





MESTRADO EM ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

Relatório Final de Estágio

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra







Relatório Final de Estágio (2010/2011) de João Miguel Nunes Martins nº2006813960, com vista à obtenção do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, proporcionado pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

Este estágio foi realizado no agrupamento de escolas Infante D. Pedro de Buarcos, sob orientação do Exmo. Prof. Joaquim Parracho e sob supervisão do Exmo. Prof. Dr.º Luís Rama.

"Quem escolheu ser professor, escolheu a mais impossível, mas também a mais necessária de todas as profissões. E sabe que não vale a pena acreditar que podemos tudo, que podemos tudo transformar. Não podemos. Mas podemos alguma coisa. E esta alguma coisa, é muitas vezes, a "coisa decisiva" na vida das nossas crianças e dos nossos jovens".

António Nóvoa

"A troca de experiências e a partilha de saberes consolidam espaços de formação mútua, nos quais cada professor é chamado a desempenhar, simultaneamente, o papel de formador e de formando".

António Nóvoa

Agradecimentos

Agradecimentos

- Ao Professor Joaquím Parracho, pela experiência, amabilidade e disponibilidade que sempre apresentou.

- Ao Professor Doutor Luís Rama, por toda a disponibilidade, sentido de responsabilidade e crítica construtiva que colocou em prol da mínha evolução enquanto docente.
- À Professora Teresa Figueiredo, pela experiência transmitida e paciência que sempre apresentou.
- Aos restantes elementos do grupo de estágio da escola EB 2,3 Infante D. Pedro de Buarcos, pela camaradagem, sentido de colaboração e pelo trabalho de grupo elaborado.
- Aos País, irmão e avós, pela aposta e apoio.
- À Andreia, pelo carinho e paciência.

Muito obrigado

RESUMO

Este relatório final de estágio é o resultado do culminar de um ciclo de estudos com a duração de cinco anos lectivos, que se iniciou com a licenciatura em Ciências do Desporto, onde me foi transmitido um vasto conhecimento científico associado a diferentes modalidades desportivas, algo que se afirma de grande utilidade para a vida profissional, quer se seja docente de Educação Física, treinador, instrutor de actividades desportivas, ou outro.

Posteriormente como o meu objectivo profissional passava pela carreira de docente, dei continuidade ao processo de formação já iniciado, tendo ingressado no mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, onde primeiramente tive acesso a um conjunto de ferramentas pedagógicas, que foram aplicadas na prática este ano lectivo, durante a frequência do estágio.

Este relatório indica as opções tomadas perante as diversas situações que me foram surgindo enquanto docente e o motivo por detrás de cada uma delas. Para tal baseei-me especialmente na minha formação académica e na experiência adquirida ao longo do estágio pedagógico. Expus igualmente de forma sucinta, clara e objectiva os conteúdos inseridos no dossier de estágio previamente entregue, onde consta detalhadamente as estratégias adoptadas.

Este documento é acima de tudo um reflexo da minha personalidade enquanto docente do sistema de ensino português e especificamente do processo de ensino-aprendizagem inerente à disciplina de Educação Física.

Abstract

This final internship report is the result of the culmination of the cycle studies that lasted for five academic years.

It began with a graduation in Sports Sciences, which transmitted me a vast knowledge associated with different sports modalities, something that is very useful for my professional life, whether as a Physical Education teacher, coach, sports instructor or another.

Posteriorly, my goal was having a professional teaching career, so I continued the training process already started, joining the Master's Degree in Physical Education in the Primary and the Secondary Schools, where firstly I had access to a range of pedagogical tools, which were applied in practice in this academic year, during the frequency of the internship.

This report indicates the choices made when faced with various situations that came to me as a teacher, and the reasons behind them. For this I have relied especially on my academic training and on the experience gained during this teaching training year. I also expounding succinctly, clearly and objectively the content included in my teacher training portfolio previously delivered, which indicates in detail the strategies adopted.

ÍNDICE

AGRADECIMENTOS	III
RESUMO	IV
ABSTRACT	v
1- INTRODUÇÃO	9
2- EXPECTATIVAS INICIAIS EM RELAÇÃO AO ESTÁGIO	10
2.1 Objectivos de formação e formas de os atingir	11
3- ACTIVIDADES DESENVOLVIDAS	15
3.1 Planeamento	15
3.2 Plano Anual de Turma	16
3.3 Estratégias gerais e específicas de Intervenção Pedagógica	17
3.3.1 Estratégias de Ensino Gerais	17
3.3.2 Estratégias de Ensino Específicas	19
3.4 Unidades Didácticas	22
3.5 Plano de Aula	23
4- REALIZAÇÃO	24
4.1 Trabalho/Actividades realizadas com o 8ºB	24
4.2 Informação Inicial	25
4.3 Instrução / Comunicação	26
4.4 Organização/Transições	27
4.5 Qualidade de Feedbacks	28
4.6 Gestão do Tempo/Decisões de Ajustamento	29
4.7 Clima / Disciplina / Controlo	30
4.8 Conclusão da Aula	31
4.9 Condução de Aula	32
4.10 Trabalho/Actividades realizadas com grupo de alunos NEE (espectro do autismo)	32

5. AVALIAÇÃO	35
5.1 Avaliação Diagnóstica	35
5.2 Avaliação Formativa	36
5.3 Avaliação Sumativa	37
5.4 Auto e co-avaliação	38
6 - ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL	40
7 - JUSTFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS	42
7.1 Avaliação Diagnóstica	42
7.2 Tabelas de Rotação	42
7.3 Estratégias por Modalidade	43
7.4 Inovação nas práticas pedagógicas	44
7.5 Estilos de Ensino Utilizados	45
7.5.1 Ensino por tarefas	
7.5.2 Ensino recíproco	
7.5.3 Ensino Inclusivo	
7.6 Introdução de uma nova modalidade no ciclo de estudos dos alunos	47
7.7 Avaliação de processos e produtos	48
8-REFLEXÕES FINAIS	50
8.1 Compromisso com os alunos	50
8.2 Trabalho Individual e de grupo	
8.2.1 Trabalho Individual	
8.2.2 Trabalho de Grupo	52
8.3 Qualidades adquiridas	53
8.4 Dificuldades sentidas e formas de resolução	54
8.4.1 Dificuldades sentidas durante a aplicação da avaliação	
8.4.2 Dificuldades sentidas na leccionação da turma "Regular"	
8.4.3 Dificuldades sentidas na leccionação da turma de "NEE"	
8.5 Conhecimentos adquiridos	
8.6 Dificuldades a resolver no futuro	
8.7 Impacto do Estágio na realidade do contexto escolar	57
8.8 Questões dilemáticas	58

8.9 Conclusões referentes à formação inicial	59
8.10 Experiência pessoal e profissional (supervisionada)	60
9 - CONCLUSÃO	61
10 - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	62
ANEXOS	64

1- INTRODUÇÃO

Através deste documento procuro realizar um balanço final, sobre as actividades desenvolvidas neste ano lectivo, descrevendo as acções por mim executadas, no âmbito do estágio pedagógico proporcionado pelo Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, que decorreu entre Setembro de 2010 e Maio de 2011, no agrupamento de escolas EB 2, 3 Infante D. Pedro de Buarcos.

A função primordial deste estágio consistiu na minha preparação enquanto aluno para a futura e difícil função de docente do sistema de ensino português. Durante este percurso tive sempre o apoio e a cooperação de outros docentes especializados e experientes na área da Educação Física, que em muito contribuíram para os resultados alcançados.

De uma forma subtil, procurarei expor as situações vivenciadas, as dificuldades sentidas e as aprendizagens realizadas que mais se destacaram no decorrer deste ano lectivo, que acima de tudo posso classificar como exaustivo e complexo, mas em simultâneo produtivo e muito gratificante.

"O papel que o estágio Curricular supervisionado deve exercer é o fomentar no aluno a integração entre o "saber" e o "fazer". Neste caso, o estágio curricular supervisionado é uma disciplina integradora de conhecimentos que reúne "o que ensinar", "como ensinar", e, "porque ensinar", estabelecendo uma relação quanto à finalidade, conteúdo e formas de ensinar (...)".

(Machado, 1994)

2- EXPECTATIVAS INICIAIS EM RELAÇÃO AO ESTÁGIO

Durante este ano lectivo tive a oportunidade de apresentar dois Programas Individuais de Formação (PFI), um deles antes do início do ano lectivo e o outro em meados do mês de Outubro. Estes documentos tinham uma constituição idêntica em estrutura, mas em termos de conteúdo notavam-se já algumas diferenças, fruto do mês de aprendizagem que o segundo documento possuía.

As minhas expectativas iniciais recaíam essencialmente na estrutura, na organização, nas condições espaciais e materiais da escola, na constituição e organização do grupo de Educação Física, bem como na personalidade dos seus elementos, nas características e na constituição da minha turma, mas principalmente nas minhas próprias condições para desempenhar a função a que me propunha e a que tanto auspiciava.

Após um mês de trabalho, as expectativas alteraram-se significativamente, tendo sido logo algumas eliminadas, fruto da convivência com os diferentes intervenientes.

No entanto encontrei dificuldades no desempenho do meu cargo que até então não eram postas em causa. Estas baseavam-se no facto de ter dois alunos diagnosticados com hiperactividade e défice de atenção, que apresentavam um comportamento muito agitado, sendo incapazes de permanecer quietos ou em silêncio. Esta indisciplina mostrava forte tendência para se alastrar à restante turma, tendo sentido grandes dificuldades para controlar os seus comportamentos. Assim sendo, após esse mês de adaptação, as minhas expectativas passaram a basear-se essencialmente na capacidade que apresentava para ultrapassar as dificuldades com que me tinha deparado durante este ano lectivo.

2.1 Objectivos de formação e formas de os atingir

No PFI realizado em Outubro, mencionei alguns dos objectivos que tinha para este ano lectivo e as estratégias delineadas para os atingir. Com o decorrer do tempo fui obtendo várias conquistas, influenciando directamente os objectivos a que me propunha.

Este ciclo de aprendizagens correu de um modo tão positivo, que as minhas acções já se mobilizavam automaticamente para o alcance de um nível de aprendizagem muito elevado, designado como "Mestria" pelo "Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º semestres 2010-2011".

Numa fase inicial e devido à minha reduzida experiência, os meus objectivos consistiam em alcançar diferentes capacidades como a integração correcta e coerente dos conhecimentos teóricos e científicos até aqui adquiridos e em simultâneo o seu aprofundamento através da prática da docência e da interacção com outros docentes mais experientes. Tinha também como objectivo a auto-aprendizagem, a conquista da capacidade de solucionar problemas reais em tempo útil e de forma competente e a adaptação rápida a diferentes contextos multiculturais, de modo a que a minha intervenção pedagógica fosse adequada a todo o tipo de personalidades com quem me pudesse relacionar durante a minha vida profissional.

. Já no âmbito das cadeiras de Administração Escolar e Parcerias Educativas, esperava conseguir interiorizar o sistema e o funcionamento dos seus processos burocráticos e logísticos, para que pudesse representar de um modo competente e eficaz um cargo escolar ou uma organização extra-curricular.

Em suma pretendia com este estágio a aquisição de um bom nível de qualidade como docente, através da observação, participação, planeamento e discussão de tudo o que esta profissão exige. Potenciar as minhas qualidades e capacidades de trabalho quer individuais, quer de grupo, no contexto educativo português, era o objectivo fundamental de todo o processo.

Este foi o meu primeiro ano de prática educativa e ao início não possuía plena consciência das minhas reais capacidades e dificuldades. No seguinte quadro procurarei explicar os objectivos que detinha e as tarefas desempenhadas para os alcançar.

Objectivo

Descrição

Forma de alcançar

Capacidade de integrar os diferentes conhecimentos teóricos.

- Este objectivo foca-se na capacidade para mobilizar da melhor forma, todos os conhecimentos teóricos até aqui adquiridos, com o intuito de os colocar ao dispor dos meus alunos.

Perceber a qualidade dos meus conhecimentos.

- Este objectivo foca-se essencialmente na percepção da adequação, tanto em qualidade como em quantidade, dos conhecimentos até aqui adquiridos, às importantes e complexas funções associadas à docência.
- Durante o ano lectivo surgiram diferentes situações, que exigiam uma rápida resolução. Numa fase inicial do ano lectivo, queria perceber se conseguia interferir nestes momentos de forma correcta, solucionando rapidamente a dificuldade existente e responsabilizando em simultâneo e de forma devida os

Capacidade de resolver problemas de forma coerente e em tempo útil.

> - Numa fase anterior ao início do estágio, perguntava-me a mim próprio se os meus alunos me olhariam como um exemplo a seguir e assumiriam as minhas palavras como pertinentes e importantes. Tinha como objectivo, aprender a "carregar" o meu discurso de eloquência, de modo a

Estas aprendizagens foram todas efectuadas no decorrer do estágio pedagógico e com as actividades que este proporcionou.

Neste estágio tive funções de estruturação e planeamento de aulas, organização e estruturação de actividades extracurriculares aos alunos e ainda assumi a assessoria de uma direcção de turma, desempenhando funções inerentes ao cargo de director de turma.

Capacidade de liderar a turma, reuniões e projectos.

intervenientes em causa.

que conseguisse cativar, os meus alunos, colegas e Enc. de Educação.

Capacidade de auto-aprendizagem

Numa fase inicial. tinha plena consciência que não possuía todos os conhecimentos necessários para cargo. Neste ponto o meu objectivo principal era conhecer os mecanismos de formação existentes no sistema de ensino conquistar nacional e a autonomia necessária permita que me estar actualizado.

Capacidade de adaptação a novas situações

- A profissão a que me proponho é muito imprevisível. O contacto com as crianças é Desta forma procurei isso mesmo. alcançar a capacidade de me adaptar às diferentes personalidades, culturas acontecimentos passíveis de serem vivenciados numa sala de aula ou de reuniões.

Estas aprendizagens foram todas efectuadas no decorrer do estágio pedagógico e com as actividades que este proporcionou.

Neste estágio tive funções de estruturação e planeamento de aulas, organização e estruturação de actividades extracurriculares aos alunos e ainda assumi a assessoria de uma direcção de turma, desempenhando funções inerentes ao cargo de director de turma.

Durante o ano lectivo fui alcançando diferentes habilidades que inicialmente devido à minha inexperiência, nem sequer eram consideradas. Este factor fez com que não aparecessem definidos como objectivos iniciais, mas mesmo assim julgo ser pertinente referi-los.

Capacidades Descrição Forma de alcançar Professores de Educação Física efectuam constantemente diferentes Estas análises, que são realizadas através da observação das diferentes prestações dos aprendizagens Capacidade de alunos. O Professor deve também ter a foram todas observação, capacidade de seleccionar o que de facto é efectuadas no análise e síntese importante reter e o que não é, evitando decorrer do estágio assim desperdiçar tempo com elementos pedagógico e com desnecessários. as actividades que este proporcionou. - Um professor está sujeito a longas horas Neste estágio tive funções de trabalho, muitas delas em reunião. Estas de Capacidade de reuniões não acontecem apenas entre estruturação e trabalhar em equipas professores de educação física como as planeamento de interdisciplinares reuniões de departamento. Desta forma aulas, organização devem possuir capacidades de trabalho e estruturação de interdisciplinares. actividades extracurriculares - O trabalho de Professor é caracterizado aos alunos e ainda pelo contacto permanente com outras assumi a assessoria pessoas. A nossa postura deve ser o mais de uma direcção de respeitável possível, cumprindo de forma turma, Ética assertiva as regras sociais culturalmente desempenhando aceites e respeitando sempre os outros, funções inerentes procurando sempre introduzir na nossa ao cargo de director

João Martins Página 14

actuação, uma coerência de procedimentos.

de turma.

