

POLITÉCNICO DE LEIRIA

PROGRAMA 60+



RELATÓRIO DE ATIVIDADES

Ano letivo de 2019/2020

Comissão Científico-Pedagógica

Leiria, 1 de setembro de 2020

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABELAS	2
ÍNDICE DE FIGURAS	2
ÍNDICE DE APÊNDICES	2
ACRÓNIMOS e SIGLAS	3
RESUMO.....	4
INTRODUÇÃO.....	5
1. CARACTERIZAÇÃO DO PÚBLICO-ALVO	6
1.1. <i>Caracterização sociodemográfica</i>	<i>6</i>
1.2. <i>Inscrições por Escola, Curso e Unidade Curricular</i>	<i>7</i>
1.3. <i>Frequência de UC de cursos TeSP, de licenciatura e específicas do 60+</i>	<i>9</i>
1.4. <i>Estudantes que se submeteram a avaliação</i>	<i>10</i>
2. ATIVIDADES FORMATIVAS E SOCIOCULTURAIS	10
2.1. <i>Atividades regulares</i>	<i>10</i>
2.2. <i>Atividades pontuais</i>	<i>12</i>
3. O 60+ COMO CAMPO DE TRABALHOS ACADÉMICOS	14
4. PARTICIPAÇÃO EM PROJETOS E REDES INTERINSTITUCIONAIS	15
4.1. <i>Projetos em Parceria.....</i>	<i>15</i>
4.2. <i>Colaboração com a RUTIS.....</i>	<i>15</i>
5. DIVULGAÇÃO E DISSEMINAÇÃO DE RESULTADOS	16
5.1. <i>Disseminação em eventos científicos</i>	<i>16</i>
5.2. <i>Publicações</i>	<i>16</i>
5.3. <i>Projetos de Investigação.....</i>	<i>17</i>
6. AVALIAÇÃO PELOS SENIORES.....	18
6.1 <i>Participação em atividades a distância</i>	<i>18</i>
6.2 <i>Opinião sobre atividades desenvolvidas a distância</i>	<i>20</i>
6.3 <i>Vantagens e desvantagens do ensino a distância</i>	<i>21</i>
6.3.1 - <i>As vantagens</i>	<i>21</i>
6.3.2 - <i>As desvantagens.....</i>	<i>21</i>
6.4 <i>Contacto entre estudantes do Programa</i>	<i>22</i>
6.5 <i>Intenção de efetuar inscrição em 2020/2021</i>	<i>22</i>
6.6 <i>Sugestões em relação ao funcionamento do Programa.....</i>	<i>22</i>
CONCLUSÃO	23
APÊNDICES	26

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica dos estudantes 60+ em 2019-2020.....	7
Tabela 2 – N.º de UC frequentadas por escola e curso em 2019-2020	8
Tabela 3 – Número de UC de cursos TeSP e de licenciatura frequentadas.....	9
Tabela 4 – Total de UC (pagas) frequentadas	9
Tabela 5 – UC específicas do Programa, sujeitas a pagamento.....	100
Tabela 6 – Atividades e projetos gratuitos.....	11
Tabela 7 – Atividades pontuais – 1 e 2º semestres 2019-2020	12
Tabela 8 – Pedidos de colaboração Interna e externa.....	14
Tabela 9 – Participação em Projetos em Parceria.....	15
Tabela 10 – Motivos para não participar nas atividades a distância.....	18

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura n.º 1 – Regularidade da participação nas atividades a distância	19
Figura n.º 2 – Opinião sobre atividades a distância	20

ÍNDICE DE APÊNDICES

APÊNDICE Nº1 – Calendário Escolar	27
APÊNDICE Nº2 – Horários de Atividades Gratuitas e Pagas.....	28
APÊNDICE Nº3 – Inscritos por escola, por curso e UC em 2019-2020.....	30
APÊNDICE Nº4 – Avaliação das UC Específicas do Programa 60+ pelos Professores	33

ACRÓNIMOS e SIGLAS

AMITEI	Associação de Solidariedade Social de Marrazes
CCP	Comissão Científico-Pedagógica
CRID	Centro de Recursos para a Inclusão Digital
CICS.NOVA.IPLeiria	Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais. Pólo de Leiria
ESAD.CR	Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha
ESECS	Escola Superior de Educação e Ciências Sociais
ESSLei	Escola Superior de Saúde
ESTG	Escola Superior de Tecnologia e Gestão
ESTM	Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar
FASE	Fundo de Apoio Social ao Estudante
OASIS	Organização de Apoio e Solidariedade para a Integração Social de Leiria
RHCO	Relações Humanas e Comunicação Organizacional
RUTIS	Rede de Universidades de Terceira Idade
SAS	Serviços de Ação Social
TeSP	(curso) Técnico Superior Profissional
TIC	Tecnologias de Informação e Comunicação
TIPC/CP	Tradução e Interpretação Português/Chinês – Chinês/Português
UC	Unidade(s) Curricular(es)

RESUMO

Iniciamos o relatório das atividades realizadas no âmbito do Programa 60+, no ano letivo 2019/2020, com um resumo dos dados mais relevantes.

Dados gerais	
Nº de estudantes seniores inscritos no ano letivo	118
Nº de estudantes inscritos pela primeira vez	28
Nº de estudantes com inscrições anteriores	90
Frequência da oferta formativa do Politécnico de Leiria	
Nº de inscrições em UC de cursos de licenciatura e de TeSP de todas as escolas	228
Nº de inscrições em UC de cursos de licenciatura e de TeSP da ESECS	214
Nº de inscrições em UC de cursos de licenciatura e de TeSP da ESTG	9
Nº de inscrições em UC de cursos de licenciatura e de TeSP da ESSLei	5
Oferta específica para os estudantes seniores	
Nº de UC do Programa (oferta específica sujeita a propina)	8
Nº de atividades regulares gratuitas (oferta específica não sujeita a propina)	13
Nº de atividades pontuais	17
Colaboradores em atividades específicas do Programa	
Nº de docentes contratados	4
Nº de docentes de outras unidades orgânicas do Politécnico de Leiria (UED)	1
Nº de docentes em colaboração voluntária regular	3
Nº de docentes em colaboração voluntária pontual	8
Nº de voluntários (ao abrigo do Regulamento n.º 752/2018)	1
Nº de jovens estudantes voluntários (a dinamizar atividades do 60+)	9
Nº de jovens colaboradores ao abrigo da bolsa FASE	6
Projetos e parcerias com entidades externas	
Nº de projetos de investigação e de intervenção social em parceria	2
Nº de outros projetos de investigação	1
Nº de outras ações em parceria com entidades externas	4
Dimensão científica e académica	
Nº de participações em eventos científicos	4
Nº de publicações	6
Nº de trabalhos académicos apoiados	9
Nº de seminários/workshops dinamizados	6
Dimensão sociocultural	
Nº de participações dos estudantes 60+ em eventos internos	2
Nº de participações dos estudantes 60+ em eventos externos	2
Nº de visitas de estudo	1

INTRODUÇÃO

Neste documento pretende-se apresentar alguns dados de caracterização dos estudantes seniores que frequentaram o Programa 60+ no ano letivo de 2019/2020, bem como fazer a descrição e a avaliação das atividades realizadas no período referido. A informação, apresentada de forma concisa, é considerada relevante para a caracterização e avaliação das atividades realizadas. Para complementar esta caracterização, apresentam-se registos em apêndice ou é dada indicação para a consulta de registos disponíveis *online*.

As atividades realizaram-se de acordo com o calendário letivo (apêndice nº1) e com os horários específicos (apêndice nº2) e foram previamente definidas pela coordenação, em articulação com os responsáveis pelas várias iniciativas. Houve, ainda, um conjunto de atividades pontuais sugeridas e dinamizadas por diversos intervenientes (coordenação do Programa, estudantes, colaboradores ou entidades externas ao Politécnico de Leiria), que foram divulgadas através de canais de comunicação digital (email, site, facebook), de suportes gráficos e presencialmente.

O segundo semestre foi marcado pelas contingências associadas à pandemia de SARS-CoV-2, que obrigaram ao cancelamento das atividades (letivas e não letivas) presenciais, a 16 de março de 2020. Os professores das unidades curriculares (UC) do Programa 60+ mantiveram as atividades a distância, à semelhança do que aconteceu nos cursos do Politécnico. Desta forma, os estudantes seniores puderam continuar a acompanhar as aulas e a aceder a materiais e conteúdos diversos, através das plataformas digitais, em sessões síncronas e assíncronas. No final do 2º semestre foi realizado um inquérito por questionário, de preenchimento online, cujos resultados são apresentados neste relatório. Através deste inquérito pretendia-se, em termos gerais, avaliar o nível e o modo de participação dos estudantes nas atividades a distância desenvolvidas nas UC do 60+, bem como nas UC dos cursos TeSP e de licenciatura.

1. CARACTERIZAÇÃO DO PÚBLICO-ALVO

1.1. Caracterização sociodemográfica

No período em análise, o número total de estudantes inscritos¹ foi de 118, mais 6 do que no ano letivo anterior, consolidando a recente tendência de crescimento.

Dos 118 estudantes, 28 inscreveram-se pela primeira vez e 90 renovaram a sua inscrição. Assim, a taxa de permanência² é elevada, situando-se nos 76%. A taxa de rejuvenescimento³ situa-se nos 24%, apresentando um crescimento de 4% face ao ano anterior. Apesar do nº de novos inscritos ter vindo a crescer, 54% dos estudantes seniores frequentam o Programa há 4 ou mais anos.

Mantendo o padrão dos últimos anos, o número de inscritos no 1º semestre (n=106) foi superior ao do 2º semestre (n=97).

No que concerne às características sociodemográficas dos inscritos (sexo, idade, habilitações académicas, profissão e residência) apresentadas na tabela 1, constatamos que a feminização do público que frequenta o Programa continua evidente; que a faixa etária dominante é a dos 60 aos 69 anos (53%); e que o ensino superior (licenciatura) é o nível de escolaridade com maior representatividade (42,4%). A categoria profissional⁴ mais significativa é a dos especialistas das atividades intelectuais e científicas (45,8%), tendo particular relevância a profissão de professor. Quanto ao local de residência, a grande maioria dos estudantes inscritos no ano em análise reside no concelho de Leiria (91,5%), tal como verificado nos anos anteriores.

