



Universidade de Coimbra

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

**Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário**

Estágio Pedagógico

# **Relatório Final De Estágio**

Hugo Francisco Bessa Peixoto

2006022115

2011

2011



Universidade de Coimbra

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

**Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário**

# **Relatório Final de Estágio**

## **Escola Secundária José Falcão**

Relatório para obtenção do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, sob a orientação da Dr. **Alain Massart**.

**Hugo Francisco Bessa Peixoto**

**Esta obra deverá ser citada como:**

Peixoto, H. (2011). *Relatório final de estágio: Estágio Pedagógico na Escola Secundária José Falcão*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

## **Resumo**

O presente documento visa a elaboração do Relatório Final de Estágio Pedagógico, tendo sido realizado como um documento conclusivo do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

O Estágio Pedagógico foi consumado na Escola Secundária José Falcão em Coimbra durante o ano lectivo de 2010/2011, tendo como primordial objectivo levar á prática os conhecimentos teóricos adquiridos no decorrer dos 1º e 2º semestres do Curso de Mestrado, através de uma prática docente supervisionada e orientada, tendo em vista a profissionalização de docentes de Educação Física.

Este documento está estruturado em vários capítulos, ao longo dos quais se apresenta o trabalho realizado na realização do Estágio Pedagógico, com o objectivo de se fazer uma descrição assim como uma reflexão sobre o que foi feito, sendo analisado criticamente á posteriori com o intuito de se fazer uma introspecção de todo o trabalho desenvolvido e conhecimento dele retirados. Serão abordados neste documento situações reflexivas sobre as dificuldades sentidas e necessidades de formação, o ensino aprendizagem, Ética profissional, questões dilemáticas e as conclusões referentes á formação inicial. Será também feita uma descrição das actividades desenvolvidas tais como o planeamento, a realização a avaliação e as componentes ético-profissional.

O compromisso para com as aprendizagens dos alunos, assume-se como uma prioridade máxima, o qual terá mais efeito quanto for o grau de evolução atingido pelo professor. O perfil do professor deverá ser de alguém competente, capaz, que reflecte sobre a prática e que actua de acordo com as necessidades dos alunos.

O Estágio Pedagógico é uma boa oportunidade de aprendizagem, favorecendo a aquisição e desenvolvimento de competências profissionais e pessoais, de atitudes proactivas na identificação e resolução de problemas pedagógicos, que são vitais a um bom desempenho do professor. Deverá haver por parte do professor um estímulo para uma formação continua, devido á constante mutação do ensino, não se remetendo unicamente á intervenção pedagógica, mas também ao capitulo das possíveis funções desempenhadas por si na comunidade escolar.

## **Abstract**

This document aims to report Final Pedagogic stage, having been held as a conclusive document of the master in teaching of physical education of primary and secondary education from Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. The Stage was finished Pedagogical school José Falcão in Coimbra during the academic year 2010/2011, having as primary objective will take practice theoretical knowledge acquired during the 1st and 2nd semesters of masters course through a practice-oriented teaching and supervised for the professionalization of teachers of physical education. This document is structured into several chapters, along which presents the work done in implementing the Educational Stage, with the aim of making a description as well as a reflection on what has been done, being examined critically á posteriori in order to make an introspection of the whole work and knowledge of it removed. Situations will be covered in this document about the difficulties experienced in reflective and training needs, learning, teaching, Professional Ethics and dilemmatic issues relating to initial conclusions. Will also made a description of activities such as planning, conducting the evaluation and ethical components. The commitment to student learning, is a top priority, which will have more effect on the degree of development attained by the teacher. Profile of professor should be someone competent, capable, which reflects on the practice and which acts according to the needs of students. The Pedagogical Internship is a good learning opportunity, promoting the acquisition and development of professional skills and personal, proactive attitudes in identifying and solving problems, which are vital to a good performance of the teacher. There should be a part of a rallying point for a teacher training continues, due to the constantly changing education, not referring solely to pedagogical intervention, but also to chapter of possible functions performed by them in the school community.

## ÍNDICE

<b>1. Introdução</b>	7
<b>2. Descrição</b>	
2.1. Expectativas e opções iniciais em relação ao estágio (PIF)	8
2.2. Descrição das Actividades Desenvolvidas	
2.2.1. Planeamento	
2.2.1.1. Plano Anual	9
2.2.1.2. Unidades Didácticas	10
2.2.1.3. Planos de Aula	11
2.2.2. Realização	12
2.2.2.1. Instrução	13
2.2.2.2. Gestão Pedagógica	14
2.2.2.3. Clima/Disciplina	15
2.2.2.4. Decisões de Ajustamento	17
2.2.3. Avaliação	18
2.2.4. Componente Ético-Profissional	20
2.3. Justificação das opções tomadas	21
<b>3. Reflexão</b>	
3.1. Ensino aprendizagem	
3.1.1. Aprendizagens realizadas como estagiário	24
3.1.2. Compromisso com as aprendizagens dos alunos	26
3.1.3. Inovação nas práticas pedagógicas	28
3.2. Dificuldades e Necessidades de Formação	
3.2.1. Dificuldades sentidas e formas de resolução	28
3.2.2. Dificuldades a resolver no futuro ou formação contínua	
3.3. Ética Profissional	
3.3.1. Capacidade de iniciativa e responsabilidade	31
3.3.2. Importância do trabalho individual e de grupo	33
3.4. Questões Dilemáticas	34
3.5. Conclusões referentes á formação inicial	
3.5.1. Impacto do Estágio na realidade do contexto escolar	36
3.5.2. Prática pedagógica supervisionada	37
3.5.3. Experiência pessoal e profissional	38
<b>4. Bibliografia</b>	40
<b>ANEXOS</b>	42

## 1. Introdução

Com este trabalho pretendo, não só descrever a minha actividade de professor estagiário, mas também reflectir sobre o trabalho por mim efectuado, procurando identificar os aspectos positivos e negativos da minha prestação enquanto professor. Penso que esta é a etapa mais importante do Estágio Pedagógico: a altura de se reunir todas as experiências obtidas durante este ano lectivo, reflectir sobre elas e saber tirar todo o sumo desta experiencia. Este é, portanto, um documento pessoal e crítico de toda a actividade desenvolvida de um ano que foi árduo, mas também repleto de experiências que me enriqueceram e muito tanto como pessoa, como futuro profissional.

O Estágio Pedagógico tornou-se determinante no meu processo de formação, marcando a passagem de aluno para professor. No entanto, continuei o meu processo de aprendizagem, o que me permitiu que de uma forma progressiva e acompanhada ao longo de um ano lectivo, remetesse à prática o que foi aprendido anteriormente, dando-me assim competências para ser um professor capaz, sendo esta uma das minhas grandes preocupações. A convicção que sempre tive de que o Ensino da Educação Física teria de fazer parte da minha vida foi-se intensificando ao longo deste ano de luta, aprendizagens e conhecimento. Assim, este ano assume-se como um percurso fulcral da minha formação na condição de Professor Estagiário de Educação Física, permitindo-me experienciar este estatuto e estar no terreno, aplicando todos os meus conhecimentos anteriores e, acima de tudo, vivenciar e adquirir valências técnicas e profissionais.

Durante todo este percurso e principalmente agora que o ano está a chegar ao fim, apercebemo-nos que as vitórias e alegrias conseguidas e a satisfação pessoal encontrada no acto de ensinar e aprender superaram toda e qualquer privação, cansaço ou sacrifício tantas vezes sentido.

No final de contas considero que esta reflexão não significa o final de uma longa caminhada, mas o início de uma carreira enquanto docente de Educação Física.

## **2.Descrição**

### **2.1. Expectativas e opções iniciais em relação ao estágio (PIF)**

O estágio pedagógico surge como um momento fundamental enquanto processo de transição de aluno para professor. Assim, considero fundamental para a consolidação da aprendizagem adquirida até então, a oportunidade de a colocar em prática, no âmbito da formação contínua, explorando as actividades propostas com o intuito de crescer enquanto pessoa e professor de Educação Física, tendo um impacto positivo em relação aos alunos que vou encontrar.

Sinto-me ansioso por começar porque, apesar de já ter trabalhado com crianças e adolescentes, jovens adultos e adultos em treino desportivo (Basquetebol), sinto que tenho ainda muito a aprender, e a oportunidade de desenvolver a actividade de professor de Educação Física com apoio e orientação é bastante aliciante.

Outra das minhas expectativas em relação ao estágio será a de conseguir uma escola em Coimbra, já que me encontro a dar treinos de basquetebol nesta cidade, como já referi acima, e isso facilitaria a prossecução dos mesmos. Uma outra razão porque considero esta opção importante prende-se com o facto de muitos professores de Educação Física possuírem actividades extra escola ou fora da escola onde leccionam, nomeadamente no treino desportivo e em clubes, o que pode levar este estágio a ser ainda mais completo dentro de uma realidade que é vida de professor de Educação Física.

Em conclusão, espero colocar em prática o que foi leccionado nos semestres 1 e 2 deste mestrado e utilizar os conhecimentos adquiridos com mestria de forma a enriquecer os meus conhecimentos e experiência na área.

No início deste longo percurso e como seria de esperar existiam muitas expectativas e receios em relação ao estágio pedagógico. No entanto, apesar de ser um ano de trabalho árduo, seria um contributo bastante importante no desenvolvimento de competências pessoais e profissionais para o desempenhar de uma futura função como docente de Educação Física.

Tal como esperado, o Estágio Pedagógico mostrou-se uma ótima oportunidade de aprendizagem favorecendo a aquisição e desenvolvimento de espírito de trabalho,

não só como professor individualmente mas também de trabalho de grupo e cooperativo entre professores estagiários, de atitudes proactivas na identificação e resolução de qualquer problema pedagógico, de capacidade de leccionação e de aplicação e integração dos conhecimentos teóricos adquiridos durante o primeiro ano do Curso de Mestrado.

## **2.2 Descrição das Actividades Desenvolvidas**

### **2.2.1 Planeamento**

#### **2.2.1.1 Plano Anual**

Para a elaboração do Plano Anual da turma 3 do 8º ano de escolaridade da Escola Secundária José Falcão para o ano lectivo de 2010/2011 tive em consideração as características do meio envolvente, as características da escola e as decisões conceptuais e metodológicas tomadas pelo de Educação Física no início do ano lectivo, de acordo com os Programas Nacionais de Educação Física.

Considero a caracterização da escola de extrema importância para a construção do Plano Anual, sendo feita uma primeira análise do contexto social, cultural, económico, desportivo em que está inserida e dos espaços físicos, recursos materiais, temporais e humanos disponíveis para a prática das várias modalidades que iriam ser abordadas neste ano lectivo. Para isto foi feito um levantamento documental na própria escola e também nos dossiers de estágio de anos anteriores.

A caracterização da turma também foi de extrema importância para o conhecimento da realidade da turma, nomeadamente o seu contexto familiar, o passado escolar, expectativas em relação ao futuro, o que pensam da disciplina de Educação Física (modalidades preferidas, modalidades abordadas em anos anteriores, dificuldades sentidas, etc.) e a prática e actividade física fora do contexto escolar. Esta caracterização também foi feita informalmente junto do Prof. António Cortesão que já havia sido professor da mesma turma no ano anterior, informação esta que se revelou fundamental e permitiu-me adaptar o processo de ensino aos alunos, adoptar estratégias pedagógicas

entre outras, permitindo-me uma abordagem e intervenção mais consciente e mesmo individualizada junto de alguns alunos que mostravam, ou haviam sido referenciados, com mais dificuldades de aprendizagem.