3- ACTIVIDADES DESENVOLVIDAS

Durante este ano lectivo foram realizadas inúmeras actividades. Muitas delas foram desempenhadas individualmente e outras por todo o núcleo de estágio a que pertenço. As actividades foram realizadas em três momentos, num anterior à realização, que se refere a uma fase de planeamento, durante a realização, que se refere a uma fase de execução e após a realização, que se refere à análise dos dados obtidos.

3.1 Planeamento

Este momento é por mim considerado o mais exigente e o menos estimulante de todo o percurso de aprendizagem. Não deixa no entanto, de ter uma importância crucial. Aliás assume-se como um momento indispensável e influencia directamente o bom ou mau funcionamento do ano lectivo que se avizinha. Esta fase obrigou a muitos encontros entre professores, com o objectivo de regular e uniformizar os processos a utilizar no decorrer do ano lectivo.

Como "docente" do departamento de expressões e subdepartamento de Educação Física, integrei estes grupos de trabalho, assim como um conselho de turma, onde foram discutidos diferentes assuntos.

Ao nível do **departamento**:

- Discutiram-se e aprovaram-se as diferentes indicações dadas pelo conselho pedagógico.

Ao nível do **subdepartamento**:

- Discutiram-se os princípios orientadores para a disciplina;
- Delinearam-se os objectivos específicos para cada ano de escolaridade;
- Definiram-se os critérios de avaliação;
- Discutiu-se e aprovou-se o plano de rotação pré-concebido.

Ao nível do **conselho de turma**:

- Foi efectuada a apresentação do corpo docente da turma;
- Fez-se uma apresentação detalhada dos alunos da turma, fazendo referências ao seu comportamento, sucesso escolar e personalidade;
- Foi realizada a Planificação Anual da Turma e o Projecto Curricular de Turma.

No núcleo de estágio procedeu-se de forma idêntica. As reuniões de grupo realizaram-se precocemente e nelas procurou-se definir as tarefas e competências dos estagiários e a uniformização de documentos e procedimentos de avaliação, de acordo com as indicações fornecidas pelo guia de estágio deste ano (2010-2011), como o Planeamento Anual, Unidades Didácticas, Planos de Aula, Fichas de Registo de Avaliação e Fichas de Observação entre Estagiários. Procedeu-se ainda à definição e agendamento das reuniões do núcleo de estágio.

3.2 Plano Anual de Turma

O Plano Anual de Turma, representa um planeamento generalizado do percurso a realizar durante o ano lectivo. Este documento não assume um carácter rígido, podendo sofrer oscilações.

Este plano foi construído a partir das características dos recursos e dos sujeitos a que se destinava. Nele encontra-se a caracterização da escola, da turma, dos recursos humanos, materiais e espaciais existentes nas nossas aulas e passíveis de utilização. A utilização destes recursos confere a este documento um carácter único, podendo apenas ser utilizado nesta turma e neste contexto, sendo pessoal(turma) e intransmissível. Nele encontra-se igualmente exposta uma detalhada extensão de conteúdos, dividida por períodos. Nesta extensão pode percepcionar-se para que momento está planeado abordar uma determinada Unidade Didáctica e em que aula será abordada uma matéria específica. É possível ainda constatar se essa aula se destina à introdução, exercitação ou consolidação de determinado conteúdo. Os diferentes momentos de avaliação utilizados também são referidos nesta extensão.

3.3 Estratégias gerais e específicas de Intervenção Pedagógica

"A estratégia enquanto concepção global de uma acção, organizada com vista à sua eficácia (...): o elemento definidor da estratégia de ensino é o seu grau de concepção intencional e orientadora de um conjunto organizado de acções para a melhor consecução de uma determinada aprendizagem."

(Roldão, 2009)

No Plano Anual de Turma (PAT) e nas diferentes Unidades Didácticas (UD's) foi sempre realizada uma referência às diferentes estratégias a utilizar durante o ano lectivo. No PAT foram mencionadas as estratégias de intervenção pedagógica gerais. Estas estratégias estavam incluídas neste documento, uma vez que, foram criadas com o propósito de serem utilizadas em todas as aulas das diferentes UD's. Por outro lado, as estratégias de intervenção pedagógica específicas constavam em todas as UD's.

3.3.1 Estratégias de Ensino Gerais

Como já referido, as estratégias de ensino gerais são constituídas pelas práticas fundamentais por mim idealizadas e que serão utilizadas em todas as aulas das diferentes unidades didácticas que integram o currículo de turma, no ano lectivo 2010-2011.

As estratégias gerais utilizadas foram as seguintes:

• Iniciar todas as matérias do mais simples para o mais complexo e de acordo com o estado de desenvolvimento dos alunos. Esta é a base de todo o processo de desenvolvimento de determinada modalidade/matéria. Em conjunto com a turma, passa-se por todas as progressões pedagógicas necessárias, com o intuito de poder concretizar determinado jogo/movimento em situação formal, da melhor forma possível e longe da confusão gerada pela anarquia que geralmente é imposta neste tipo de situações.

- Obedecer a três máximas no processo de ensino-aprendizagem . A primeira que tentarei ao máximo respeitar é o factor tempo. Deste modo os alunos conseguem armazenar o máximo de informação possível, de forma faseada e respeitando os diferentes ritmos de aprendizagem existentes. A segunda diz respeito à elevada repetição e mecanização de gestos técnicos e das suas componentes críticas, para que no momento de abordagem às situações formais, estes gestos sejam automáticos, dando assim a possibilidade de todos experimentarem o sucesso desportivo. E por fim, a terceira diz respeito aos exercícios critério. Estes são construídos, de forma a que simulem o mais aproximadamente possível, o contexto real da modalidade, o seu estado formal.
- Todas as actividades, tarefas, baterias de exercícios, entre outros, são construídas de forma individualizada de acordo com as potencialidades e características únicas e diferentes dos meus alunos.
- A definição de objectivos específicos e a definição das estratégias específicas deve ser efectuada de acordo com as potencialidades e grau de desenvolvimento de cada aluno. Esta tarefa só pode ser desempenhada após observação atenta dos seus desempenhos iniciais, durante a avaliação diagnóstica.
- "Negociar" junto da turma um conjunto de normas e regras que visem o bom funcionamento da aula. Esta acção deve surgir sobre a forma de "negociação", uma vez que considero importante responsabilizar os alunos pelas mesmas. Existem algumas medidas que são impostas por mim, pelo orientador e pelo subdepartamento, que no tópico disciplina/clima serão devidamente exploradas. Estas normas são de cumprimento obrigatório por todos.
- Os alunos com NEEP também são contemplados nas minhas actuações. Por isso todas as tarefas foram construídas de modo a que estes as consiguissem integrar. São criadas tarefas e objectivos próprios para estes alunos. Procurei ir um pouco mais longe do que aquilo que é proposto pelo conselho pedagógico. Os objectivos propostos por este organismo baseiam-se unicamente na integração destes alunos na sala de aula, não existindo qualquer momento de avaliação para

os mesmos. Todas as tarefas deverão possibilitar, o enriquecimento destes alunos, que inicialmente se apresentava muito deficitário.

3.3.2 Estratégias de Ensino Específicas

As estratégias de ensino específicas são constituídas pelas práticas que foram utilizadas em algumas UD's. Nem sempre foi necessária a utilização da totalidade das estratégias que a seguir mencionarei em todas as UD's, mas todas foram utilizadas ao longo do ano lectivo.

Claro que mais uma vez foram concebidas de forma a respeitar todas as indicações proferidas no PAT e nas características únicas da escola e dos alunos, que nele estão inseridas.

- Em função dos resultados das diferentes avaliações diagnósticas, optei por dividir a turma em grupos homogéneos (pretende-se que o grau de dificuldade das tarefas seja adequado ao nível de prestação dos alunos e que todos eles tenham o mesmo tipo de actividade) ou heterogéneos (pretende-se fomentar a cooperação/entreajuda entre os alunos com menor e maior dificuldade na execução das tarefas).
- Com o intuito de proporcionar tarefas adequadas às diferentes capacidades dos alunos, bem como garantir igual tempo de prática a todos eles, sempre que possível, utilizei o trabalho por estações. Desta forma consigo um maior dinamismo na aula, cooperação e entreajuda entre os alunos, maior comunicação e interacção professor/alunos, maior tempo de empenhamento motor e maior adaptação da dificuldade da tarefa ao nível de desempenho dos alunos.
- Se a turma demonstrava problemas ao nível da disciplina com o método anteriormente mencionado, optava por utilizar o trabalho em vaga. Apesar de perder qualidade de aula, consigo controlar a componente comportamental com maior facilidade.

• Procurei utilizar sempre que possível, um feedback conotado como positivo (elogio). Esta intenção visa incrementar os níveis de motivação dos alunos, principalmente daqueles que apresentam menor gosto pela prática desportiva. Quando foi necessário, utilizei um feedback negativo (repreensão), de forma a eliminar os comportamentos de desvio presentes na sala de aula.

Outras estratégias mais simples foram utilizadas, mas que nem por isso são menos importantes e passíveis de não referenciação:

- Procurei sempre adoptar um posicionamento lateral em relação aos alunos. Esta estratégia permite-me ter um grande controlo da turma, através da visualização simultânea de todos os alunos, e uma posição de destaque em caso de necessidade de demonstração de conteúdos;
- No início da aula foi sempre feita, uma breve transmissão dos conteúdos e demonstração de gestos técnicos e acções tácticas;
- Procurei transmitir a informação necessária de forma simples e directa;
- Recorrer a demonstrações eficazes sempre que necessário;
- Utilizei os alunos como agentes de ensino, através de demonstrações, explicação dos conteúdos, exercícios e até no controlo activo da prática dos colegas;
- Procurei apresentar as tarefas através de meios visuais;
- Efectuei sempre a montagem do material necessário à aula antes do início da mesma, evitando desta forma a perda de tempo durante o decorrer da aula.
- Procurei sempre que possível efectuar os grupos de trabalho de forma antecipada. Desta forma os alunos organizavam-se no início da UD ou da aula e permaneciam da mesma forma até ao fim. Desta forma consegui poupar minutos preciosos, que geralmente são utilizados para a reorganização dos alunos.
- Circulei pelo espaço de aula, de forma imprevisível mantendo assim a incerteza nos alunos do meu posicionamento e dos alvos de observação;
- Informei os alunos sobre a qualidade das suas prestações e encorajá-los para a prática desportiva;
- Incentivei às relações de entreajuda;
- Procurei sempre que possível, individualizar e prescrever o maior número de feedback's pedagógicos possíveis;

- Procurei evitar a utilização de linguagem estereotipada;
- Na parte final da aula, procurei relacionar os conteúdos desta com os das aulas anteriores e posteriores.

Clima/Disciplina

Procurei permanentemente:

- Tornar claro um conjunto de regras;
- Ser pessoal no relacionamento com os alunos;
- Envolver os alunos no processo ensino-aprendizagem;
- Ser justo, cordial e tratar de forma semelhante todos os alunos;
- Elogiar o bom executante e o mau executante sempre que possível, não comprometendo assim a sua evolução e empenhamento;
- Motivar o comportamento apropriado com interacções positivas;
- Ignorar o comportamento inapropriado sempre que possível;
- Usar estratégias de castigo específicas e eficazes (colocar o aluno a observar os colegas a fazer a aula e a divertirem-se, colocar o aluno a arrumar o material no final da aula...);
- Utilizar o contacto visual, a postura, a imagem e expressões faciais, para apelar, receber e provocar atenção.

Gestão

Procurei sempre:

- Começar a aula à hora estipulada;
- Uma apresentação simples, clara e rápida da tarefa;
- A redução dos tempos de espera na tarefa, na transição e na organização;
- Combinar sinais que facilitem a compreensão das mensagens;
- O estabelecimento de rotinas.

Tarefa a realizar pelos alunos que não realizam aula

- Auxiliar o professor nas aulas, realizando as tarefas que lhe são destinadas;
- Realizar um relatório da aula ou outro tipo de trabalho escrito.

3.4 Unidades Didácticas

A construção das diferentes Unidades Didácticas ao longo deste ano lectivo obedeceu a um conjunto de regras, ditadas por outras tarefas, por mim desempenhadas. O PAT influenciou directamente a sua construção e características, assim como a avaliação diagnóstica.

A construção destas UD's era realizada em duas fases. A primeira que se caracterizou por um trabalho de grupo, onde expúnhamos informações como a história, as regras oficiais, aspectos técnicos, tácticos e progressões pedagógicas da modalidade, entre outras. Estes aspectos acabaram por ser definidos em conjunto, uma vez que o seu conteúdo seria igual para todas as turmas do 8ºano. A segunda fase consistia num trabalho individual, já que neste momento, as características únicas de cada turma, eram imprescindíveis para a funcionalidade e eficácia do documento. Esta fase refere-se à extensão de conteúdos. Nela era executada uma proposta de trabalho, onde constavam informações como a selecção, estruturação e sequenciação dos diferentes conteúdos a abordar. Para a definição desta fase, era necessário contemplar as diferentes características de cada aluno, tanto a nível pessoal (caracterização da turma (PAT)), como a nível técnico e físico (Avaliação Diagnóstica).

Importa também referir, que à semelhança do que ocorreu com a maioria dos documentos produzidos ao longo deste ano lectivo, as diferentes UD's não assumiam um carácter rígido nem obrigatório. Assumiam sim uma função de regulação e "fio condutor", onde nada me proibia de alterar o percurso percorrido ou elevar/diminuir os objectivos propostos, se assim achasse necessário.

De acordo com alguns autores, a unidade didáctica é a base da nossa função pedagógica. Ela assume em especial as indicações dadas pelo Programa Nacional de Educação Física (PNEF) e obedece à estruturação curricular dos respectivos ciclos, previamente elaborados.

"(...) No que se refere à articulação entre as unidades didácticas, realizada com o objectivo de compor uma grade curricular e/ou um plano de curso de uma disciplina, é interessante observar o modo como a "unidade-didáctica" vem a se configurar como elemento regulador das relações entre ensino-aprendizagem, pois os objectivos do ensino no que se refere à sua dimensão comportamental partem desta noção, e seguem um plano composto por diferentes etapas, (...)".

(CARVALHO, 1969)

3.5 Plano de Aula

Mais uma vez, a estrutura deste documento foi conseguida em grupo. No início do ano lectivo utilizei um plano em que a sua estrutura contemplava todas as indicações dadas pelo guia de estágio. Fazendo-se suportar da sua experiência profissional, o meu orientador de estágio efectuou reparos ao plano proposto, pedindo que fosse construído um diferente. As indicações dadas para o novo documento basearam-se na simplicidade e na facilidade de manipulação. O Prof. Joaquim Parracho referiu que este apenas deveria ter as componentes mais importantes, deixando-o assim pouco subcarregado e de fácil leitura e utilização. Desta forma seria possível utilizá-lo em situação real pedagógica, o que anteriormente não acontecia.