¹ Uma vez que as inscrições no Programa 60+ são semestrais, ou seja, uma pessoa que se inscreva no 1º semestre pode não se inscrever no 2º e vice-versa, do ponto de vista da análise estatística, definiu-se o *número de pessoas inscritas no ano letivo* como os inscritos em pelo menos um dos semestres desse ano. Assim, uma pessoa inscrita nos dois semestres contou como uma inscrição no ano letivo e não como duas.

² Definimos a taxa de permanência como o número de pessoas que já se inscreveram em anos letivos anteriores, face ao total de inscritos.

³ Definimos a taxa de rejuvenescimento como o número de pessoas que se inscreveram pela primeira vez no ano letivo em análise, face ao total de inscritos.

⁴ De acordo com a Classificação Portuguesa das Profissões de 2010, do Instituto Nacional de Estatística.

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica dos estudantes 60+ em 2019-2020

		n= 118	%
Sexo	Feminino	76	64
	Masculino	42	36
Idade	50-59	5	4
	60-69	62	53
	70-79	49	41
	>=80	2	2
Habilitações académicas	1º ciclo do ensino básico	4	3,4
	2º ciclo do ensino básico	6	5,1
	3º ciclo do ensino básico	20	16,9
	Ensino Secundário	27	22,9
	Ensino Médio/ Bacharelato	11	9,3
	Licenciatura	50	42,4
Categoria Profissional	1 - Representantes do Poder Legislativo, Dirigentes, Diretores e Gestores	11	9,3
	2 - Especialistas das Atividades Intelectuais e Científicas	54	45,8
	3 - Técnicos e Profissões de Nível Intermediário	21	17,8
	4 - Pessoal Administrativo	16	13,6
	5 - Trabalhadores dos Serviços Pessoais, de Proteção e Segurança e Vendedores	6	5,1
	7 - Trabalhadores Qualificados da Indústria, Construção e Artífices	5	4,2
	8 - Operadores de instalações e máquinas e trabalhadores da montagem	1	0,8
	9 - Domésticas	3	2,5
	10 - Sem Informação	1	0,8
	Residência	Alcanena	1
Batalha		1	0,8
Pombal		1	0,8
Porto de Mós		1	0,8
Ourém		3	2,5
Marinha Grande		3	2,5
Leiria		108	91,5

1.2. Inscrições por Escola, Curso e Unidade Curricular

Tal como evidenciado em Relatórios anteriores, existe uma relação entre o local de residência e as escolas frequentadas. Os estudantes seniores escolhem UC dos cursos TeSP e de licenciatura ministrados nas escolas localizadas em Leiria (ESECS - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, ESSLei - Escola Superior de Saúde e ESTG - Escola Superior de Tecnologia e Gestão) em detrimento

das UC das escolas localizados em Caldas da Rainha (ESAD.CR - Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha) e em Peniche (ESTM - Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar), como se apresenta na Tabela 2. A ESECS regista o maior número de inscrições (n=214) em UC dos cursos TeSP e de licenciatura disponíveis para os seniores, mantendo-se a tendência evidenciada desde o início do Programa.

Os cursos que registaram mais procura foram os de Educação Básica, Língua Portuguesa Aplicada, Relações Humanas e Comunicação Organizacional e Comunicação e Media (Tabela 2). A diversidade das escolhas é visível, também, ao nível das UC eleitas pelos estudantes aquando da sua inscrição. As áreas mais procuradas são as das ciências sociais, com destaque para a história, seguidas das línguas estrangeiras e das linguagens artísticas (Apêndice nº3). De salientar que o número de inscrições nos diversos cursos é superior ao número total de estudantes, uma vez que estes podem inscrever-se em mais do que uma UC por semestre.

Tabela 2 – N.º de UC frequentadas por escola e curso em 2019-2020

		ESECS	214
N.º UC por Escola		ESTG	9
		ESSLei	5
	<hr/>		
N.º de UC por Curso e Escola	Educação Básica		42
	Língua Portuguesa Aplicada		33
	Relações Humanas e Comunicação Organizacional		33
	Comunicação e Media		20
	TeSP em Intervenção em Ambiente e Património		18
	Educação Social		15
	TIPC/CP		12
	Língua e Cultura Portuguesa		11
	Serviço Social		10
	Desporto e Bem-Estar		6
	TeSP em Intervenção Sociocultural e Desportiva		5
	TeSP em Intervenção em Espaços Educativos		4
	TeSP em Intervenção Social e Comunitária		3
	TeSP em Práticas Administrativas e Comunicação Empresarial		2
	Engenharia Automóvel		6
	Solicitadoria		1
	Engenharia Informática		2
	Dietética e Nutrição		5

ESECS

ESTG

ESSLei

Os estudantes podem inscrever-se até 5 UC de qualquer curso de licenciatura ou TeSP do Politécnico de Leiria. A grande maioria das pessoas (86,7% no 1º e 91,8% no 2º semestre) apenas se inscreve em uma UC, mas há uma minoria (13,3% no 1º e 8,2% no 2º semestre) que decide frequentar mais do que uma, como documentado na tabela 3.

Tabela 3 – Número de UC de cursos TeSP e de licenciatura frequentadas

1º semestre			2º semestre		
Nº UC	Nº Alunos	%	Nº UC	Nº Alunos	%
1	91	86,7%	1	89	91,8%
2	12	11,4%	2	6	6,2%
3	2	1,9%	3	2	2%
Total alunos:	105	100%	Total alunos:	97	100%

1.3. Frequência de UC de cursos TeSP, de licenciatura e específicas do 60+

A par das UC dos cursos TeSP e de licenciatura, os estudantes seniores dispõem de uma oferta formativa própria, sujeita a propina. Procurando perceber qual o número total de inscrições em UC sujeitas a taxa, verifica-se que a grande maioria (48,6% no 1º semestre e 53,6% no 2º semestre) frequentou duas atividades sujeitas a pagamento (como se apresenta na Tabela 4), tendencialmente uma UC de licenciatura e uma UC específica do 60+.

Tabela 4 – Total de UC (pagas) frequentadas

Nº de UC (de TeSP, licenciatura e do 60+)	Nº de inscritos /%			
	1º sem		2º sem	
1 UC	35	33,3%	31	31,9%
2 UC	51	48,6%	52	53,6%
3 UC	16	15,2%	11	13,3%
4 UC	3	2,9%	2	2%
5 UC	-	-	1	1%
Total	105	100%	97	100%

Outro indicador relevante é o número de pessoas que apenas frequenta UC de cursos TeSP ou de licenciatura, não manifestando interesse pelas UC do 60+, sujeitas a pagamento. Foram 45 as pessoas (42,9%) que fizeram essa opção no primeiro semestre e 35 no segundo (36,1%), confirmando os valores dos últimos anos. Contudo, grande parte dos estudantes que não se inscreve em UC do 60+ sujeitas ao pagamento de uma taxa, frequenta as atividades que não estão sujeitas a pagamento, como será apresentado no ponto 2.

1.4. Estudantes que se submeteram a avaliação

Os estudantes do Programa 60+ não estão obrigados a realizar provas de avaliação às UC dos cursos TeSP ou de licenciatura a que se inscrevem. No entanto, alguns decidem fazê-lo. No ano letivo em análise, das 105 pessoas inscritas no 1º semestre, 11 (10,5%) deram indicação de que se submeteriam a avaliação. Destas, apenas 8 concretizaram esse objetivo, tendo todas elas obtido uma classificação positiva. No 2º semestre, dos 97 inscritos, houve 13 (13,4%) que manifestaram intenção de realizar provas. Contudo, somente uma pessoa o fez, tendo concluído com aproveitamento. Esta diminuição substancial de aproveitamento no 2º semestre está certamente relacionada com a passagem para o ensino a distância. Ainda assim, realçamos que houve um aumento do número de estudantes seniores que revelam intenção de se submeter a avaliação.

2. ATIVIDADES FORMATIVAS E SOCIOCULTURAIS

Tal como afirmámos no ponto 1, para além da frequência de UC de qualquer curso TeSP e de licenciatura do Politécnico de Leiria ou específicas do 60+, os estudantes seniores têm a possibilidade de frequentar projetos desenhados por si e para si (pagos ou gratuitos) e de participar em diversas atividades socioeducativas e culturais. Nas tabelas seguintes, apresentar-se-ão as atividades regulares desenvolvidas (pagas e gratuitas), os seus dinamizadores e o número de inscritos nas mesmas⁵.

2.1. Atividades regulares

No ano em análise, estiveram em funcionamento: uma turma de Atividade Física, em cada semestre; duas turmas na área das TIC, com conteúdos diferentes; e uma turma de inglês, de nível intermédio (B1/B2). A oferta formativa do Programa (Tabela 5) é delineada pela Coordenação, ouvida a CCP e os docentes responsáveis pelas UC, e tendo em conta as opiniões dos estudantes, evidenciadas no questionário de avaliação que é enviado para todos, no final do ano letivo.

A dinamização das UC foi assegurada por docentes contratados pelo Politécnico de Leiria (Atividade Física, Inglês e Oficina de TIC) e por uma colaboradora da Unidade de Ensino à Distância (UED) (Oficina de Dispositivos Móveis).

Tabela 5 – UC específicas do Programa, sujeitas a pagamento

DESIGNAÇÃO	Dinamizadores	N.º de inscritos	
		1.º sem	2.º sem
ATIVIDADE FÍSICA (I e II) (3 sessões semanais de 1h)	Joaquim Esperança (docente ESECS)	17	17

⁵ Os programas das UC e de alguns projetos estão disponíveis em <https://60mais.ipleiria.pt/2019/09/12/inscricoes-ipl60-2019-2020-1o-semester-informacoes/>, para o 1º semestre, e em <https://60mais.ipleiria.pt/2020/02/15/bem-vindos-ao-2o-semester-de-2019-2020/>, para o 2º semestre.

INGLÊS INTERMÉDIO (I e II) (2 sessões semanais de 1H30)	Fátima Barbeiro Neto (docente ESECS)	31	30
OFICINA DE DISPOSITIVOS MÓVEIS (I e II) (2 sessões semanais de 1h30)	Carina Rodrigues (UED)	20	17
OFICINA DE TIC (I e II) (1 sessão semanal de 3h)	Carlos Silva e Elsa Oliveira (docentes ESECS)	8	10

Na Tabela 6 faz-se o levantamento das atividades socioeducativas e recreativas dinamizadas pelos estudantes seniores, por outros estudantes, no âmbito dos seus cursos ou do Programa FASE (SAS do Politécnico de Leiria) ou por docentes e colaboradores da ESECS, que, a título voluntário, pretendem dar um contributo para aumentar a nossa oferta⁶.