A Avaliação Diagnóstica foi efectuada no início de cada Unidade Didáctica a leccionar, a Avaliação Formativa foi durante todo o processo de ensino da Unidade Didáctica (tendo sido sempre entregue uma grelha/documento a meio de cada período com a informação relativa á Avaliação Formativa ao Director de Turma)e a Avaliação Sumativa realizou-se na última aula de cada Unidade Didáctica.

Foram também realizados os Testes de Fitnessgram (Condição Física) (anexo 6) no início de cada período, havendo no total seis aulas para os referidos testes.

Dois dias depois da primeira reunião do grupo de Educação Física foi-nos facultado o mapa de rotações do ano lectivo, tendo sido este definitivo, salvo algumas excepções em que as questões climatéricas modificaram obrigatoriamente o que havia sido previamente definido no plano. Através deste mapa de rotações, foi-me possível fazer o planeamento anual de acordo com as rotações, modalidades a abordar e espaços disponíveis. Foi-nos facultado também pelo Professor António Cortesão o regulamento interno da escola, os horários das turmas e o inventário do material existente. Com esta informação, no primeiro período foram abordadas as Unidades Didácticas de Ginástica de Aparelhos, Basquetebol, Atletismo, Andebol e Patinagem. No segundo período foram abordadas Natação, Ginástica Acrobática, Andebol, Râguebi, Atletismo, Basquetebol e Salto em Altura (como complemento da U.D. de Atletismo). No terceiro período foram abordadas a Ginástica Rítmica e a Acrobática.

### **2.2.1.2 Unidades Didácticas**

Para Bento (1998), as unidades temáticas ou didácticas, ou ainda de matéria, são partes essenciais do programa de uma disciplina. Constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem (pp.75).

As unidades didácticas constituem portanto um dos princípios fundamentais da preparação de uma aula de Educação Física, assim como a sua sucessão lógica de exercícios fundamentais para o desenvolvimento dos alunos, de uma forma lógica e

coesa, servindo com uma base e um documento de apoio para a preparação das diferentes aulas.

A elaboração destas Unidades Didácticas teve como base os programas das disciplinas do 3º ciclo do Ensino Básico, nas Unidades Didácticas de anos anteriores, sendo divididas por entre os elementos do grupo de estágio em que cada um tratava das Unidades Didácticas que lhe competia para depois partilhar entre os colegas de modo a que estes pudessem adaptar cada Unidade Didáctica à sua turma depois de uma prévia Avaliação Diagnóstica, traçando assim os objectivos gerais e comportamentais desejados.

Com a Avaliação Diagnóstica foi-me permitido também traçar a Extensão e Sequência de Conteúdos para cada Unidade Didáctica, de forma a mais uma vez programar os objectivos gerais e comportamentais, os conteúdos e as funções didácticas por aula, sendo também incluídos os momentos da avaliação de acordo com o Planeamento Anual e Plano Anual de turma.

As Unidades Didácticas deverão ser preferencialmente um documento de fácil compreensão e facilitador do planeamento das aulas, sendo assim um documento de fácil consulta.

No final de cada Unidade Didáctica foi feito um balanço de como as aulas decorreram, onde poderei melhorar o meu desempenho e também o dos alunos.

### **2.2.1.3 Planos de Aula**

Podemos considerar o Plano de Aula como o elemento mais básico de toda uma planificação. Trata-se de um documento que servirá como um auxiliar na preparação e condução de uma aula. Será directamente aplicado no “terreno”, na parte prática do planeamento que é a aula.

No início do ano lectivo, escolhemos ter por base o plano de aula do núcleo de estágio 2009/2010 e 2008/2009 da Escola Secundária José Falcão, que se divide essencialmente em três partes: A parte inicial, a parte fundamental e a parte final (ver anexo 1).

Durante o estágio, este foi o elemento do Planeamento a que dediquei mais tempo, e onde houve uma maior preocupação na sua elaboração e prossecução. Tive sempre especial atenção para que os inúmeros aspectos da aula decorressem da melhor

forma, havendo assim uma preocupação na estruturação do Plano de Aula, perspectivando sempre uma boa produtividade e evolução dos alunos, assim como um bom empenho motor e uma boa organização e tentando sempre que não se perdesse muito tempo entre as transições de exercício, até porque como esta era uma turma indisciplinada todas as paragens davam motivo a desordem. Assim, o plano tinha obrigatoriamente de ser sempre muito bem pensado e estruturado.

Com este documento temos também bastante informação sobre o que podemos realizar durante a aula e como realizá-lo, antecipando também possíveis reacções positivas ou negativas por parte dos alunos como um todo ao qual pertence a sala de aula com as tarefas e exercícios propostos, permitindo-me obter uma melhor percentagem de sucesso na resposta dada a estas mesmas reacções. Para obter este fim contava também com as principais componentes críticas de cada elemento técnico e os principais *feedbacks* a dar aos alunos.

Os planos de aula poderão ser passíveis de alteração por parte do professor e como tal, quando sentia que era o momento para o fazer, procedia às devidas alterações, principalmente quando via que o que estava planeado não se adequava ao momento ou à reacção dos alunos à tarefa ou exercício propostos, como por exemplo aumentar ou diminuir o grau de dificuldade de um determinado exercício ou tarefa.

O plano de aula é um meio para atingir um objectivo ou uma meta anteriormente definida no Plano Anual, através de uma Extensão e Sequência de Conteúdos.

### **2.2.2 Realização**

Foi durante esta realização que testei a minha capacidade de passar da teoria à prática. Embora tenha alguma prática, pouca e mais na área do treino desportivo, o que me deu possibilidade de fazer o *transfer* para o contexto escolar, considero agora que pouco consegui retirar dessa prática inicial, já que são ambientes e envolvências completamente diferentes. Portanto, tive a necessidade de reajustar a minha postura a esta nova realidade, que é a do Ensino da Educação Física em contexto escolar.

Penso que o comportamento dos alunos, a minha postura perante a turma e os objectivos pré estabelecidos para a turma foram factores importantes nos primeiros passos desta experiência.

Recorrendo á planificação anterior e à resposta dos alunos, fui reajustando os planeamentos em relação á turma.

Por vezes não sabia como reajustar ou surgiam-me dúvidas em como proceder em algumas situações de reajustamento.

Farei portanto uma descrição sumária dos aspectos mais importantes associados a este parâmetro que são a instrução, a gestão pedagógica, a disciplina e clima e as decisões de ajustamento.

### **2.2.2.1 Instrução**

Este parâmetro foi melhorando ao longo do tempo e das aulas que ia leccionando, tudo devido à minha falta de experiência inicial. Por vezes as minhas explicações alongavam-se em demasia e em termos demasiado técnicos, confundindo os alunos. Com o passar do tempo e das aulas fui aperfeiçoando este item de forma a filtrar mais a informação e a falar mais a linguagem dos próprios alunos para ser melhor compreendido. Assim, considero que melhorei este aspecto, tentando dar uma explicação rápida e concisa dos objectivos da aula no início. Segundo Piéron (1996) Intuitivamente, o professor atribui muita importância à retroacção que vai fornecer ao aluno. (pp43)

Através de uma boa reflexão ao longo do ano e com a ajuda do *feedback* do Professor Orientador António Cortesão pude melhorar em muito este aspecto, sendo que assim a informação chegou mais clara e concisa aos alunos, desde os objectivos da aula, as tarefas a realizar, as indicações e as possíveis correcções.

Houve um uso quase inicial do *feedback* descritivo e prescritivo, com a ajuda do *feedback* positivo, e penso que adquiri este aspecto com relativa facilidade, podendo esta estar relacionada com a experiência de treino. Ao longo das aulas pude notar que ia melhorando este aspecto, assim como a minha intervenção fornecendo *feedback* de forma adequada à situação e com uma melhor gestão de palavras. De notar que quanto ao *feedback* individual não tive grandes dificuldades, mas em relação ao grupo por vezes dava pouco *feedback*, aspecto este que também foi melhorado ao longo do ano.

Segundo Piéron (1996) A reacção á prestação, ou *feedback*, pode ser visto como um dos elementos da eficiência do professor e das suas possibilidades de êxito com os seus alunos (pp.45).

Um outro aspecto que também foi aperfeiçoado foi o uso de *feedback* visual, tanto individual como de grupo.

Por vezes, quanto às questões feitas aos alunos, no início eram feitas apenas em algumas aulas, mas depois foram realizadas mais frequentemente para que houvesse um maior controlo de aquisição de conhecimentos, facto este que se começou a notar com mais frequência no segundo período.

### 2.2.2.2 Gestão Pedagógica

Este foi um item que me causou algum receio no início. Apesar disso, foram raras as vezes que acabei a aula depois do tempo estipulado e isso deveu-se a uma montagem prévia do material, assim como a uma tentativa de controlar alguns aspectos de desorganização da turma. Existiu sempre da minha parte uma preocupação em ter um tempo de exercitação adequado para cada tarefa e exercício e uma tentativa de criar rotinas de forma minimizar o tempo de transição.

Segundo Piéron (1996) Existem, num espaço desportivo, tantas possibilidades de distração que captar a atenção dos alunos torna-se simultaneamente, necessário e, por vezes, delicado (pp. 43)

Houve alguns problemas em iniciar a aula, devido á indisciplina da turma, sendo este um componente que foi aperfeiçoado ao longo do tempo. Uma estratégia que utilizei, por indicação do Professor Cortesão e já no segundo período, foi que no início de cada aula os alunos em vez de ficarem em meia-lua, o que dava azo a conversas e brincadeiras, começaram a ficar em linha em frente a mim para a instrução inicial de aula, o que me facilitou muito o início da aula e a gestão de tempo inicial, criando-se assim esta rotina. Segundo Piéron (1996) Podemos definir as rotinas como formas de organização que permitem um ensino eficaz. (pp.37)



Antes



Depois

Uns dos aspectos que mexeram negativamente com o tempo de gestão da aula foram as transições pouco fluentes. Sinto que esta era uma turma pouco motivada para a prática física, principalmente entre as raparigas e um pouco insubordinada. Sempre que me deparava com uma transição sentia que, por vezes, perdia um pouco o controlo da turma o que resultava num encurtamento do tempo de actividade motora.

Para Piéron (1996) Os que conseguem as alterações esperadas têm-no feito reduzindo o tempo consagrado à informação geral dos alunos e aos períodos de espera inútil. A consequência directa é o aumento do tempo consagrado aos exercícios, à prática (treino de carácter repetitivo) e, numa medida menos o tempo consagrado ao jogo. (pp.18)

Quanto a este aspecto tive que criar estratégias e em algumas aulas específicas, para que tal não acontecesse, estratégias essas que aumentavam por vezes a motivação e interesse dos alunos e principalmente no controlo das conversas paralelas e no controlo de três ou quatro alunos que por norma eram desestabilizadores.