Desta forma alcançou-se o documento final, que foi utilizado até ao final do ano lectivo. Nele eram feitas referências ao espaço em que decorria a aula, o número de aula e o número de aula da respectiva UD. Os conteúdos a abordar eram explorados em quatro colunas. A coluna do tempo, dividido em tempo total e parcial, conteúdos e situações de aprendizagem, organização e componentes críticas/critérios de êxito.

Na elaboração dos planos de aula, procurei elaborá-lo e articulá-lo com as indicações dadas pelo PAT e pela UD previamente construídos, explicando sempre as aprendizagens a promover e o modo de as realizar.

Ao longo do tempo fui-me apercebendo que a articulação entre o plano de aula e o PAT nem sempre era possível. De aula para aula fui retirando diferentes ilações. A turma foi sofrendo fortes evoluções, o que ia colocando em causa algumas das conclusões retiradas do PAT. O facto deste documento ser elaborado numa fase muito precoce do ano lectivo, não relativiza a sua importância, mas ao longo do tempo, torna-se em alguns pontos, subjectivo e desactualizado.

4- REALIZAÇÃO

4.1 Trabalho/Actividades realizadas com o 8ºB

O trabalho realizado com a minha turma decorreu unicamente durante as aulas de Educação Física. Tínhamos duas aulas semanais, uma à terça-feira das 15h30min às 17h00min e outra à quinta-feira das 15h30min às 16h15min.

Na minha perspectiva pessoal, o horário da disciplina estava bem concebido. Os alunos tinham somente um intervalo de um dia entre as duas aulas, o que facilitava a consolidação de conteúdos. A outra vantagem prende-se com as aulas não ocorrerem uma imediatamente após a outra, permitindo que a frequência de prática desportiva pelos alunos, fosse mais ou menos distribuída pela semana. E como o próprio Programa Nacional de Educação Física refere:

"É reconhecido, cientificamente que realizar actividade física diariamente é a condição ideal para se obterem efeitos ao nível da melhoria da aptidão física e que a frequência mínima que possibilita esses benefícios é de **três sessões semanais**".

(PNEF, REAJUSTAMENTO)

Numa outra fonte bibliográfica, encontrei igualmente uma referência, que sublinha essa importância:

"A prática **regular** de actividade física e o desporto beneficiam, física, social e mentalmente, toda a população, homens ou mulheres de todas as idades, incluindo pessoas com incapacidades".

(Portal da Saúde)

Foram igualmente elaborados dois trabalhos extra-curriculares com a turma.

No início do ano lectivo, o grupo de estágio realizou uma avaliação diagnóstica da condição e composição física dos alunos das turmas do 8º ano de escolaridade. Após a análise dos dados obtidos, verificou-se que o excesso de peso e a obesidade são infelizmente elementos presentes na maioria dos alunos. Desta forma organizámos uma sessão de esclarecimento, que visava a redução desse excesso de peso. Essa sessão de esclarecimento continha conteúdos com o intuito de ensinar o modo de efectuar uma

correcta alimentação (administrada por uma nutricionista), e o modo de ter uma vida fisicamente activa. Posteriormente procedia-se ao encaminhamento para o gabinete de nutricionismo do centro de saúde de Buarcos. A Dr.ª Susana Montenegro, a nutricionista que nos auxiliou nesta palestra, anunciou inclusivamente que o seu acompanhamento especializado era suportado na totalidade pelo Estado, não acarretando desta forma qualquer encargo financeiro para os seus Encarregados de Educação. Infelizmente nenhum dos alunos se mostrou interessado neste assunto.

Já perto do final do ano lectivo apercebi-me através de conversas com os Encarregados de Educação, que alguns alunos andavam a praticar actos menos saudáveis, como o tabagismo. Assim sendo, procurei dispensar 15min da minha aula, para elucidar a turma dos prejuízos que este acto provoca na saúde.

Realizei todas estas actividades, uma vez que considero que um docente, não deve apenas desempenhar um papel de transmissor de conteúdos. À nossa função são adicionadas características de educadores, que influenciam directamente as opções tomadas pelos alunos, fora da sala de aula.

"Os Professores ocupam uma posição estrategicamente central e sensível nas sociedades contemporâneas, em particular nas dimensões do desenvolvimento e da mudança social".

(Schwarzweller e Lyson, 1978)

4.2 Informação Inicial

Todas as aulas sem excepção, foram iniciadas com uma conversa com os alunos, que visava a contextualização da própria aula, e em simultâneo a preparação mental e psicológica da turma, para a prática desportiva subsequente. Durante o ano lectivo dei muita importância a este momento inicial, pois julgo ser ideal para introduzir um clima mais sério e ordeiro, uma vez que geralmente os alunos comparecem à aula agitados e conversadores, ainda afectados pelo intervalo. Caso fosse necessário eram repetidas as regras de comportamento e segurança, de modo a regularizar e uniformizar as atitudes dos alunos.

Aproveitava também este momento para indicar as tarefas a abordar e enfatizar as aprendizagens mais importantes a reter. Com o decorrer do tempo, fui-me apercebendo

que os alunos memorizavam mais facilmente os conteúdos necessários no inicio da aula, quando ainda não se encontravam com elevados índices de fadiga. Ao introduzir uma nova tarefa, guardava uns instantes para realizar um "apanhado" das considerações mais importantes.

"A fadiga é diferente em cada um. Para uns, causa um cansaço opressivo, enquanto para outros agrava sintomas como as perturbações da visão, dificuldades de concentração, memória, mobilidade e espasmos musculares. A fadiga pode tornar muito mais difíceis as tarefas do dia-a-dia".

(SPEM, 2005)

4.3 Instrução / Comunicação

A comunicação oral e gestual constitui uma das ferramentas mais importantes que os professores têm à sua disposição, para desempenhar a sua função de liderança. Durante o meu percurso como estagiário, fui verificando que esta forma de comunicar não se limita à transmissão e recepção de conteúdos e feedbacks. Confere igualmente a capacidade facilitadora de controlo das aprendizagens dos alunos, através de rectificações e explicações adicionais.

Para que, durante as minhas intervenções conseguisse aproveitar todas as potencialidades da comunicação, tentava ser um bom conhecedor dos temas abordados, falar de forma clara e adequada/adaptada à faixa etária com que me confrontava, ter presença, naturalidade, segurança, uma voz agradável, uma boa dicção, e ainda a disponibilidade para ouvir.

Inicialmente senti algumas dificuldades no domínio destas componentes, mas que gradualmente foram sendo ultrapassadas. Estas dificuldades prendiam-se essencialmente com a dicção "menos boa" que apresentava, algo que fui ultrapassando com o tempo.

Sensivelmente no início do segundo período, já tinha adquirindo a excelente capacidade de percepção atempada das reacções dos meus alunos e dos seus significados. Esta ferramenta é excepcional já que desta forma consegui antecipar-me às dúvidas e manifestações dos alunos, transmitindo assim segurança ao nível dos conteúdos abordados.

A transmissão de informação correcta está directamente relacionada com as aprendizagens e com a componente de gestão. O meu objectivo foi sempre a maximização do tempo de aprendizagem motora dos alunos, através da utilização de prelecções sucintas. Durante as instruções, procurei que estas tivessem a menor duração possível, sem que desta forma colocassem em causa a sua eficácia. Para isso fiz-me suportar de anexos gráficos, onde expunha imagens e esquemas das tarefas pretendidas, utilizando também demonstrações. Estas eram executadas pelos alunos mais competentes naquele domínio, e em caso de estes não existirem, eu próprio as realizava.

Dois autores referem a comunicação,

" (...) como sendo o processo através do qual um indivíduo suscita uma resposta num outro indivíduo, ou seja, dirige um estímulo que visa favorecer uma alteração no receptor por forma a suscitar uma resposta".

(Berlo, 1975)

" (...) como o processo de fazer participar um indivíduo, um grupo de indivíduos ou um organismo, situados numa dada época e lugar, nas experiências de outro, utilizando elementos comuns".

(Abraham Moles, 1975)

4.4 Organização/Transições

Enquanto elaborava os planos de aula, procurei levar em consideração diferentes aspectos. Nem sempre é fácil criar actividades de aprendizagem que interessem simultaneamente os alunos mais e menos competentes, tendo sido esse outro dos meus maiores desafios. No entanto, conciliar este aspecto com uma correcta organização, que facilitasse o tempo necessário para executar as transições necessárias, foi algo que se verificou ainda mais difícil.

Para os planeamentos das aulas instituí princípios próprios. Em primeiro lugar, sempre que possível, os diferentes exercícios a abordar numa aula, deveriam obedecer aproximadamente à mesma estrutura e os materiais a utilizar deveriam ser semelhantes. Desta forma fui conseguindo economizar muito tempo na transição entre tarefas, que habitualmente é utilizado para a reposição de materiais didácticos de apoio ou para as

movimentações da turma. Um outro princípio baseava-se na organização dos grupos de trabalho. A constituição desses grupos deveria ser elaborada previamente e manter-se igual até ao final da aula. Mais uma vez, a ideia era economizar tempo e colocá-lo ao dispor do empenhamento motor. Para finalizar, o último princípio baseava-se na construção da instrução. Procurei estudar e criar as introduções necessárias antes da aula começar, tendo desta forma a calma e o tempo necessário para colocar os termos chave na minha prelecção. Quando necessário criei quadros de suporte onde explicitava as tarefas a desempenhar, o que me levou igualmente a economizar vários minutos nas instruções efectuadas.

4.5 Qualidade de Feedbacks

O meu papel enquanto professor foca-se essencialmente na transmissão de conhecimentos e conteúdos. Durante este ano lectivo, apercebi-me da necessidade de criar hábitos adequados, enquanto agente de ensino. Neste sentido. tópico comunicação/instrução torna-se fundamental para o sucesso das minhas aulas. Outro tópico não menos importante é o feedback pedagógico. Na minha opinião, ambas as componentes se complementam, sendo que sem uma delas não teria qualquer hipótese em alcançar o sucesso. A partir dos meus feedbacks, tive sempre a intenção clara de alterar as actuações observadas, quer em termos de comportamento, quer a nível das prestações motoras.

O feedback pedagógico é entendido como uma reacção ponderada a um estímulo. Neste caso, este estímulo aparece como uma resposta a um desempenho motor de um aluno, em que o objectivo passa por modificá-lo, conferindo-lhe uma maior qualidade (Fishman e Tobey, 1978). Na minha actuação enquanto professor, dividia sempre este procedimento em três fases. Primeiramente é necessário observar e diagnosticar o erro, através da observação atenta das prestações dos alunos. Em segundo lugar, tinha necessidade de interpretar as actuações, construir as indicações a dar, perceber a sua relevância, consequências e origem. Esta interpretação era posteriormente confrontada com os meus conhecimentos teóricos a fim, de aplicar a terceira fase, que se baseava na transmissão de conteúdos.

A minha forma de proceder vai ao encontro das indicações dadas por (Arnold, 1981), em que o referido autor classifica o feedback segundo duas grandes categorias: o

conhecimento da performance (observação) e o conhecimento da análise (interpretação). A primeira remete para a recolha de informação e a segunda para a compreensão dessa informação.

Ao interagir com os alunos, exceptuando quando procurava corrigir o seu mau comportamento, tentei que as minhas prelecções tivessem um sentido de encorajamento e reforço, motivando-os assim para a prática desportiva e incentivando-os a ultrapassar as dificuldades sentidas.

Em suma, os meus feedbacks tinham sempre como objectivo a modificação ou o reforço de um comportamento da turma, podendo caracterizá-lo de diferentes formas. Era avaliativo quando efectuava um juízo de valor. Esta avaliação poderia resultar numa opinião negativa ou positiva (feedback avaliativo negativo ou positivo, respectivamente). Essa opinião usualmente dava origem a uma indicação, que poderia ser descritiva (onde enumerava erros, causas e consequências), prescritiva (onde relatava de forma detalhada a forma correcta de executar a tarefa), interrogativa (onde questionava a actuação do aluno e procurava que este ficassem a reflectir sobre a mesma), ou afectiva (onde procurava encorajar o aluno). As formas de feedback utilizadas consistiram no modo verbal (via oral), quinestésico (através do contacto corporal) e audiovisual (demonstração acompanhada de comunicação oral). Os feedbacks poderiam ser dirigidos apenas para um aluno (individual), para um grupo de alunos (grupo) ou para toda a turma (colectivo). Durante as minhas intervenções, procurei também que estas tivessem um elevado valor de componente científica.

4.6 Gestão do Tempo/Decisões de Ajustamento

Estes dois critérios mostraram-se de difícil execução, não devido aos alunos nem aos exercícios em causa, mas essencialmente devido à minha falta de experiência. Durante as aulas vivi muitos momentos de dúvida, ficando algumas vezes num impasse sem saber bem o que fazer. Quando um exercício estava a correr muito bem e consequentemente os alunos retiravam grande prazer da sua prática, surgiam-me duas dúvidas na cabeça. Primeiramente se devia deixar prosseguir a tarefa, para além do tempo estipulado, prejudicando temporalmente as tarefas seguintes ou se devia cessar de imediato a tarefa, reduzindo em simultâneo o ânimo e o prazer apresentados pela turma na sua execução. Para a resolução deste dilema foi necessária uma grande sensibilidade. As

minhas decisões nem sempre foram as mesmas, já que por vezes optei por prosseguir com a tarefa e outras optei por transitar para uma nova, baseando-me para tal nos diferentes objectivos da aula. Por vezes o não cumprimento de uns, não colocava em causa o cumprimento dos objectivos finais da UD (nesse caso mantinha a tarefa), outras vezes colocava (transitava de tarefa).

A criação de algumas regras base logo no início do ano, acabou por ajudar ao nível da gestão do tempo. Estas regras fizeram com que raramente acontecesse um atraso por parte dos alunos, chegando a fazer com que os mesmos comparecessem no espaço de aula antes da hora marcada e com vontade e disposição para a iniciar rapidamente. Muitas vezes realizei o aquecimento antes da aula começar e importa citar que nunca foi imposição minha, mas sim vontade dos alunos.

As características já mencionadas na componente organização/transição influenciaram directamente esta componente. Por um lado diminuiu-se o tempo de transição entre tarefas e por outro lado não foram necessárias quaisquer remodelações. Os preciosos minutos daí resultantes eram regularmente utilizados para a situação de jogo formal.

4.7 Clima / Disciplina / Controlo

Na minha opinião a indisciplina é um dos principais problemas da escola actual, e muito em particular da escola Infante D. Pedro de Buarcos. Segundo (ESTRELA, 1996), ao efectuar uma análise a resultados estatísticos obtidos a partir de uma sondagem realizada a diferentes professores, ter-se-á apontado "para a percepção generalizada de problemas disciplinares, violência e falta de civismo, num ambiente marcado pela falta de autoridade e pelo facilitismo", para o principal problema educacional.