Tabela 6 – Atividades e projetos gratuitos

DESIGNAÇÃO DAS ATIVIDADES	RESPONSÁVEIS/COLABORADORES	N.º de inscritos	
		1.º sem	2.º sem
CLUBE DE LEITURA E DE ESCRITA (sessões quinzenais)	Maria José Gamboa (docente da ESECS - colaboração voluntária)	21	12
DANÇA (1 sessão semanal)	Clara Leão (docente da ESECS – colaboração voluntária)	23	22
ENCONTROS DE REFLEXÃO SOBRE TEMAS GERAIS DE CIÊNCIA (1 sessão semanal)	Alzira Saraiva (docente jubilada da ESECS) colaboração ao abrigo do Regulamento n.º 752/2018	48	58
GRUPO DE JOGRAIS (ensaios quinzenais)	Grupo de estudantes do 60+	5	5
INGLÊS DO DIA-A-DIA (Iniciação) (1 sessão semanal)	Colaboração voluntária de estudantes do curso de Comunicação e Media (ESECS)	33	35
BOOK CLUB (1 sessão semanal)	Carolina Mesquita (colaboração voluntária, bolseira Fullbright)	0	5
OFICINA DE MANUALIDADES (1 sessão semanal)	Maria Helena Santos/ Isaura Lavrador/ Isabel Agostinho (estudantes 60+)	25	12
OFICINA DE ARTES PLÁSTICAS (1 sessão semanal)	Maria João Gaspar (estudante 60+) Joaquim José Gaspar (estudante 60+)	18	11

⁶ Para consultar mais informação sobre os projetos e atividades desenvolvidas poderão aceder a <https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/>

PROJETO CULTIVO DIVERTIDO	Grupo de estudantes do 60+	3	4
OFICINA DE INICIAÇÃO À INFORMÁTICA (1 sessão semanal)	Sandrina Pereira (Programa FASE, aluna de Engenharia Informática da ESTG)	27	15
PROJETO PROALFA (1 encontro semanal)	Coordenação do 60+ e Miguel Mesquita (AMITEI)	6	4
PROJETO EN-RED-VERSAD@S (1 encontro quinzenal)	Coordenação do 60+ e Universidade Sénior da Corunha	6	10
SESSENTUNA (1 ensaio semanal)	Ana Margarida Carreira (docente da ESECS – colaboração voluntária) e Alberto Antunes (estudante 60+)	27	21

2.2. Atividades pontuais

Durante o ano letivo de 2019-2020 realizaram-se diversas atividades gratuitas, de cariz socioeducativo, cultural e recreativo que, não sendo regulares, designamos de pontuais⁷ (Tabela 7).

Tabela 7 – Atividades pontuais – 1 e 2º semestres 2019-2020

Atividades	Responsável/Dinamizador
14 de outubro de 2019 – Seminário de Saúde: Envelhecimento Ativo https://60mais.ipleiria.pt/2019/10/11/seminario-de-saude-envelhecimento-ativo/	Alice Governo (estudante 60+)
29 de outubro de 2019 – 3º seminário do Ciclo Encontros Intergeracionais – “Encontro com a Vida: Luto e Superação da Perda” https://60mais.ipleiria.pt/2019/11/18/seminario-encontro-com-a-vida-luto-e-superacao-da-perda/	Coordenação 60+ CICS.NOVA.IPLeia Professora Jenny Gil (ESECS)
11 de novembro de 2019 – Seminário de Saúde – Toxicod dependências https://60mais.ipleiria.pt/2019/11/06/seminario-de-saude-toxicoddependencias/	Alice Governo (estudante 60+) Professor José Vicente (ESECS)
13 novembro de 2019 - Festa de Abertura do Ano Letivo 2019/2020 do Programa 60+ https://60mais.ipleiria.pt/2019/11/18/festa-de-abertura-do-ano-letivo-2019-2020/	Coordenação 60+

⁷ Consideram-se atividades pontuais as que são desenvolvidas na sequência de propostas dos estudantes do Programa, que se organizaram com o objetivo de usufruir de momentos de convívio e de enriquecimento cultural; de propostas de estagiários de licenciatura ou de mestrado; de propostas de docentes das UC, que incluíram iniciativas socioculturais nos seus programas; de propostas da coordenação do Programa; de convites para participar em iniciativas dinamizadas pelas unidades orgânicas do Politécnico de Leiria ou de convites de instituições externas.

09 de dezembro de 2019 – Seminário de Saúde: Alimentação, Vitaminas & Nutrientes https://60mais.ipleiria.pt/2019/12/07/seminarios-de-saude/	Alice Governo (estudante 60+)
12 de dezembro de 2019 – “Chá das Quintas” Natalício https://60mais.ipleiria.pt/2019/12/07/cha-das-quintas-natalicio-3/	Estudantes 60+
13 de dezembro 2019 - “Uma manhã sem tecnologia” https://60mais.ipleiria.pt/2019/12/13/tres-geracoes-no-cultivo-divertido/	Coordenação 60+ Estudantes 60+ Jardim de Infância “A Escolinha”
18 de dezembro de 2019 – Bazar de Natal https://60mais.ipleiria.pt/2020/01/13/bazar-de-natal/	Estudantes 60+
06 de janeiro de 2020 – Atuação da SessenTuna e do Grupo de Jograis no Centro Paroquial de Assistência do Reguengo do Fetal https://60mais.ipleiria.pt/2020/01/08/musica-e-poesia-para-pessoas-idosas/	Coordenação 60+ Estudantes 60+ Centro Paroquial de Assistência de Reguengo do Fetal
10 de janeiro de 2020 - Jantar de Natal/ Reis https://60mais.ipleiria.pt/2020/02/02/jantar-de-reis/	Estudantes 60+
23 e 30 de janeiro; 06 e 13 de fevereiro - Ciclo de Workshops “O que há por trás do Nariz?” https://60mais.ipleiria.pt/2020/03/02/ciclo-de-workshops-de-comicidade-o-que-ha-por-tras-do-nariz/	Coordenação 60+ Enne Marx (mestre em Intervenção e Animação Artística, pela ESECS)
28 de janeiro 2020 – Visita de estudo ao Museu da Vista Alegre e ao Museu da Pedra https://60mais.ipleiria.pt/2020/02/02/visita-de-estudo/	Coordenação 60+ Professora Alzira Saraiva (ESECS)
11 de fevereiro de 2020 – Seminário de Gastronomia e Vinhos https://60mais.ipleiria.pt/2020/02/02/seminario-de-gastronomia-e-vinhos-2/	Coordenação 60+ Professor Edgar Lameiras (ESECS)
13 de fevereiro de 2020 – Ação solidária da SessenTuna e da Oficina de Manualidades na OASIS-Leiria https://60mais.ipleiria.pt/2020/02/22/acao-solidaria-da-sessentuna/ https://60mais.ipleiria.pt/2020/02/26/responsabilidade-social-dos-estudantes-do-programa-60/	Estudantes 60+ Associação OASIS
05 de março de 2020 – Participação da SessenTuna e do Grupo Jograis no “Encontro Lugares para EnvelheSer” https://60mais.ipleiria.pt/2020/02/25/encontro-lugares-para-envelheser/	Coordenação 60+ CICS.NOVA.IPLeia
11 de março de 2020 – Encontro de divulgação da campanha “Mil Brinquedos, Mil Sorrisos” https://60mais.ipleiria.pt/2020/03/04/encontro-de-divulgacao-da-campanha-mil-brinquedos-mil-sorrisos/	Coordenação 60+ CRID
23 de junho de 2020 – Encontro de Encerramento 2019/ 2020 https://60mais.ipleiria.pt/2020/06/24/encontro-de-encerramento-19-20/	Coordenação 60+

3. O 60+ COMO CAMPO DE TRABALHOS ACADÉMICOS

Ao longo do ano letivo, os estudantes do Politécnico de Leiria ou de outras instituições de ensino solicitam o apoio dos colaboradores e dos estudantes do Programa 60+ para a realização de trabalhos, no âmbito de UC ou para o desenvolvimento de estágios e de pesquisas de mestrado e de doutoramento. No presente ano letivo demos reposta a 9 solicitações (Tabela 8).

Tabela 8 – Pedidos de colaboração interna e externa

TIPO DE PEDIDO	ÂMBITO DO PEDIDO
Participação dos estudantes 60+ numa investigação sobre o uso de documentários imersivos em realidade virtual, como uma ferramenta em prol do envelhecimento ativo. Realização de grupos focais e de visionamento individual de documentários em realidade virtual.	Trabalho final do curso de mestrado de Comunicação e Media, da ESECS.
Participação dos estudantes 60+ no preenchimento de um inquérito por questionário, no sentido de avaliar o nível de interesse e de recetividade por parte da população sénior aos projetos de coabitação intergeracional.	Desenvolvimento de Projeto na UC de Empreendedorismo e Inserção Profissional do curso de Serviço Social, da ESECS.
Realização de entrevistas a 2 estudantes 60+ com o objetivo de conhecer as suas motivações para frequentar o Programa e as suas expetativas em relação ao mesmo.	Trabalho da UC de Métodos e Técnicas de Investigação Social do curso de licenciatura em Serviço Social (2º ano), da ESECS.
Realização de uma entrevista à coordenadora do Programa 60+ com objetivo de conhecer elementos da sua história, funcionamento e dinâmica.	Trabalho da UC de Educação de Adultos do curso de licenciatura em Educação Social (3ºano), da ESECS.
Realização de entrevistas a 8 estudantes 60+ com o objetivo perceber as suas motivações para se submeterem a avaliação no âmbito das UC dos cursos de licenciatura e de TeSP.	Trabalho da UC de Educação de Adultos do curso de licenciatura em Educação Social (3ºano), da ESECS.
Participação dos estudantes 60+ no preenchimento de um inquérito por questionário, com o objetivo de analisar a sua perspetiva sobre a depressão na idade adulta.	Trabalho da UC de Métodos e Técnicas de Investigação Social, do 1º ano do curso TeSP em Intervenção Social e Comunitária, da ESECS.
Participação dos estudantes 60+ no preenchimento de um inquérito por questionário, com o objetivo de conhecer as perceções dos seniores sobre cidadania e sustentabilidade ambiental e as suas ações neste domínio.	Trabalho final do curso de mestrado em Educação e Desenvolvimento Comunitário da ESECS.
Participação dos estudantes 60+ no preenchimento de um inquérito por questionário, com o objetivo de analisar os hábitos de consumo de notícias online pelos cidadãos seniores.	Trabalho final do curso de mestrado em Comunicação Multimédia da Universidade de Aveiro
Participação dos estudantes 60+ no preenchimento de um inquérito por questionário no âmbito de uma investigação subordinada ao tema “Os Seniores na Sociedade em Rede em Portugal: O contributo das Redes Sociais Online no seu Capital Social”	Trabalho final do Doutoramento em Ciências da Comunicação, no ISCTE-IUL.