### **2.2.2.3 Clima/Disciplina**

Este parâmetro foi e é fulcral para mim no sucesso ou insucesso do professor e de uma boa aula. Segundo Piéron (1996) Existem aulas em que a indisciplina toma tais proporções que põe em risco tanto a qualidade do ensino como a das aquisições dos alunos (pp.56).

Ao longo do ano tentei criar um clima de aula positivo e motivador para o processo de ensino-aprendizagem, e que fosse enriquecedor para os alunos. Apesar disto, muitas vezes manter os níveis de empenho e motivação dos alunos sempre num bom patamar foi uma tarefa árdua, devido à falta de motivação, à conversa, à agitação, ao mau comportamento, às faltas de respeito e à preguiça.

Logo na reunião do Conselho de Turma, ainda em Setembro, tive a percepção que iria ser uma turma muito difícil de lidar tendo os outros professores a mesma opinião e mostrando o seu desagrado da maneira como a turma foi constituída (alguns alunos já eram conhecidos como desestabilizadores). Apesar disto, o controlo da turma por vezes era mantido outras vezes menos conseguido, mas no geral penso que neste

aspecto fiz um trabalho positivo, tendo como exemplo as queixas de outros professores de outras disciplinas. Na minha opinião, havia um aluno que era o principal desestabilizador da turma e que muitas vezes foi punido por mau comportamento, quando apenas a repreensão oral não era suficiente.

De salientar que não recorri apenas a técnicas punitivas, mas também a estratégias preventivas, assim como a já referida anteriormente de colocar os alunos alinhados no início da aula, separar os alunos mal comportados pelos diferentes grupos de modo a que interagissem com os alunos mais bem comportados de uma forma positiva, tentando controlar assim as suas atitudes. Outra das medidas era conversar com estes alunos mais agitados antes da aula nos corredores ou mesmo enquanto estava a montar material e caso algum chegasse adiantado prevenindo-o para um bom comportamento na sala de aula. A rapidez das transições foram outro aspecto a melhorar para precaver tempos mortos que davam azo a maus comportamentos.

Os bons conselhos do Professor Cortesão também me ajudaram, e muito, a manter a ordem sempre que por vezes parecia impossível. De todas as vezes que falávamos e fazíamos o balanço no final de cada aula, este foi um dos aspectos mais referidos como aspecto a melhorar.

Mas nem só de indisciplina vivia esta turma, também tive aulas muito boas e em que o empenho motor era elevado e a indisciplina não se fazia notar, nem sendo preciso ao professor puxar pelos galões de professor, notava que quando isto acontecia era quando as aulas corriam melhor neste campo. Para Torrado (1994) o exercício docente uma vez anuladas as sagradas distâncias ou dessacralizadas, ganha uma dimensão nova.

#### **2.2.2.4. Decisões de Ajustamento**

Por mais que sejam planeados os exercícios e as situações de aprendizagem nunca se vai ter certeza absoluta que irá correr como o planeado. Portanto, o professor deverá estar sempre pronto para qualquer eventualidade, podendo até andar munido com planos de aula alternativos. Por exemplo, numa das aulas planeadas, devido a questões climatéricas, tive que deixar de dar atletismo na pista e ocupar o ginásio realizando alguns exercícios lúdicos e que fossem cativantes para os alunos. Desta vez correu bem e os alunos gostaram da aula mas, na opinião do Professor Cortesão, deveria já ter levado um plano alternativo de Ginástica e ter aproveitado aquela hora dando um conteúdo programático, não “perdendo” assim uma aula. Posteriormente, já nutra aula, as questões climatéricas obrigaram-me novamente a abandonar a pista de atletismo e ir para o pavilhão, adaptando o meu plano ao plano alternativo que já trazia previamente caso houvesse algum imprevisto. Assim, foi realizada na mesma a aula de atletismo que estava programada.

Mas nem só destas grandes questões de espaço ou de clima se podem vivenciar ajustamentos de aula. Também ao nível da aula foram feitos ajustamentos por exemplo quanto aos grupos de trabalho para se tornarem mais equilibrados ou no caso de ter faltado algum aluno, ajuste de alguns exercícios, mais ou menos complexos e mesmo ajustes devido às faltas de material ou de presença.

Um dos ajustes feitos logo desde o primeiro período foi dar mais tempo de situação de jogo nos momentos finais da aula (foi feito este ajuste ao nível dos planos de aula) de modo a manter os alunos motivados, já que estes se sentem bem com a competitividade e com situações de interação.

Outra decisão de ajustamento foi a posição dos alunos no início e final da aula, como já foi referido neste documento.

### **2.2.3 Avaliação**

A avaliação continua a ser a função mais frágil e difícil que se apresenta a cada um dos seus intervenientes: avaliado ou avaliador. A avaliação é uma condição imprescindível, é um meio de guiar o processo e o produto de ensino. Só assim se poderá alterar alguma falha e tornar o processo ensino-aprendizagem mais eficaz.

O tipo de avaliação utilizado foi a avaliação diagnóstica (ou inicial), formativa e sumativa. A avaliação diagnóstica teve como objectivo definir o nível de desenvolvimento dos alunos e distribuí-los, se assim se justificasse, em grupos de aprendizagem, o que acabou por acontecer na modalidade de natação, também servindo para criar grupos heterogéneos nas outras modalidades e saber quais os exercícios e abordagem a utilizar para a realidade da turma. A avaliação formativa consistiu no acompanhamento permanente da actuação dos alunos, adequando a nossa actuação às necessidades verificadas. Geralmente era atribuído um item qualitativo para a designar. A avaliação sumativa esteve relacionada com o resultado atingido pelo aluno, sendo atribuído um valor numérico no seu final.

Ao nível do processo utilizado, a avaliação foi efectuada pela observação directa.

Neste último tipo de avaliação, os níveis atribuídos tiveram como base alguns parâmetros cujo coeficiente se distribuiu de forma a obter uma nota equilibrada em relação a todos os parâmetros considerados:

- Conhecimento/Desempenho: 75%
- Atitudes e Valores: 25%
- Aptidão Física: 5%

A avaliação pretende, acima de tudo, acompanhar o progresso do aluno, ao longo do seu percurso de aprendizagem, identificando o que o aluno já possui, o que foi conseguido durante as aprendizagens e o que falta alcançar, ou mesmo o que está a levantar dificuldades, procurando-se encontrar novas estratégias em busca de uma melhor performance e uma melhor aprendizagem do aluno. Assim, com uma avaliação eficaz é possível verificar se o aluno está a ir de encontro aos objectivos e mostrar que conhecimentos, aptidões e atitudes os alunos têm ou adquiriram. Ao professor de Educação Física cabe fazer um bom uso de todas estas componentes avaliativas e saber

usá-las de um modo justo, válido e fiável para os seus alunos e, na minha opinião isto depende muito da prática e do tempo de prática.

Sobral (1980) Se numa turma ou escola, a grande maioria dos alunos não satisfaz as metas prescritas pelos professores ou pelos programas, duas justificações podem apresentar-se: ou as metas foram impropriamente estabelecidas, sem atenção às reais possibilidades dos alunos, ou então os métodos de ensino adoptados não foram os mais convenientes. Nestes dois casos, a avaliação do rendimento dos alunos oferece também ao professor um motivo para repensar o currículo escolhido, as condições de trabalho e o método de ensino a seguir (pp.11)

Foram utilizados três tipos de avaliação no decorrer do ano lectivo. Foram elas: a **avaliação diagnóstica**, avaliação esta inicial de modo a definir o nível do aluno no início, a **avaliação formativa** de modo a controlar os efeitos do processo ensino aprendizagem e a **avaliação sumativa** para que fossem quantificados os resultados obtidos.

A **avaliação diagnóstica** de cada Unidade Didáctica decorreu na primeira aula dessas mesmas Unidades, tendo como objectivo situar o nível da turma ou verificar casos específicos de dificuldades ou de especialidades dos alunos de modo a que o planeamento fosse o mais correcto em relação á realidade da turma. A informação recolhida foi muito superficial e de uma maneira geral e global da turma. A inexperiência inicial e a dificuldade em conhecer todos os alunos nas duas primeiras Unidades Didácticas (Ginástica de Aparelhos e Andebol) dificultaram um pouco esta avaliação. No fundo esta Avaliação serve para verificar se os alunos possuem certas aprendizagens ou parâmetros anteriores que lhe sirvam como base á Unidade Didáctica que se iria iniciar.

A **avaliação formativa** assume um carácter contínuo e sistemático, esta avaliação fornece ao professor informações sobre o desenvolvimento das aprendizagens e competências adquiridas pelos alunos de modo a permitir rever e melhorar o processo de ensino aprendizagem, verificando sempre a evolução dos alunos. Para Sobral (1980) a avaliação formativa distingue-se por uma articulação estreita como processo de ensino-aprendizagem e desempenha uma acção de controle e ajustamento permanente e simultânea em relação ao trabalho em curso (pp.13)

Neste tipo de avaliação eram contemplados aspectos relativos ao domínio sócio afectivo (atitudes e valores), como a pontualidade, assiduidade, comportamento e

empenho. Ao domínio cognitivo e psicomotor (regras das modalidades, regras de segurança por exemplo na ginástica, no desempenho dos alunos, de forma a verificar a direcção do processo de aprendizagem a adapta-lo se necessário.

A meio do primeiro e segundo período foi entregue uma grelha de avaliação sumativa ao/à Director(a) de Turma com informações relativas aos domínios avaliados de forma a informar os Encarregados de Educação dos alunos dos êxitos e suas dificuldades ao longo do período referente.

A **avaliação sumativa** foi realizada na última aula de cada unidade Didáctica, e teve por objectivo aferir a progressão dos alunos na aprendizagem e a consolidação dos conhecimentos, permitindo a atribuição de uma classificação quantitativa. Para Sobral (1980) a avaliação sumativa cumpre algumas funções que não estão ao alcance da avaliação formativa nem são da sua competência, como sejam a atribuição de graus ou níveis de aproveitamento, diagnose e a comparação dos resultados obtidos por diversos grupos submetidos a processos de trabalho ou conteúdos diferentes, etc. (pp.14). Permitted fazer o balanço final do processo ensino – aprendizagem, informando tanto o professor como os alunos acerca dos objectivos efectivamente atingidos, relativamente às expectativas inicialmente formuladas, tornando-se muito importante para reformular os objectivos, no caso de ser necessário, após a concretização da respectiva unidade temática. Relativamente ao perfil do aluno, é importante referir que o mesmo é fundamental para a classificação final do aluno. Este pode ser dividido em cinco níveis (anexo 3). Estes níveis têm em conta os três domínios dos objectivos comportamentais terminais.

#### **2.2.4 Componente Ético-Profissional**

Ética e profissionalismo deverão sempre acompanhar um professor. São valores que deverão estar sempre presentes no seu quotidiano e nada melhor que o ano de estágio para nos familiarizarmos com estas importantes componentes e fazermos delas a nossa bandeira.