Posso considerar que esta componente foi a maior dificuldade por mim vivenciada. Os problemas de indisciplina resumiam-se a conversas paralelas e a brincadeiras constantes. Nunca existiu um caso de falta de educação, significativo para comigo ou para com os colegas. No entanto, esta conversa paralela era incomodativa e prejudicava a aquisição de conteúdos por parte dos alunos.

A gestão dos comportamentos dos alunos mostrou-se sempre um desafio difícil de ultrapassar, conseguindo apenas melhorias evidentes já no segundo período. Nesta altura

já conseguia controlar os comportamentos, introduzindo assim altos níveis de disciplina e respeito mútuo.

A melhoria desta componente foi sendo conseguida com a experiência que ia acumulando no decorrer do tempo. De dia para dia encontrava-me mais atento às ocorrências em meu redor, levando-me a ter uma reacção mais rápida na eliminação daquelas que eram indesejáveis. A experiência que ia sendo acumulada, também influenciava outras acções que ia tomando e que indirectamente afectavam os comportamentos dos alunos. A criação de desafios aliciantes e exequíveis, propiciava a uma maior concentração e empenho na aula. Os índices de organização foram aumentado de aula para aula, sendo conseguidas transições rápidas e pouco tempo morto, não dando oportunidade para os alunos entrarem em clima de distracção e brincadeiras.

"(...) o problema central da indisciplina poderá ser consideravelmente reduzido se ajudarmos os professores a tornarem-se organizadores mais eficazes da aula".

(ESTRELA, 1992)

4.8 Conclusão da Aula

As conclusões das minhas aulas eram divididas em dois momentos.

Numa primeira fase, abordava uma tarefa que tinha como função o retorno à calma dos alunos. Este retorno à calma, tinha diferentes objectivos, como ajudar à dissipação dos produtos acumulados no sistema muscular dos alunos, resultantes de uma actividade física mais intensa, incluindo ácidos lácteos, atrasar e eliminar o aparecimento de dores musculares, reduzir as chances de tonturas ou desmaios, devido à acumulação excessiva de sangue nas extremidades dos segmentos corporais, reduzir os níveis de adrenalina no sangue e fazer com que o ritmo cardíaco retornasse aos níveis de repouso.

Numa segunda fase, conversava com os alunos, o que tinha como objectivos constatar se as dificuldades sentidas pelos alunos eram as mesmas que eu tinha observado e fazer uma ponte de ligação entre a aula e a seguinte. Geralmente aproveitava também para repetir os principais erros apresentados durante a sessão e as formas de os eliminar. Por fim abordava as diferentes regras de arbitragem.

Importa também citar que as aulas de 45 min, terminavam sempre 5 min antes da hora e as aulas de 90 min terminavam sempre 10 min antes. Este período de tempo era

dispensado para o cumprimento por parte dos alunos dos parâmetros de higiene, mencionados nos critérios de avaliação.

4.9 Condução de Aula

Para uma boa condução de aula, entram todos os elementos anteriormente referenciados, desde a instrução inicial até à final, passando pela gestão de tempo e organização/transições de tarefas, entre outros. Na minha opinião, uma boa condução de aula, assenta num período de tempo onde é possível colocar em acção e de forma organizada, todas as estratégias e tarefas planeadas, com vista a alcançar os objectivos propostos para aquele dia.

Para tal, fiz-me suportar de inúmeras estratégias, que tinham como objectivo central o elevado tempo de empenhamento motor e uma maximização dos processos ensino-aprendizagem. No entanto nem sempre se alcançou o sucesso total nesta componente, devido às dificuldades mencionadas no controlo do clima/disciplina dos alunos. Este factor prejudicou em muito a minha actuação, visto que foram necessários alguns momentos específicos para eliminar as conversas e brincadeiras paralelas que iam ocorrendo. Apesar desse controlo ser uma competência do professor, não me parece um dos objectivos primordiais e ter de retirar tempo de prática para rectificar este tipo de situações, foi infelizmente um mal necessário.

Os aspectos abordados no tópico organização/transições, são aqueles que mais fomentam o alcance dos objectivos delineados. As estratégias mencionadas, permitem um incremento no tempo de prática e facilitam a minha acção enquanto observador e prelector. Por exemplo, adoptar um correcto posicionamento perante os alunos, permitiume observar todos em simultâneo, conseguindo mais facilmente controlar os comportamentos da turma e observar as suas prestações.

4.10 Trabalho/Actividades realizadas com grupo de alunos NEE (espectro do autismo)

O meu trabalho com estes jovens era realizado em duas sessões semanais com a duração de 45 ou 30 minutos (a duração variava de acordo com o estado de espírito e disposição dos alunos em causa). As aulas decorriam à segunda-feira e à sexta-feira no período da manhã.

Durante o agendamento destas sessões, tivemos o cuidado de não as colocar muito próximas, retirando-lhes assim qualquer possibilidade de se tornarem maçadoras e muito exigentes, do ponto de vista físico dos intervenientes.

A turma era constituída por três alunos, João Pedro, João Miguel e Gonçalo, que vieram mostrando ao longo deste ano lectivo, inúmeras melhorias.

Nas diferentes sessões, procurei que os alunos tivessem a oportunidade de realizar diversas aprendizagens dentro das componentes psico-motoras (esquema corporal, lateralidade, estruturação espacial (percepção óculo-manual e óculo-pedal), orientação espacial, orientação temporal) e das capacidades motoras (flexibilidade, força, agilidade, resistência e velocidade). Em suma o objectivo central, era o de dotar estas crianças de capacidades físicas e coordenativas que visassem a facilitação da sua integração na sociedade.

Os alunos apresentavam características muito díspares.

O Gonçalo é uma criança que desde cedo se demonstrou muito predisposta para as aulas, o que veio mais tarde a reflectir-se nas suas prestações. Apresentou sempre uma atitude bem-disposta durante a prática desportiva e adorava aqueles 80min semanais. Mostrou-se muito empenhado e com vontade de progredir nas tarefas apresentadas. Já perto do final do ano lectivo a sua medicação foi alterada, tendo-se tornado um aluno "sonolento" e "alheio" aos acontecimentos em seu redor. Importa citar, o que desde logo julgo ser a sua maior conquista, a autonomia. Inicialmente o Gonçalo necessitava de apoio permanente para a realização das tarefas propostas e actualmente apenas necessita de uma instrução inicial para a sua realização. É apoiado somente naquelas que envolvem um maior risco para a sua integridade física.

Apesar do aluno João Miguel ter iniciado a sua frequência às nossas aulas, mais tarde do que os seus colegas, não impediu que este sofresse a evolução mais evidente. Este facto, também está directamente relacionado com as suas menores limitações, quando comparado com os restantes colegas. Entre os alunos pertencentes ao nosso grupo de trabalho, foi aquele que sofreu uma maior evolução, principalmente ao nível da força, resistência e equilíbrio. Como é natural ainda demonstra muitas dificuldades, mas se mantiver a vontade e o gosto pelas sessões no próximo ano lectivo, depressa algumas delas serão ultrapassadas.

O João Pedro, em comparação com os seus colegas, foi o aluno mais resistente às nossas práticas educativas. Apresenta-se distante e alheio aos acontecimentos que vivencia durante as aulas. Regularmente recusa-se a executar as tarefas, optando apenas

por realizar aquelas das quais retira maior prazer. Também importa mencionar que devido às maiores dificuldades demonstradas pelo João, os objectivos idealizados para ele, incidiam mais na sua realização pessoal e socialização com os diferentes colegas. Assim procurei utilizar estes dois recursos para tentar atingir o maior número de competências motoras por parte do aluno.

Todos os alunos atingiram as competências essenciais delineadas para este ano lectivo.

5. AVALIAÇÃO

Durante este ano lectivo, coloquei à disposição dos meus alunos e de forma contínua, diferentes momentos de avaliação, que assumiram por sua vez diferentes objectivos, como o de informar, regular, orientar ou até certificar.

A partir dos resultados obtidos, consegui reflectir sobre as minhas actuações enquanto docente e dava simultaneamente a oportunidade aos alunos de pensarem sobre as informações recebidas.

As avaliações por mim executadas foram: avaliação diagnóstica, avaliação formativa, avaliação sumativa, auto-avaliação e co-avaliação. Nos tópicos seguintes é explicado em detalhe cada uma delas.

5.1 Avaliação Diagnóstica

A avaliação diagnóstica assume-se como uma ferramenta imprescindível no sistema de ensino nacional. Foi a partir desta que consegui constatar as habilidades e incapacidades de cada aluno, levando-me a idealizar e implantar as diferentes estratégias pedagógicas.

A realização deste tipo de avaliação, deveu-se à necessidade que senti em conhecer a realidade actual da minha turma, condição preliminar para um correcto planeamento, para uma correcta elaboração/determinação de objectivos e para uma correcta determinação/selecção de conceitos a serem apreendidos. Os procedimentos pedagógicos foram todos orientados numa fase inicial, a partir destes resultados.

As avaliações diagnósticas aplicadas abrangeram não só a obtenção da caracterização global da turma, mas também a caracterização individual de cada aluno. Tinha como objectivo constatar os conhecimentos já adquiridos, no início de cada unidade didáctica, uma vez que, tais informações seriam essenciais para a organização curricular do programa.

Durante os momentos da realização desta avaliação, fazia-me suportar de um conjunto de tabelas de registo, que continham discriminadas várias tarefas a realizar e onde registava o sucesso ou a falta deste, na sua execução. As actividades desenvolvidas foram realizadas nas duas primeiras aulas de cada UD, por indicação do nosso Orientador de Estágio. Foram todas compostas por mais do que um exercício com diferentes estruturas e que representavam de forma simplificada, os obstáculos que os alunos

Avaliação

poderiam encontrar durante a prática formal de cada UD. O autor (Ferreira, 2007) menciona que a principal função desta avaliação, é a determinação do grau de preparação dos alunos antes do início de uma unidade. Desta forma podem tomar-se decisões sobre como e por onde começar o processo de aprendizagem.

Esta alínea incide particularmente sobre a avaliação diagnóstica, mas nunca podemos esquecer a relação desta com as outras formas de avaliação, uma vez que as irá influenciar directamente no seu conteúdo, forma e momento.

5.2 Avaliação Formativa

A avaliação formativa surgiu neste contexto escolar, com o intuito de proporcionar informações acerca do desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem, efectuado pelos alunos, regulando e ajustando esse mesmo processo, às características dos alunos a que essa avaliação se destina.

Assim sendo esta avaliação caracteriza-se por:

"(...) incidir no processo de ensino-aprendizagem e não nos resultados, ou na averiguação dos pré-requisitos necessários às novas aprendizagens"

(Ferreira, 2007)

Como principais funções, posso mencionar a correcção, o reforço, o controlo e o apoio das acções educativas dos alunos. Não tendo uma esmagadora influência na avaliação final, não significa que esta não tenha qualquer impacto. Por outras palavras, é uma avaliação que informa o docente sobre o desenvolvimento das aprendizagens, constatando os sucessos e os fracassos dos alunos num determinado momento. Esta constatação associada à função reguladora da avaliação, permitiu-me a adequação de estratégias e de dispositivos de ensino. Possibilitou ainda aos meus alunos, a oportunidade de analisarem a sua situação no momento, podendo assim reconhecer e corrigir eventuais erros que tenham cometido na realização de tarefas.

Esta avaliação decorreu em dois momentos e de duas formas diferentes. Uma delas correspondeu à forma informal, em que a avaliação foi aplicada em todas as aulas através da observação das prestações dos alunos. De forma pontual decorreu a avaliação formativa formal. Para esta fiz-me sempre suportar de grelhas de avaliação, sendo os alunos informados da sua ocorrência.

Avaliação

De acordo com a Associação Nacional de Professores de Matemática:

"A investigação em educação realizada nas últimas décadas tem evidenciado claramente que a avaliação formativa é um poderoso processo de desenvolvimento das aprendizagens dos alunos. Com base no que hoje se sabe a partir de milhares de investigações realizadas nos últimos 30 anos em diversos países, em diferentes anos de escolaridade e no contexto de uma variedade de disciplinas, podem destacar-se os seguintes resultados:

- Os alunos que frequentam aulas em que a avaliação formativa é a modalidade de avaliação por excelência, aprendem mais e, acima de tudo, melhor do que os alunos que frequentam aulas em que a avaliação realizada é de incidência essencialmente sumativa;
- Os alunos com mais dificuldades beneficiam muito significativamente do facto de serem avaliados através de estratégias de avaliação formativa;
- Os alunos que frequentam aulas em que a avaliação formativa é claramente predominante obtêm melhores resultados em avaliações externas, nomeadamente em exames, do que os alunos que frequentam aulas em que predomina a avaliação sumativa;
- Os alunos que são avaliados através de estratégias de avaliação formativa, desenvolvem aprendizagens mais significativas e mais profundas. Isto é, compreendem melhor o que aprendem e são capazes de transferir tais aprendizagens para contextos diferentes daqueles em que aprenderam".

5.3 Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa surge neste contexto educativo, como um balanço final de cada UD, período ou ano lectivo, mas que não deve ser apenas interpretada como algo definitivo, uma vez que nos confere informações preciosas para o próximo ciclo de estudos.

A partir desta avaliação foi-me dada a possibilidade de cumprimento do nosso dever enquanto professores, que passa por informar os alunos, pais e comunidade em geral, acerca dos resultados da vida escolar dos seus educandos.

A sua construção vai ao encontro dos objectivos gerais e específicos estabelecidos para cada UD, que uma vez atingidos, certificam o progresso do aluno.

No final de cada período, foram analisadas todas as avaliações sumativas em conjunto, e foi realizada uma síntese de aprendizagens de cada aluno. É na conciliação deste balanço final com os resultados dos outros domínios (cognitivo e sócio-afectivo), que obtive a nota final de período.

Desta forma, a utilização desta assume mais que uma função, entre as quais posso citar que, "A avaliação sumativa consiste na formulação de um juízo globalizante sobre o grau de desenvolvimento das aprendizagens do aluno e tem como objectivo a classificação e a certificação".

(Min. Educação)

Durante a construção das grelhas e formas de avaliação, a minha preocupação máxima foi que estas originassem uma interpretação tão rigorosas quanto possível, dos dados a observar. Não quis somente que se confirmasse o "saber fazer" por parte dos alunos, mas igualmente o "porquê fazer" e o "quando fazer".

5.4 Auto e co-avaliação

Neste âmbito, a minha opinião é que o professor não deve ser o responsável máximo por toda a avaliação executada. Desta forma, julgo que a avaliação pode também ser realizada pelo aluno a partir da sua auto-avaliação ou co-avaliação e a partir dos critérios por mim construídos. Inicialmente ainda ponderei construir estes critérios em conjunto com a turma, mas julgo que estes não tinham a maturidade suficiente para colaborar num processo tão complexo. Se tivesse agido desta forma a interiorização desses critérios teria sido mais facilitada o que tornava a avaliação muito mais clara e transparente.

A avaliação deve ser um processo de comunicação, transparência, negociação e colaboração entre todos os intervenientes do processo.

A vantagem de ter uma avaliação executada pelos próprios alunos, é que desta forma estes são obrigados a reflectir criticamente sobre as suas próprias acções e criar formas de solucionar as dificuldades percepcionadas.

