





## I - Introdução

No âmbito do Estágio Pedagógico, este relatório surge como uma das etapas finais do processo de formação do Mestrado em Educação Física para os Ensinos Básico e Secundário realizado sob a tutela da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade de Coimbra e caracteriza-se como um momento de reflexão aprofundada do trabalho que foi desenvolvido durante a formação, colecionando um leque de aprendizagens que contempla ocasiões de alegria, de frustração, de vitória, de cansaço, momentos que fizeram parte de um processo árduo e interessante para a formação profissional e pessoal. Apesar das dificuldades, das surpresas agradáveis e das menos agradáveis, dos erros cometidos e das superações, concluo que até hoje este foi o ano mais extraordinariamente marcante da minha vida. Cada acontecimento trouxe uma aprendizagem constante, uma reflexão profunda que me incitou a recorrer a uma lista de aspectos a melhorar para ao longo do caminho que ainda se avizinha reflectir sobre as inúmeras soluções que quem sabe ainda não resolvi da equação da vida profissional de uma professora que se depara com situações imprevisíveis, caricatas e curiosas todos os dias. Essas aprendizagens tornaram-se possíveis, não apenas pelos momentos de experiência, mas principalmente pelos momentos de acompanhamento do Orientador de Escola, Professor Cortesão bem como das etapas de discussão/reflexão sobre as situações de experiência. De uma forma singela e peculiar esse acompanhamento trouxe inúmeras reflexões, algumas delas que desenvolveram alguma perspicácia, mas principalmente aperfeiçoaram o sentido de consciência e noção de como agir correctamente como profissional da área perante as situações casuais. O Estágio Pedagógico contempla um conjunto de tarefas, que proporcionam a organização e estruturação do processo de ensino – aprendizagem, promovendo nos estagiários a tomada de consciência da constante adequação dos processos de adaptação dos alunos, para que se possa actuar de forma individualizada com os mesmos. Ao longo deste relatório procurarei efectuar uma reflexão objectiva e sincera sobre todo o trabalho desenvolvido durante o Estágio Pedagógico, realizado na Escola Secundária José Falcão. A análise reflexiva evidenciará todos os aspectos



positivos, bem como os aspectos a melhorar que marcaram esta etapa da minha formação académica e pessoal.

## **II. Expectativas Iniciais**

### **2.1 Expectativas e opções iniciais em relação ao estágio**

No que concerne à Unidade Curricular de Estágio Pedagógico as expectativas inicialmente incidiam na necessidade e sede de aprender por meio do desenvolvimento de conhecimentos práticos e metodologias que me permitissem evoluir como profissional e que me garantissem a qualidade de uma carreira, no intuito de realizar um plano de desenvolvimento de formação com a respectiva orientação adequada e um programa devidamente estruturado e organizado. Esperava-se que essa formação fosse igualmente flexível à criatividade dos estagiários permitindo o crescimento singular do indivíduo como pessoa, como profissional actualizado, reconhecendo o seu potencial e acompanhando o seu processo de aprendizagem com perspectivas de crescimento.

Com base em informações fornecidas por colegas que estagiaram em anos anteriores iniciei o ano lectivo de 2009/2010 com a ideia de que o Estágio era um processo árduo, embora possível de intercalar com um hobby ou part-time, pois na altura fiquei com algum receio pela falta de tempo existente, consequência do horário laboral, que me prejudicasse no desempenho como estagiária.

### **2.2 Expectativas em relação a mim**

Com o Estágio Pedagógico pretendia aprender e adquirir experiência para poder vir a ser uma professora eficaz e eficiente, adquirindo competências para decidir, optar e adaptar-me a diferentes situações com que irei deparar-me no dia-a-dia de cada aula. Esperava, desta forma, aperceber-me das diferenças que existem entre a preparação teórica e prática a que fui sujeita durante os anos anteriores, tal como de outras lacunas existentes na minha formação, que tinham neste último ano a oportunidade de serem preenchidas. Neste seguimento, sentia alguma ansiedade por iniciar esta função educativa,



uma grande vontade de aprender e de ensinar, de adquirir experiência e de verificar aquilo que realmente valia enquanto professora de Educação Física.

Apesar destes sentimentos, tinha consciência de tudo o que engloba o Estágio Pedagógico, pela quantidade e complexidade de trabalho que se avizinhava, pela possibilidade, que existia, de falhar enquanto professora ou pela possibilidade de não conseguir atingir os objectivos que propunha para mim própria e para o grupo de estágio. Sabia, no entanto, que o melhor caminho a seguir seria empenhar-me ao máximo em cada tarefa sem deixar que estes anseios e medos perturbassem o meu desempenho, mas a importância deste ano é inquestionável para o seguimento desta profissão, e este facto “mexe” com qualquer pessoa que se encontre numa situação idêntica, já que é submetida a avaliação todas as aulas.

Por ser um ano em que poderia colocar em prática os conhecimentos adquiridos durante cinco anos de formação académica, este afigurava-se sem dúvida como um ano pleno de expectativas.

Deste modo, esperava poder utilizar os conhecimentos que havia aprendido até aqui de forma produtiva.

Este era claramente o sentimento que me invadia antes do início do ano lectivo. Sentia uma enorme vontade de iniciar um novo percurso da minha vida, em que poderia concretizar alguns dos conhecimentos adquiridos em anos anteriores.

Sabia de antemão que ia ser um ano de muito trabalho, muita investigação e de muito esforço e empenho da minha parte. O facto de ter pela primeira vez alunos “entre mãos” conferia-me uma responsabilidade que não tinha tido até à data, uma vez que por alguns momentos ao longo deste ano lectivo seria a pessoa responsável pelo ensino e formação destes jovens.

Havia também todo um conjunto de factores que tornavam este ano muito especial. Entre eles estavam, como já referi, o trabalho com uma turma do Ensino Básico, o lidar diariamente com toda a comunidade escolar, o respeitar de regras pertencentes a ela, o trabalho com um Núcleo de Estágio constituído por mais duas colegas – com os quais estava já perfeitamente identificada -, o lidar com um processo de avaliação a que iria estar permanentemente sujeita, etc.