Num resumo geral demonstrei capacidade de trabalho individual e colectivo. Sempre fui assíduo, fui a todas as reuniões propostas, tanto de Grupo de Estágio, como de Grupo de Educação Física, assim como Reuniões do Conselho de Turma. Dei todas as aulas que tinha a dar, experimentei dar aulas a outra turma para ver como seria dar

aulas a uma turma mais calma e do ensino secundário do 11º ano, dei seis aulas extra em acordo com Professor Cortesão a dois alunos da turma em alturas diferentes de acordo com a prossecução do PIT (Plano Individual de Trabalho) (anexo2), levei a minha assessoria ao Director de Turma os três períodos lectivos para estar mais familiarizado com este cargo. Sempre fui assíduo e pontual incutindo nos alunos estes valores (por duas vezes cheguei um pouco na hora da aula, mas consegui sempre começar a tempo). Nunca esqueci o compromisso ético e profissional com as aprendizagens dos alunos bem como a conduta adequada perante a comunidade escolar.

Apesar do meu horário preenchido por motivos profissionais e Estágio Pedagógico, mostrei-me sempre disponível para qualquer eventualidade, sem excepção para os diversos membros da comunidade escolar nas suas solicitações.

As minhas principais preocupações foram essencialmente a disciplina e as aprendizagens dos alunos, preocupando-me sempre com estas componentes de modo a assumir uma atitude de profissionalismo perante os alunos.

### **2.3 Justificação das opções tomadas**

Ao longo do ano vi-me obrigado a tomar algumas decisões mais difíceis. Neste ponto pretende-se justificar as opções tomadas ao longo do processo ensino-aprendizagem, analisando a metodologia de ensino aplicada, as decisões de planeamento e os respectivos processos de ensino.

Quanto à Avaliação Diagnóstica, o Grupo de Educação Física e todos os professores foram unânimes quanto à questão de que a avaliação executada no início do ano lectivo poder não mostrar o nível real de desempenho dos alunos numa modalidade que só será leccionada no final do ano lectivo pois, até à sua abordagem, os alunos já terão passado por novas experiências motoras que lhes permitiram melhorar as suas capacidades físicas e adquirir novos tipo de *skills* úteis para solucionar problemas encontrados em certas práticas desportivas, como é o exemplo do *transfer* existente entre os desportos colectivos (ocupação racional do espaço, enquadramento...).

A inclusão de audiovisuais nas aulas foi primeiramente por uma questão de motivação, e como deu resultado nessa aula decidi experimentar utilizar vídeos com alguns gestos técnicos das modalidades que estava a leccionar. Seria diferente da demonstração do professor e sempre daria mais motivação. Felizmente deu bom

resultado, pois pude constatar que sempre que aparecia com um vídeo novo a aula corria melhor e os alunos pareciam mais empenhados. A partir desta data, sempre que iniciava uma Unidade Didáctica nova apresentava um vídeo referente a essa mesma Unidade Didáctica.

A decisão de colocar os alunos em linha também foi uma decisão de recurso, devido à falta de atenção que estes tinham no início e final da aula, como já referido no tópico gestão de tempo. Com esta situação pretendi ganhar algum tempo e essencialmente iniciar a aula mais serenamente. Com esta técnica alcancei de forma rápida e eficaz o objectivo pretendido: desta forma, os alunos não conversavam tanto nem se distraíam demasiado enquanto era dada a instrução.

Quanto ao Salto em Altura, fazendo parte da Unidade Didáctica de Atletismo e não podendo ser leccionada no campo já que não existe aí material para esta modalidade, a opção seria dar no pavilhão ao mesmo tempo que o basquetebol. Como o pavilhão tem um palco, foi aí montado o material para o Salto em Altura. Enquanto metade da turma jogava basquetebol, outra estava a fazer salto em altura, fazendo a mudança de grupo por rotação.

Ao longo do ano lectivo e após a análise dos dados da Avaliação Diagnóstica, ficou claro que havia matérias onde a heterogeneidade da turma era um factor que poderia ser negativo ao nível do sucesso do processo de ensino – aprendizagem. Logo, tornou-se necessário, sempre que possível, fazer uma diferenciação pedagógica. Esta diferenciação aconteceu essencialmente na Unidade Didáctica de Natação, em que a turma foi dividida em três, consoante o seu nível, e ocupando as três pistas disponíveis para a turma na piscina, em que as aulas eram preparadas e dadas com o apoio de documentos fixos em cada pista da piscina com exercícios para os três níveis.

Outra das opções tomadas foi que como era uma turma indisciplinada, sempre que castigava algum aluno mandando-o sentar-se num canto, para que os alunos não estivessem sem fazer nada comecei a levar algumas fichas (anexo 4) com um documento de apoio ( por norma a Unidade Didáctica feita pelo Núcleo de Estágio e adaptada) para estes realizarem, fichas essas que tinham ligação á Unidade Didáctica em questão. Por vezes dava apenas uma folha de relatório e o aluno teria que dar voltas ao campo e ao mesmo tempo relatar na folha seguindo as directrizes do que era pretendido e que também se encontrava registado na folha. Isto acontecia quando o comportamento dos alunos começava a prejudicar o curso da aula. Com este método

consegui ganhar alguma disciplina na aula. Segundo (Good e Brophy, 1984) *cit.* (Carita e Fernandes, 1999) o castigo deve ser usado como ultimo recurso e não como o de mais fácil utilização e apenas quando esgotado outras técnicas. E o professor deve usá-lo deliberado, situando-o num contexto de resposta global a comportamentos de indisciplina repetidos frequentemente. ( pp.113)

Aos alunos que não faziam aula pontualmente e que apresentavam atestado médico era-lhes dada uma ficha de relatório para seguirem as aulas e minimizar o facto de não fazerem aula.

### **3. Reflexão**

#### **3.1 Ensino aprendizagem**

##### **3.1.1. Aprendizagens realizadas como estagiário**

Considero todas as aprendizagens como estagiário importantes, no sentido em que vão ser mais-valias para o meu futuro enquanto professor. Mais do que a transmitir conhecimento senti que estava realmente a aprender. Servir-me da aquisição e do aprofundamento de conhecimentos teóricos obtidos anteriormente de uma maneira geral e aplicá-los na prática já só por si foi uma aprendizagem com um valor incalculável para quem quer seguir a carreira de docente, assim como o desenvolvimento de uma atitude reflexiva e crítica não só em relação à escola e à disciplina em si, mas também extra muros. Quando iniciei este estágio entendi que iria ser um ano de esforço e de grande exigência, mas só assim se consegue a eleição. E através de conversas com amigos que já tinham realizado o seu ano de estágio rapidamente me apercebi do que estava em jogo e do que era pretendido, assim como tive uma noção geral de como iria ser, mas nada como vivenciar a experiência para se realmente saber como é. Assim parti com a condição que iria tentar reter o máximo de conhecimento que pudesse obter. Sendo um ano de estágio teria que aproveitá-lo até ao fim e da melhor maneira, por isso continuei com assessoria até ao final do ano lectivo. Considerei que seria fundamental para o meu crescimento e, visto se tratar de uma turma complicada a nível de comportamento, tendo alunos muito bons, assim como muito maus, isso seria uma mais-valia para mim: estar em pólos opostos de uma realidade.

Na assessoria ao Director de Turma aprendi a lidar com o programa informático de marcação de faltas, a organizar um Dossier de Turma nos seus vários parâmetros e, o mais importante, a lidar com pessoas, neste caso com os encarregados de educação dos alunos. E nesta caso dou graças, porque aprendi a lidar com duas pessoas distintas e muito diferentes uma da outra, mas no entanto muito profissionais e com um bom código de ética. Tive o prazer de assessorar a Prof. Ana Cristina Gomes que depois teve

de baixa devido a um problema de saúde, isto no início de segundo período. Depois, a partir desta altura, fiz assessoria ao Prof. Joaquim Jesus. Com duas formas de abordagem diferentes consegui enriquecer sem dúvida a minha maneira de estar e receber os encarregados de educação, o que por vezes não era nada fácil, já que como referi esta turma não era muito fácil a nível disciplinar, o que fazia com que na maioria das situações os encarregados de educação não fossem chamados pelos melhores motivos, e isto durante todo o ano lectivo. De referir que tinha talvez uma média de em cada sessão ter 2 a 3 encarregados de educação, por vezes o dobro, sendo que os meus colegas que estavam a fazer assessoria às vezes passavam semanas sem terem alguma “visita”, o que me leva a pensar que toda esta envolvência foi muito enriquecedora.

Outro factor importante e talvez ou senão o mais importante foi a leccionação das aulas, sendo também este sem duvida onde mais senti que evolui. Com o passar do tempo a melhor preparação das aulas, assim como a melhoria dos planos de aula, levou-me a dar aulas com mais qualidade, apesar da turbulência da turma. As transições mais rápidas de exercício foi um aspecto em que melhorei muito, assim como encontrar as melhores estratégias para não haver tempos mortos durante as aulas, não dando assim azo a maus comportamentos da turma. Aprendi que enquanto a turma se mantivesse em constante actividade física, menos tempo teriam para se portarem mal.

Também acredito que ao leccionar uma turma bastante heterogénea a nível de comportamento me trouxe mais-valias para o meu futuro, já que me possibilitou lidar com tipos diferentes de comportamentos na turma e assim aumentar a minha aprendizagem a nível de controlo de turma e de saber lidar com os alunos nas diferentes situações que se apresentavam. Confesso que esta turma não foi fácil de lidar durante o ano, mostrando-se mais cooperante no último período. Penso que isso se deveu à melhor relação e comunicação que fui tendo com alguns alunos, em que estes não me viam só como “ o professor” mas como alguém que falava com eles mesmo nas horas fora da aula sempre que surgia alguma dúvida.

Na elaboração dos diferentes documentos de apoio, como o é o plano anual, unidades didácticas, planos de aula, caracterização da turma, caracterização da escola, os diferentes tipos de avaliação, foram todos parâmetros que me deram o conhecimento de passa-los da teoria para a prática sentindo assim a sua verdadeira finalidade, já que estes mostraram-se bastante úteis ao longo de todo o ano e mostrando-me na prática a verdadeira interligação entre eles.

A comunicação foi um dos ganhos mais importantes deste estágio. A selecção e transmissão da informação mais importante para o aluno realizar uma tarefa de forma correcta e motivada, objectiva e eficaz foi um dos meus maiores ganhos. O saber dar *feedback* com reforço positivo e pertinentes na altura certa e nas suas várias dimensões, fazendo deste um *feedback* mais eficaz e com mais qualidade.

A ocupação espacial na sala de aula de forma a ter todos os alunos sobre controlo também foi uma das aprendizagens, sendo que no terceiro período já era feita quase automaticamente.

Em relação à avaliação, esta, mais do que me mostrar as necessidades dos alunos ou a sua classificação qualitativa ou quantitativa, aprendi na prática (já conhecia a realidade teórica) que esta também serve para me avaliar a mim enquanto professor. O que correu bem, onde poderia melhorar para que os alunos melhorassem também, servindo-me de uma boa base para o meu melhoramento e aperfeiçoamento enquanto professor e ajudando-me nas mais variadas dimensões.