Desta forma a (...)

(...) auto-avaliação é " (...) realizada pelo aluno, que avalia os resultados e/ou os processos que lhe permitiriam chegar a eles em função de um referencial externo. A partir desta avaliação, o aluno regula a sua própria aprendizagem, com os efeitos nas representações e nos processos".

(Ferreira, 2007)

(...) e na co-avaliação " (...) o aluno confronta a sua auto-avaliação com a avaliação realizada pelo professor, em função de um referencial externo. O relacionamento das duas avaliações leva o aluno a analisar os seus processos e resultados de aprendizagem e a regulá-los".

(Ferreira, 2007)

6 - ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL

Quando idealizei o meu futuro profissional e decidi que queria seguir a carreira de docente, coloquei como ponto de ordem, a minha acção não se devia limitar somente à mera transmissão de conteúdos. Julgo que a melhor forma de cumprir com as esperanças depositadas em mim, pelos encarregados de educação e pela comunidade educativa é formando futuros adultos através da transmissão de valores, utilizando atitudes socialmente aceites e valorizadas. Mais do que ensinar conteúdos técnicos ou científicos, vejo a minha função como a de um educador, que utiliza a escola como um meio, que visa o crescimento integral de um sujeito e sua correcta integração na sociedade.

Hoje em dia, o contexto escolar, rapidamente se modifica e apresenta diferenças evidentes de região para região, que são catalisadas pelas influências de diferentes culturas e ideologias. E por isso mesmo, inicialmente um grande receio que tinha, baseava-se em saber se os valores que constituem a minha educação enquanto pessoa, se adequavam aos princípios defendidos pela escola e que obrigatoriamente deveria conseguir colocar em prática.

Penso que durante este ano lectivo, no que diz respeito ao contexto éticoprofissional não falhei em nenhum momento. Os conhecimentos científicos por mim
dominados, estiveram sempre de acordo com o nível que se lhes exigia. Apesar das
inúmeras investigações e pesquisas realizadas durante este ano lectivo, assumo que ainda
detenho algumas dificuldades no domínio de determinadas modalidades, mas por esse
motivo assumi sempre uma postura de empreendedor e declaro que durante a minha
carreira profissional serei um assíduo frequentador de acções de formação, relacionadas
com a nossa disciplina.

Todas as minhas acções, tinham como foco central o aluno. Apresentei sempre disponibilidade para eles e para as suas aprendizagens. As minhas acções não se limitaram às aulas de Educação Física ou às reuniões de conselho de turma. Marquei presença em muitas actividades extra-curriculares, como provas de corta-mato escolares (escola, concelho e distrito), provas mega-sprint, mega-salto, entre outras.

Na minha convivência com os outros elementos adoptei sempre uma postura de grande educação e empenho. Ajustei-me às diferentes equipas interdisciplinares e cooperei com todos os elementos, por iniciativa própria e sempre que solicitado. No trabalho de grupo, coloquei em prol da equipa, toda a minha capacidade de liderança, de

adaptação e de criatividade. De forma alguma faltei às minhas responsabilidades para com alunos, colegas, outros docentes ou auxiliares da acção educativa. Todas as minhas movimentações orientavam-se no sentido de que os meus alunos obtivessem o maior sucesso possível. Procurei sempre ajustar as minhas propostas a todos os alunos, de acordo com os seus diferentes ritmos e características de aprendizagem. Procurei sempre ser imparcial com os mesmos. Nunca faltei a uma aula ou a uma reunião, ou sequer cheguei atrasado. Retratei-me sempre com o maior cuidado possível perante terceiros, respeitando as suas opiniões e diferenças.

Considero a docência, como uma actividade essencialmente ética, devido ao rigor profissional e moral que exige aos seus profissionais. Para mim esta dimensão deve ser coordenada em prol do desenvolvimento da personalidade dos alunos e cabe-me a mim a responsabilidade de fazer a ponte, entre a minha experiência social e os meus alunos.

Ensino com a esperança de vir a ter uma sociedade mais evoluída, no que diz respeito à justiça e solidariedade.

7 - JUSTFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS

A maioria das decisões que tomei durante este ano lectivo foram muito condicionadas por aquelas tomadas pelo subdepartamento de educação física da escola.

Em primeiro lugar acho importante referir as opções que me parecem a mim ser menos "habituais" no contexto escolar actual e que possam suscitar uma maior dúvida a elementos externos à escola. Estas opções incidiram essencialmente ao nível da **avaliação diagnóstica** e das **tabelas de rotação**.

Em segundo lugar passo a citar também as opções tomadas sob a minha única e exclusiva responsabilidade, que consistiram essencialmente nas diferentes **estratégias utilizadas em cada modalidade** e na **introdução de uma nova modalidade** no plano curricular dos alunos que inicialmente não estava prevista.

7.1 Avaliação Diagnóstica

No início do ano lectivo, recebi indicações do meu orientador de estágio relacionadas com a realização de uma avaliação diagnóstica (como eu tinha perspectivado), mas que deveria ser fraccionada em várias fases e abordada nas duas primeiras aulas de cada UD.

A justificação dada para este procedimento, assentava na economização de vários minutos, para efectivas aprendizagens e abordagens de conteúdos programáticos.

7.2 Tabelas de Rotação

Ao iniciar o ano lectivo, foi-me logo apresentada a tabela de rotação de espaços para esse mesmo ano, que apresentava características muito peculiares. Nela vinha mencionado o tempo que cada professor tinha disponível para cada UD (6 semanas) e o espaço que se destinava a essa mesma UD. Existia uma obrigação de seguir aquelas indicações, condicionando assim um dos objectivos principais da avaliação diagnóstica. Durante a avaliação pude observar que os alunos apresentavam excelentes desempenhos em determinadas UD's e noutras nem tanto. Na altura tive a oportunidade de relembrar

este facto, sugerindo que as tabelas de rotações mencionassem somente o tempo que cada professor tinha disponível para determinado espaço, deixando a seu critério a utilidade que lhe daria. Tal sugestão não foi aceite, mantendo-se como inicialmente estipulado.

As medidas tomadas acabaram por resultar. De facto executar as diferentes avaliações nos primeiros 90 min de cada UD permite economizar um longo período de tempo, que pode ser utilizado posteriormente.

A própria tabela de rotações de espaços mostrou-se apropriada de um ponto de vista, pois esta forma de organização, não é tão exigente para o Professor, já que não é necessário um planeamento tão exaustivo. A disponibilidade que se gere a partir daqui, pode ser utilizada numa outra função. Por outro lado, o meu prognóstico inicial veio a confirmar-se. A título de exemplo, na UD de Ginástica necessitava de um maior período de tempo para consolidar as diferentes aprendizagens dos alunos e não tive essa possibilidade. Noutras UD's os objectivos foram alcançados precocemente, surgindo assim a necessidade de criar novos e mais aliciantes. Julgo que teria sido pertinente, retirar tempo dessa UD e aplicá-lo no treino da Ginástica por exemplo, mas não o pude fazer, por razões já exploradas.

7.3 Estratégias por Modalidade

Durante este ano lectivo dei primazia ao trabalho por estações e às formas jogadas. Nas modalidades de Ginástica e Atletismo optei por trabalhar sempre por estações. Na minha opinião esta foi a melhor forma de trabalhar estas modalidades, pois consegui dirigir-me e permanecer em diferentes locais por diferentes razões (segurança, ajudas etc...) e manter a restante turma em observação. Permitiu igualmente aos alunos executarem o maior número de repetições possível e quando necessitei de intervir, o feedback geralmente não se destinou apenas a um aluno, mas sim a um grupo de alunos. Devido à distância, que por vezes permanecia entre mim e uma estação de trabalho, havia tendência para surgirem comportamentos menos próprios por parte dos alunos, mas rapidamente me apercebia deles, eliminando-os. Em comparação com o trabalho por circuito utilizado por um dos meus colegas, julgo que retiro inúmeras vantagens. Durante as aulas que observei, tive a oportunidade de reparar que a confusão é muito superior, é muito mais dificil ver as realizações dos alunos e pude constatar que a maioria "salta" as tarefas que não são do seu agrado.

Nos desportos colectivos, dei sempre prioridade a exercícios que se identificassem com as formas jogadas, de modo a que a sua aplicação em situação de jogo fosse facilitada. Abordei diferentes tarefas, sob a forma de estação, circuito e vaga.

Em todas as UD's foram também utilizadas permanentemente duas estratégias, que visavam a regulação, o controlo das condutas sociais dos alunos e a aquisição/memorização das componentes teóricas de cada modalidade desportiva.

A primeira baseava-se num jogo de bons comportamentos e atitudes (anexo I), onde os alunos viam as suas acções transformadas numa pontuação e posterior classificação. No inicio do ano lectivo informei os alunos que iriam somar ou descontar pontos, de acordo com o comportamento apresentado. No final do ano lectivo quem obtivesse mais pontos, iria receber um prémio por esse facto.

A segunda estratégia (anexo II), baseava-se numa proposta de trabalho, que tinha como objectivo a memorização das diferentes regras e componentes críticas de determinada modalidade/gesto técnico. As propostas de trabalho, baseavam-se em tabelas, nas quais vinha contido o nome dos alunos, temas e data a apresentar. No dia referido, os alunos apresentavam esse tema perante a turma. Esta proposta, também tinha reflexo na avaliação teórica de cada disciplina. Cada grupo de alunos tinha de apresentar três perguntas sobre o seu tema e dessas perguntas, duas sairiam no teste teórico.

7.4 Inovação nas práticas pedagógicas

Durante este ano lectivo não utilizei quaisquer meios tecnológicos nas aulas práticas de Educação Física, somente pontualmente nas aulas teóricas, com o intuito de mostrar vídeos relativos às modalidades desportivas abordadas e power-points com a matéria exposta.

A principal inovação que trouxe para esta turma consistiu nas tarefas abordadas, uma vez que, pelo que pude constatar, em algumas matérias mostraram-se ligeiramente diferentes daquelas que o meu orientador regularmente vinha utilizando.

Outra inovação baseou-se nas minhas instruções, já que me fiz-me quase sempre suportar de um quadro auxiliar que utilizava para explicitar as tarefas. Posso citar que esta medida funcionou como uma excelente ferramenta de trabalho. Quando utilizava este quadro, os alunos sentiam-se como se pertencessem a um quadro competitivo federado. Este facto trazia altos índices de concentração e atenção.

Outras inovações foram colocadas ao nível da própria construção das aulas. Por exemplo fugi aos típicos aquecimentos de correr em torno do campo, optando por formas

lúdicas e contextualizadas com a modalidade a abordar. De aula para aula procurei não repetir tarefas.

7.5 Estilos de Ensino Utilizados

A par das estratégias, também fui utilizando diferentes estilos de ensino. As opções tomadas deveram-se às características de cada modalidade e aos alunos em causa. Desta forma, os estilos de ensino que utilizei foram:

Ensino por comando

Em todas as formas de ensino, o objectivo principal é a promoção de aprendizagens. Segundo (Nobre, 2009), o ensino por comando tem a vantagem de promover uma aprendizagem exacta das tarefas propostas, num curto período de tempo, sendo todas as decisões tomadas pelo professor.

Assim sendo, consegui retirar inúmeras vantagens das minhas aulas. Conseguia ter sempre a turma bem organizada, a utilização do tempo era eficiente e de acordo com o planeado, os alunos apresentavam alto empenho nas tarefas e um progresso facilmente observável nas suas aprendizagens.

Os papéis de cada um também estavam bem definidos. Eu tomava todas as decisões e decidia quais os conteúdos a abordar. Fornecia também os feedbacks aos alunos com o intuito destes alcançarem de forma rápida e eficiente, o pretendido.

7.5.1 Ensino por tarefas

Neste estilo de ensino, o meu objectivo foi conferir alguma autonomia e independência aos meus alunos, que tinham de decidir quais as tarefas e a ordem de as realizar, de acordo com as suas dificuldades. Desta forma disponibilizava-lhes o tempo que estes achavam ser necessário para trabalhar em cada estação (dentro do coerente) e fornecia-lhes os feedbacks necessários.

Claro que esta forma de trabalhar traz algumas desvantagens. De acordo com a experiência conseguida neste estágio, essas desvantagens prendem-se com o tempo de tarefa, que é fortemente influenciado e afectado, tendo sido obrigado a construir exercícios adicionais de modo a que nunca ficassem alunos em situação de espera e a dificuldade em gerir alunos com uma maturidade ainda reduzida, pois apenas queriam executam as tarefas que mais os satisfaziam e que melhor executavam, sendo necessário

interagir com estes aconselhando-os a executarem aquelas em que apresentavam maiores dificuldades.

7.5.2 Ensino recíproco

Nesta situação, o meu objectivo passava por confrontar o aluno com duas situações, a de executante e a de observador. Os alunos geralmente formavam grupos de dois heterogéneos e tinham como função ajudar o colega a ultrapassar as dificuldades. Eu fornecia-lhes todos os critérios de êxito de cada actividade e estes interagiam entre si, dando feedbacks uns aos outros. Segundo (Nobre, 2009), este estilo de ensino permite uma maior socialização entre alunos, uma participação mais activa nas aulas e nas aprendizagens dos colegas (responsabilização) e não exige a presença permanente do professor. Quando utilizava este estilo de ensino, fiz sempre questão de demonstrar muita atenção aos alunos, controlando permanentemente os observadores. Neste controlo procurava saber se os observadores se apercebiam das dificuldades dos colegas e lhes dirigiam os feedbacks correctos. Sempre que necessário, esclareci as dúvidas expostas.

7.5.3 Ensino Inclusivo

Este estilo de ensino confere igualmente autonomia ao aluno. Eu idealizava e construía a aula segundo um tema, colocando posteriormente em prática vários exercícios sobre esse mesmo tema, com um grau crescente de dificuldade. Durante as aulas os alunos tinham de seleccionar o nível a desempenhar, verificando se o seu desempenho se adequava aos índices de dificuldade propostos. Caso não se adequasse subia-se ou desciase de nível, caso contrário, mantinha-se naquele nível até se sentir preparado para transitar para o nível seguinte.

Pude constatar que alguns alunos, não tinham grande noção da qualidade das suas prestações, sendo incapazes de escolher o nível correcto, mesmo comparando com os critérios expostos. Segundo (Nobre, 2009), este facto deve-se às diferenças entre a realidade das suas prestações e as aspirações que estes detêm sobre as mesmas. Este facto fazia com que muitas vezes interferisse neste processo, pedindo-lhes para recuar de nível, dando-lhes assim a possibilidade de experimentarem o sucesso.

7.5.4 Descoberta guiada

Com este estilo, o meu objectivo foi sempre o de procurar que o aluno descobrisse o caminho coerente a seguir. Eu dava "pistas" sob a forma de questões e os alunos através dos seus próprios meios, tinham de conseguir executar uma tarefa de forma produtiva.

Este estilo de ensino trouxe vantagens e desvantagens às minhas aulas e ao meu trabalho. A vantagem principal foi a exigência de elevado esforço cognitivo. As desvantagens prenderam-se com a forma de trabalhar, que exige uma grande preparação anterior à aula pela minha parte (elaboração de questões), com o nível de empenhamento motor, que foi geralmente baixo e com o contacto social entre os alunos, que foi reduzido. Tentei sempre contrariar esta última desvantagem, procurando o trabalho em pares.