4. PARTICIPAÇÃO EM PROJETOS E REDES INTERINSTITUCIONAIS

4.1. Projetos em Parceria

Tabela 9 – Participação em Projetos em Parceria

Designação	Descrição
Projeto ProAlfa – Em parceria com AMITEI	<p>O projeto ProAlfa surge da vontade dos utentes da AMITEI – Associação de Solidariedade de Marrazes de aprender a escrever o nome e de manter a leitura e a escrita. Aliando o facto dos alunos do Programa 60+, após reforma, quererem aprender e partilhar conhecimentos, criou-se uma parceria entre as duas instituições. Durante o ano letivo 2019/2020 o projeto teve a participação regular de 4 estudantes do Programa.</p> <p>http://60mais.ipleiria.pt/2017/03/28/%ef%bb%bfprojeto-proalfa/</p>
Projeto En-Red-Versados . Em parceria com a Universidade Senior da Universidade da Corunha	<p>A participação neste projeto, a convite dos responsáveis da Universidade Sénior da Universidade da Corunha, tem como objetivo central a promoção da aprendizagem da língua portuguesa, através da partilha de textos poéticos, e a aprendizagem das tecnologias da informação e da comunicação, através da utilização de uma plataforma digital como base do processo colaborativo. Pretende-se que os estudantes do 60+ divulguem a poesia de autores portugueses, alimentando o blogue (disponível em https://enredversados.wordpress.com/), com textos escolhidos por si e comentando as publicações feitas por outras pessoas.</p> <p>Durante o ano letivo 2019/2020 o projeto teve a participação regular de 12 estudantes do Programa.</p> <p>https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/en%e2%80%90red%e2%80%90versads/</p>

4.2. Colaboração com a RUTIS

No presente ano letivo a colaboração com a RUTIS (organização da qual o 60+ é membro observador) implicou a habitual articulação para divulgação de informação de interesse para os estudantes seniores e de iniciativas desenvolvidas pelo Programa, mas, em particular, a divulgação da Universidade Sénior Virtual criada por esta organização (disponível através do site <http://seniorvirtual.pt>). Esta iniciativa, pensada para os estudantes seniores confinados aos seus contextos domésticos, disponibilizou um conjunto de conteúdos que poderiam ser do interesse dos estudantes 60+. Divulgámos, ainda, a pedido do presidente da RUTIS, Prof. Luís Jacob, o “Telefone Amigo”, que consistia na realização de um telefonema, uma ou duas vezes por semana, por voluntários, a seniores identificados pela organização como estando em situação de isolamento. A informação sobre estas iniciativas foi disseminada através de email e do Facebook.

5. DIVULGAÇÃO E DISSEMINAÇÃO DE RESULTADOS

5.1. Disseminação em eventos científicos

- Comunicação “Da multigeracionalidade à intergeracionalidade: refletindo sobre a aprendizagem intergeracional no ensino superior”, no âmbito do 1º Congresso Internacional Comunidades Envelhecidas. Desafios para o Desenvolvimento, organizado pelo Instituto Politécnico de Castelo Branco, realizado entre 14 e 16 de novembro de 2019, em Castelo Branco. (Mais informação em <https://60mais.ipleiria.pt/2019/11/21/o-programa-60-no-1o-congresso-internacional-comunidades-envelhecidas-desafios-para-o-desenvolvimento/>)
- Apresentação do projeto de Atividade Física do Programa 60+, pelo Prof. João Cruz (ESECS), em Kaunas, Lituânia, a 28 de novembro de 2019. Seminário realizado no âmbito do Projeto VOMNET – Erasmus. (mais informação em <https://60mais.ipleiria.pt/2019/12/17/o-programa-60-na-lituania/>)
- Comunicação “PROJETO EN-RED-VERSAD@S. Clube de poesia on-line. A utilização de plataformas digitais no processo colaborativo de aprendizagem entre seniores portugueses e espanhóis”, no âmbito do Encontro Internacional de Intervenção sociocultural e educativa com seniores - Lugares para EnvelheSER, realizado a 5 de março de 2020, na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria. (mais informação em <https://sites.ipleiria.pt/envelheser/>)
- Comunicação “O Projeto ProAlfa – oficinas de alfabetização de seniores para seniores”, no âmbito do Encontro Internacional de Intervenção sociocultural e educativa com seniores - Lugares para EnvelheSER, realizado a 5 de março de 2020, na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria. (mais informação em <https://sites.ipleiria.pt/envelheser/>)

5.2. Publicações ⁸

- Gamboa, M. J. (2020). Ler em comunidade: um olhar sobre o clube de leitura e de escrita dos estudantes do programa 60+. J. Sousa, M. Santos & M. de São Pedro Lopes (Orgs.). Emoções, Artes e Intervenção (pp. 123-135). Leiria: Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria. Disponível em: https://www.ipleiria.pt/esecs/wp-content/uploads/sites/15/2020/06/E.book_emocoes_artes_inter.pdf
- Lopes, S., Mangas, C., Sousa, J., Pimentel, L. & Mesquita, M. (2019). Dynamic Literacy by Senior for Seniors, Motivations and Expectations. In Conference Proceedings 9th International Conference The Future of Education, Florence, Italy, 27 e 28 junho 2019 (pp. 592-597). Filodiritto Editore: Italy. Disponível em: <https://conference.pixel-online.net/FOE/files/foe/ed0009/FP/5947-SED4076-FP-FOE9.pdf>

⁸ Disponíveis em <http://60mais.ipleiria.pt/nos-nos-media/media-2/o-que-aconselhamos/publicacoes/>

- Pimentel, L.; Lopes, S.; Pedrosa, B. & Maurício, C. (2019). Da multigeracionalidade à intergeracionalidade: refletindo sobre a aprendizagem intergeracional no ensino superior. *INFAD Revista de Psicologia*, nº2, vol. 2, 307-322.
- Pimentel, L. & Lopes, S. (2019). Convivência e aprendizagem intergeracional no ensino superior: relato de um caso prático. *Minute book of IV international scientific conference of educational projects for seniors. RIPE+50 (Rede Internacional de Projectos Educativos para Seniores)*, Goiânia – Brasil, 3 e 4 outubro 2019 (pp. 178-196). Disponível em: <http://www.ripe50.org/>.
- Pimentel, L.; Lopes, S. & Maurício, C. (2019). Os lugares que o saber ocupa. *A aprendizagem ao longo da vida no Programa 60+*. *DIGNUS*, n.º 3, ano 1, pp 56-57.
- Pimentel, L. & Lopes, S. (2020). As artes no contexto da aprendizagem ao longo da vida: relato de uma experiência. *J. Sousa, M. Santos & M. de São Pedro Lopes (Orgs.). Emoções, Artes e Intervenção* (pp. 111-122). Leiria: Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria. Disponível em: https://www.ipleiria.pt/esecs/wp-content/uploads/sites/15/2020/06/E.book_emocoes_artes_inter.pdf

5.3. Projetos de Investigação

Desenvolvimento do Projeto de Investigação “60+20=TI - Aprendizagem Intergeracional no Ensino Superior: potencialidades e constrangimentos”, com o apoio do CICS.NOVA.IPLeiria. Equipa de investigadores: Luísa Pimentel, Sara Mónico Lopes e Filipe Santos.

Desenvolvimento do Projeto de Investigação ProAlfa – Oficinas de Alfabetização de seniores para seniores, com o apoio do CICS.NOVA.IPLeiria e parceria com a AMITEI - Leiria. Equipa de investigadores: Sara Mónico Lopes, Luísa Pimentel, Jenny Gil Sousa, Catarina Mangas e Miguel Mesquita.

Participação no Projeto de Investigação EN-RED-VERSAD@S. Clube de leitura de poesia on-line. A utilização de plataformas digitais no processo colaborativo de aprendizagem entre seniores portugueses e espanhóis, em parceria com a Universidade Sénior da Universidade da Coruña. Equipa de investigação portuguesa: Luísa Pimentel, Sara Mónico Lopes, Cezarina Maurício, Filipe Santos, Cristina Nobre e Maria José Gamboa.

6. AVALIAÇÃO PELOS SENIORES

No final do ano letivo foi solicitado aos estudantes que respondessem a um inquérito por questionário que tinha como objetivos:

- analisar o nível de participação dos estudantes do Programa 60+ nas atividades a distância desenvolvidas durante o período de interrupção das atividades presenciais e os motivos para não participarem;
- conhecer as suas perceções sobre as ferramentas e as metodologias usadas;
- identificar dificuldades sentidas no acesso às plataformas digitais;
- analisar as desvantagens e as vantagens reconhecidas às metodologias de ensino alternativas.

O inquérito, construído na aplicação Google Forms, pressupunha um preenchimento online, tendo sido enviada a ligação, por email, a todos os estudantes inscritos no segundo semestre do referido ano letivo, ou seja, a 97 pessoas. Foi, ainda, feito um apelo à participação durante a sessão de encerramento do ano letivo, realizada através da plataforma Zoom. Apenas 35 estudantes responderam, representando uma taxa de resposta de 36,1%. Destes, 71,4% são mulheres e 28,6% homens, com idades compreendidas entre os 60 e os 74 anos. 62,9% têm licenciatura, 17,1% ensino médio ou bacharelato e 17,1% ensino secundário, o que indica que foram os mais escolarizados que manifestaram a sua opinião.

6.1 Participação em atividades a distância

Dos 35 respondentes, só 40% (n=14) afirmam ter participado nas atividades a distância desenvolvidas ao longo do 2º semestre. Destes, 78,6% participaram nas atividades a distância só nas UC específicas do 60+; duas pessoas (14,3%) só nas UC dos cursos TESP e de licenciatura e uma participou em ambas.