Em relação aos planos de aula, penso que a organização, selecção, gestão e adequação dos exercícios em relação à realidade da turma depois de feita a avaliação diagnóstica e em relação às respostas dadas pela turma de aula para aula, adequados aos objectivos traçados, foi uma aprendizagem desenvolvida, sentindo-me capaz de fazer melhores escolhas de forma a garantir o sucesso e motivação por parte dos alunos.

Considero que com estas aprendizagens e competências ético-profissionais me tornei mais competente e mais consciente na minha intervenção e actuação enquanto professor. Penso que é importante mostrar interesse pelo que se lecciona e mostrar interesse pelos alunos e reflectir no que realmente é necessário para ensinarmos.

No fundo penso que a minha auto-crítica foi a minha maior aprendizagem. Esta permitiu-me abrir os horizontes e ver que aspectos precisava realmente de aperfeiçoar de forma a tornar-me um melhor professor e dar aos alunos o que eles realmente necessitavam.

### **3.1.2 Compromisso com as aprendizagens dos alunos**

Considero que há uma clara relação de importância entre quem quer ser professor em se comprometer a cem por cento com as aprendizagens dos alunos. De

outra maneira estará a fazer um mau trabalho, se é que se pode chamar professor a quem não se compromete. É uma questão de ética e profissionalismo já tantas vezes referidas neste documento: o compromisso com uma boa aprendizagem e sucesso e motivação dos seus alunos deverá estar sempre inerente no dia-a-dia de um professor. Esta é a minha franca opinião sobre este item.

Para que estas aprendizagens corressem de feição delineei estratégias, planificações e também reflecti sobre qual a melhor maneira de intervir pedagogicamente nas situações que fossem surgindo. Com a planificação houve sempre um cuidado para que esta fosse de encontro às necessidades dos alunos, especialmente dos que sentiam mais dificuldades, dando por vezes tarefas a quem fosse federado numa determinada modalidade para demonstrar aos colegas determinados termos técnicos de algum movimento, assim como motivar os próprios colegas na sua prática. Desta forma, tentava manter todos os alunos motivados para a prática, sendo este um parâmetro importante para o sucesso.

Tentei manter sempre uma boa formação dos conhecimentos teórico-práticos das Unidades Didácticas abordadas para que sempre que surgissem perguntas ou alguma dúvida estar pronto para responder sem ser apanhado de surpresa, assim como forma também de melhorar o meu *feedback*. Dei sempre oportunidade aos alunos de me perguntar o porquê das coisas e tive sempre o cuidado de, depois da explicação de um determinado exercício, perguntar se havia dúvidas e dizer os objectivos de cada conteúdo, assim como as componentes críticas, fornecendo os melhores *feedback* possíveis ao aluno e à turma em geral.

O compromisso com o conhecimento da realidade escolar e da turma levou-me a ter de uma forma mais segura e eficaz a ideia de como transmitir melhor o conhecimento à turma. Deste conhecimento da realidade fizeram parte as avaliações, especialmente a diagnóstica que era bem analisada para iniciar da melhor forma a Unidade Didáctica, assim como conversas formais e informais com outros professores e Director de Turma, assim como com o Orientador de Estágio da Escola, Prof. Cortesão.

Uma questão importante foi que sempre tive uma atitude inclusiva para todos os alunos, já que pensando que todos poderão ter capacidades e conhecimentos diferentes tentava fazer grupos o mais heterogéneos possível para que os mais aptos ajudassem os menos aptos dando esta indicação aos mais aptos.

### **3.1.3 Inovação nas práticas pedagógicas**

Tendo como referencia o nível dos alunos, a Unidade Didáctica a ser leccionada, o espaço em que a aula iria ser leccionada, o número de aulas, o número de alunos disponível, assim como o tempo de aula disponível, sempre tentei inovar nos exercícios iniciais de aquecimento. Fazia exercícios lúdicos com e sem bola e sempre com a bola referente á unidade didáctica que estaria a leccionar para os alunos se irem acostumando à bola e encararem a aula de uma maneira motivadora e alegre, propicia á pedagogia dos alunos e é modalidade em questão. Como já referi anteriormente, considero a motivação e a maneira positiva que os alunos encaram cada aula como um dos bons caminhos para o sucesso e esta deu alguns frutos.

Outro tipo de estratégia e inovação foi levar por vezes vídeos para as aulas sobre a modalidade em questão, mostrando as componentes críticas de movimentos feitos por praticantes da modalidade que estaria a ser leccionada. Estes vídeos eram sempre encarados como uma grande satisfação por parte dos alunos, em se mostravam motivados para a visualização do vídeo e também para a tentativa de pôr em prática o que viram e como lhes era explicado. Cheguei mesmo numa fase do estágio a mostrar um vídeo motivacional, já que notei que alguns alunos andavam um pouco desmotivados na modalidade que estava a ser leccionada assim como uma aluna que teve uma nota bastante baixa.

Já no final da parte fundamental da aula, aquando as equipas formadas jogavam entre si, procurava fazer mini torneios dentro da turma e da aula de maneira a manter sempre a motivação e um bom empenho motor.

## **3.2. Dificuldades e Necessidades de Formação**

### **3.2.1 Dificuldades sentidas e formas de resolução**

Uma das principais dificuldades sentidas começou logo no início com duvidas e incertezas nesta nova realidade. Para além da alegria e da motivação de começar um capítulo bem importante para a minha vida profissional existiu sempre algum receio

inicial, penso que mais por receio do desconhecido, e sem dúvida que o Prof. Cortesão foi uma mais-valia neste sentido em que nos elucidou sobre esta nova realidade que encontramos e na primeira semana de estágio levou-nos a conhecer os restantes professores do grupo de Educação Física da escola, ao conhecimento físico da escola, fomos apresentados aos funcionários com que íamos trabalhar mais (do pavilhão, arrecadação e ginásio) ao director da escola entre outros, tendo assim connosco uma atitude inclusiva e com a tentativa de nos deixar o mais á vontade possível. Com o passar do tempo e com esta forma de recepção as dúvidas e receios foram-se desvanecendo.

Também no início houve alguma dificuldade em planificar o ano e saber que estratégias e metodologias a utilizar. Ainda não conhecia bem a turma, tirando algumas referências que me foram dadas pelo Prof. Cortesão, assim como algumas indicações que consegui captar na primeira reunião do Conselho de Turma. A caracterização da escola e da turma também foram importantes para traçar um plano inicial.

A realização dos planos de aula foram também algo problemáticos de início, já que a inexperiência e a ânsia de que tudo corresse na perfeição levava-me quase ao desespero e por vezes mudar muita coisa horas antes da aula e às vezes a passar a noite anterior à aula a pensar no que poderia melhorar. Com o passar do tempo e conhecimento da turma e mesmo conhecimento de mim próprio, com o ganho de novas competências, isto foi mudando, tendo planos de aula mais consistentes e adaptados à realidade da turma, realidade essa que se ia também mostrando de aula para aula, e também com a ajuda da avaliação diagnóstica. Interessa dizer que por vezes a intervenção depois da aula acabada do Professor Orientador de Escola assim como a reflexão dos meus colegas estagiários enquanto observadores foram importantes também para a melhoria dos meus planos e aulas, indo ao encontro das melhores metodologias e estratégias a aplicar.

No que diz respeito à minha intervenção pedagógica, tive algumas dificuldades desde início, nomeio as mais importantes: a qualidade e frequência dos *feedbacks* e o meu posicionamento no decorrer da aula. Quanto ao posicionamento, foi uma questão de tempo e de experiência para me colocar nos sítios certos e com o tempo este item foi melhorando. A frequência de *feedbacks* foi feita também com o ganho de experiência e com o à vontade e confiança adquirido com essa mesma experiência. A qualidade dos *feedbacks* foi ganha com a experiência, mas sobretudo com um melhor e minucioso

estudo das componentes críticas que ia abordar, e com isto surgiu outra dificuldade que foi passar de uma linguagem mais elaborada ou mais científica, para uma linguagem mais corrente para conseguir transmitir a mensagem aos alunos de modo a que estes a compreendessem na totalidade. Mais uma vez tive que me adaptar à turma e com o tempo e a insistência própria (por vezes a falar em voz alta antes da aula) consegui ter uma linguagem mais corrente e adequada á turma.

A minha maior dificuldade foi controlar a turma ao nível da disciplina. Esta foi uma dificuldade constante ao nível do ano. Considero que a turma que me foi atribuída era uma turma difícil de controlar e indisciplinada, sentimento que era partilhado por todos os professores da turma, havendo elementos da turma que causavam grande desestabilização das aulas. Algumas atitudes por parte da maioria dos alunos faziam com que as aulas por vezes tivessem algumas paragens mais prolongadas do que o necessário, nomeadamente nas transições de exercício, ao que mais uma vez levava á indisciplina, para Arends, *cit.* Carita (1999) também certos períodos se apresentam particularmente favoráveis ao surgimento de comportamentos não desejados e portanto requerem atenção especial. Encontram-se entre esses momentos, os relativos ao início e fim das aulas, os períodos de transição entre actividades e os tempos mortos (pp.79) Fiz pesquisas bibliográficas que me pudessem ajudar neste tema assim como levar em conta alguns conselhos do Prof. Cortesão e Prof. Alain, e por vezes notava algumas melhorias, mas com o passar do tempo a indisciplina voltava e tinha que arranjar novas estratégias. Esta “luta” foi uma constante durante o ano. De notar que mesmo os professores das outras disciplinas tiveram o mesmo problema, inclusive o Director de Turma.

Deixo aqui uma citação de uma pesquisa bibliográfica que fiz durante o ano:

Segundo Polland (1989) *cit.* Amado, Existem consequências a exigir reflexão pelos professores:

A primeira é a necessidade de o professor estar preparado para identificar bem os problemas com que se defronta dia a dia.

A segunda é a necessidade de se pôr em si mesmo em questão.

A terceira é a necessidade de um esforço por tornar o ensino atractivo, a satisfação é um dos maiores interesses dos alunos.

A quarta é a necessidade de o professor possuir competências (*skills*) interpessoais, de modo a saber lidar com o stress provocado pelos alunos e, ao mesmo tempo, manter a dignidade.

Finalmente reconhece-se a necessidade de o professor estar por dentro das relações que se estabelecem entre os grupos de alunos, da sua cultura e dos seus padrões de amizade e de reconhecer que no interior dessas relações, aquilo que ao professor, à primeira vista pode não ter sentido, como a própria indisciplina, para o aluno isso mesmo pode ser “inteiramente racional, apropriado e justificado”. (pp.19)

### **3.2.2 Dificuldades a resolver no futuro ou formação contínua**

A principal dificuldade a resolver será realmente o capítulo da disciplina e controlo de turma. Penso que poderei fazer melhor neste campo através de revisões bibliográficas, experiências de outros colegas, entre outros.

Outro aspecto importante a resolver será mais ao nível das modalidades leccionadas nos vários ciclos de ensino. Apesar de ter dado nove Unidades Didáticas, há muitas mais para aprender a leccionar e muitos bons exercícios para serem descobertos e aplicados à realidade de cada turma e de cada ciclo de ensino. Acredito que quanto maior for o nosso leque de opções ao nível da estrutura das dos conhecimentos das modalidades, melhor será a nossa intervenção pedagógica, sendo que essa é uma das premissas do ensino. Também atendendo ao facto de que o processo ensino aprendizagem está em constante mudança e actualização o professor deve estar também sempre a par destas e ver quais as melhorias que pode encontrar neste campo.