Esperava, com este ano, ganhar alguma experiência em relação ao processo de ensino-aprendizagem e poder evoluir com os próprios erros, bem como através dos ensinamentos que iria receber por parte dos professores orientadores, colegas do Núcleo de Estágio e do restante departamento de Educação Física, como forma de poder melhorar a minha capacidade enquanto profissional na área da Educação Física.

No que diz respeito às matérias a abordar confesso que sentia algum receio, devido às lacunas da não aprendizagem dessas matérias aquando a formação académica e por isso a necessidade de consultar bibliografia pela falta de bases e experiências das matérias a abordar e pela responsabilidade em leccionar modalidades fora do meu domínio. Sem dúvida que para ensinar é preciso estar muito disposta a aprender!

A função de “Ser professor” implica não só a colecção de conhecimentos académicos e pedagógicos, mas também uma vasta gama de competências pessoais e sociais. Esta imensa responsabilidade de “ser professora” intimidava-me e, simultaneamente aliciava-me, principalmente pelo facto de finalmente poder contribuir para a formação dos jovens, sendo esta uma das principais funções do papel do professor. Acima de tudo, esperava crescer quer a nível profissional, quer enquanto pessoa, com a certeza de que este seria um dos anos mais marcantes da minha vida.

### **2.3 Expectativas em relação ao Núcleo de Estágio**

O grupo de trabalho (Núcleo de Estágio) foi o primeiro a fornecer-me expectativas elevadas, pois as duas pessoas em causa suscitavam-se muita confiança, uma delas por conhecer há algum tempo e ter vivido com ela experiências interessantes e derradeiras, deixava-me ainda sentir mais confortável por saber de antemão que tinha uma grande amiga na mesma caminhada, o que me provocou enorme contentamento.

Assim, esperava encontrar um grupo coeso, cooperante, activo e interessado em participar na vida escolar e nas actividades do Estágio.

Ao longo do tempo, outras expectativas e receios surgiram: como o facto de leccionar algumas matérias a que não tive acesso na faculdade, logo a



capacidade de domínio das mesmas poderia afectar a minha prestação de ensino.

#### **2.4 Expectativas em relação ao Orientador de Escola**

Relativamente ao Orientador de Escola tinha muito boas referências e as expectativas eram elevadas. O mesmo se refere à escola em si, cujas informações fornecidas por alunos que estagiaram em anos anteriores eram muito positivas.

Dos orientadores da Escola e da Faculdade esperava, essencialmente, exigência e disponibilidade, bem como a transmissão de toda a sua experiência e conhecimentos, de forma a adoptarmos sempre as estratégias mais correctas, indo de encontro aos objectivos do estágio pedagógico.

#### **2.5 Expectativas em relação ao Departamento de Educação Física**

Finalmente, do Departamento de Educação Física da Escola Secundária José Falcão, esperava encontrar um grupo cooperativo e coerente, apesar das minhas dúvidas relativamente ao trabalho a desenvolver no seio do departamento.

#### **2.6 Expectativas da unidade curricular Organização e Gestão Escolar**

No que se refere à unidade curricular Organização e Gestão Escolar as expectativas incidiam sobre a importância de uma unidade curricular deste âmbito para desenvolver no aluno os conhecimentos necessários práticos ao exercício de cargos de gestão, tomando igualmente conhecimentos empíricos ao nível da Organização Escolar.

#### **2.7 Expectativas da Unidade Curricular Projecto e Parcerias Educativas**

No que se respeita à unidade Curricular Projecto e Parcerias Educativas as minhas expectativas consistiam inicialmente na realização de uma actividade



organizada de ginástica acrobática com conceito de artes circenses e possível realização de um espectáculo de rua.

## **2.8 Expectativas em relação ao Orientador da Faculdade**

As expectativas referentes ao Orientador da Faculdade, Professor Artur Romão eram elevadas, já que em experiências anteriores obtive uma excelente imagem e postura deste professor, bem como conhecimentos importantes para o meu currículo profissional e pessoal. Sublinho o facto de apreciar o seu método de trabalho e o rigor utilizado, bem como a sua forma de abordagem.

## **III. Realidade encontrada**

Quando me deparei com a realidade escolar, constatei que haveria bastante a aprender durante o mesmo, prevendo um ano intenso em termos de trabalho. Tendo em conta que o nosso nível de preparação para desempenhar o cargo de professor era nulo, seria necessário trabalhar bastante para poder estar cada vez mais à vontade e leccionar sem quaisquer receios.

### **3.1 – O Corpo Docente da escola**

O corpo docente da escola é constituído por um vasto número de professores aos quais reconheço muita competência e profissionalismo, na sua maioria colocados há muitos anos possuindo um estatuto e uma postura por vezes pouco receptiva, o que dificulta por vezes a inserção de novos elementos. No entanto, senti que apesar de por vezes ser confundida com uma aluna, devido ao aspecto juvenil e apresentação (fato-de-treino) senti-me constantemente tratada com respeito e reconhecimento por parte de colegas e outros funcionários.

### **3.2 – Departamento de Educação Física**

O departamento de Educação Física da Escola Secundária José Falcão é constituído por oito professores de Educação Física (uma das professoras encontra-se com Atestado Médico desde o início do ano) e por três estagiárias. Apesar de, como estagiárias, termos um papel passivo em todas as reuniões de



grupo, senti-me bem integrada desde o início. O acolhimento e entreaajuda de alguns professores do grupo revelaram-se muito importantes e significativos para o nosso crescimento profissional e relacional. No entanto, houve algumas das minhas expectativas iniciais que foram decepcionadas na medida em que verifiquei a existência de diferentes modos de pensar. No entanto, rapidamente me apercebi que na essência do “confronto de ideias”, todos os professores do grupo estavam empenhados em melhorar todo o processo de ensino – aprendizagem e a optimização dos seus recursos. De uma forma geral, e de diferentes maneiras, todos os elementos do departamento se disponibilizaram na ajuda às tarefas realizadas pelo Núcleo de Estágio, sendo de salientar, para além no Orientador António Cortesão, os conselhos e as sábias opiniões do Professor Ernesto, a boa disposição e registos fotográficos nas nossas actividades por parte do Professor Ricardo.

