faça previsões ("O que acha que aconteceria se...?"), usar instruções para estimular o pensamento mais profundo, ajudar os alunos a fazer comparações, encontrar semelhanças e registar diferenças.
Mesa redonda	Nesta estratégia, um educador escreve uma pergunta (ou várias perguntas) num pedaço de papel. Os alunos escrevem respostas ou sugerem ideias e depois passam o trabalho para o resto do grupo. Esta é uma forma útil de gerar ideias, mas é também uma forma de o educador avaliar o nível de compreensão do grupo.
Metacognição	Nesta técnica, os alunos são encorajados a analisar o seu processo de reflexão. O que lhes diz? O raciocínio revela-se tendencioso ou profundo? Levanta ou necessita outras questões para mais clareza? Este método é mais adequado para os teóricos, não para as pessoas que ainda se encontram a um nível sequencial concreto (como as crianças pequenas).
Modificações	O educador ajusta o conteúdo para que o aluno possa interagir com o material de acordo com as suas capacidades.
Monitorização e avaliação	Uma monitorização é contínua e inclui verificações com os participantes, as suas famílias e os instrutores para recolher feedback, a fim de melhorar continuamente o programa. A avaliação é uma análise abrangente dos dados (quantitativos, qualitativos) utilizados para determinar se o programa cumpriu os seus objetivos e para fornecer feedback aos participantes.
Olimpismo	O Olimpismo é a palavra que resume os ideais do Movimento Olímpico. Esta palavra tem as suas raízes nos Princípios Fundamentais da Carta Olímpica. O objetivo do Olimpismo é colocar o desporto ao serviço do desenvolvimento harmonioso da humanidade, com vista a promover uma sociedade pacífica, preocupada com a preservação da dignidade humana.
Perguntas e respostas	Este método baseia-se na capacidade do educador de fazer perguntas que exploram a compreensão dos alunos, sendo que depois os estimula com outras perguntas baseadas nas suas respostas. Esta abordagem dá aos alunos a oportunidade de fazer previsões e raciocínios cuja força ou precisão, por sua vez, serão postas em causa.
Personalização	Esta metodologia baseia-se nos meios de aprendizagem do século XXI (criatividade, colaboração, competências de comunicação, resolução de problemas) e permite ao aluno conceber a sua aprendizagem em torno dos seus interesses e estilos de ensino preferidos. Os alunos podem então escolher a forma como expressam a sua aprendizagem (essencialmente, personalizam-na).
Portfólios	Um portfólio é o repositório da aprendizagem de um aluno. Pode ser um documento físico (uma pasta, um ficheiro) ou um espaço digital onde vários suportes podem ser gravados. O aluno reúne um trabalho que apresente a sua aprendizagem, como progrediu, além dos seus pontos fortes e fracos.
Prezzi / PowerPoint	Podem ser utilizadas várias ferramentas digitais para apresentar as ideias relacionadas com estas atividades do OVEP.
Questionamento socrático	Esta antiga estratégia, inspirada nos ensinamentos do filósofo grego Sócrates, é conduzida pelo educador, que incentiva os alunos a questionar os seus entendimentos e a defender as suas opiniões.
Reflexão	O ato de refletir sobre uma experiência a fim de melhorar a instrução ou os resultados da atividade ou da lição.