Penso que como professor me deverei munir do máximo possível de elementos que me ajudem a proporcionar aos alunos um nível de aprendizagem o mais elevado possível, melhorando a minha intervenção através de formações e pesquisas na área da Educação Física e seus domínios.

### **3.3.Ética Profissional**

#### **3.3.1Capacidade de iniciativa e responsabilidade**

Este foi um ano de muitas lutas e, acima de tudo, um ano de grande responsabilidade. Todos os compromissos assumidos por mim, dentro das minhas funções enquanto professor da turma foram cumpridos sem exceção, tanto que decidi em acordo com o Orientador da Escola ficar a leccionar até ao final do ano lectivo, altura essa em que o trabalho de estágio pedagógico na escola já havia terminado oficialmente. Também criei dois PIT (Anexo 2) para dois alunos em duas alturas distintas, fazendo-os serem cumpridos na totalidade. Esta iniciativa mais uma vez foi da minha parte e mais uma vez em concordância com o Orientador da Escola, penso que assim passando pela experiência do fazer um Plano diferente de todos os outros assim como ter que aplicá-lo na prática com a responsabilidade de ser funcional e de fazer os alunos cumprir, foi esta uma das minhas iniciativas e responsabilidades.

Outra iniciativa que tive foi de mostrar um vídeo de motivação sobre Derek Redmond e a final Olímpica dos 400m em que o malgrado inglês apesar da lesão durante a prova conseguiu acabá-la com muito esforço, coragem e perseverança. Foi esta uma das formas que encontrei para motivar os meus alunos numa altura em que os achava desmotivados em relação à modalidade em questão, mas principalmente aos que tinham tido negativa no primeiro período, para os motivar e lhes mostrar que apesar de terem começado mal que tinham que conseguir terminar a corrida (alcançar uma nota positiva), este vídeo pode ser visualizado em <http://www.youtube.com/watch?v=Nifq3Ke2Q30>. Penso que para além da atribuição de notas e de uma boa prática pedagógica, também é da responsabilidade do professor saber e motivar os seus alunos da melhor forma. Esta é quanto a mim algo em que se deve ter sempre em mente.

Outra das minhas iniciativas foi dar aulas a uma outra turma que não a minha para sentir a experiência de leccionar ao ensino secundário (11ºano) e com uma turma que não me causava problemas de disciplina por demais. É da minha opinião que devemos passar pelas demais experiências de turmas e de ciclos para termos uma melhor percepção da realidade, assim como estarmos preparados para as diferentes

realidades que se nos deparam. Só passando por várias experiências de prática pedagógica é que realmente podemos ter uma verdadeira percepção do que é o ensino e o que é ensinar.

Outra iniciativa que tive foi a de fazer assessoria ao Director de Turma todo o ano lectivo, de forma a obter uma melhor experiência neste cargo, nas suas várias vertentes, assim como experienciar o contacto com Pais e Encarregados de Educação. O saber lidar com estes, a forma como tratar e abordar os diferentes assuntos e sendo esta uma turma com problemas disciplinares trazendo-me assim também uma maior bagagem em termos de burocracias e formas de lidar com este problema disciplinar enquanto Director de Turma. Sendo este um cargo muito comum entre professores penso que esta iniciativa me será muito benéfica e útil para o meu futuro enquanto docente.

### **3.3.2 Importância do trabalho individual e de grupo**

Sem dúvida que o trabalho individual e de grupo faz parte da realidade de um Professor. Trabalho individual, para aplicar os seus conhecimentos aos vários níveis das suas turmas. Trabalho de grupo porque normalmente se faz parte de um grupo de estágio ou departamento de Educação Física, e que sendo assim envolve mais pessoas.

Falando primeiramente do trabalho de grupo e essencialmente do grupo de estágio, na realidade nós éramos colegas mas não nos conhecíamos, cumprimentávamo-nos como colegas que éramos no primeiro ano de Mestrado, mas nada mais. Por isso tivemos que nos “apresentar” uns aos outros e começamos a conhecer-nos melhor aos poucos. Na verdade, esta era uma das minhas grandes preocupações iniciais, em conversa com colegas que já haviam estagiado, sempre me disseram que um bom grupo de estágio é meio caminho andado, e eu não conhecia os meus colegas. Em pouco tempo esse receio passou. Penso que não poderia ter ficado em melhor grupo de estágio sem previamente conhecer as pessoas e, na verdade, trabalhamos e falamos entre nós como se nos conhecêssemos há anos. A harmonia que se sentiu neste grupo que não se conhecia foi fantástica e mesmo nos momentos mais difíceis estávamos sempre a aconselharmo-nos uns aos outros e a trocar ideias. Mesmo na organização das actividades estas correram lindamente, aliás é da minha opinião que não poderiam correr melhor, tanto na organização como na preparação e conclusão das actividades. A

forma como trabalhamos como um todo foi fantástica. Com isso ficamos a ganhar como grupo e individualmente, sendo que todas as descobertas e soluções encontradas aos mais diversos problemas e questões que se nos deparavam (a maioria das vezes voltada para a prática pedagógica) eram transmitidas ao grupo.

Quanto ao trabalho individual, surge num contexto em que por vezes vai directo a questões específicas do processo ensino aprendizagem (componentes críticas), como pode ir de encontro a questões mais abrangentes (regulamento da escola). Acredito e pelo menos foi o que me aconteceu, o trabalho individual voltado mais para a pesquisa e preparação de aulas surge mais num contexto de intervenção pedagógica, em que aqui houve a necessidade de procurar soluções para as dificuldades sentidas no decorrer das aulas. Neste contexto, existe uma formação própria adequada a situações mais ou menos específicas e em que sempre que surgia em conversa seria transmitia ao grupo logo que houvesse essa necessidade ou estivesse em contexto de alguma situação.

### **3.4. Questões Dilemáticas**

Questões dilemáticas querem dizer precisamente que é algo que merece ser discutido embora não se chegue a opinião fácil ou satisfatória. Ao longo deste estágio foram-me surgindo algumas. Irei referir aqui apenas as que considero mais importantes.

A avaliação inicial ou diagnóstica apresenta algumas questões que merecerão ser aqui explanadas. Considerando-se que se vai fazer uma avaliação diagnóstica a uma turma com os objectivos que deveriam ter sido cumpridos no ano anterior e fazer uma avaliação só com base nesses objectivos vai levar a que a possível não aquisição das competências por parte do aluno no ano anterior apresente problemas para o professor e aluno a nível de exequibilidade desses mesmos objectivos. Entender que o conjunto de habilidades estabelecidas para um determinado ano anterior foi adquirido por parte do aluno sem restrições, é como estivéssemos à espera que todos os alunos fossem ideais ou que fossem máquinas em que bastasse apenas carregar com informação para esta fazer efeito. Assim, como os alunos não são iguais, também não são os professores, e com isto é preciso ter em conta as possíveis dificuldades e as características de cada um dos alunos ao se definir quais os objectivos a atingir e em que medida. Há que ter em consideração que um aluno que adquiriu os conhecimentos e aptidões no ano anterior, neste ano poderá se encontrar no salto pubertário e ter algumas dificuldades em lidar

com essas mesmas habilidades ou mesmo no caso de se encontrar uma turma heterogénea a nível de desenvolvimento. Na turma que leccionei por exemplo tinha alunos cujo desenvolvimento motor e corporal estava pouco evoluído e outros que apresentavam boas capacidades e habilidades motoras, assim como uma grande diferença entre as idades que se fazem notar com crianças desta faixa etária. A turma tinha inicialmente alunos com 12, 13, 14, 15, e 16 anos de idade, o que leva a considerar que os seus níveis de aprendizagem, desenvolvimento e mesmo de conhecimento são muito diferentes como se fez notar. Assim, considero que os objectivos e o planeamento deverão ser também diferentes caso contrário poderá dar azo a alguma exclusão.

Esta questão dilemática faz-nos saltar para outra questão idêntica, que é o caso da Avaliação Sumativa. Neste caso, e vistas as coisas de maneira tradicional, ou como uma forma apenas de classificação dos alunos e de verificação de aprendizagens e no exemplo numa turma como a que leccionei, vai criar um fosso entre os “bons” e os “maus”, havendo assim uma exclusão dos menos aptos do que propriamente adaptar a avaliação às possibilidades dos alunos. Se a avaliação for no sentido de acompanhar o aluno, ao longo do processo de aprendizagem, verificando o que o que se atingiu e encontrando as melhores soluções para as dificuldades dos vários casos, pode-se aumentar a qualidade dos planos de aula assim como de se estabelecer objectivos realistas e adequados às necessidades de cada aluno, respeitando os seus níveis de maturação e aprendizagem. As aulas de Avaliação Sumativa eram aulas que, por norma, iam ao encontro aos planos anteriores, mesmo para os alunos menos aptos não se sentirem pressionados.

Uma terceira e última questão em relação à avaliação e agora à disciplina: são várias as vezes que nos confrontamos com alunos muito bons no plano psicomotor, mas que no plano sócio afectivo têm muitas lacunas no comportamento dentro de uma sala de aula - o empenho é pouco, e as faltas de material costumam ser frequentes, como aconteceu com um dos alunos da turma. Por outro lado, se tivermos um aluno com um fraco desempenho motor, mas que trabalha e se apresenta em todas as aulas e a horas e nunca se esquece do equipamento, sendo disso um exemplo, surge a dúvida em definir as notas aplicadas a ambos. Se, por um lado, e mesmo que se penalize o aluno com o domínio psicomotor acima da média no plano sócio afectivo a influência final na nota a aplicar será considerada muito pouca, mas será que é de justiça premiar com uma boa nota o aluno que é um exemplo apenas no plano sócio afectivo?

### **3.5. Conclusões referentes á formação inicial**

#### **3.5.1 Impacto do estágio na realidade do contexto escolar**

O impacto do estágio na realidade do contexto escolar dependeu em grande parte do esforço do grupo em marcar a diferença ao mostrarem-se como elementos activos na escola e no processo ensino aprendizagem, estando sempre disponíveis sempre que solicitados pela comunidade escolar sendo esse um ponto que foi falado entre nós muito por alto, mas que ficou bem vincado. Penso que isto também se enquadra na ética e no profissionalismo de um professor e connosco não foi diferente. Mesmo a relevância que a escola dá ao próprio Núcleo de Estágio era para nós importante, pois sem a colaboração da direcção, professores, funcionários, alunos e mesmo de outros estagiários de outras disciplinas não conseguiríamos ter um enquadramento tão bom como tivemos na escola, assim como não teríamos tido tanto êxito nas actividades e mesmo no processo ensino aprendizagem sem a colaboração destes.