### **3.3 – Núcleo de Estágio**

A formação inicial do grupo deixou-me bastante contente pela constituição do mesmo albergar duas pessoas por quem nutro carinho, o que facilitou a camaradagem e o contacto.

Uma das dificuldades eminentes de reunião do Núcleo de Estágio foi sem dúvida a incompatibilidade de horários disponíveis, no entanto, as reuniões tornaram-se possíveis sempre a horas distintas, o que na minha opinião dificulta o compromisso. Teria sido provavelmente diferente se o dia e hora de reunião fossem sempre os mesmos. Assim, com hora sagrada de reunião seria praticamente impossível a marcação de outro compromisso e os momentos de reunião teriam provavelmente ocorrido com mais frequência e teriam sido mais profundos, eficazes e compensadores.

Deste modo, houve reuniões que ocorreram um pouco “em cima do joelho” e talvez por isso o cansaço eminente e a planificação repentina condicionaram o desempenho do grupo de trabalho.

Apesar destas situações o trabalho foi, regra geral, honestamente e correctamente distribuído, havendo variações de tarefas e encargos consoante os domínios de cada elemento.



Apesar das dificuldades de realização de momentos de reunião mais frequentes, as estagiárias estavam constantemente em contacto, nomeadamente telefónico e e-mail para partilha não só de trabalhos de grupo como de experiências, planificações e opiniões.

Para além do referido anteriormente penso que o que o grupo poderia ter melhorado ao nível de trabalho foi na definição de datas prévias para entrega de tarefas, a fim de que quem juntasse o “todo” não ficasse apertado em tempo.

Verificou-se, desta forma, um grupo unido, cooperante, com vontade de evoluir e de fazer um bom trabalho, mas com pouco tempo disponível e principalmente com horários incompatíveis para discussão e reunião frequente.

Desta forma, tive a possibilidade de poder congrega, no mesmo núcleo de estágio, duas amigas, facilitando não só o ambiente de trabalho e o espírito de entreatajuda, mas também o confronto de ideias.

### **3.4 – Orientador da Escola**

O orientador de Estágio foi também uma das razões da escolha desta escola, por ter informações positivas relativamente à sua metodologia de trabalho e orientação de estágio da Escola Secundária José Falcão. Assim, sendo o Orientador António Cortesão o principal agente neste estágio, o seu papel foi de importância capital em todo o sucesso na actividade pedagógica. Confesso que, inicialmente, não estava à espera de uma postura tão serena perante a nossa actividade. Esperava mais repreensões, mais imposições e um método mais directivo e ríspido. Cedo me apercebi que tínhamos de ser nós a colocar as nossas dúvidas, a querer saber mais, aprendendo com os nossos erros. O orientador fez sempre o possível para que as nossas aulas fossem leccionadas sem qualquer tipo de pressão, dando-nos toda a liberdade para a adopção de estratégias no decorrer das mesmas, tratando-nos como pessoas iguais a ele, cabendo-nos a nós, estagiárias, saber respeitar a hierarquia que nos separa. Sempre que expúnhamos ideias discutíveis, nunca se recusava a tentar perceber os nossos fundamentos, acabando na grande maioria das vezes, por aceitar aquilo que lhe propúnhamos, desde que devidamente



fundamentadas e coerentes. Apesar de este método de trabalho através da descoberta guiada ser interessante senti, no entanto que o facto de o orientador nos deixar tão à vontade, deixava-nos por vezes falhar, sem por vezes nos alertar e sugerir estratégias. É bom aprender com os erros, reconheço, no entanto se estes tendem a tornar-se sucessivos, convém mudar o feedback, fornecer outra estratégia ou sugerir experimentar outra coisa, fornecer uma ideia experimental.

A verdade é que de algum modo sinto que me deixou falhar por vezes em alturas em que preferia que tal não tivesse acontecido, porque me pareceu que essas falhas não foram tão benéficas como se esperava. Senti que por isso aprendi a lidar com a frustração, com o devido acompanhamento sempre, mas senti que estava por mim, assumindo os sucessos e falhas e lidando com eles como melhor me parecia, sendo que, a posteriori, me apercebi que nem sempre tomei boas opções. Reconheço que isso faz parte do processo natural da aprendizagem. Só se aprende a cair quando se conhece bem o chão e o corpo, de modo que primeiro tive de conhecer bem o chão para saber como o pisar e isso permitiu-me descobrir algumas pedras no caminho.

As sugestões e correcções metodológicas foram de uma utilidade extrema na nossa evolução de cada dia. O seu estilo próprio agradou-me, no entanto, esperava mais *feedbacks*, ou *feedbacks* fornecidos no momento ideal, pois por vezes senti que as sugestões eram óptimas, no entanto como estava no fim das unidades didácticas das abordagens às modalidades não tinha oportunidade de aplicar as sugestões fornecidas.

O Orientador demonstrou ser um professor bastante experiente, quer na relação com os alunos, quer na consciencialização das dificuldades de colocação ou controlo da turma por vezes existentes no decorrer das aulas, sendo de salientar a sua capacidade de compreensão e flexibilidade nas decisões por nós tomadas, sendo notória a sua capacidade de liderança de forma agradável, respeitadora e eficaz.