Reflexão crítica	Em vez de uma única competência, o pensamento crítico é uma amálgama de vários processos de pensamento: análise da informação, síntese sob a forma de um significado pessoal e formação de julgamento sobre esta nova informação. É uma competência importante no OVEP porque ajuda o aluno a desenvolver a sua própria compreensão em vez de a receber de um educador.
Reflexão / ligação / questionamento / expressão	O educador orienta o aluno na apreciação do problema e a relação com a sua compreensão atual, antes de o questionar e, finalmente, exprimir a nova compreensão.
Registos de resposta	São utilizados pelo aluno para registar as suas ideias (ao longo do tempo) sobre uma questão. Por exemplo: o educador pode fazer uma pergunta: "O OVEP pode mudar o carácter de um aluno?". Quando o aluno participar nas atividades do OVEP, poderá escrever no registo para responder a esta pergunta.
Resolução de problemas	A capacidade de identificar soluções em diversas situações. Algumas soluções são melhores do que outras, sendo que os jovens devem ter um pensamento crítico e considerar a colaboração com os outros quando procuram soluções ótimas.
Tabelas de seleção	O educador escreve as opções de aprendizagem num quadro onde estão relacionadas com o objetivo da lição. O aluno escolhe a atividade que melhor se adequa ao seu estilo de aprendizagem e aos seus interesses atuais. Isto também permite que o aluno escolha como deseja demonstrar o que aprendeu.
Teatro	Uma das maiores contribuições da Grécia Antiga (juntamente com os Jogos Olímpicos) foi o teatro. Era visto como uma forma poderosa de provocar a reflexão, partilhar ideias e inspirar novas formas de abordar os problemas. O teatro é utilizado em algumas destas atividades do OVEP para dar vida às questões emergentes do Olimpismo e para proporcionar uma forma lúdica de os alunos se relacionarem com o material.
Trabalho inverso	É uma estratégia de ensino única, em que os alunos começam o seu trabalho no ponto final. Os alunos devem então identificar as etapas anteriores que conduziram a este ponto.
Valores educativos do Movimento Olímpico	Baseados nos valores inerentes aos Princípios Fundamentais da Carta Olímpica e centrados no mandato educativo das diversas atividades do Movimento Olímpico, estes valores são: prazer do esforço no desporto e na atividade física, fair play, respeito pelos outros, busca da excelência e do equilíbrio entre corpo, vontade e espírito.
Valores Olímpicos	Os principais valores Olímpicos são: excelência, respeito e amizade.
Vlogs	Os conhecimentos tecnológicos dos alunos proporcionam muitas formas únicas de mostrar aos seus educadores o que aprenderam. Os vlogs são o equivalente em vídeo dos blogs. Os alunos podem gravar uma entrevista ou um monólogo, e depois carregá-lo para um site web ou acolhimento. Este método oferece um potencial considerável para os alunos.

Recursos do OVEP

- "Os Fundamentos da Educação aos Valores Olímpicos: Um programa baseado no desporto". [00 / Manual dos Fundamentos](#).
- "Implementar o OVEP: Um Guia Prático para a Educação aos Valores Olímpicos" [00 / Implementar o OVEP](#).
- "Fichas de atividade: Exercícios de apoio à Educação aos Valores Olímpicos". [00 / Fichas de atividades](#).
- *A Biblioteca de recursos*.
- Plataforma Olympic Adventure, Comité Olímpico Internacional (COI). [03 / Links](#).

Recursos e referências

"African Traditional And Oral Literature As Pedagogical Tools In Content Area Classrooms K-12", por Asimeng-Boahene, L. e Baffoe, M., Information Age Publishing, 2014.

"Creating and Sustaining the Constructivist Classroom", por Marlowe, B. A. e Page, M. L., Corwin Press, 2005.

"Different Speeds & Different Needs: How to Teach Sports to Every Kid", por Barber, G., Paul Brookes Publishing, 2010.

"Making Differentiation a Habit: How to Ensure Success in Academically Diverse Classrooms", por Heacox, D., Free Spirit Publishing, 2009.

"Project Based Learning (PBL) Starter Kit", por Larmer, J., Ross, D. e Mergendollar, J. R., Unicorn Printing, 2009.

"Physical Education Methods for Elementary Teachers", por Thomas, K., Lee, A. M. e Thomas, J. R., 3ra Edição, Human Kinetics, 2008.

"Qualities of Effective Teachers", 2da Edição, por Stronge, J. H., ASCD, 2007.

"The Differentiated Classroom: Responding to the Needs of All Learners", 2da Edição, por Tomlinson, C. A., ASCD.

"Invitations to Learn", por Tomlinson, C. A., Educational Leadership, Setembro, 2002 60 (1) 6–10.