A disponibilidade e a responsabilidade dos professores estagiários para ajudar e perante a escola foi notória, aceitando de bom grado ou, mesmo, tomando a iniciativa de realizar qualquer tarefa. Assim, os professores estagiários eram vistos aos olhos de qualquer professor como um bom contributo para a escola e para o grupo, podendo contar sempre com eles e em qualquer ocasião. É de se notar por exemplo que a nossa primeira actividade o torneio de basquetebol teve cerca de 120 alunos envolvidos, desde a participar como concorrentes, até a ajudar na arbitragem e alguma organização, o que foi de louvar pelos restantes professores do Grupo de Educação Física e os restantes professores da escola, a quantidade de alunos que esta actividade envolveu e a nossa capacidade de organização para tamanha adesão por parte dos alunos, o que nos deixou radiantes o êxito desta actividade e o seu reconhecimento por parte de professores e funcionários, até mesmo os alunos que responderam muito positivamente aos questionário de controlo de qualidade do evento. A segunda actividade já teve menos gente envolvida devido a impormos um limite de inscrições e dirigi-la só para os alunos do 3º ciclo, devido às características da actividade. Esta actividade foi um peddy papper com várias estações com vários jogos a que se atribuía uma pontuação, sendo que cada estação também tinha uma pergunta de carácter geral em relação á escola. O objectivo

era mesmo esse, relacionar a actividade física e cultura geral numa só, proporcionando com isso momentos de diversão e aprendizagens sobre a escola. Mais uma vez esta actividade foi um êxito com cerca de 60 alunos envolvidos, e alguns professores do Grupo de Educação Física, assim como duas estagiárias da disciplina de Física e Química que nos deram uma preciosa ajuda, notando-se aqui uma boa envolvência dos estagiários com a restante comunidade escolar.

Penso que estas duas actividades que foram realizadas no final do primeiro e segundo período foram importantes na promoção de novas experiências e aprendizagens enriquecedoras, contribuindo igualmente para o reconhecimento de boas competências do Núcleo de Estágio.

De notar por exemplo a continuidade na assessoria da Direcção de Turma, mostrando-me disponível durante todo o ano, para ajudar no que fosse necessário neste campo.

### **3.5.2 Prática pedagógica supervisionada**

A principio, fez-me alguma confusão estar a ser constantemente observado, e com isso por vezes sentia-me inibido, devido a não querer mostrar o erro ou achar que poderia estar a fazer algo de errado ou menos correcto. Com o passar do tempo e com o ganho de alguma “experiência”, a presença do Orientador nem era notada. Isto também acontecia porque o Orientador de Escola nos dava a liberdade para fazermos os nossos planos de aula conforme achássemos melhor para a realidade da turma. Apresentávamos o plano no inicio da aula, fazendo referência ao que iríamos fazer e o Orientador dava o seu aval, que era por norma positivo. No final da aula discutíamos o que tinha corrido bem, o que correu menos bem ajudando assim a compreender melhor o exercício da prática pedagógica.

A observação pedagógica foi importante assim como os *feedbacks* dados pelo Orientador, percebendo bem onde mostrávamos mais dificuldades e onde poderíamos e deveríamos continuar a fazer um bom trabalho, sendo um elemento importante para mim na minha formação actual, sendo também importante a dedicação com que nos orientou, às vezes de uma forma mais dura de modo a fazermos perceber as coisas.

A possibilidade de pôr em prática os conhecimentos que ao longo do mestrado foram adquiridos, dando a esta situação real de ensino supervisionado uma grande importância. Não só podemos retirar conclusões pertinentes sobre o nosso modo de actuar como recebemos também informação de alguém já com uma grande experiência na prática de ensino, valorizando ainda mais a sua opinião, tornando-nos ainda mais ricos com a informação. Assim, pudemos retirar conclusões sobre a nossa formação inicial e permitir-nos perceber verdadeiramente o ambiente de escola e a exigência do sistema de ensino, assim como com os diferentes *feedback* que eram dados a cada estagiário com as suas diferentes turmas, com diferentes realidades. Piéron (1996) “Observar um professor na sua acção, fornecer-lhe dados que obtivemos e ajudá-lo a utilizá-los, constituem os diversos componentes de um feedback que facilita a aprendizagem a todo o formando...” (pp.24)

### **3.5.3 Experiência pessoal e profissional**

Considero este ano de estágio uma experiência muito rica, tanto a nível pessoal como profissional, sendo que foi um ano rico e gratificante apesar de cansativo (o que é o cansaço comparado com a satisfação do dever cumprido?) no que diz respeito às aprendizagens adquiridas. Ao contrário de alguns colegas com quem tive a oportunidade de falar e trocar ideias, esta situação de estagiário de docente de Educação Física foi nova para mim e assim nunca tinha tido oportunidade de avaliar os meus conhecimentos teóricos na prática, e de uma forma supervisionada o que levou a alguns constrangimentos pelo nervosismo mas que com o tempo se foi debelando.

Este foi, sem dúvida, uma etapa importantíssima na minha formação enquanto docente de Educação Física, contribuindo para enriquecer-me enquanto pessoa e profissional de Educação Física, sendo fundamental e repleto de experiências tanto a nível pessoal como profissional, realizando-se a passagem de “ser aluno” para o seguinte, e estar do” lado de lá” o de “ser professor”.

Foi um ano com um grande grau de exigência em que para ter sido cumprido com um bom aproveitamento, foi preciso muito empenho e maior sentido de responsabilidade da minha parte, enquanto professor, estagiário e pessoa. O compromisso com o estágio, processo de ensino, com a escola, os alunos, os colegas de estágio e com o Professor Orientador, e até com a Faculdade (de certa forma estamos a

representá-la) foi sempre uma premissa minha. Este compromisso fez-me desenvolver para alguém ainda mais responsável e preocupado com o desenvolvimento dos alunos, os principais visados do processo ensino aprendizagem fazendo-me aperfeiçoar a minha capacidade de pesquisa, de organização e de actuação para conseguir responder a essas mesmas necessidades dos alunos e as exigências do Estágio Pedagógico.

Senti-me bastante apoiado desde o início apesar dos receios iniciais e por vezes durante o processo de formação, encontrado no Professor Orientador António Cortesão, alguém sempre disponível e atento às necessidades que iam surgindo. De uma forma geral, todos os professores do Núcleo de Educação Física sempre se mostraram também muito disponíveis para ajudar no que fosse necessário e em qualquer situação, ajudando sem dúvida alguma nesta nova realidade. O Núcleo de Estágio também foi excelente. Como já havia referido, apesar de não nos conhecermos, houve logo uma empatia desde o início e creio que isso foi fundamental, haver essa ligação inicial, sempre com as premissas de nos apoiarmos e ajudarmo-nos uns aos outros. Como já referi, não foi preciso falar muito sobre isto, quase que foi surgindo naturalmente e por isso foi tão agradável. Mesmo as relações com os funcionários foram muito boas, de destacar a D. Alice e a D. Paula, funcionárias da zona do pavilhão e que estavam sempre em contacto connosco dando-nos o apoio necessário e por vezes também com as suas brincadeiras, nos deixavam mais animados e relaxados para darmos uma aula, sendo que por vezes recorri a estas duas senhoras para conhecer melhor os alunos da turma.

Com toda esta demonstração por todos de boa vontade e boa fé, sem pedirem nada em troca saio com a sensação de me ter tornado uma pessoa mais acessível, dinâmica, pronta para ajudar no que for necessário.

Não menos importante foi o contributo do professor orientador da faculdade, Alain Massart, que para além de se mostrar sempre disponível, pretendia principalmente desenvolver nos estagiários a capacidade reflexiva e explorações de novos caminhos e direcções no ensino, rompendo assim com algumas das práticas tradicionais e que tanto me ajudaram, mesmo sendo poucas as vezes que estivemos em contacto este ano lectivo.

Saio deste estágio com a convicção de estar preparado para desempenhar as funções da nobre profissão de Professor, com a certeza de que farei um bom trabalho, apesar de ter um longo percurso a percorrer e ainda muito a aprender, dou graças pelas dificuldades que surgiram, que só assim me tornei mais ainda numa pessoa e

profissional melhor. Espero que no futuro surjam mais desafios como este, de modo a que possa continuar a melhorar e desenvolver a minha formação pessoal e profissional, num processo de formação contínuo.

#### 4. Bibliografia

- Amado, J ( ). *A construção da disciplina na escola*. Alcobaça: CIAP
- Bento, J.O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física* (3<sup>rd</sup> ed.) Lisboa: Livros Horizonte.
- Carita, A & Fernandes, G. (1999). *Indisciplina na sala de aula – Como prevenir? Como remediar?* (2<sup>nd</sup> ed.). Lisboa: Editorial Presença
- Corman, L. (1969). *A educação pela confiança*. Porto: Livraria Civilização
- Jesus, S. ( 2003). *Influência do professor sobre os alunos*. Porto: Edições ASA
- Lobrot, M.(1992). *Para que serve a escola?* Lisboa: Terramar
- Nobre, P. (2009). *Documentação de Apoio à Disciplina de Estudos Avançados em Desenvolvimento Curricular*. Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário. Coimbra: FCDEF-UC
- Nobre, P. (2010). *Documentação de Apoio à Disciplina de Avaliação Pedagógica em Educação Física*. Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário. Coimbra: FCDEF-UC
- Patrício, M (1997). *Formar professores para a escola cultural no horizonte dos 2000*. Porto: Porto Editora.
- Pereira, A.(2002). *A excelência profissional em educação física e desporto em Portugal*. Viseu: Instituto Superior Politécnico de Viseu
- Piéron, M. (1996) *Formação de Professores. Aquisição de Técnicas de Ensino e Supervisão Pedagógica*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana
- Sampaio, D. (1996). *Voltei á escola*. Lisboa: Editorial Caminho
- Sobral, F. (1976). *Para uma teoria da Educação Física*. Lisboa: Diabril Editora
- Sobral, F. (1985) *Introdução é Educação Física*. (2<sup>a</sup> ed.). Lisboa: Livros Horizonte

Sobral, F. & Barreiros, M. (1980) *Fundamentos e técnicas de avaliação em Educação Física*. Lisboa: ISEF

Torrado, A. (1994). *Da escola sem sentido á escola dos sentidos* (2<sup>nd</sup> ed.). Porto: Livraria Civilizãõ Editora

# **Anexos**

## Anexo 1

### **Plano de aula**



**PLANO DE AULA**

<b>Ano/Turma:</b> 8º 3	<b>Data:</b> 2010/2011	<b>Aula N.º</b>	<b>Unidade Didáctica:</b>	<b>Aula n.º 1 - U.D. Total de 8</b>	
<b>Hora:</b> - : -	<b>Duração:</b> ' -	<b>Local/Espaço:</b>	<b>N.º de alunos previstos:</b> 21	<b>Professor:</b>	<b>Período:</b> 1º

**Função Didáctica:**

**Objectivos da Aula:**

**Recursos Materiais:**

TEMPO		TAREFAS / SITUAÇÕES DE APRENDIZAGEM / CRITÉRIOS DE ÊXITO	ORGANIZAÇÃO / DISPOSIÇÃO	COMPONENTES CRÍTICAS FUNDAMENTAIS / ESTILOS DE ENSINO
⌚	P.			
<b>PARTE INICIAL</b>				
<b>PARTE FUNDAMENTAL</b>				
<b>PARTE FINAL</b>				

## Anexo 2

### **Plano Individual de Trabalho (PIT)**

ESCOLA SECUNDÁRIA JOSÉ FALCÃO

Ano Lectivo 20...../20.....