### **3.5 – Orientador da Faculdade**

O orientador da faculdade Artur Romão, apesar do pouco contacto, mostrou-se disponível para a resolução de problemas, contribuindo para a fundamentação pedagógica do estágio. Importa referir que os conhecimentos transmitidos ao longo deste ano de estágio, tinham por objectivo engrandecer a evolução pedagógica das estagiárias. As suas críticas construtivas eram sempre acompanhadas de alternativas para corrigir os aspectos a melhorar das aulas de modo a que, de aula para aula, conseguisse melhorar a minha intervenção pedagógica. Foi bastante positivo o seu acompanhamento ao longo deste percurso, ao detectar os nossos pontos fortes e as nossas limitações, questionando-nos sempre acerca das melhores estratégias a adoptar, de forma a sermos nós a encontrar o método mais correcto, através das suas sugestões.

É de salientar que apesar de tudo senti que o Orientador de faculdade esteve um pouco ausente, não acompanhando devidamente o processo de aprendizagem adquirido pelas estagiárias. Este facto contribuiu de algum modo para alguma desmotivação, já que se sentiu que a Faculdade apresentou algumas falhas na organização dos estágios pedagógicos e que devido a isso sentimos um decréscimo no nosso possível desempenho, indo contra as nossas expectativas iniciais. Deste modo, senti que os seus *feedbacks*, sempre muito bem fundamentados careceram de alguma observação do trabalho efectuado e por esse mesmo motivo, senti que não estavam tão bem adequados à realidade que experimentámos, já que não houve meio de dar continuidade às sugestões apresentadas, por falta de comparência. Este facto decepcionou-me um pouco devido à importância que o acompanhamento deste orientador tinha perante o nosso processo de aprendizagem. E devido á importância que esse acompanhamento do Orientador de Faculdade tem face ao acompanhamento do Orientador de escola num “todo” que revelaria uma evolução da nossa parte e um ganho de conhecimento extremamente interessante.

### **3.6 – Recursos Materiais**

Relativamente aos espaços desportivos, a Escola apresenta um conjunto de vários recintos, bem equipados ao nível de materiais específicos que



permitem a leccionação de uma grande diversidade de modalidades. A existência destes recursos materiais, quer em quantidade, quer em qualidade, revelou-se um factor potenciador e motivador para a intervenção pedagógica.

### **3.7 – A Escola Secundária José Falcão**

O primeiro contacto com a Escola Secundária José Falcão foi bastante positivo. Fomos recebidas pelos elementos do Conselho Executivo de forma simpática e acolhedora, disponibilizando-se desde logo para a colaboração necessária ao desenvolvimento do Estágio. Importa salientar que, ao longo do ano, todos os elementos, principalmente o Professor Paulo se disponibilizou, colaborando em tudo o que necessitámos a nível das actividades realizadas.

No dia em que conhecemos o Orientador António Cortesão, realizámos uma visita guiada à Escola, mais propriamente aos espaços desportivos. Este, apresentou-nos, também, os funcionários das instalações desportivas, bem como a funcionária do bar da sala dos professores. A maioria dos funcionários da Escola, desde o início do ano lectivo, revelou simpatia e vontade de ajudar, em especial os funcionários das instalações desportivas, D. Paula, D. Alice e Sr. Fernando. Este facto contribuiu para que se criasse um ambiente positivo na escola e para que nos sentíssemos integradas e bem-vindas.

### **3.8 - A minha situação inicial**

O facto de ter sido atropelada aquando o final da travessia de uma passadeira no dia 11 de Setembro de 2009, 3 dias antes do início das aulas do 1º Período, condicionou bastante a minha actuação no leccionar das aulas, nomeadamente até Outubro devido às lesões físicas e às dificuldades de circulação, sublinhando a preciosa ajuda que as minhas colegas de estágio me proporcionaram no transporte para a escola e nos auxílios em deslocação, bem como na recolha dos dados relativos à avaliação diagnóstica das primeiras modalidades leccionadas. Ainda hoje está pendente a indemnização pela seguradora dos gastos médicos, ausência ao trabalho, reprovação a exame de condução, danos físicos e danos morais, o que tem implicado grande gasto de



energia e de tempo e um acréscimo de preocupações que pesam sobre o equilibrado estado emocional.

### **3.9 - A turma 8º1**

A primeira aula (de apresentação) fez-me ficar alerta sobre os comportamentos da turma em geral e de alguns alunos em particular. Isso suscitou-me alguma ansiedade e receio, pelo facto dos comportamentos indisciplinados dificultarem o processo de ensino-aprendizagem, deixando-me apreensiva. Nomeadamente os meus receios incidiam sobre como controlar a turma, que estratégias aplicar, qual a crise de valores em falta, como incuti-los e fazê-los resultar. Apercebi-me ao longo do tempo que os comportamentos indisciplinados eram normais da faixa etária em questão e da maneira como os alunos exploravam o mundo, no entanto, estes não deveriam tornar-se banais, pois estava em causa a aprendizagem dos alunos e a adopção de rotinas de disciplina tão importantes nas matérias da Educação Física, que protejam a integridade física e psicológica dos alunos e que contribuam para a sua segurança.

## **IV. Actividades de Ensino Aprendizagem**

As actividades de ensino-aprendizagem constituem a área mais importante da nossa formação como professores. Nesta área do estágio foram desenvolvidas as competências preponderantes que um professor deve adquirir para ser bem sucedido profissionalmente.

Esta área encontra-se dividida em três pontos:

- ✚ Planeamento;
- ✚ Realização;
- ✚ Avaliação.



#### **4.1 PLANEAMENTO**

O planeamento revelou-se essencial para iniciar qualquer acção, sendo imprescindível uma base que funcionasse como orientação, na medida em que a essência do ensino não permite que as acções pedagógicas sejam planeadas isoladamente, de aula para aula, partindo de fragmentos de processos de formação de capacidades e habilidades, processos de aquisição de conhecimentos, processos de educação e de desenvolvimento da personalidade dos alunos.

Para isso inicialmente procedeu-se à elaboração do Planeamento Anual, caracterização da turma, caracterização da escola e reunião dos dados referentes ao Plano Anual. Ao longo do ano foram sendo realizados os planos de aula acompanhados dos respectivos relatórios, bem como as unidades didácticas com as respectivas extensões e sequências de conteúdos.