As 21 pessoas que indicam não ter participado apresentam a falta de motivação como principal razão, mas a falta de competências na área das TIC e os problemas pessoais também são bastante referidos (Tabela 10).⁹

Tabela 10 – Motivos para não participar nas atividades a distância

Motivo	Nº de respostas
Falta de motivação	14
Falta de competências na área das TIC para aceder às plataformas digitais	6
Problemas pessoais	5
Não ter as ferramentas tecnológicas (computador, dispositivos móveis) que permitem acompanhar as atividades a distância	1
Problemas de saúde	1
Falta de confiança nas plataformas digitais	1
A impossibilidade de conviver diretamente com as pessoas	1

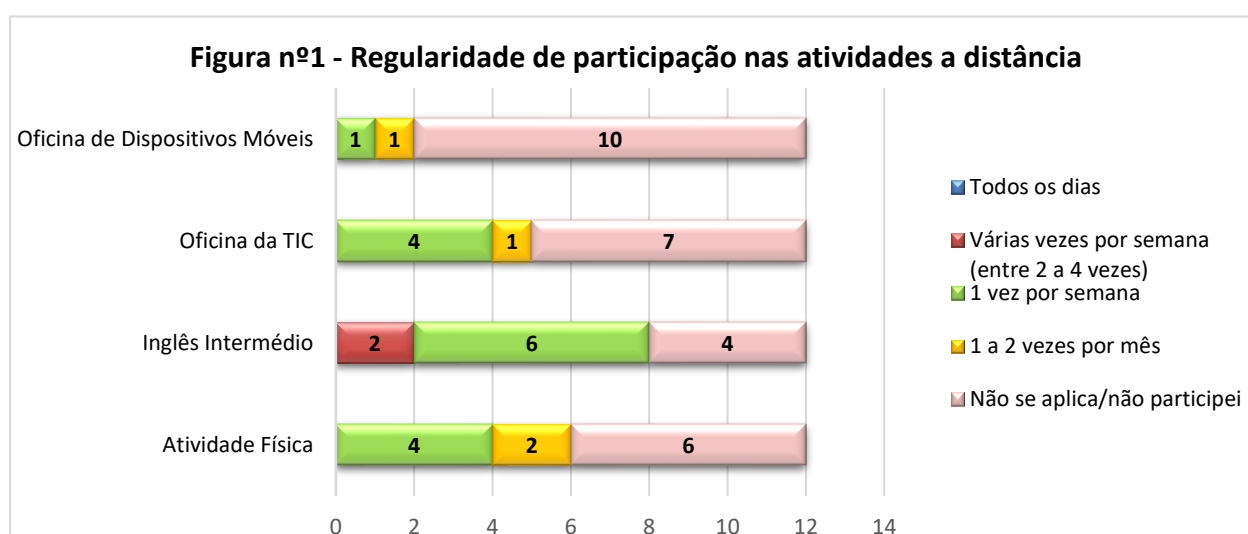
⁹ O número de respostas é superior ao número de respondentes, pois alguns indicaram mais de um motivo.

Destacamos a opinião de um estudante que completou a opção “falta de motivação” da seguinte forma: *“Não preciso de competir nem de valorizar o meu CV, daí o desinteresse de actividades à distância, se bem que há grande disponibilidade, competência e empenho dos docentes. Os objectivos dos 60+ não são compatíveis com teleescola, salvo um ou outro caso. Para mim é muito importante sair de casa como uma obrigação, estar com os meus estimados colegas, convivermos em conjunto com professores, técnicos, empregados (administrativos ou outros). O meu envolvimento nas actividades propostas pelo Politécnico é que me dá motivação e desejo de ir ao IPL diariamente.”*

Quisemos saber se os estudantes seniores tiveram de se preparar de alguma forma para participar nas actividades desenvolvidas nas plataformas digitais. Oito referiram ter tido necessidade de instalar novas aplicações/programas no seu computador ou dispositivo móvel; dois tiveram de recorrer a ajuda de técnicos/familiares/amigos para a utilização das plataformas; um teve de adquirir material informático para participar nas actividades e outro teve de pedir ajuda ao professor da UC para aceder à(s) plataforma(s) digitais.

Os professores das UC específicas do 60+ utilizaram várias plataformas digitais para o desenvolvimento das actividades formativas (particularmente o moodle, teams, zoom e mega). Dos 14 respondentes, 78,6% afirmam não ter sentido dificuldades no acesso a essas plataformas. Os três estudantes que referem ter tido alguma dificuldade, realçam a falta de domínio da plataforma por falta de prática, problemas técnicos com a internet e problemas de som nos dispositivos móveis.

Relativamente à regularidade com que os estudantes participaram nas actividades desenvolvidas através das plataformas digitais (Figura nº 1), nas UC específicas do 60+, constatamos que as 12 pessoas que responderam a esta questão participaram preferencialmente nas actividades de Inglês Intermédio, uma vez por semana. Também as que participaram na Oficina de TIC e na Actividade Física o fizeram preferencialmente uma vez por semana. No caso da Oficina de Dispositivos Móveis a participação foi mais reduzida.¹⁰

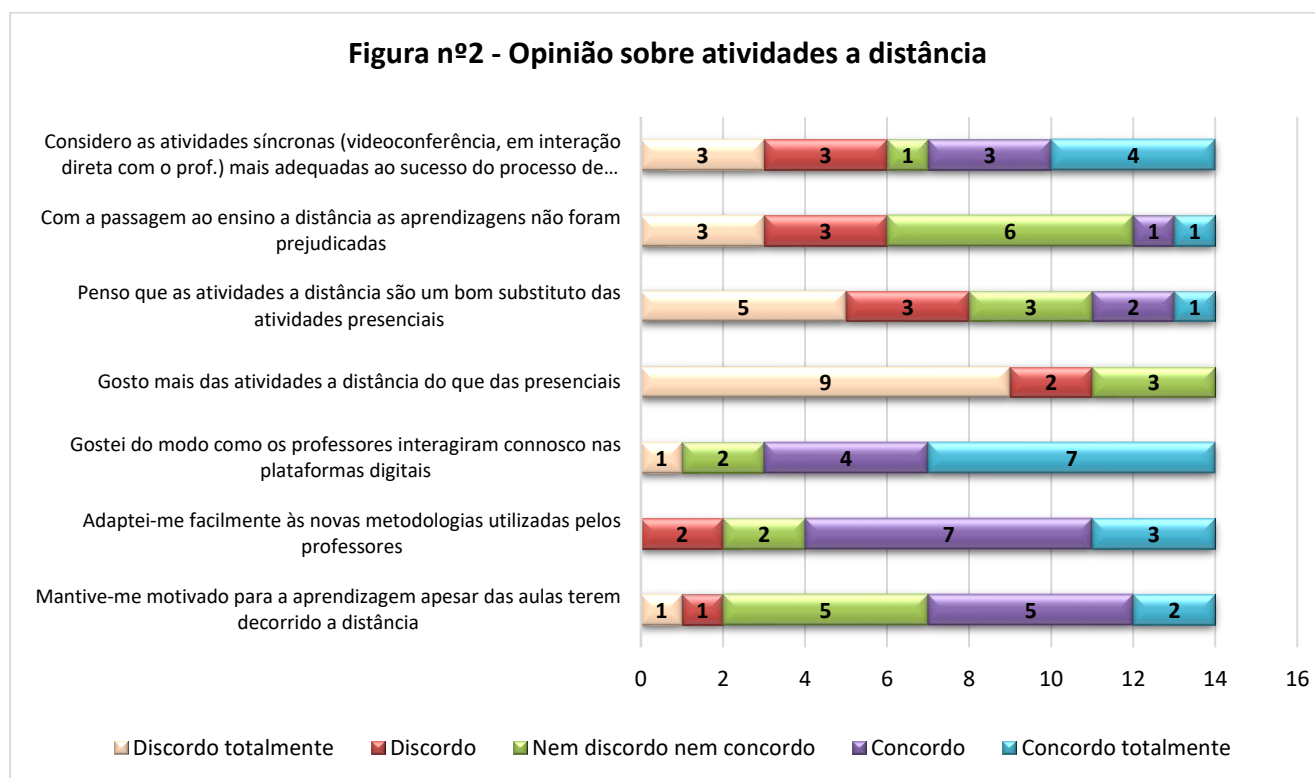


¹⁰ Esta análise pode ser complementada com o balanço efetuado pelos professores das referidas UC, que se encontra no apêndice 4.

6.2 Opinião sobre atividades desenvolvidas a distância

Para conhecermos um pouco melhor as opiniões dos estudantes seniores sobre todo o processo, apresentámos um conjunto de afirmações e pedimos que as classificassem através de uma escala de Likert (em que 1 é discordo totalmente e 5 concordo totalmente). Responderam 14 pessoas. A partir dos resultados apresentados na Figura nº2 percebemos que as opiniões se dividem, não havendo consenso em relação ao sentido das afirmações.

Assim, a maioria concorda que as atividades síncronas (por videoconferência, em interação direta com o professor) são mais adequadas ao sucesso do processo de aprendizagem, mas ainda há seis (42,9%) pessoas que discordam. Quanto à influência que a passagem ao ensino a distância teve no processo de aprendizagem, 42,9% dos respondentes concordam que este processo foi prejudicado e somente 14,9% entendem que não. Contudo, há uma percentagem substancial (42,9%) que assume uma posição neutra face a esta afirmação, talvez fruto de alguma indecisão. Só uma minoria (21,4%) concorda que as atividades a distância são um bom substituto das atividades presenciais e ninguém concorda com a afirmação “Gosto mais das atividades a distância do que das presenciais”, apesar de haver três pessoas (21,4%) que assumem uma posição neutra (não discordo nem concordo) face à mesma. 78,6% dos estudantes gostaram do modo como os professores interagiram com eles nas plataformas digitais e 71,4% dizem ter-se adaptado facilmente às novas metodologias utilizadas pelos professores. Quanto à afirmação “Mantive-me motivado para a aprendizagem apesar das aulas terem decorrido a distância”, encontramos alguma indefinição, pois apesar de 50% concordarem com a mesma, cinco pessoas (35,7%) não discordam nem concordam.