**PLANO INDIVIDUAL DE TRABALHO (PIT) – ENSINO BÁSICO**

(Em conformidade com o nº 2 do art.º 22º da Lei nº 39/2010, de 2 de Setembro)

**Objectivos gerais:**

*Evitar o incumprimento do dever de assiduidade*

*Recuperar aprendizagens*

1. IDENTIFICAÇÃO DO ALUNO

Nome: .....		
Nº .....	.....º Ano	Turma .....

2. PLANO DE RECUPERAÇÃO DE APRENDIZAGENS

Disciplina: .....	
Com realização obrigatória na escola <input type="checkbox"/>	Sem realização obrigatória na escola <input type="checkbox"/>
Sala(s) .....	
Data(s): .....	Prazo: .....
Hora(s): .....	
Em ..... /..... /.....	O(A) Professor(a): .....

Aprendizagens a recuperar e/ou competências a reforçar:

Prática:

- Atletismo: prova da milha (resistência), corrida de velocidade, salto em comprimento;

Teórica:

- Râguebi, Basquetebol, Natação;

Actividades a realizar pelo aluno:

Dia \_\_\_\_\_

Prova da milha, corrida de velocidade (40m), salto em comprimento (2m).

Circuito de Ginástica de Aparelhos

Realização de uma ficha da Modalidade de Râguebi.

Dia \_\_\_\_\_

Prova da milha, corrida de velocidade (40m), salto em comprimento (2m).

Circuito de Basquetebol

Realização de uma ficha da modalidade de Natação.

Dia \_\_\_\_\_

Prova da milha, corrida de velocidade (40m), salto em comprimento (2m).

Circuito de Basquetebol/Ginástica de Aparelhos

Realização de uma ficha da modalidade de Basquetebol.



## Anexo 3

### **Níveis de Perfil do aluno**

NÍVEL	PERFIL DO ALUNO
NÍVEL 1	<p><u>O aluno:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ É pouco assíduo, não cumpre as normas da disciplina, bem como as tarefas que lhe são destinadas.</li> <li>✚ Nas actividades individuais não executa de forma correcta as exigências de carácter técnico em situação analítica e sequência de movimentos;</li> <li>✚ Nas actividades colectivas não executa de forma correcta as exigências de carácter técnico em situação analítica.</li> <li>✚ Não executa de forma correcta as exigências de carácter técnico em situação de jogo.</li> </ul>
NÍVEL 2	<p><u>O aluno:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Cumpre de forma pouco satisfatória as normas da disciplina, não colabora na realização da aula, revelando pouca responsabilidade e autonomia nas tarefas que lhe são destinadas;</li> <li>✚ Nas actividades individuais não executa de forma correcta as exigências de carácter técnico em situação analítica e sequência de movimentos;</li> <li>✚ Nas actividades colectivas não executa de forma correcta as exigências de carácter técnico em situação analítica;</li> <li>✚ Não executa de forma correcta as exigências de carácter técnico em situação de jogo.</li> </ul>
NÍVEL 3	<p><u>O aluno:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Cumpre de forma satisfatória as tarefas que lhe são destinadas, as normas da disciplina e aceita correctamente as suas falhas;</li> <li>✚ Nas actividades individuais executa com algumas dificuldades as exigências de carácter técnico em situação analítica e sequência de movimentos;</li> <li>✚ Nas actividades colectivas executa com algumas dificuldades as exigências de carácter técnico em situação analítica;</li> <li>✚ Executa com algumas dificuldades as exigências de carácter técnico em situação de jogo.</li> </ul>

<p><b>NÍVEL 4</b></p>	<p><u>O aluno:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✚ É assíduo, responsável e colabora na organização da aula, cumprindo bem as tarefas que lhe são destinadas;</li><li>✚ Nas actividades individuais executa com relativa facilidade as exigências de carácter técnico em situação analítica e sequência de movimentos;</li><li>✚ Nas actividades colectivas executa com relativa facilidade as exigências de carácter técnico em situação analítica;</li><li>✚ Executa com relativa facilidade as exigências de carácter técnico em situação de jogo.</li></ul>
<p><b>NÍVEL 5</b></p>	<p><u>O aluno:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✚ É assíduo, responsável e colabora na organização da aula, cumprindo muito bem as tarefas que lhe são destinadas;</li><li>✚ Nas actividades individuais executa com facilidade as exigências de carácter técnico em situação analítica e sequência de movimentos;</li><li>✚ Nas actividades colectivas executa com facilidade as exigências de carácter técnico em situação analítica;</li><li>✚ Executa com relativa facilidade as exigências de carácter técnico em situação de jogo.</li></ul>

## Anexo 4

### **Ficha de Apoio**

Nome: \_\_\_\_\_ nº \_\_\_\_\_

Data: \_\_/\_\_/\_\_ Matéria: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_:\_\_ Duração:\_\_(minutos)

Razão pela qual não faz a aula?

---

---

---

❖ Nº Alunos envolvidos na aula:

❖ Parte Inicial:

❖ Parte Fundamental

Tarefas/ Exercícios:

Organização/ Disposição dos alunos:

❖ Parte final:

## Anexo 5

### **Ficha de Apoio**

### Questionário da Aula Educação Física

Nome: \_\_\_\_\_ nº \_\_\_\_\_

Data: \_\_/\_\_/\_\_ Matéria: \_\_\_\_\_ Hora: \_\_:\_\_ Duração:\_\_(minutos)

**Fala-me dos 5 princípios que o Prof. James Naismith (inventor do basquetebol) utilizou para implementar um primeiro regulamento de basquetebol.**

**O que é a regra dos 5 segundos?**

**Quais as componentes críticas da posição de tripla ameaça?**

**Qual o objectivo da posição de tripla ameaça?**

**Fala-me sobre as ajudas (Táctica individual defensiva em jogo).**

## Anexo 6

### **Ficha de Registo Fitnessgram**



## Anexo 7

### **Grelha de Avaliação Formativa**

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

		ANO:		TURMA:		DISCIPLINA: Educação Física		DOCENTE:																			
Nº	Nome	Conhecimento/Desempenho (75%)							Trabalhos /		Atitudes e valores (20%)					Aptidão Física (5%)	Auto Avaliação			Avaliação Final							
		Ginástica Aparelhos	Andebol	Atletismo	Basquetebol	Patinagem			MÉDIA	Provas Escritas		Empen	Comport	Coope	Assid		Pont	MÉDIA	TOTAL	1º Per.	2º Per.	3º Per.	1º Per.	2º Per.	3º Per.		
1		SB	S	SB	SB	SB					SB	S	S	SB		SB											
2		SB	S	S	S	SB					SB	SB	S	SB		SB											
3		SB	S	S	S	SB					S	SB	S	SB		S											
4		SB	S	S	S	SB					S	SB	S	SB		S											
6		SB	SB	SB	S	SB					SB	NS	S	E		SB											
7		SB	S	S	S	SB					SB	S	S	SB		SB											
8		SB	NS	F	S	SB					NS	NS	S	S		S											
10		SB	SB	SB	S	SB					S	NS	S	SB		SB											
11		SB	S	NS	NS	SB					NS	NS	S	S		S											
12		SB	S	S	S	SB					S	SB	S	SB		S											
13		SB	S	S	S	SB					S	SB	S	SB		S											
14		SB	E	SB	SB	SB					E	E	E	SB		SB											
15		SB	S	S	S	SB					S	SB	S	SB		S											
16		SB	F	F	F	SB					F	NS	NS	S		NS											
17		SB	S	S	S	SB					NS	NS	S	SB		S											
18		SB	S	SB	S	SB					SB	SB	S	SB		SB											
19		SB	S	SB	SB	SB					SB	SB	S	SB		S											
20		SB	S	SB	S	SB					SB	SB	S	SB		SB											
22		SB	S	S	SB	SB					S	NS	NS	S		S											
23		SB	E	E	E	SB					E	S	SB	SB		E											
24		SB	S	S	S	SB					SB	NS	S	SB		S											
25		SB	SB	E	SB	SB					SB	SB	S	SB		E											
26		SB	S	SB	S	SB					SB	E	SB	SB		SB											
27		SB	S	S	S	SB					SB	SB	SB	SB		S											
28		SB	*	NF	S	SB					S	SB	SB	S		S											

## Anexo 8

### **Grelha de Avaliação Sumativa**

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

		ANO:							TURMA:	DISCIPLINA: Educação Física					DOCENTE:									
Nº	Nome	Conhecimento/Desempenho (75%)								Trabalhos		Atitudes e valores (20%)					Aptidão Física (5%)	Auto Avaliação			Avaliação Final			
		Andebol	Natação	Atletismo	Basquetebol	Salto em altura	Gin. Acrob	Rãguebi	MÉDIA	Provas Escritas	Empen	Comport	Coope	Assid	Pont	MÉDIA		MÉDIA	1º Per.	2º Per.	3º Per.	1º Per.	2º Per.	3º Per.
1		3	3	3	4	3	3	3	3,143		4	2	3	4	4	3,25	4	3	4	3	4	3	3	
2		3	4	3	4	3	4	4	3,571		4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	
3		3	3	4	4	3	4	3	3,429		3	3	3	4	4	3,25	3	3	3	3	3	3	3	
4		3	4	4	4	3	4	3	3,571		3	3	4	4	4	3,5	3	4	4	3	4	3	4	
6		3	2	3	3	3	3	3	2,857		3	2	3	5	3,25	4	3	3	3	3	3	3	3	
7		3	4	4	3	4	4	4	3,714		4	3	4	4	4	3,75	4	3	5	3	4	3	4	
8		3	3	2	3	2	2	2	2,429		2	3	3	3	3	2,75	3	2	3	2	2	2	2	
10		4	3	4	4	5	3	4	3,857		3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	
11		3	3	2	3	2	2	3	2,571		3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	
12		4	3	3	3	3	4	4	3,429		3	4	4	4	4	3,75	3	4	3	3	3	3	3	
13		3	3	3	3	3	3	3	3		3	4	4	4	4	3,75	3	3-	3	3	3	3	3	
14		5	4	5	4	5	5	4	4,571		4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	
15		3	3	4	3	3	3	4	3,286		3	4	3	4	4	3,5	3	3	3	3	3	3	3	
16		2	3	1	2	1	1	2	1,714		2	2	2	3	2,25	2	3	3	1	2	1	2	2	
18		3	4	4	4	5	5	4	4,143		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
19		4	5	5	4	4	5	4	4,429		5	5	5	4	4,75	4	4	5	4	5	4	5	5	
20		4	4	4	4	5	5	4	4,286		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
22		3	3	2	4	2	2	3	2,714		2	2	2	3	2,25	3	3	3	3	3	3	3	3	
23		5	3	5	5	5	5	5	4,714		4	3	4	4	4	3,75	5	5	5	5	5	5	5	
24		3	3	3	3	3	3	4	3,143		3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	
25		4	4	4	4	4	4	5	4,143		4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	
26		4	4	5	3	4	4	4	4		4	4	4	4	4	4	4	5-	4	4	4	4	4	
27		3	5	4	3	3	4	4	3,714		4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	
28		3	3	3	3	2	3	3	2,857		4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	