O primeiro passo consistiu na elaboração do questionário para o estudo Caracterização da Turma e preparação para a realização da Caracterização do Meio.

Após o início destes documentos, procedemos à elaboração do plano anual. Também foi nesta fase, que começámos a entrar no processo mais específico das Actividades de Ensino - Aprendizagem, com a realização das Unidades Didácticas e respectivas situações de aprendizagem, extensões e sequências dos conteúdos e planos de aula.

Segundo Siedentop (1983) a competência pedagógica é desenvolvida à medida que o professor vai exercendo a sua profissão, pois ela é o domínio da actividade do professor no processo pedagógico.

No ensino, deve-se traçar um plano global, integral e realista da intervenção educativa para um amplo período de tempo – Plano Anual. É a partir dele que se definem e estipulam os momentos chave. O planeamento teve como principal objectivo, desenvolver um conjunto de instrumentos fundamentados nos conhecimentos científicos, adaptado à realidade do meio, da Escola e dos alunos da turma desenhando, assim, um plano de acção. É fundamental a concepção do planeamento e da preparação do ensino, partindo do contributo da disciplina de Educação Física para o objectivo geral da



educação, passando por uma adequada coerência entre este, as Unidades Didácticas e, por fim, os Planos de Aulas.

#### **4.1.1 PLANO ANUAL**

Para a elaboração do Plano Anual, considerei os Programas Nacionais de Educação Física (PNEF) e decisões metodológicas e conceptuais tomadas pelo grupo de Educação Física e pelo Núcleo de Estágio. Tendo por base estes dados, elaborei o planeamento para a turma do 8º1, procurando distribuir as matérias de acordo com as possibilidades dos espaços e procurando garantir um tempo de exercitação adequado para cada uma delas. Importa salientar que, na sua elaboração, foram tidos em consideração outros factores, tais como:

- ✚ Objectivos gerais;
- ✚ Caracterização da escola (física, social, localização geográfica, etc.);
- ✚ Espaços e equipamentos desportivos;
- ✚ Calendário do ano lectivo e horário escolar;
- ✚ Competências esperadas;
- ✚ Caracterização da Turma;
- ✚ Métodos de avaliação (diagnóstica, formativa e sumativa);
- ✚ Estratégias de ensino, focalizando os principais aspectos da pedagogia;

Por fim, foram definidos os momentos e os procedimentos do processo de avaliação e as estratégias a desenvolver, sendo que foram tidos em consideração vários factores, tais como:

- ✚ As finalidades e os objectivos gerais seleccionados pelo Departamento de Educação Física;
- ✚ O nível de pré-requisitos apresentado pelos alunos;
- ✚ Os recursos materiais e espaciais disponíveis;
- ✚ As horas lectivas previstas em cada espaço;
- ✚ A rotação existente ao nível dos espaços disponíveis;
- ✚ A variação das condições climatéricas ao longo do ano;
- ✚ As especificidades das modalidades a serem abordadas.



Numa fase inicial negligenciámos um pouco a elaboração e organização deste documento, pois no nosso íntimo pensámos que teria pouca importância. No entanto, quando confrontados pelo professor orientador de escola verificámos e apercebemo-nos de facto que este documento facilita todo o processo de ensino, pois todo ele se encontra previamente definido e planificado. Como nos apercebemos, deve estar sempre receptivo a alterações, pois, a cada dia, sabemos mais e podemos fazer melhor e os alunos apresentam evoluções e maiores dificuldades em determinados parâmetros.

#### **4.1.2 - CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA**

Através da caracterização da Escola, procurámos conhecer o meio com o qual nos iríamos envolver durante o ano lectivo. Realizámos pesquisa documental, nomeadamente do Regulamento Interno e do Projecto Educativo, de forma a conhecer a estrutura e normas de funcionamento escolar. Por outro lado também nos debruçámos sobre a sistematização dos espaços de Educação Física, procurando aferir as possibilidades e limitações que teríamos no planeamento das aulas.

Este trabalho foi importante, na medida em que só depois de conhecermos o ambiente em que estamos inseridos e recursos materiais e espaciais, conseguimos planear adequadamente o processo de ensino – aprendizagem.

#### **4.1.3 - CARACTERIZAÇÃO DA TURMA**

A caracterização da turma que leccionei durante o presente ano lectivo tornou-se um ponto de partida importante para conhecer a realidade dos alunos com quem iria trabalhar. Foi um ponto fundamental na ajuda da adopção das estratégias pedagógicas a adoptar no seio da turma. Através da aplicação de um questionário na primeira aula de Educação Física, obtivemos informações sobre o agregado familiar, passado escolar, relação com a prática da Actividade Física, hábitos, saúde, entre outros. Todos estes



aspectos se revelaram fundamentais, na medida em que importa perceber que o êxito de futuras aprendizagens depende fortemente da forma como o ensino é conduzido, sendo portanto fundamental que o professor detenha o máximo de conhecimentos sobre os seus alunos, o contexto em que estes se inserem e as condições que lhes são proporcionadas, de forma a poder intervir de uma forma o mais possível consciente, justa, adequada e individualizada.

#### **4.1.4 – Unidades Didácticas**

Inicialmente, realizei um documento que continha a extensão e sequência de conteúdos por matéria, e respectiva estruturação por aula, de forma a assegurar a eficiência do processo ensino – aprendizagem e enriquecer a bagagem psicomotora dos alunos, através de uma distribuição e sequência lógica dos vários elementos/gestos técnicos de cada uma das modalidades por aula.

À medida que efectuava a avaliação diagnóstica de cada matéria, elaborei um relatório que continha, para além do nível dos alunos, algumas observações, os objectivos a alcançar no final da Unidade Didáctica, bem como as estratégias que iria utilizar para alcançar esses mesmos objectivos. A elaboração dos referidos relatórios foi um trabalho um pouco desgastante, mas útil devido à importância destes como meio auxiliar da acção educativa. Utilizei ainda como recurso a consulta de documentação das Unidades Didácticas de Núcleos de Estágio anteriores (nomeadamente da professora estagiária que no ano passado leccionou a minha turma), tentando sempre retirar o melhor de cada uma. No final da leccionação de cada Unidade Didáctica, foi realizado um balanço final, onde explicito a forma como estas decorreram, elaborando uma análise comparativa da evolução dos alunos, do meu desempenho e dos alunos e algumas sugestões de aperfeiçoamento.