6.3 Vantagens e desvantagens do ensino a distância

Foi solicitado aos estudantes do Programa 60+ que indicassem as vantagens e as desvantagens da utilização das plataformas digitais e das metodologias de ensino à distância, tendo-se obtido 14 respostas.

6.3.1 - As vantagens

Os estudantes seniores destacam o papel facilitador destas plataformas e metodologias nas diferentes aprendizagens (n=5). A promoção da relação e da comunicação na comunidade escolar é outra categoria de argumentos em expressão no seu discurso (n=4). Isto significa que os aspetos relacionais são relevantes e valorizados nas experiências educativas, como se pode verificar através das seguintes afirmações: *“Possibilitar a interação com professor e colegas.”* *“Manter o contacto com a comunidade escolar, não perder o contacto com a escola”.*

A comodidade (n=2) e a segurança (n=2) são outros benefícios atribuídos a estas plataformas e metodologias. A categoria comodidade está bem patente em afirmações como *“a facilidade em obter a informação na hora e no local onde se está; evita deslocações”.* Consideramos que a alusão à segurança está relacionada com a crise sanitária provocada pela pandemia SARS-CoV-2 (e.g. *“precaução face ao Covid 19; a principal vantagem, para mim, é em caso de necessidade de evitar contágios”*). Esta situação excecional que estamos a vivenciar influenciou outro estudante que considera as plataformas digitais e as metodologias à distância como instrumentos de trabalho a adotar em casos emergência (e.g. *Nesta situação de Covid, noutras situações de impedimento, etc.*).

Um dos estudantes identifica as vantagens de duas das plataformas utilizadas: à plataforma ZOOM associa o contato direto com professores e colegas, bem como a possibilidade de ter um feedback em relação às suas dúvidas; à plataforma Moodle associa o acesso e disponibilidade de materiais pedagógicos.

Apesar de reconhecerem que estas plataformas e metodologias permitem conciliar a realização de aprendizagens, o acompanhamento de atividades/trabalhos e a interação com os diferentes intervenientes, surgem duas respostas em que se faz a defesa das aulas presenciais como *“sendo melhores”.*

6.3.2 - As desvantagens

Quando questionados sobre as desvantagens da utilização das plataformas digitais e das metodologias de ensino à distância, as respostas dos estudantes apontam predominantemente a falta de interação e de contato pessoal (n=10). Para exemplificar esta categoria reproduzimos as seguintes afirmações: *“Falta de interação pessoal”;* *“Impessoais, solitárias, mecanizadas”;* *“As principais desvantagens são muitas, mas realço as que acho mais importantes: falta do contacto humano”;* *“Nada substitui o contacto pessoal”.* Este é um tipo de desvantagem relevante e que pode ter repercussões na motivação e no processo de aprendizagem dos estudantes, como é mencionado

em algumas respostas *“Eventualmente, pode conduzir a uma desmotivação do aluno”*; *“Decresce a interação com o Professor, e a eficácia do apoio e da aprendizagem não é a mesma”*.

Os problemas técnicos são, igualmente, identificados por alguns estudantes (n=3). Este aspeto é importante e conduz a outros conteúdos que devem ser objeto de reflexão e campo de trabalho. Estamos a pensar nas possibilidades de acesso à internet e às novas ferramentas digitais, no domínio destas ferramentas ou na inclusão digital, em particular por parte dos seniores.

Em síntese, podemos realçar que os estudantes seniores consideram que essas ferramentas apresentam vantagens em situações excecionais, por questões de segurança e face à ausência de alternativas viáveis, mas ficam aquém das potencialidades do sistema presencial.

6.4 Contacto entre estudantes do Programa

A grande maioria (82,9%) dos 35 respondentes refere que, durante o período de interrupção das atividades presenciais, tendo por referência o semestre anterior, os contactos com os seus colegas do Programa 60+ diminuíram. Três pessoas indicam que não houve contacto, duas que os mesmos se mantiveram semelhantes ao período anterior e uma que aumentaram. As 32 pessoas que afirmam ter mantido contactos com os colegas fizeram-no, preferencialmente, através de chamadas telefónicas (71,9%) e da utilização das redes sociais (65,6%), mas também houve quem utilizasse as videoconferências (15,6%) e os encontros presenciais (15,6%).

6.5 Intenção de efetuar inscrição em 2020/2021

Quando questionados sobre a intenção de se inscreverem no ano letivo 2020/2021, os 35 respondentes assumem posições diferentes caso as atividades decorram presencialmente ou a distância. Assim, caso as atividades decorram presencialmente, 57,1% (n=20) têm intenção de se inscrever, 34,3% (n=12) referem que talvez se inscrevam e só 1 pessoa indica não ter intenção de o fazer. Caso as atividades decorram a distância, somente 11,4% (n=4) manifestam uma intenção clara de voltar a frequentar o Programa, havendo uma elevada percentagem de indecisos (talvez = 65,7%) e 22,9% (n=8) de pessoas que não voltarão a inscrever-se.

6.6 Sugestões em relação ao funcionamento do Programa

Uma das questões contempladas no questionário pretendeu recolher as sugestões dos estudantes para o funcionamento do Programa. Obtivemos 14 respostas.

O pedido da continuidade do Programa, bem como o regresso das aulas no modelo tradicional, constituíram a sugestão mais dada (n=6). Este resultado está em consonância com as opiniões negativas que os estudantes seniores foram manifestando em relação à utilização das plataformas

digitais e às metodologias de ensino à distância. Efetivamente, os estudantes evidenciam a preferência pelas atividades presenciais, pelos contatos e relacionamentos diretos. O desejo de voltar à normalidade (situação anterior à pandemia SARS-CoV-2) é notório, sendo acompanhado por sugestões alternativas como a redução das horas letivas ou o desdobramento de turmas.

“Sugiro que o funcionamento do programa, no próximo semestre, seja presencial, mesmo que para isso haja redução de tempo por disciplina.”

Já referimos a relevância da dimensão relacional (convívio/interação) para os estudantes, que é sempre evocada nos relatórios de avaliação do Programa 60+ como um dos seus aspetos positivos. Este facto pode ajudar a explicar outra sugestão fornecida e que está clara em três respostas – a preocupação com o processo de integração dos estudantes e com as interações que se estabelecem entre si:

“Melhor orientação aos alunos da importância de integrar todos os participantes igualmente. Orientar professores e coordenadores a estarem mais atentos à igualdade das interações, não deixando ninguém de lado.”

“ Implementar a melhoria das relações interpessoais.”

De ressaltar que cinco respostas não indicam qualquer sugestão. A título de exemplo transcrevem-se algumas das afirmações analisadas: *“Nada a referir.”*; *“Julgo que o programa se adapta às nossas motivações”*; *“Nada a sugerir”*.

Um último apontamento para enfatizar a importância que atribuímos às opiniões e sugestões dos estudantes, que fornecem pistas de trabalho a implementar no sentido de consolidar, renovar e reinventar o Programa 60+.

CONCLUSÃO

O modo de funcionamento e as dinâmicas de aprendizagem dos dois semestres do ano letivo 2019/2020 foram substancialmente diferentes entre si. No primeiro semestre, confirmou-se a tendência de crescimento da procura e consolidaram-se alguns dos projetos desenvolvidos nos anos anteriores, ainda que tenha havido novas ofertas socioeducativas. No segundo semestre, face aos constrangimentos provocados pela suspensão das atividades presenciais, houve necessidade de reorganizar as UC de modo a que se adaptassem ao formato de ensino a distância. No caso das atividades socioeducativas e recreativas, não pagas, dinamizadas por (professores e estudantes) voluntários, não foi possível mantê-las em funcionamento.

A coordenação do Programa e os docentes procuraram manter o contacto com os estudantes, essencialmente através de email, mas também das redes sociais (facebook e site do 60+) e por telefone, para que a informação sobre as várias medidas que iam sendo adotadas no Politécnico de Leiria, e o modo como as mesmas se refletiam nas estratégias pedagógicas, fossem amplamente disseminadas. A comunicação através destes canais serviu, também, para tentar manter a motivação

dos estudantes seniores para participarem nas atividades desenvolvidas através das plataformas digitais, quer nas UC dos cursos de licenciatura e de TeSP, quer nas UC específicas do 60+.

Foram, ainda, realizados alguns contactos telefónicos para despistar situações de vulnerabilidade e atenuar o impacto da privação de contactos sociais em situações que identificamos como sendo de maior isolamento social.

Procurámos, também, manter a ligação aos estudantes através da divulgação de conteúdos produzidos pela coordenação e pelos docentes das UC específicas do Programa; pela divulgação de diversas iniciativas da RUTIS, ao nível do acesso a conteúdos, mas, também, do envolvimento em projetos solidários; e solicitando que os seniores nos enviassem conteúdos para partilharmos nas redes sociais (ver exemplo em: <https://60mais.ipleiria.pt/2020/06/04/poesia-e-bom-humor/>).

Quer pelo feedback que nos foi dado ao longo do semestre, por estudantes e docentes (balanço efetuado pelos professores das UC específicas do Programa em apêndice 4), quer pelos dados recolhidos através do inquérito por questionário, percebemos que houve uma desmotivação generalizada e que a receptividade aos vários convites à participação foi escassa. Ainda assim, julgamos ser de realçar que alguns estudantes seniores se mantiveram envolvidas nas dinâmicas de ensino-aprendizagem a distância. Dos 35 estudantes que responderam ao questionário, 14 (40%) participaram nas atividades a distância, ainda que com diferentes níveis de regularidade. A taxa de resposta ao questionário, apesar de não ser elevada (36,1% dos 97 inscritos no 2º semestre), mostra que estes estudantes ainda estavam receptivos aos nossos convites, no final do ano letivo. O mesmo se pode afirmar em relação à sessão de encerramento, concretizada através da plataforma zoom, na qual participaram cerca de 32 estudantes e vários colaboradores.

Assim, apesar das contingências, tal como em outros anos, procurámos valorizar os contributos dos estudantes seniores, através da criação de oportunidades para que concretizassem as suas ideias e aos seus projetos, do envolvimento em iniciativas de âmbito social e cultural, e da participação ativa na tomada de decisões. A eleição dos seus representantes para articularem, de forma regular, com a coordenação e com a comissão científico-pedagógica (CCP) do Programa é uma das formas de promover essa participação. A eleição realizou-se a 25 de novembro de 2018, tendo tido a participação de 46 votantes. Foram eleitos como representantes dos seus pares, com 43 votos: José Júlio, José Órfão e Maria Preciosa Ferreira.