1. ARMOUR Kathleen, SANDFORD Rachel e DUNCOMBE Rebecca. 2013. "Positive youth development and physical activity / sport interventions: mechanisms leading to sustained impact." *Physical Education & Sport Pedagogy* 18, n° 3: 256–281.
2. BAILEY Richard. 2006. "Physical education and sport in schools: a review of benefits and outcomes." *Journal Of School Health* n° 8: 397.
3. WEISS Maureen. 2011. "Teach the Children Well: A Holistic Approach to Developing Psychosocial and Behavioral Competencies Through Physical Education." *Quest* (00336297) 63, n° 1: 55–65.
4. BAILEY Richard. 2006. "Physical education and sport in schools: a review of benefits and outcomes." *Journal Of School Health* n° 8: 397.
5. WEISS Maureen. 2011. "Teach the Children Well: A Holistic Approach to Developing Psychosocial and Behavioral Competencies Through Physical Education." *Quest* (00336297) 63, n° 1: 55–65.
6. GOUDAS M., DERMITZAKI I., LEONDARI A. e DANISH S. 2006. "The effectiveness of teaching a life skills program in a physical education context." *Jornal Europeia de Psicologia da Educação – JEPE (Instituto Superior de Psicologia Aplicada)* 21, n° 4: 429–438.
7. DANISH S., FORNERIS T., HODGE K. e HEKE I. 2004. "Enhancing youth development through sport." *World Leisure Journal* 46, n° 3: 38–49.
8. LERNER Richard M., LERNER Jacqueline V., ALMERIGI Jason B., THEOKAS Christina, PHELPS Erin, GESTSDOTTIR Steinunn e VON EYE Alexander, et al. 2005. "Positive Youth Development, Participation in Community Youth Development Programs, and Community Contributions of Fifth-Grade Adolescents: Findings From the First Wave Of the 4-H Study of Positive Youth Development." *Journal Of Early Adolescence* 25, n° 1: 17–71.
9. DANISH S. D. 2002. "Teaching Life Skills Through Sport." em *Paradoxes of Youth and Sport*, editado por GATZ M., MESSMER M. e BALL-ROKEACH ALBANY S. NY: State University of New York Press.
10. DOHERTY Jonathan. "Teaching styles in physical education and Mosston's Spectrum." <http://www.spectrumofteachingstyles.org/pdfs/literature/TeachingStyles%20inPEandMosstonsSpectrum.pdf> (consultado no dia 1 de agosto de 2016).
11. CHUNLEI Lu e STEELE Kyle. 2014. "Easy-Play Model: An Inclusive Approach To Enjoyable Sport Participation." *Physical & Health Education Journal* 80, n° 1: 24–28.
12. STOLZ Steven e PILL Shane. 2014. "Teaching games and sport for understanding: Exploring and reconsidering its relevance in physicaleducation." *European Physical Education Review* 20, n° 1: 36–71.
13. CHUNLEI Lu et STEELE Kyle. 2014. "Easy-Play Model: An Inclusive Approach To Enjoyable Sport Participation." *Physical & Health Education Journal* 80, n° 1: 24–28.
14. CHEPKO Stevie e DOAN Robert. 2015. "Teaching for Skill Mastery." *Journal Of Physical Education, Recreation & Dance* 86, n° 7: 9–13.
15. JENKINSON Kate. A., NAUGHTON Geraldine e BENSON Amanda C. 2014. "Peer-assisted learning in school physical education, sport and physical activity programmes: a systematic review." *Physical Education & Sport Pedagogy* 19, n° 3: 253–277.



16. GUTUSKEY Lila, MCCAUGHTRY Nate, SHEN Bo, CENTEIO Erin e GARN Alex. 2016. "The Role and Impact of Student Leadership on Participants in a Healthy Eating and Physical Activity Programme.", Health Education Journal 75, n° 1: 27–37.
17. STANDAGE Martyn, DUDA Joan L. e NTOUMANIS Nikos. 2003. "A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions." Journal of Educational Psychology 95, n° 1: 97–110.
18. LORUSSO Jenna R., PAVLOVICH Stefanie M. e CHUNLEI Lu. 2013. "Developing Student Enjoyment in Physical Education." Physical & Health Education Journal 79, n° 2: 14–18.
19. CULP Brian. 2013. "Eliminating Barriers to Physical Activity: Using Cultural Negotiation and Competence." Strategies: A Journal For Physical And Sport Educators 26, n° 3: 35–40.
20. DOMANGUE Elizabeth e CARSON Russell Lee. 2008. "Preparing Culturally Competent Teachers: Service-Learning and Physical Education Teacher Education." Journal of Teaching In Physical Education 27, n° 3: 347–367.
21. RICHARDS Heraldo V., BROWN Ayanna F. e FORDE Timothy B. 2007. "Addressing Diversity in Schools: Culturally Responsive Pedagogy." Teaching Exceptional Children 39, n° 3: 64–68.
22. O'REILLY Ellen, TOMPKINS Joanne e GALLANT Margaret. 2001. "'They Ought to Enjoy Physical Activity, You Know?': Struggling with Fun in Physical Education." Sport, Education and Society 6, n° 6: 211–21.
23. SLADE Dennis. 2013. "Adding value to physical education through an integrated approach." Physical Educator – Journal Of Physical Education, New Zealand 46, n° 1: 35–37.
24. HUMPHRIES Charlotte, BIDNER Sarah e EDWARDS Cheryl. 2011. "Integrated Learning with Physical Education and Music." Clearing House 84, n° 5: 174–179.

COMITÉ OLÍMPICO INTERNACIONAL
FUNDAÇÃO OLÍMPICA PARA A CULTURA E O PATRIMÓNIO,
QUAI D'OUCHY 1, 1001 LAUSANNE, SUIÇA

www.olympic.org/pevo