#### **4.1.5 - Planos de Aula**

A última etapa do planeamento foi a elaboração dos planos de aula, porque estes constituem a unidade básica do planeamento. Inicialmente foi definido, em conjunto, um modelo a utilizar pelo núcleo de estágio. O plano de aula foi sempre elaborado em concordância com a Unidade Didáctica e com a devida clareza e objectividade que este documento deve possuir.

A estrutura de plano de aula a seguir foi definida no início do ano pelo núcleo de estágio, de modo a que todos estivessem desde cedo identificados com a forma como iriam estruturar as aulas. Esta estrutura contemplava um plano que fosse simples e objectivo, que não abarcasse muita informação e que permitisse a qualquer pessoa uma rápida e eficaz interpretação daquilo que tinha sido inicialmente pensado para a aula. Contudo, sensivelmente até a meio do primeiro período, muitos erros foram cometidos por mim, sobretudo no que diz respeito à definição dos objectivos da aula. Houve ainda alguns erros de planeamento decorrentes dos erros cometidos na extensão e sequência de conteúdos e da deficiente definição dos objectivos das unidades didácticas.

Outra situação que levantou algumas dificuldades, no início do ano, foi a selecção dos exercícios para que os objectivos propostos fossem alcançados. Esta situação fez com que nas primeiras semanas do estágio Pedagógico, fosse “perdido” bastante tempo na execução do plano de aula, situação que com o decorrer do ano veio a reduzir-se substancialmente. No entanto, esta redução no tempo despendido com a execução do plano de aula não esteve relacionada com qualquer tipo de desleixo, mas sim com o facto de a experiência acumulada ao longo do ano me ter permitido definir rapidamente os exercícios mais adequados. Obviamente que a melhor definição da extensão e sequência de conteúdos e objectivos principais das unidades didácticas também permitiram essa melhoria no tempo despendido a elaborar os planos de aula.

No final de cada plano de aula era realizado um relatório crítico de extrema importância, pois avaliava a forma como tinha decorrido a aula, deixando sugestões e estratégias para as próximas. Este documento demonstrou-se um guia no processo de ensino, como unidade básica que é. É neste intuito que o



relatório de aula foi sempre um processo de capital importância, permitindo-nos reflectir acerca da aula presente e simultaneamente da aula futura.

#### **4.2 – REALIZAÇÃO**

No que se refere à realização de ensino podemos incluir as observações inter-estagiários, ou seja, as observações que cada uma das estagiárias realizou às aulas das suas colegas de estágio.

A observação das aulas das colegas torna-se essencial na nossa formação, uma vez que nos permite tomar consciência dos erros cometidos e dos aspectos que poderão ser corrigidos e melhorados. Este aspecto reveste-se de uma grande importância pois os erros das nossas colegas são, na maioria das vezes, os nossos próprios erros, fruto da inexperiência natural de quem se encontra em estágio e não possui ainda prática pedagógica. O que acontece é que, nas nossas próprias aulas, muitos dos nossos erros nos passam despercebidos em virtude do nosso envolvimento nas actividades. Ao observar uma aula do “lado de fora”, essas incorrecções são facilmente identificadas por nós, podendo não só chamar a atenção do colega que as comete mas também aprender com elas, para não as cometermos.

No meu caso concreto, as observações das aulas das minhas colegas foram muito úteis para me aperceber da postura correcta a ter no decorrer das aulas, do posicionamento que melhor me permite assegurar o controlo da turma, da importância de uma correcta e eficaz instrução inicial e das melhores estratégias de reajustamento. Contudo, devo também referir que com o aproximar do final do ano lectivo as observações se tornam menos relevantes uma vez que nessa fase já têm que estar interiorizados todos os factores capazes de condicionar a nossa acção como professores.

De seguida irei retratar um pouco aquilo que ocorreu ao longo do ano lectivo relativamente às diferentes dimensões de intervenção pedagógica.



### **4.2.1 - INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA**

A intervenção pedagógica foi um dos pontos mais importantes do meu desempenho enquanto professora e, ao mesmo tempo, representando o maior desafio no início do Estágio Pedagógico, pois a única experiência que tinha a nível de leccionação reportava-se ao ambiente de treino, e ao nível do Ensino Básico, apesar da dinamização que existe neste tipo de contexto diferir da postura que é necessário assumir em relação a uma turma no contexto escolar. Neste capítulo das Actividades de Ensino – Aprendizagem do Estágio Pedagógico, a primeira tarefa consistiu na criação de uma grelha de observação estagiário – estagiário, tendo como objectivo a análise das várias aulas observadas. Quanto a mim, estas grelhas tornaram-se muito importantes na realização dos relatórios das aulas e na tomada de consciência dos aspectos e melhorar. As críticas e *feedbacks* entre os estagiários foram, sem dúvida, um importante contributo para a melhoria das nossas aulas e um factor determinante do nosso sucesso. As primeiras aulas constituíram, na minha opinião, uma etapa decisiva, para conhecer os alunos e para ajustar o meu comportamento em função destes e dos objectivos que pretendia alcançar. Desta forma, e no que concerne aos diferentes aspectos da intervenção pedagógica, sinto que progredi significativamente, cumprindo o grande objectivo do estágio pedagógico – a preparação para a leccionação da disciplina de Educação Física. Seguidamente, realizarei uma breve abordagem dos aspectos que considero serem as mais importantes neste parâmetro.

#### **4.2.1.1 INSTRUÇÃO:**

Esta dimensão de intervenção pedagógica é deveras importante, pois é através da instrução que o professor deve estabelecer uma relação de confiança e respeito entre si e os alunos.