A divulgação do Programa, essencialmente através da participação em eventos científicos, no país e no estrangeiro, e a articulação com entidades congéneres, que desenvolvem iniciativas socioeducativas semelhantes, manteve-se como uma das prioridades da coordenação.

A par das componentes científica e formativa, continuámos a apostar na componente sociocultural, criando espaço para a participação dos seniores em diversas iniciativas organizadas pelos próprios ou por outros agentes da comunidade académica. Nesta área, a ligação à comunidade fez-se, essencialmente, através da deslocação do Grupo de Jograis e da SessenTuna a instituições sociais, a fim de participarem em momentos de convívio e de animação cultural. Mas também demos

continuidade ao Projeto ProAlfa, com pessoas idosas acolhidas em estruturas residenciais, e recebemos crianças no espaço do cultivo divertido.

Pela relevância que cada pessoa assume no Programa 60+, não queremos concluir este relatório sem deixar uma nota de pesar pela morte de José Órfão, em janeiro de 2020, um dos estudantes que havia sido eleito pelos seus colegas para os representar na CCP do Programa.

Em síntese, podemos afirmar que este foi um dos anos mais desafiantes para o Programa 60+, pela necessidade de adaptação a um conjunto de contingências que alteraram as dinâmicas de aprendizagem e as estratégias pedagógicas de forma substancial. Tornou-se evidente que os seniores valorizam este tipo de iniciativas pela possibilidade de acederem ao conhecimento, mas, também, pela possibilidade de o fazerem em contacto próximo com os vários agentes do contexto académico. Como muitos afirmaram no inquérito por questionário, apesar das vantagens das plataformas digitais em momentos de crise, evitando o desligamento total, nada substitui as interações de proximidade e as potencialidades das atividades presenciais.

APÊNDICES

APÊNDICE Nº1 – Calendário Escolar



PROGRAMA 60+

CALENDÁRIO ESCOLAR 2019/2020

1º SEMESTRE (16 setembro 2019 a 14 fevereiro 2020)

- PERÍODO DE INSCRIÇÕES 1º SEMESTRE: de 16 de setembro a 11 de outubro de 2019
- INÍCIO ATIVIDADES ESPECÍFICAS DO 60+ - 1º SEMESTRE¹¹: 30 de setembro de 2019
- FINAL DO 1º SEMESTRE: 14 de fevereiro de 2020

2º SEMESTRE (17 fevereiro 2020 a 10 julho 2020)

- PERÍODO DE INSCRIÇÕES 2º SEMESTRE: de 17 de fevereiro a 5 de março de 2020
- INÍCIO ATIVIDADES ESPECÍFICAS DO 60+ - 2º SEMESTRE¹²: 24 de fevereiro de 2020
- FINAL DO 2º SEMESTRE: 10 de julho de 2020

INTERRUPÇÕES LETIVAS¹³

- INTERRUPÇÃO NATAL: entre 23 de dezembro de 2019 e 04 de janeiro de 2020
- INTERRUPÇÃO PÁSCOA: entre 06 a 13 de abril de 2020

¹¹ Logo que estejam inscritos, os estudantes seniores poderão frequentar as aulas das unidades curriculares dos cursos TeSP e licenciatura, que têm início a 16 de setembro de 2019. As aulas das unidades curriculares do 60+ terão início a 30 de setembro, sendo que, em alguns casos, devidamente publicitados, poderão ter início na semana seguinte, devido a procedimentos de contratação dos docentes.

¹² Logo que estejam inscritos, os estudantes seniores poderão frequentar as aulas das unidades curriculares dos cursos TeSP e licenciatura, que terão início a 18 de fevereiro de 2020, e as aulas das unidades curriculares do 60+, que terão início a 24 de fevereiro de 2020, sendo que, em alguns casos, devidamente publicitados, poderão ter início na semana seguinte, devido a procedimentos de contratação dos docentes.

¹³ Poderá haver interrupções pontuais em virtude de eventos que se realizem nas escolas do Politécnico de Leiria.

PROGRAMA 60+ – 1º semestre 2019/ 2020

ATIVIDADES	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
ATIVIDADE FÍSICA 1 PAGA	9h-10h Ginásio	9h-10h Ginásio	9h-10h Ginásio		
INGLÊS INTERMÉDIO 1 (B1/B2) PAGA	14h-15h30 Sala: 0.3		14h-15h30 Sala: 60+		
OFICINA DE TIC 1 PAGA	10h-13h Sala: 0.17				
OFICINA DE DISPOSITIVOS MÓVEIS 1 PAGA				9:30h -13:30h Sala 60+	
BOOK CLUB (Clube de Leitura em inglês)	16h-18h Sala 60+ (quinzenal)				
CLUBE de LEITURA e de ESCRITA			15h-16:30h Pagode (mensal)		
CONVERSAS INTERGERACIONAIS*					
CULTIVO DIVERTIDO*					
DANÇA					12h-13h Sala 0.33
ENCONTROS de REFLEXÃO TEMAS de CIÊNCIA		10h30 – 12h Sala 1.1			
EN-RED-VERSAD@S - Clube de Poesia on-line			16:30h – 18h Sala D1.2 (mensal)		
GRUPO DE JOGRAIS*					
INGLÊS DO DIA-A-DIA	14h-16h Sala 60+				
OFICINA DE ARTES PLÁSTICAS			10:30 – 12:30 Sala 60+		
OFICINA DE INICIAÇÃO À INFORMÁTICA			15:30 – 17:30 Sala 1.7		
OFICINA TRABALHOS MANUAIS/Manualidades Criativas	10h-12h30 Sala 60+				
SEMINÁRIOS DE SAÚDE	16h-18h Sala 60+ (mensal)				
SESSENTUNA				14h - 15h30 Sala 0.4	
PROJETO ProAlfa*	AMITEI				

*Horário a definir oportunamente

PROGRAMA 60+ – 2º semestre 2019/ 2020

HORÁRIO das Unidades Curriculares e Atividades/Projetos

ATIVIDADES	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
ATIVIDADE FÍSICA 2 PAGA	9:00-10:00 Ginásio	9:00-10:00 Ginásio	9:00-10:00 Ginásio		
INGLÊS INTERMÉDIO (B1/B2) PAGA	14:00-15:30 Sala: D 1.1		14:00-15:30 Sala 0.19		
OFICINA DE TIC 2 PAGA				10:00-13:00 Sala: 1.7	
OFICINA DE DISPOSITIVOS MÓVEIS II PAGA				9:30 -13:30 Sala 60+	
BOOK CLUB (Clube de Leitura em inglês)	16:00 – 18:00 Sala 60+ (quinzenal)				
CLUBE de LEITURA e de ESCRITA*					
DANÇA			11:45-12:45 Sala 0.33		
ENCONTROS de REFLEXÃO TEMAS de CIÊNCIA		10:30 – 12:30 Sala 1.39			
EN-RED-VERSAD@S - Clube de Poesia on-line			16:00 – 17:30 Sala 0.32 (quinzenal)		
GRUPO DE JOGRAIS*					
INGLÊS DO DIA-A-DIA (1)		16:30 - 18:00 Sala 60+			
INGLÊS DO DIA-A-DIA (2)	14:00 -16:00 Sala 60+				
OFICINA DE ARTES PLÁSTICAS			10:30 – 12:30 Sala convívio 60+		
OFICINA DE INICIAÇÃO À INFORMÁTICA			15h30 – 17h30 Sala 1.7		
OFICINA MANUALIDADES CRIATIVAS	9:00 -12:30 Sala 60+				
SEMINÁRIOS DE SAÚDE	16:00 – 18:00 Sala 60+ (mensal)				
SESENTUNA*					

*Horário a definir oportunamente

APÊNDICE Nº3 – Inscritos por escola, por curso e UC em 2019-2020

Escola – ESECS

Curso	UC	n.º inscritos por UC	Total
Comunicação e Media	Ciência Política e Relações Internacionais	1	20
	História Contemporânea	11	
	Estética e Grafismo	1	
	Tecnologias Multimédia	2	
	Língua Estrangeira - Espanhol	1	
	Língua Estrangeira - Inglês	1	
	Temas do Mundo Contemporâneo	2	
	Língua Estrangeira II - Espanhol	1	
Desporto e Bem-Estar	Gerontomotricidade	1	6
	Psicologia Social e do Desenvolvimento	1	
	Prevenção e Primeiros Socorros	2	
	Fisiologia do Exercício	1	
	Treino Desportivo	1	
Educação Básica	Comunicação e expressão em Língua Portuguesa	1	42
	Expressão Musical	6	
	História Portugal	13	
	Expressão Dramática	1	
	Geografia Física	2	
	Psicologia do Desenvolvimento e da Aprendizagem	2	
	Tópicos de Álgebra e Funções	1	
	Literatura Portuguesa	1	
	Expressão Dramática	5	
	Geometria e Medida	1	
	Linguística do Português - II	1	
	História Local e Cidadania para o Património	5	
Geografia Humana	3		
Educação Social	Educação e Intervenção para a Saúde	1	15
	Sociologia da Educação	1	
	Dinâmica de Grupos e Relações Interpessoais	4	
	Introdução a Educação Social	1	

	Antropologia Social e Cultural	4	
	Problemas da Sociedade e Cultura Contemporâneas	2	
	Economia Social e Solidária	1	
	Opção I - Psicopatologias e Investigação Psicológica	1	
Língua e Cultura Portuguesas	História de Portugal I	2	11
	História de Portugal II	9	
Língua Portuguesa Aplicada	Linguística do Português III	1	33
	Culturas Lusófonas	1	
	Língua Estrangeira III	9	
	História de Portugal I	2	
	Linguística do Português IV	1	
	Língua Estrangeira IV - Inglês	5	
	Literatura Portuguesa II	1	
	História de Portugal II	13	
Relações Humanas e Comunicação Organizacional - RHCO	Francês I	1	33
	História Social Política Contemporânea	7	
	Psicologia Social	13	
	Princípios Gerais do Direito	2	
	Comunicação em Língua Portuguesa	1	
	Psicossociologia das Organizações	2	
	Sociologia da Comunicação	2	
	Língua Estrangeira (Francês)	1	
	Língua Estrangeira (Francês Empresarial II)	3	
	Relações Laborais e Direito do Trabalho	1	
Serviço Social	Projeto	1	10
	Antropologia Social e Cultural	1	
	Psicologia do Desenvolvimento	6	
	Psicopatologias e Intervenção Psicológica	1	
	Sociologia das Organizações	1	
TIPC/CP	Chinês I	1	12
	Comunicação Expressão Oral Chinês I -Tradução	1	
	Culturas Lusófonas-Tradução	3	
	Leitura Extensiva em Português I	2	
	Leitura Extensiva em Português II	1	