As questões por mim apresentadas eram rigorosas, ou seja foram realizadas de modo a que os alunos pouco a pouco fossem fazendo pequenas descobertas. Eram apresentadas de forma sequenciada. Por vezes observava-se um insucesso muito grande, nos alunos cognitivamente mais limitados, sendo necessário um reforço positivo das suas conquistas quando observadas.

Outros estilos de ensino foram utilizados de forma pouco aprofundada. Entre eles o **ensino por descoberta convergente** onde segundo (Nobre, 2009), "o propósito deste estilo é o de promover a descoberta, pelo aluno, de uma solução para um problema, para clarificar um assunto, ou chegar a uma conclusão empregando procedimentos lógicos" e o **ensino por descoberta divergente**, onde segundo (Nobre, 2009), "o propósito deste estilo é o de levar o aluno a descobrir e a produzir várias respostas para uma questão".

7.6 Introdução de uma nova modalidade no ciclo de estudos dos alunos.

Já próximo do final do ano lectivo, alguns dos alunos com excesso de peso evidente, começaram a demonstrar pouca satisfação pela prática desportiva, devido a algum insucesso vivenciado nas modalidades de Ginástica e Andebol.

Em conjunto com o Professor Joaquim Parracho (orientador de estágio), delineei uma estratégia para ultrapassar esta fraca motivação para a prática desportiva, pois uma das finalidade da disciplina de educação física passa por:

"Promover o gosto pela prática regular das actividades físicas e assegurar a compreensão da sua importância como factor de saúde e componente da cultura, na dimensão individual e social".

(Programa Nacional de Educação Física)

Esta estratégia baseou-se na introdução de uma nova modalidade, no ciclo de estudos dos alunos. A escolha da modalidade em causa obedeceu a muitos critérios, entre os quais, destaco a necessidade de potenciar os excelentes recursos naturais envolventes à escola (praia) e permitir o alcance do sucesso e da satisfação desportiva pelos alunos mais pesados. Desta forma a modalidade seleccionada foi o *beach-rugby*. Posso enunciar que esta estratégia funcionou muito bem. Durante estas aulas tive a oportunidade de constatar acontecimentos normalmente são atípicos. Na formação das equipas, os ditos "líderes" sociais da turma queriam sempre ficar com os alunos mais pesados, o que geralmente não acontecia e podia ver-se uma grande satisfação na face desses mesmos alunos. Mostraram sempre grande satisfação na prática desta modalidade, fruto das placagens bem conseguidas e do número de ensaios que efectuavam em prol da sua equipa.

7.7 Avaliação de processos e produtos

As diferentes formas de avaliação utilizadas e já referidas respeitaram os critérios de avaliação propostos para esta disciplina. As indicações principais e orientações gerais de avaliação foram conseguidas a partir do concelho pedagógico. A partir destas indicações o subdepartamento de Educação Física ajustou-as às características próprias da nossa disciplina e dos três domínios de aprendizagem implicados (sócio-afectivo, cognitivo e psico-motoras).

Desta forma o departamento de Educação Física juntamente com o grupo de estágio elaborou e aprovou a seguinte tabela de critérios de avaliação.

Competências E	Competências Cívicas (20%)	
Cognitivas (20%)	Psico-Motoras (60%)	

Competências Cognitivas	%
Nome dos elementos técnicos, bem como o dos materiais usados	2%

Manuseamento dos materiais	2%
Componentes críticas fundamentais	8%
Regras básicas de segurança	2%
Regras básicas da modalidade	6%
Total	20%

Competências Psico-Motoras	%
Situação analítica (Exercícios Critério)	30%
Situação Formal (Competição)	30%
Total	60%

	%		
Higiene Corporal	Revela cuidados c/ higiene pessoal	8%	
	Pontualidade	É assíduo e pontual	1%
		Coopera com os companheiros	0,5%
Atitudes	Comportamento	Aceita decisões do professor e	0,5%
		Prepara, arruma e preserva material	0,5%
		Mostra ética desportiva	0,5%
	Empenho	Participação activa nas aulas	1%
		Cumpre tarefas da aula	1%
Equipamento		Material necessário	7%
Total			20%

Inicialmente concordei em pleno com os critérios alcançados, tendo estado inclusive, dentro do grupo que efectuou a sua construção. No entanto hoje, com a experiência adquirida, efectuava um pequeno reparo em relação à tabela construída. Sou da opinião que os alunos bem comportados devem ser recompensados, pois cada vez mais parecem ser uma excepção. Desta forma o impacto final na avaliação é reduzido e os alunos menos bem comportados não sentem qualquer necessidade de modificar as suas atitudes.

8-REFLEXÕES FINAIS

8.1 Compromisso com os alunos

Apesar de ainda me encontrar num processo de formação e a minha nota final depender directamente das minhas acções durante este ano lectivo, a minha preocupação central não foram os meus resultados académicos, mas sim os meus alunos e o seu processo de aprendizagem.

Privilegiei sempre a minha actuação, sobre o aluno enquanto pessoa. Desta forma tentei que as aulas de Educação Física constituíssem um espaço educativo, em que se sentissem acolhidos, integrados e felizes. Centrei a minha actuação nas suas aprendizagens, procurando o seu desenvolvimento em todas as dimensões e estimulando o gosto pelo saber e pela prática desportiva ao longo das suas vidas.

Durante este ano lectivo tive outras preocupações, que a par das dimensões atrás citadas, constituíram o foco da minha acção enquanto docente. Não me preocupei somente em alcançar o *saber fazer*. Desenvolvi igualmente nos alunos diversas competências nos diferentes domínios do *porquê fazer*, do *saber*, do *saber ser* e do *saber estar*. Deste modo, fui promovendo comportamentos de autonomia nas aprendizagens, de perseverança e de responsabilidade face ao trabalho.

No início do ano, estruturei um conjunto de atitudes normativas, que visavam o favorecimento da minha relação com os alunos. Esse conjunto de atitudes reflectiu-se nos seguintes procedimentos:

- A programação e planificação das minhas aulas foram sempre bem conseguidas.
 Nelas incluí sempre tarefas de reserva prontas a utilizar. Desta forma não foi necessário recorrer a improvisos ou a outros malabarismos.
- A planificação foi concebida, de modo a que os alunos se mantivessem sempre ocupados. Desta forma a probabilidade de ocorrências indisciplinares foi reduzida, o que não me obrigou a tomar medidas correctivas exageradamente.
- A minha atenção nunca se focou num aluno ou grupo de alunos. Preocupei-me com a turma na sua globalidade, não deixando ninguém desprotegido ou entregue a si mesmo. Evitei sempre os privilégios no espaço de aula.
- Nunca tive uma actuação exagerada, ou seja, agi sempre com naturalidade e segurança em todos os momentos.

 Procurei construir uma relação saudável com os alunos, aproximando-me destes sempre de forma amigável, tanto dentro como fora da sala. Procurei igualmente constatar os problemas dos alunos e ajudá-los sempre que foi necessário.

- Não deixei que as atitudes irreflectidas dos alunos passassem incólumes. Sempre que existiu a necessidade de fazer uma advertência, esta foi firme, mas nunca ultrapassou o bom senso e geralmente foi feita longe dos colegas.
- Procurei sempre criar um ambiente cordial e sereno. Fui coerente e não facilitei perante as minhas próprias incoerências. Preferi sempre aceitar e rectificar o erro do que justificá-lo, tornando-o ainda mais grave.
- Ao castigar um aluno, mantive esse mesmo castigo até ser cumprido. No entanto, nunca castiguei um aluno sem justificação e sem lhe explicar o motivo. Nunca castiguei toda a turma por culpa de um só aluno.
- Procurei sempre reconhecer tudo o que era positivamente executado pelos alunos e recriminar o que de mau realizavam.
- Evitei sempre atitudes de ironia ou sarcasmo, sendo sempre sincero e franco com a turma.

Estes procedimentos basearam-se na minha experiência enquanto aluno e na troca de ideias que existiram entre mim e o meu orientador de estágio.

Em suma, posso citar que não tenho quaisquer dúvidas acerca da minha conduta para com os alunos, pois sempre foi a mais correcta e empenhada, tendo um papel decisivo no sucesso escolar por eles alcançado. As minhas acções foram bem ponderadas antes de executadas, sendo o sucesso deste ano lectivo evidente.

8.2 Trabalho Individual e de grupo

Actualmente as escolas são constituídas por diferentes grupos de trabalho, que constituem diferentes equipas multidisciplinares. Neste ano lectivo integrei muitas dessas equipas, através do grupo de directores de turma, do departamento de expressões e do subdepartamento de Educação Física. Estas equipas eram todas constituídas pelos docentes dessas mesmas escolas e tinham como função principal a de criar, articular e acompanhar a aplicação das diferentes medidas educativas.

Desta forma um professor está sujeito a um constante trabalho individual, acompanhado muitas das vezes por trabalhos de grupo. Os trabalhos individual e de grupo realizados neste ano lectivo, foram de extrema importância para o meu desenvolvimento enquanto docente e para os resultados escolares alcançados pela minha turma, uma vez que todo o trabalho realizado tinha o mesmo objectivo, o de proporcionar todas as condições pedagógicas necessárias para o seu sucesso escolar.

8.2.1 Trabalho Individual

O trabalho por mim realizado individualmente durante este ano lectivo, ficou caracterizado segundo duas perspectivas, a de aluno do curso de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário e a de professor da turma do 8º B da escola EB 2,3 Infante D. Pedro de Buarcos.

Na perspectiva de aluno, alcancei todos os objectivos a que me propus. Fui eticamente exemplar, sendo assíduo, pontual e cordial nas relações com os meus "colegas" e alunos e não "atropelando" ninguém para alcançar os meus objectivos. Apliquei de forma correcta e pertinente, todos os conteúdos apreendidos enquanto aluno do referido mestrado e da licenciatura em Ciências do Desporto. Sou igualmente da opinião que na perspectiva enquanto docente, consegui alcançar todos os objectivos propostos. Fui rigoroso e coerente em todas as minhas acções, desde as mais simples até às mais complexas. Elaborei de forma consistente todos os processos organizativos, planeamentos, avaliações, métodos de ensino e suas aplicações, conseguindo corresponder com o nível a que se exige a um docente do nosso sistema de ensino. Estive atento a todos os processos e fases de desenvolvimento dos meus alunos, não saltando ou ignorando qualquer detalhe.

8.2.2 Trabalho de Grupo

À semelhança do que aconteceu no trabalho individual, o de grupo também ficou caracterizado segundo duas perspectivas, a de trabalho de grupo realizado no âmbito do grupo de estágio e a de trabalho realizado como docente pertencente ao subdepartamento de Educação Física de uma escola.

O trabalho passou por duas fases, a de criação de projectos e a de execução desses mesmos projectos.

Na perspectiva de docente, o trabalho ficou caracterizado pela colaboração em diferentes grupos de trabalho (subdepartamento, departamento, conselho de turma e grupo de directores de turma), e por isso mesmo julgo que seria mais coerente, serem os elementos pertencentes a esse grupo a efectuarem uma avaliação do meu trabalho.

Nessas reuniões procurei sempre agir com responsabilidade e cordialidade perante os meus colegas, colocando todo o meu espírito crítico e de iniciativa em prol desses grupos e consequentemente dos alunos da nossa escola. Julgo ter sido uma peça importante nas opções tomadas, uma vez que os outros elementos do grupo ouviam e respeitavam as minhas opiniões e sugestões.

Na perspectiva de elemento integrante do grupo de estágio, agi de forma fiel à minha personalidade, ou seja tudo o que foi referido na perspectiva anterior foi igualmente aplicável neste grupo de trabalho.

Importa citar, que em todos os grupos de trabalho que integrei, fui sempre o elemento mais inexperiente. Na minha opinião, este factor não tem nada de negativo, uma vez que permitiu-me aprender com cada um deles e especialmente com o meu orientador, um docente com muitos anos de carreira e dono de uma invejável experiência de trabalho.

8.3 Qualidades adquiridas

Durante este ano lectivo adquiri e consolidei muitas competências que julgo serem fundamentais para a constituição de um bom docente.

Aprendi a aceitar os riscos e os desafios, procurando fazer sempre mais e melhor e nunca me contentando com o que já tinha sido alcançado. Estas características tornaramme uma pessoa com maior espírito de iniciativa, mas em simultâneo mais ponderado e objectivo. No trabalho individual e de grupo apresentei um espírito de iniciativa, através de sugestões ou propostas de trabalho.

Com a ajuda dos meus colegas, orientador e supervisor, tornei-me mais auto confiante e empreendedor. A minha capacidade de trabalho em equipa, também se viu inflacionada, sendo agora mais fácil para mim auto motivar-me e motivar os outros colegas, através do meu espírito de liderança. Consegui adquirir outras capacidades e competências como um maior conhecimento técnico, uma maior facilidade no controlo dos alunos, uma maior criatividade, mais responsabilidade, uma correcta e pertinente tomada de decisão, uma maior determinação e uma maior eficiência.

Considero-me também uma pessoa mais optimista e persistente perante o fracasso ou a rejeição.

8.4 Dificuldades sentidas e formas de resolução

Várias foram as actividades realizadas ao longo deste ano lectivo. O meu trabalho não incidiu apenas na leccionação da disciplina de Educação Física a alunos do 8ºano, mas igualmente, como já referido, a uma turma constituída exclusivamente por alunos com NEE, mais especificamente a crianças com Distúrbio do Espectro do Autismo. Também desenvolvi trabalho com um grupo de Desporto Escolar e efectuei todas as tarefas necessárias, que surgiram com as cadeiras de "Organização e Gestão Escolar" (assessoria ao Director de Turma) e "Projectos e Parcerias" (Torneio Desportivo e Sessão de Sensibilização).

Durante o desenvolvimento das acções atrás referidas fui sentindo algumas dificuldades, sendo algumas de mais difícil resolução do que outras, mas no momento final deste ciclo de estudos todas foram ultrapassadas de forma eficaz e competente. Essas dificuldades incidiram essencialmente na aplicação dos momentos de avaliação, no controlo dos comportamentos dos alunos do 8º B (regulares) e no controlo das emoções vividas pelos alunos com Espectro de Autismo. Nos tópicos seguintes explicitarei de forma pormenorizada as dificuldades sentidas e a forma encontrada para as resolver.

8.4.1 Dificuldades sentidas durante a aplicação da avaliação

Ao iniciar a realização das avaliações, senti uma pequena dificuldade, que o meu orientador e colegas de estágio apelidaram como "normal", devido à minha falta de experiência. Essa dificuldade baseava-se na incapacidade de conseguir observar as realizações dos meus alunos do princípio ao fim e em simultâneo conseguir interpretar e registar os resultados obtidos por estes. O problema residia essencialmente nas extensivas tabelas de registo por mim criadas. Nelas encontravam-se discriminadas de forma detalhada todas as componentes críticas do respectivo movimento. Ora era impossível ver o movimento integral do aluno e em seguida registar os resultados obtidos de forma realista e coerente. Com o decorrer do tempo e com os conselhos transmitidos pelo meu orientador, consegui tornar a minha acção mais sintética e objectiva, criando tabelas com dimensões mais reduzidas (onde só constavam as componentes-chave), logo mais fáceis

de utilizar e que permitiam observar o movimento na sua íntegra e posteriormente efectuar o registo das observações feitas de um modo coerente e rigoroso.