Julgo que se tivesse apresentado e aplicado um conjunto de regras rígidas na primeira aula, as situações de controlo da turma teriam sido muito mais tranquilas.



O professor deve sempre mostrar um comportamento confiante e ter um discurso claro e coerente para que os alunos sintam que o professor é competente e sabe aquilo que faz. Nas primeiras aulas reconheço que não fui capaz disso, mostrando-me um pouco nervosa e insegura e tendo algumas dificuldades em comunicar com os alunos. No entanto, com o decorrer do ano lectivo, e sobretudo a partir do momento em que comecei a utilizar meios auxiliares para transmitir os conteúdos abordados, os exercícios das aulas e os seus objectivos, senti-me cada vez mais confiante e capaz de manter um discurso claro. Com esta melhoria, o meu nível de instrução melhorou e as aulas passaram a correr cada vez melhor.

Outro aspecto importante da instrução, baseia-se nos *feedbacks* fornecidos aos alunos, que servem essencialmente para corrigir ou melhorar o desempenho dos mesmos. Este foi o aspecto da instrução em que me senti mais à vontade. Inicialmente a frequência com dava *feedbacks* era menor, mantendo uma postura mais passiva nas aulas. A frequência de *feedbacks* dados foi melhorando com o passar do tempo, com o à vontade com algumas matérias, com a aquisição de experiência e com a observação de aulas do Orientador e das colegas do Núcleo. Os *feedbacks* verificaram-se pertinentes, no entanto nem sempre compreensíveis, facto que melhorou no decorrer do estágio. A distribuição dos *feedbacks* pelos alunos no início era menos correcta, já que fornecia mais *feedbacks* aos alunos com dificuldades, não reforçando a aquisição de conhecimentos de forma positiva dos alunos que apresentavam uma elevada prestação motora em determinada matéria. Este facto melhorou bastante, sendo o feedback avaliativo positivo com carácter motivacional utilizado com muita frequência principalmente nos 2º e 3º Períodos.

Os ciclos de feedback no primeiro período nem sempre eram completados, não se verificando sempre se um determinado feedback prescritivo e descritivo obtinha o efeito pretendido. Este aspecto melhorou significativamente nos 2º e 3º Períodos.

Verificou-se uma evolução progressiva da utilização do questionamento, quer no início, quer no final da aula e uma melhoria na qualidade das



instruções. Também fui tendo mais preocupação na planificação dos critérios de êxito, objectivos e componentes críticas essenciais de cada exercício para os transmitir aos alunos.

Utilizei por vezes discussão da planificação em grupo, com colegas que estavam mais à vontade em determinadas matérias e na medida de pedir uma segunda opinião. Assim, sem dúvida que as instruções foram um dos aspectos onde evolui bastante. De uma forma geral, consegui transmitir a informação utilizando uma linguagem simples e adequada aos alunos (se bem que no início do ano não era tão objectiva) e procurando ser audível (facto nem sempre facilitado pelas condições existentes).

#### **4.2.1.2 - CONDUÇÃO DA AULA:**

Neste aspecto por vezes apresentava lacunas na colocação adequada e no posicionamento e circulação pelo espaço. Inicialmente os períodos de instrução poderiam ter sido mais curtos e objectivos, embora com o passar do tempo verificou-se evolução e melhoria e os períodos de instrução passaram a ser mais curtos.

Inicialmente, nas aulas de salto em altura e nas de atletismo, andebol e Râguebi tive alguma dificuldade na correcta circulação e colocação no espaço, devido à organização da aula. No entanto, preocupei-me sempre em melhorar a cada aula, através das sugestões do orientador e da minha análise crítica. Procurei sempre captar a atenção dos alunos embora, em alguns períodos do ano este aspecto não tenha sido conseguido muito facilmente, e utilizei meios auxiliares de instrução em algumas aulas, mais precisamente nas Unidades Didácticas de ginástica acrobática, ginástica rítmica, basquetebol, Atletismo (Salto em Altura), Natação e Ginástica de Aparelhos.

#### **4.2.1.3 - Gestão do tempo**

As maiores dificuldades a este nível situaram-se no início do ano lectivo, já que não tinha um conhecimento muito aprofundado da dinâmica da aula.



Uma das minhas grandes preocupações na criação de planos de aula, sempre foi o de proporcionar um elevado tempo de empenhamento motor e potencial de aprendizagem aos alunos. Preocupei-me desde o início do ano em encontrar estratégias para possibilitar transições fluentes, sem consumir tempo excessivo de aula, com a existência de uma sequência lógica entre os exercícios. A criação de rotinas contribui também de forma decisiva para rentabilizar o tempo de aula (neste aspecto apresentei dificuldades no 1º e 2º Períodos).

Inicialmente a gestão do tempo de aula nem sempre era rigorosa, não seguindo sempre à risca os tempos delineados no plano. Para colmatar esses erros procedi a uma cábula do tempo por exercício que trazia a maioria das vezes no pulso, ou no bolso das calças. Por vezes demorava mais tempo a terminar a aula do que os pretendidos cinco minutos para a instrução final, alongamentos e arrumação do material. Por esse motivo segui o conselho do Orientador de Escola Professor Cortesão, juntando a instrução final aos alongamentos para poupar o tempo da parte final da aula e permitir que a parte fundamental ou que o intervalos para a higiene dos alunos não fosse afectado. O que se verificou por vezes foi a falta de atenção dos alunos na parte final devido a este facto. Nas transições verificou-se igualmente que os alunos demoravam mais tempo do que o pretendido nos momentos de reunião para novo período de instrução, e a instrução inicial ou do primeiro exercício da parte fundamental por vezes era mais longo do que o pretendido, o que provocava por vezes algumas lacunas na gestão do tempo. Foram utilizadas estratégias de reunião através de feedbacks não verbais, visuais, verbais para serem cumpridas em 5 segundos, no entanto os alunos nem sempre mostraram vontade de cumprir os tempos sugeridos.