	História das Relações entre o Ocidente e Oriente	3	
	Português IV	1	
TeSP em Intervenção em Espaços Educativos	Educação e Diversidade	2	4
	Psicologia do Desenvolvimento	1	
	Oficina Multimédia	1	
TeSP em Intervenção Social e Comunitária	Sociologia Geral	1	3
	Economia Social e Solidária	1	
	Teoria e Prática da Educação Social	1	
TeSP em Intervenção Sociocultural e Desportiva	Oficina de Música	4	5
	Oficina de Multimédia	1	
TeSP em Práticas Administrativas e Comunicação Empresarial	Noções de Direito Empresarial	1	2
	Comunicação em Língua Francesa	1	
TeSP em Ambiente, Património e Turismo Sustentável	História Local e Educação para a Cidadania	1	18
	Património Cultural e Turismo no Espaço Rural	5	
	Introdução ao Turismo	2	
	Itinerários Turísticos	9	
	Património Biológico	1	

Escola - ESTG

Curso	UC	n.º inscritos por UC	Total
Eng. Informática	Inglês A1 – Inglês Geral	1	2
	Inglês	1	
Solicitadoria	Direito da união Europeia	1	1
Eng. Automóvel	Sistemas de Transmissão	3	6
	Eletrotecnia Geral - EA	1	
	Diagnóstico Automóvel	2	

Escola - ESSLEI

Curso	UC	n.º inscritos por UC	Total
Dietética e Nutrição	Dietoterapia I	1	5
	Farmacologia	1	
	Dietoterapia II	3	

APÊNDICE Nº4 – Avaliação das UC Específicas do Programa 60+ pelos Professores

BALANÇO EFETUADO PELOS DOCENTES – 19/20

Dispositivos Móveis – Carina Rodrigues

Conteúdos e estratégias pedagógicas

A professora optou por enviar semanalmente/quinzenalmente planos de trabalho com sugestões de aplicações móveis, relacionadas com o seu quotidiano (exemplos: Fotor, YouCut, WhatsApp, Continente, Dott, Google Lens, Promoções, The fork, Viral Agenda, Info Praia, Shazam, Exercícios...), através de email e plataforma de eLearning (moodle). Nesta plataforma institucional foram disponibilizadas as atividades, materiais de apoio e um fórum de dúvidas.

Foram também enviadas algumas mensagens de WhatsApp, no sentido de compreender se havia dúvidas, dificuldades de acesso ou se os seniores tinham sugestões.

A opção pelo trabalho assíncrono, deveu-se à natureza da UC, que pressupõe que os seniores explorem os próprios dispositivos móveis, e variando estes em marca, modelo, processador, memória/espço de armazenamento, tamanho, e outras dimensões, seria complexo, dar apoio personalizado sem ter acesso direto ao dispositivo/ecrã de cada um.

Participação dos seniores

Verificou-se um baixo nível de acesso aos materiais disponibilizados (dos 16 inscritos no moodle, 7 nunca acederam e 9 entraram pontualmente).

Os estudantes seniores foram articulando com a professora através do WhatsApp, enviando mensagens que revelam que a situação de saúde pública os afetou (falta de energia, desânimo) e que preferiam as atividades presenciais. Alguns indicam que viram os materiais disponibilizados, mas que tiveram pouco entusiasmo no desenvolvimento das atividades propostas. Apesar de tudo, houve alguns que acompanharam as propostas da professora e solicitaram novas orientações em relação a algumas aplicações.

BALANÇO EFETUADO PELOS DOCENTES – 19/20

Oficina de TIC – Elsa Oliveira

Conteúdos e estratégias pedagógicas

Nesta UC têm sido propostas e desenvolvidas diversas atividades em torno de um projeto de criação de um blogue, desde a formatação de texto (abordando os princípios de acessibilidade de documentos digitais), edição de imagem e criação e edição de vídeo, recorrendo a diferentes ferramentas digitais. As atividades têm sido propostas e disponibilizadas semanalmente, à quinta-feira, através da plataforma Moodle. Sempre que a atividade é disponibilizada no Moodle, é publicada uma notícia no fórum do Moodle e enviado email com essa informação para os emails pessoais dos alunos.

Para cada atividade foram criados recursos pedagógicos, nomeadamente documentos com as indicações passo a passo das atividades propostas e vídeos tutoriais. Foi privilegiado o uso dos fóruns de discussão, bem como o email, para esclarecimento de dúvidas. Além da comunicação assíncrona, recorreu-se à comunicação síncrona, através da ferramenta Zoom, para um melhor acompanhamento e orientação dos alunos, com periodicidade quinzenal. Pontualmente, os alunos também recorreram a ferramentas de comunicação, como o WhatsApp, para entrar em contacto com a docente e esclarecer dúvidas.

Participação dos seniores

A UC tem 11 alunos inscritos. Destes, 4 nunca acederam à plataforma Moodle (destes 4 alunos, 3 nunca compareceram às aulas presenciais no início do semestre). Dos 8 alunos que frequentaram as aulas presenciais, 2 não participaram nem desenvolveram as atividades propostas no regime a distância. Todas as semanas os alunos eram contactados por email, mas nem todos respondiam.

Assim, de uma forma geral, a participação média nas atividades a distância (quer nas atividades disponibilizadas no Moodle quer nas sessões síncronas) foi de 5/6 alunos.

BALANÇO EFETUADO PELOS DOCENTES – 19/20

Inglês Intermédio – Fátima Neto

Conteúdos e estratégias pedagógicas

No início do semestre, em virtude da diversidade de conhecimentos sobre a língua inglesa dos seniores inscritos, as aulas de Inglês Intermédio foram organizadas de modo a contemplar dois níveis: *Intermediate e Elementary*, sendo que os alunos do nível *Intermediate*, habitualmente, também participavam as aulas de *Elementary*.

Os conteúdos das aulas foram colocados no Moodle, 2 vezes por semana, para os dois níveis. Adicionalmente, à segunda feira, foram dinamizadas sessões síncronas através da plataforma Zoom, nas quais se abordaram temas complementares aos que eram disponibilizados no Moodle.

No nível *Elementary* as aulas foram desenvolvidas, preferencialmente, de forma assíncrona, tendo sido disponibilizados PDF com explicações gramaticais ou do tema escolhido, assim como exercícios com registos áudio, relativos ao tema, no Moodle. Adicionalmente, e com frequência, foi utilizada a plataforma H5P, no Moodle, que permite fazer exercícios “interativos” com os estudantes. Foram também disponibilizadas leituras adaptadas ao nível.

Participação dos seniores

Dos 30 estudantes inscritos, participaram, de forma regular, cerca de 12. Sempre que os conteúdos eram disponibilizados no moodle, com alguns dias de antecedência em relação às aulas, era possível perceber que havia mais algumas pessoas a aceder à plataforma, para os consultar. Contudo, não participavam nas aulas síncronas ou em outros momentos de interação.

As aulas do nível *Intermediate* tiveram um nível de participação que se situa entre as 8 e 10 pessoas, com participação nas atividades disponibilizadas no Moodle. Foi seguido o livro indicado no início do semestre, com explicações e exercícios, acompanhados de registos áudio. Foram colocados, adicionalmente, aulas de temas da atualidade e pediu-se para os alunos submeterem alguns conteúdos de opinião sobre esses temas. Aqui, a participação foi diminuta, uma vez que só 3 alunos submeteram trabalhos para serem corrigidos. A participação na sessão Zoom, que decorria às segundas-feiras, era, por norma, de 8 a 10 pessoas.

A docente contactou alguns estudantes telefonicamente e estes referiram ter receio de utilizar as plataformas digitais ou não ter competência para tal. A docente deu algumas orientações no sentido de facilitar o acesso às referidas plataformas.

Em síntese, é possível afirmar que cerca de 15 estudantes seniores inscritos na UC não participaram nas atividades. Destes, 10 nunca acederam à plataforma moodle e 5 acederam de forma irregular, mas não deram qualquer feedback durante o período de confinamento.

BALANÇO EFETUADO PELOS DOCENTES – 19/20

Atividade Física – Joaquim Silva

Conteúdos e estratégias pedagógicas

Com a impossibilidade da realização das atividades do Programa 60+ nas nossas instalações desportivas, foi importante encontrar soluções de forma a não deixar de promover a qualidade de vida através da prática de atividade física.

Após consulta acerca do tipo de plataforma digital que os alunos seniores consideravam mais adequadas em função da usabilidade, a partilha de conteúdos foi efetuada na plataforma MEGA e a comunicação foi feita por email e telemóvel.

Entre os conteúdos que foram disponibilizados pela Atividade Física a todos os alunos seniores inscritos no Programa 60+ incluíram-se: os planos de treino semanais; os vídeos de apoio à prática física; o livro de apoio à atividade de reflexão e partilha; as músicas; o arquivo digital de fotografias e vídeos das aulas de A.F. e as recomendações da DGS.

Mantivemos uma prescrição adaptada e progressiva dos exercícios, segundo princípios fisiológicos, pedagógicos e didáticos, adaptada às necessidades, dificuldades e potencialidades dos seniores. Foram planeadas sessões de 40/45 minutos de atividade física em casa. Foram incluídos exercícios de simples execução, que os alunos já conheciam das aulas presenciais, adaptados à turma e que possibilitaram a sua realização em qualquer local pois não precisavam de material suplementar. Os objetivos físicos foram direcionados para o trabalho da coordenação motora, equilíbrio, força e flexibilidade, de forma manter o nível de independência e a segurança nas atividades da vida diária.

Participação dos seniores

Quanto à participação, em relação à turma de Atividade Física registou-se que, em média, 6 alunos seniores participaram regularmente nas atividades propostas. Foi efetuado o adequado acompanhamento da implementação prática dos planos de treino semanais e esclarecimentos sobre as dúvidas e questões colocadas pelos alunos seniores. Este acompanhamento foi feito, preferencialmente, por email e quando necessário por contato telefónico.

Em relação ao acesso à plataforma digital Mega, não temos dados de participação.