Nas primeiras UD's considerava tudo como sendo de extrema importância. Mas com a experiência fui-me apercebendo que o tempo é precioso e longe de ser inesgotável. Aprendi a objectivar a minha acção educativa e a diferenciar o que realmente é decisivo do que é menos decisivo.

8.4.2 Dificuldades sentidas na leccionação da turma "Regular"

Se pudesse classificar as dificuldades sentidas por ordem de complexidade de resolução, esta seria sem dúvida colocada no primeiro lugar. O contacto com miúdos desta faixa etária mostrou-se um permanente desafio. O estado maturacional destes alunos é muito inconstante, comportando-se de forma exemplar numa aula e na seguinte de forma desagradável. Já tive a oportunidade de referir que o mau comportamento consistia somente em conversas paralelas e brincadeiras, nunca tendo assistido a momentos de falta de educação, agressividade verbal ou física para comigo ou para com os seus colegas.

A resolução deste problema foi surgindo de forma gradual. Com o tempo a sua importância foi diminuindo progressivamente. Foram aplicadas muitas estratégias, com vista à sua resolução. Desde logo o cuidado extremo que tive no planeamento e organização das sessões, procurando sempre diminuir ao máximo os tempos de instrução e de transição entre tarefas. Neste domínio procurei também que as aulas constituíssem um "desafio" permanente à turma. Eram miúdos muito ambiciosos e persistentes, que só paravam quando conseguiam alcançar o sucesso. Este facto permitiu-me atingir níveis de execução significativamente positivos e em simultâneo condicionar o aparecimento destes comportamentos de desvio.

A criação do jogo dos comportamentos (anexo I) funcionou igualmente muito bem, uma vez que conseguiu introduzir a auto-critica dentro da turma, levando a que os alunos se corrigissem e repreendessem entre si.

O conhecimento que fui obtendo acerca da personalidade dos alunos, também ajudou a ultrapassar esta situação. Numa fase já avançada do ano lectivo, conseguia-me muitas vezes antecipar aos comportamentos de desvio dos alunos, eliminando-os na sua origem.

No final do ano lectivo, todos os alunos apresentavam um bom comportamento, dentro dos parâmetros exigidos para o contexto de sala de aula.

8.4.3 Dificuldades sentidas na leccionação da turma de "NEE"

Uma criança com distúrbio do espectro do autismo apresenta uma fraca interacção social e um grave atraso no desenvolvimento da comunicação e dos padrões emocionais.

No início da nossa interacção, sentia muitas dificuldades em perceber que sentimentos e emoções viviam estes alunos dentro da sala de aula. Desta forma estava a visualizar um dos principais objectivos destas sessões a ser condicionado, uma vez que procurava promover o gosto pela prática de actividade física.

Esta dificuldade foi sendo ultrapassada gradualmente. Comecei a ganhar uma maior empatia com a auxiliar de educação que os acompanhava e os conhecia já há algum tempo, e muitas vezes "traduzia-me" as reacções dos alunos, conseguindo desta forma aperceber-me do gosto que os mesmos tinham por estas aulas. A empatia com os alunos foi crescendo. Começaram a interagir mais comigo, o que me proporcionava um maior conhecimento do seu estado de espírito. Neste contexto as tarefas por mim criadas constituíram uma preciosa ajuda, já que promoveram uma maior interacção entre mim, a auxiliar e os alunos.

8.5 Conhecimentos adquiridos

Durante este ano lectivo consegui alcançar inúmeras vitórias, como a aquisição de novos conhecimentos e o aprofundamento e aplicação em contexto real e multidisciplinar dos conhecimentos científicos anteriormente adquiridos nas áreas de desenvolvimento curricular, investigação educacional e administração escolar.

Por outro lado, aprofundei e melhorei as minhas capacidades de trabalho individual e em grupo, assim como as relações interpessoais, quer com colegas, alunos ou com outros agentes da acção educativa.

Fui confrontado com novas situações, aprendendo desta forma a respeitar e a aplicar a legislação em vigor, a planear e a organizar-me em função dos objectivos por traçados, assim como a criar planos exequíveis, ajustados, adaptados e readaptados à realidade com que me confrontava.

Em suma, transitei de um conhecimento unicamente teórico, para um conhecimento teórico-prático, em que não há subsistência de um sem o outro,

conseguindo agora ter uma ideia bem mais concreta e real do contexto profissional com que espero brevemente cooperar.

8.6 Dificuldades a resolver no futuro

Felizmente os conhecimentos científicos na área desportiva e da actividade física, têm surgido de forma alucinante nos últimos anos. O que hoje é verdade, possivelmente daqui a uns anos já não será tão exacto. Desta forma, como principal dificuldade a resolver no meu futuro profissional, vejo a manutenção dos meus conhecimentos. Assim sendo, prevejo que seja uma presença assídua nas actividades de formação pedagógica proporcionadas por identidades credenciadas.

Tenho consciência que os meus conhecimentos no que se referem às UD's expressivas e rítmicas ainda se encontram pouco aprofundados. Deste modo, espero rapidamente ingressar numa acção, que me proporcione um maior domínio deste tipo de matérias.

O facto de até hoje só ter contactado com jovens da mesma faixa etária, dá-me um reportório limitado no que diz respeito ao meu relacionamento com jovens, que facilmente se solucionará com o contacto com crianças de outras idades.

Para finalizar, acho importante referir que procurarei ser sempre melhor naquilo a que me proponho, investindo em todas as características mencionadas anteriormente e em mim próprio, enquanto desportista. Desta forma, melhorarei as minhas competências técnicas nas diferentes modalidades e funcionarei sempre como um bom exemplo de saúde e bem-estar para os meus futuros alunos.

8.7 Impacto do Estágio na realidade do contexto escolar

Graças à disponibilidade e prestabilidade apresentadas pelo meu orientador de estágio, este ano tive a oportunidade de com ele partilhar muitas ideias. As vantagens que este estágio pedagógico tiveram na minha evolução enquanto docente, parecem-me evidentes, tendo já sido inclusivamente exploradas.

Em relação às vantagens para a escola na qual que estive inserido, espero que tenham sido algumas e com importância. Espero sinceramente ter deixado saudades na "nossa" escola. Julgo que nós, estagiários, deixámos, um bom trabalho feito e isto tudo graças à boa gestão e articulação feita pelo nosso orientador.

O trabalho com os jovens com desordem do espectro do autismo, foi sobejamente elogiado, tanto por professores, como pelos coordenadores do ensino especial e inclusivamente pelos próprios Enc. de Educação dos alunos em causa.

Foram também deixadas uniformizadas e prontas a utilizar, ferramentas práticas que visam a constatação e a redução do excesso de peso de alunos da nossa escola, bem como um sistema prático de avaliação destinado aos alunos do oitavo ano de escolaridade, composto por grelhas de avaliação (diagnóstica, formativa e sumativa) com os correspondentes critérios de avaliação e folhas de cálculo para obtenção das notas finais de período e ano lectivo.

8.8 Questões dilemáticas

Com o decorrer da prática lectiva, foram surgindo algumas questões, que. constituíram grandes dilemas, para as quais ainda hoje não encontro uma resposta definitiva, tendo sido necessário debruçar-me sobre cada caso em particular. Essas questões dilemáticas são as seguintes:

- Devo exigir ou n\u00e3o que os alunos tomem duche, quando me dizem que a seguir t\u00e9m treino?
- Devo exigir ou n\u00e3o que os alunos fa\u00e7am aula, quando estes comparecem no espa\u00e7o de aula supostamente lesionados, mas sem atestado m\u00e9dico?
- Devo exigir ou n\u00e3o \u00e0s alunas que efectuem a aula, quando constantemente se dizem menstruadas?

É um facto que estas questões não tiveram grande impacto ao longo do ano lectivo, devido à correcta postura adoptada pelos alunos. Estas dúvidas só se colocaram muito pontualmente. Mas mesmo assim parecem-me pertinentes e de complexa resolução, podendo constituir longas "dores de cabeça" aos professores que se deparem com elas.

A primeira está directamente relacionada com os critérios de avaliação definidos pelo departamento da escola onde efectuei o estágio pedagógico, em que na componente sócio-afectiva existe uma alínea destinada aos hábitos de higiene, que defende que os alunos tomem sempre duche, qualquer que seja a razão apresentada para não o fazerem. Do meu ponto de vista, o facto de haver por exemplo um treino imediatamente a seguir

à aula, constitui uma razão suficientemente compreensível para que os alunos não tomem o tal duche. No entanto, por ordens superiores (orientador) os alunos em causa foram penalizados nesta componente. E o que faria eu neste caso?

Segundo pude constatar a segunda questão está contemplada na legislação portuguesa, que refere que os alunos só podem ser dispensados da parte prática de uma aula, caso se façam acompanhar por um atestado médico.

Mais uma vez do meu ponto de vista nem sempre é prático ou até mesmo possível aos alunos, dirigirem-se ao centro médico, hospital etc... para garantirem o tal atestado médico. Até que ponto é verdade ou mentira a dita lesão? Até que ponto, nós professores, devemos ser condescendentes com estas situações? No entanto, parece-me óbvio, que caso seja impossível por parte dos alunos cumprirem com a legislação em vigor, pelas razões acima mencionadas, a actuação do professor depende do seu bom senso e do bom senso dos seus alunos.

A última questão diz respeito a uma desculpa, que me parece ser usualmente utilizada pelas alunas. Até que ponto como professor posso procurar saber a verdade. É um outro assunto que fica entregue ao bom senso do professor e ao bom senso das alunas.

Parece-me que se começam a criar situações em demasia, a exigir o bom senso dos diferentes intervenientes, num sistema de ensino que se quer uniforme, independentemente dos seus intervenientes.

8.9 Conclusões referentes à formação inicial

A melhor referência que posso fazer à minha formação inicial quando confrontado com o estágio, é que ela foi de facto muito importante. A formação obtida nos dois ciclos de estudos realizadas quer em termos científicos por modalidade ou em termos pedagógicos, foi fundamental para o sucesso deste ano lectivo. No entanto e como é normal, esteve longe de ser suficiente, obrigando-me a longos períodos de investigação, para me conseguir completar enquanto professor. Da minha percepção individual, julgo que o maior défice se baseia na aplicação dos estudos práticos até aqui efectuados, já que na aplicação da pedagogia educacional (avaliação, organização e planeamento) senti-me sempre muito seguro e confiante das minhas capacidades.

O facto de durante os meus estudos ter somente dado "pseudo-aulas" aos meus colegas de curso, constituiu outro "handicap", ao tentar fazer a transferência de

aprendizagens da situação virtual para uma situação real, com verdadeiros adolescentes em idade escolar. As formas de estar e agir são muito diferentes, o que automaticamente implica grandes mudanças na forma de estar do professor.

Em modo de conclusão, considero muito positiva a formação anteriormente realizada. Graças aos conhecimentos adquiridos na formação inicial, consegui construir uma base de sustentação fundamental e necessária, para as minhas actividades lectivas, de investigação e formação.

8.10 Experiência pessoal e profissional (supervisionada)

Antes do início deste estágio, não contava com grande experiência profissional na área da docência. O meu único contacto com este tipo de actividades tinha ocorrido no ano lectivo 2009-2010, através das actividades de enriquecimento curricular. Nesse ano lectivo administrei aulas de Actividade Física e Desportiva no agrupamento de escolas das Alhadas, concelho da Figueira da Foz.

Neste momento o meu reportório profissional, baseia-se somente nas actividades desenvolvidas neste ano lectivo e na experiência pessoal que o meu orientador conseguiu transmitir-me. É um facto que já funciona como um excelente "empurrão", para o que me espera, mas na realidade tenho consciência que ainda tenho um longo caminho a percorrer, com a agravante de que nesse momento não terei um orientador do meu lado para me apoiar.

Mesmo assim, considero ter todas as condições necessárias para efectuar um bom trabalho nas futuras escolas em que exerça a minha função de docente e para esta reflexão, muito conta o apoio e as referências feitas neste sentido, pelo meu supervisor de estágio e orientador. Neste momento, considero-me um docente totalmente autónomo, conseguindo sem grande embaraço construir, planear, organizar e aplicar currículos educativos, aulas e exercer cargos de gestão como o de Director de Turma.

A nível pessoal continuo longe de ser perfeito, mas tenho consciência de que saio uma pessoa muito mais rica, possuidora de novas qualidades e com defeitos que cada vez menos me influenciam, enquanto docente.

9 - CONCLUSÃO

É com muita satisfação e orgulho que dou por concluído este ciclo de estudos. Como já foi referido, faço-o com o sentimento de missão cumprida e com plena consciência de que coloquei todo o meu esforço e conduta profissional em prol do desenvolvimento dos alunos da minha turma, não só como estudantes mas como pessoas socialmente bem inseridas.

Espero que a totalidade das aprendizagens transmitidas, difíceis de quantificar, se equiparem aquelas que consegui interiorizar durante esta experiência, porque dessa forma teria a certeza absoluta que o meu trabalho foi prestigiante e bem executado. Posso adjectivar este ano lectivo, como extremamente produtivo, tendo sido aquele em que mais aprendi. Foi duro? Foi cansativo? Foi desgastante? Foi. Mas foi acima de tudo gratificante, precioso e rico em experiências e conhecimentos, que garantidamente serão muito importantes para o meu futuro profissional.

Mesmo sem ser como estudante, continuarei a desbravar o meu caminho, com plena consciência de que, se quero ser conotado como um bom profissional, terei realmente de o ser durante longos e bons anos.

Aproveito para finalizar com uma sentida homenagem a todos os bons profissionais, que encontrei durante a minha formação e que colocaram o seu esforço e suor em prol da minha progressão.

10 - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARVALHO, I. M. (1969), "O Ensino por Unidades Didácticas". Rio de Janeiro: Editora FGV.

CLOUTIER, J. (1975), "A era de EMEREC". Ministério da Educação e Investigação Científica – Instituto de tecnologia Educativa.

ESTRELA, M. T. (1992), "Relação Pedagógica, Disciplina e Indisciplina na aula", Porto, Porto Editora.

ESTRELA, M.T. (1996), "Prevenção da Indisciplina e Formação de Professores", Noésis, Janeiro/Março IIE.

FERREIRA, C. A. (2007), "A Avaliação no Quotidiano da sala de Aula". Porto, Porto Editora.

FISHMAN, S. e TOBEY, S. (1978), Argumented feedback. In What's going on in Gym: Descriptive Studies of Physical Education Classes. Motor Skills: Theory into Pratice. Monograph.

ROLDÂO, M. C. (2009), "Estratégias de Ensino. O saber e o agir do professor". Vila Nova de Gaia: Fundação Manuel Leão.

SCHARZWELLER, H. K. e LYSON, T. A. (1978), "Some plan become teachers: determinants of career specification among rural youth in Norway, Germany, and the United States". Sociology of Education, Vol. 51

SOCIEDADE PORTUGUESA DE ESCLOROSE MÚLTIPLA. (2005), "Boletim nº 70 – Outubro, Novembro e Dezembro".

NOBRE, P. (2009), Material de apoio da cadeira, "Didáctica da Educação Física e do Desporto Escolar", FCDEF-UC, 1° semestre do ano lectivo 2009-2010.

Internet:

Parecer da Associação de Professores de Matemática acerca do desenvolvimento da avaliação formativa", Maio de 2005. [Online]

http://www.apm.pt/files/_Avaliacao_formativa_doctrab01_436e2f80621f1.pdf

Anexos

Anexo I

Anexo I – Jogo dos Comportamentos

Tabela Pontuação Equipa

Equipas:

(A) Os Rouxinóis (B) Os Andorinhas (C) Os Pintassilgos Joana Barbosa Adriana Martins Ana Rita **Anthony Nunes** António Jorge Bruno Pereira Diogo Oliveira Fábio Oliveira Filipe Miravall Rafael Mota João Branco João Charana João Antunes Jorge Garcia Nuno Lé

Tiago Charana Gonçalo Marques

Aula nº	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	TOTAL
OS ROUXINÓIS												
OS ANDORINHAS												
OS PINTASSILGOS												
Aula nº	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	TOTAL
OS ROUXINÓIS												
OS ANDORINHAS												
OS PINTASSILGOS												
Aula nº	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	TOTAL
OS ROUXINÓIS												
OS ANDORINHAS												
OS PINTASSILGOS												
Aula nº	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	TOTAL
OS ROUXINÓIS												
OS ANDORINHAS												
OS PINTASSILGOS												
Aula nº	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	TOTAL
OS ROUXINÓIS												
OS ANDORINHAS												
OS PINTASSILGOS												

Aula nº	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	TOTAL
OS ROUXINÓIS												
OS ANDORINHAS												
OS PINTASSILGOS												

Legenda:

<u>Atitudes</u>: positivas: + 2; negativas: - 2; <u>Banho</u>: cumpre + 1 não cumpre - 1 <u>Comportamento</u>: Muito bom: +4; Bom: +3; Satisfaz: +2, Não satizfas: -3;

Péssimo: - 5;

Material Desportivo: Cumpre: +2, não cumpre: -2

Anexo II - Proposta de Trabalho Voleibol

Pede-se aos alunos do 8º B da escola Infante D. Pedro de Buarcos que realizem o trabalho abaixo apresentado. Os alunos devem reunir-se em conjunto, estudar e apresentar os gestos técnicos correspondentes a cada grupo e expor 4 regras relativas à modalidade. Pede-se também que façam 4 perguntas sobre a matéria estudada. Dessas 4 perguntas, 3 saem no teste. O teste será composto somente por questões por vós construídas.

Lembrem-se que todos devem participar na apresentação. Se um dos elementos do grupo não participar, todo o grupo será penalizado.

Grupo	Gesto(s) Técnico(s)	Data
Professor	PASSE DE COSTAS ; SERVIÇO	04-01-2011
	POR CIMA	
António Jorge / Adriana Martins /	POSIÇÃO - BASE ;	11-01-2011
Anthony Nunes / João Branco	DESLOCAMENTOS	
Tiago Charana / João Charana / Rafael Mota	PASSE POR CIMA ; MANCHETE	13-01-2011
Jorge Garcia / Ana Rita / Fábio Coimbra /	SERVIÇO POR BAIXO;	18-01-2011
Nuno Lé	SERVIÇO POR CIMA (TIPO	
	TÉNIS)	
Joana Margarida / Diogo Oliveira / Bruno	REMATE EM APOIO;	25-01-2011
Pereira / Filipe Miravall	REMATE EM SUSPENSÃO	

Critérios de avaliação:

- Originalidade 15 %
- Apresentação (expressividade oral; demonstração) 20 %
- Conteúdos apresentados 30 %
- Conhecimentos técnicos 20 %
- Qualidade das Questões 15 %

Bom Trabalho!

Anexo III - NEE

Críanças com Perturbações do Espectro do Autísmo





"Somos diferentes, mas não queremos ser transformados em desiguais. As nossas vidas só precisam ser acrescidas de recursos especiais".

(Peça de teatro: Vozes da Consciência, BH).

CRIANÇAS COM PERTURBAÇÕES DO ESPECTRO DO AUTISMO

O autismo é uma doença que afecta em média uma em cada quinhentas crianças. A designação "autismo infantil precoce" foi introduzida pelo Dr. Leo Kanner, do Hospital Johns Hopkins, na Califórnia. A nomenclatura actualmente utilizada e mais correcta é "alterações do espectro do autismo".

As principais características destas crianças passam pelas dificuldades comunicativas (que podem ser mais ou menos acentuadas), dificuldade nas interacções sociais e um comportamento e interesses restritos, repetitivos e estereotipados. Estas alterações do espectro do autismo podem ser detectadas de forma fidedigna a partir dos três anos de idade, embora haja casos em que tal é possível com um ano de idade. Devese por isso estar atento a certos sinais de alarme, visto que uma criança com perturbações do espectro do autismo não tem nenhuma característica exterior que evidencie o seu problema, e se necessário levar a criança para ser observada por um especialista. Existem alguns possíveis indicadores.

A criança com perturbações do espectro do autismo geralmente:

- 1. Não palra, aponta ou faz gestos significativos com um ano de idade;
- 2. Não mantém contacto visual;
- Não responde a estímulos visuais ou sonoros (muitas vezes pensa-se que esta tem problemas de surdez);
- 4. Não reage quando se chama pelo nome;
- 5. Não fala nada aos 16 meses e não combina palavras aos dois anos;
- 6. Perde capacidades de linguagem ou capacidades sociais;
- Centra a atenção num único objecto durante um longo período de tempo e parece não saber utilizar os brinquedos de forma lúdica;

Numa idade mais avançada, estas crianças demonstram muita dificuldade em interpretar o que os outros pensam ou sentem, assim como em perceber quaisquer sinais como um sorriso de felicidade ou um piscar de olhos. As suas capacidades imaginativas são muito limitadas, daí a sua dificuldade em brincar.

Geralmente a mãe é o seu único elo de ligação para o exterior, ganhando contornos ainda mais evidentes com o avançar da idade. Geralmente é a única pessoa que consegue identificar no primeiro ano de vida e é quem lhe transmite toda a confiança e segurança necessárias para que este se desenvolva de forma harmoniosa. Este sentimento de segurança, esta vinculação (todo o comportamento do recém-nascido que tem como consequências e como função, criar e manter a proximidade ou o contacto com a mãe) é vital para o bebé, especialmente no primeiro ano de vida, em que este está a aprender a viver num mundo completamente novo daquele onde esteve durante 9 meses.

As crianças com perturbações do Espectro do Autismo, apesar de precisarem de afecto e segurança como qualquer outra criança, não têm a capacidade de o demonstrar nem de interagir com a mãe, comprometendo ainda mais o seu desenvolvimento.

Esta perturbação varia de grau, pode ir desde um autismo de elevado funcionamento até um autismo grave, podendo estar ou não associado a outras perturbações do desenvolvimento. Todas as crianças apresentam os déficit acima referidos, mas manifestam-se de forma diferente, de criança para criança e de grau para grau. Estas crianças não seguem os padrões normais de desenvolvimento. Quando são pequenas adoram olhar atentamente para as pessoas, apontar, sorrir e virar-se assim que ouvem vozes, enquanto as crianças com perturbações autistas parecem indiferentes às pessoas e preferem muitas vezes estar sozinhas "no seu mundo". Muitas vezes não gostam de qualquer contacto físico como "abraços ou mimos".

Dados estes factores, o primeiro diagnóstico pode ser executado a partir da sua incapacidade de interagir socialmente e das dificuldades comunicativas.

As crianças com síndrome autista grave ou moderado devem ser integradas numa unidade de apoio, onde podem beneficiar de cuidados especializados e de um ensino estruturado e dirigido integralmente para si.

As estratégias e os conteúdos de ensino, poderão focar-se nas áreas de interesse da criança, conceber uma pré-calendarização de modo a que esta não seja demasiada intensiva e exigente, abordando as tarefas através de pequenos passos, dando sempre um reforço positivo na realização das tarefas, etc.

Igualmente essencial é dar apoio às famílias, nomeadamente aos pais, que passam por períodos de grande angústia, uma vez que não percebem o porquê do comportamento dos seus filhos e como agir com eles. Todo o trabalho atrás citado pode ser executado por diferentes técnicos, como é o caso dos pedopsiquiatras e dos professores, sendo a participação da família, fundamental para o sucesso da intervenção.

As crianças com um síndrome mais ligeiro devem ser integradas nas classes regulares, executando dentro das suas possibilidades as mesmas tarefas que as outras crianças.

É fundamental que os professores e todos os intervenientes na acção educativa, estejam sensibilizados e tenham um maior e melhor conhecimento para poderem ajudar a criança a superar as suas dificuldades e consequentemente a ter uma melhor qualidade de vida.

Enquadramento Legal

O presente Programa de Educação Especial contempla: quadro conceptual, metas, sinalização e avaliação, projecto educativo individual, organização e funcionamento da educação especial e a identificação dos alunos a beneficiar do regime educativo especial. A sua elaboração tem como suporte legal a Portaria nº 76/09 de 23 de Setembro, o Decreto Legislativo Regional nº 15/2006/A, de 7 de Abril e a Portaria nº 35/2006, de 4 de Maio.

Este programa integra o projecto educativo de escola.

Quadro Conceptual

- Educação Inclusiva As escolas regulares seguindo o princípio educativo da inclusão, devem promover formas eficazes de combate à discriminação, criando comunidades abertas e solidárias, capazes de construir uma sociedade que promova a educação para todos. A escola inclusiva deve proporcionar uma educação adequada a todos os alunos e promover a eficiência.
- Educação Especial A educação especial é uma modalidade de educação e ensino destinada a crianças e jovens com necessidades educativas especiais de carácter

permanente, organiza-se segundo modelos diversificados de integração, garantindo a utilização de ambientes o menos restritivos possível e concretiza-se pelo regime educativo especial.

- <u>Necessidades Educativas Especiais (NEE)</u> São necessidades permanentes que decorrem de limitações ou incapacidades que se manifestam de modo sistemático em crianças e jovens quando comparados a outros na mesma faixa etária, e que são inerentes ao processo individual de aprendizagem e de participação na vivência escolar, familiar e comunitária.
- Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) A caracterização das NEE colhe elementos do conceito de Incapacidade preconizado pela Organização Mundial de Saúde, na sua Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), de 2001. A CIF é um modelo de classificação da funcionalidade e incapacidade dinâmico, interactivo e multidimensional, que corresponde a um paradigma em que as questões da funcionalidade e da incapacidade dos indivíduos são vistas à luz de um modelo que abrange diferentes dimensões, resultantes de uma contínua interacção entre a pessoa e o ambiente que a rodeia.

Metas e estratégias da Educação Especial

- Aplicar o princípio da escola inclusiva, promovendo uma efectiva igualdade de oportunidades educativas para todos;
- Diferenciar metodologias e estratégias educativas, adequando-as aos alunos com NEE;
- Assegurar uma intervenção educativa o mais precocemente possível a todos os alunos com NEE:
- Adequar e criar as condições necessárias de acessibilidade e mobilidade à frequência de todos os alunos;
- Valorizar e melhorar de forma permanente o ambiente educativo;
- Orientar e reorganizar adequadamente os recursos humanos e materiais disponíveis de forma a contribuir para o sucesso da prática pedagógica;

- Promover a participação da comunidade educativa em questões relacionadas com a educação especial;
- Proceder ao despiste e detecção de factores de risco, o mais precocemente possível;
- Combater o insucesso e abandono escolares.

A Importância da Educação Física na População com NEE

A Educação Física (EF) como disciplina curricular não pode ficar indiferente ou neutra, face a este movimento de Educação Inclusiva. Fazendo parte integrante do currículo oferecido pela escola, esta disciplina pode-se constituir como um impulsionador ou um obstáculo adicional, a que a escola seja (ou se torne) mais inclusiva. As principais razões são:

- 1. Os conteúdos ministrados em Educação Física apresentam um grau de determinação e rigidez menor do que outras disciplinas.
- 2. O professor de EF dispõe de uma maior liberdade para organizar os conteúdos que pretende que os alunos vivenciem ou aprendam nas suas aulas.
- 3. Os professores de EF são vistos como profissionais que desenvolvem atitudes mais positivas face aos alunos que os restantes professores. Talvez devido aos aspectos fortemente expressivos da disciplina, os professores são classificados como profissionais com atitudes mais favoráveis à inclusão e que consequentemente levantam menos problemas e encontram soluções mais facilmente para casos difíceis.
- 4. A EF é julgada uma área importante de inclusão, dado que permite uma ampla participação mesmo de alunos que evidenciam dificuldades.

As crianças e jovens com deficiência intelectual, são uma população de risco pois possuem uma condição física abaixo da média, nomeadamente ao nível circulatório, respiratório, cardiovascular e muscular. A sua capacidade física é bastante inferior à dos colegas apelidados como "normais", podendo inclusive apresentar problemas de obesidade que prejudicam seriamente a sua qualidade de vida. O exercício adaptado e

adequado às características do aluno contribuirá de certa forma para inverter esta situação

Como é sabido, o exercício físico e consequentemente a EF, produzem nas crianças, jovens e adultos diversos benefícios (cognitivos, fisiológicos, físicos e sócio-afectivos), conduzindo a um desenvolvimento harmonioso do corpo e da mente...

Assim sendo a EF tem a capacidade de ajudar o aluno com necessidades educativas especiais, a elevar o nível funcional das suas capacidades coordenativas e condicionais, como: a resistência, a flexibilidade, a velocidade, o equilíbrio, o controlo da postura, o ritmo, a agilidade, a força, o controlo da orientação espacial, entre outras. O tipo de actividade física deve sempre ter em conta o tipo e o grau de deficiência da criança com necessidades educativas especiais.

Existem alguns aspectos a ter em atenção na escolha das tarefas a abordar:

- 1. A actividade física deve ser de carácter lúdico e recreativo (de forma a motivar o aluno).
- 2. O esforço na actividade deve ser contínuo e de baixa intensidade.
- 3. Devem variar-se os locais e as condições da prática das actividades físicas.
- 4. Devem ainda privilegiar-se as actividades de grupo em relação às individuais (de forma a privilegiar o convívio com os colegas e a socialização).
- 5. As actividades devem envolver exercícios de perícia e de manipulação de objectos, de deslocamentos e equilíbrios, jogos (de modo a elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas mencionadas anteriormente).
- 6. As actividades propostas, devem reflectir as exigências passíveis de vivência por estes jovens no seu dia a dia.

Em suma, a educação do movimento na criança com necessidades educativas especiais é importante para o seu desenvolvimento físico, pedagógico e psicológico. Para que a EF produza efeitos positivos no aluno, será necessário aliar a prática desportiva a uma boa alimentação, a uma boa higiene, assim como às restantes matérias escolares e actividades ocupacionais.