No que se refere à organização da aula, mais especificamente à montagem do material, feita antes do início de cada aula, permitiu uma elevação do tempo de empenhamento motor dos alunos, bem como uma diminuição significativa dos tempos perdidos em algumas transições. Devo também dizer que sempre que possível e necessário procurei recorrer à formação de grupos na preparação das aulas, para que não se perdesse tempo a formar os grupos no decorrer da mesma. O controlo da presença dos alunos



nas aulas sem recorrer à “chamada”, foi um factor que facilitou também a gestão do tempo.

#### **4.2.1.4 - Clima/Disciplina**

##### **Controlo**

Penso que nesta dimensão reside o sucesso ou insucesso do professor, sobretudo dos professores estagiários, cuja inexperiência é grande e a “falta de pulso”, se a houver, é desde cedo sentida pelos alunos.

Desde o início que me apercebi que este aspecto era o mais difícil perante algumas manifestações comportamentais da turma na aula de apresentação.

Apesar de não ser uma turma com problemas disciplinares graves, os alunos revelaram-se inquietos, faladores e desconcentrados, o que por vezes perturbava o bom funcionamento da aula, prejudicando não apenas a sua aprendizagem como a dos que os rodeiam.

Preocupei-me sempre em realizar um controlo à distância efectivo, para que os alunos sentissem a minha presença na aula. Este serviu, também, para corrigir alguns comportamentos menos adequados. Um das minhas dificuldades nesta área que foi sendo superada, foi a transmissão de entusiasmo. No início do ano abordava os alunos de uma forma um pouco negativa, o que podia ter levado a problemas como a desmotivação destes embora, neste caso, não tenha ocorrido. Creio que este facto aconteceu por não querer transmitir confiança excessiva à turma mas, fruto da minha inexperiência a nível de leccionação, achava que se colocasse a turma demasiado à-vontade, perderia o controlo da situação. No entanto no que se refere a castigos fui inicialmente muito benevolente, com receio de aplicar estratégias anti-pedagógicas, por esse motivo alguns alunos sentiram-se á vontade para repetir alguns dos seus feitos comportamentais de exibição, levando-me a mudar de atitude e a usar uma máscara ríspida. No primeiro período utilizei constantemente repreensões verbais, que deixaram de surtir efeito o que me levou a necessitar de reflectir acerca de estratégias de castigo específicas e eficazes (mais práticas). Por vezes tinha de redobrar o castigo para situações comportamentais semelhantes



a fim de que os alunos não enveredassem todos pelo mau caminho, influenciados pelos mal comportados. Isto criou em duas ou três aulas o sentimento de injustiça por algumas alunas, pelo que necessitei de proceder à explicação da aplicação de tal estratégia. Rapidamente me apercebi que necessitava de abordar os alunos nos intervalos a fim de resolver alguns problemas pendentes durante a aula relativos a alterações de comportamento e a falta de empenho que consequentemente afectavam a prestação dos alunos. Através destas abordagens consegui resolver algumas situações problema.

Apesar de tudo, a partir do 2º período experimentei abordagens por vezes menos ríspidas, não tanto em tom de brincadeira, mas mais em tom de fomentação de confiança na relação professor – aluno, no intuito de estabelecer limites. No entanto, devido a alterações de comportamento senti que a minha posição mais ríspida trazia mais frutos que a benevolente, sendo a primeira aplicada com mais ênfase, pela necessidade da aula funcionar melhor.

A transmissão de entusiasmo foi melhorada a partir do momento em que comecei a conseguir criar uma simbiose entre repreender, castigar e permanecer entusiasta durante o resto da aula pelo facto de ter em actividade alunos interessados, empenhados e interessantemente motivados para a prática.

Um dos aspectos muito importantes que considero de sublinhar é o facto de motivar com interacções positivas comportamentos apropriados, facto que inicialmente omitia, mas que fui desenvolvendo com o passar do tempo. Este aspecto reforça os comportamentos adequados e é um exemplo de percepção para quem não age correctamente, sendo que se agisse tirava partido disso, entendendo o busílis da questão, sendo recompensado pelo incremento da prestação motora e pelo agradável clima da aula.

Julgo pertinente referir ainda que a turma em questão encontra-se numa fase de vida de experimentação e agora que os conheço melhor, sabendo inclusive alguns pormenores acerca de questões familiares e pessoais, como base da sua formação, atitudes e valores e factores acerca da sua personalidade compreendo o facto de apresentarem determinadas atitudes. No entanto não concordando que estas devam permanecer pela vida fora, sublinho



a importância da correcção dessa postura como futuros cidadãos responsáveis deste país pelos seus actos, posturas e atitudes, a fim de contribuírem positivamente perante a sociedade em que estão inseridos.

#### **4.2.1.5 - Comunicação**

No que concerne à comunicação procurei constantemente criar um clima de credibilidade, comunicando através de uma abordagem positiva, enviando mensagens ricas em informação, utilizando a comunicação verbal através de comunicação gestual de reforço, utilizei a terminologia correcta e linguagem compreensível e adequada, procurando ser audível e sabendo ouvir os alunos. Este último ponto sofreu lacunas no primeiro período, pelo que procurei melhorar, apresentando outra atitude no 2º e 3º Períodos. O penúltimo ponto ("ser audível"), foi por vezes dificultado consoante o espaço a ser utilizado e no início do ano a minha colocação vocal era substancialmente inferior do que a posteriori com o passar do tempo.

#### **4.1.2.6 - Decisões de Ajustamento**

Este parâmetro depende muito das condições climatéricas, da aplicação de exercícios para a turma ou grupo específico que resultem ou não, da gestão do tempo que por vezes é dependente do desenvolvimento das tarefas e da obtenção dos resultados pretendidos, do ajustamento da unidade didáctica devido a uma evolução dos alunos diferente da planeada ou de algumas actividades escolares que interfiram no planeamento.

Deste modo confesso que, apesar de nem sempre necessitar de utilizar decisões de ajustamento, ao longo do ano e em todas as modalidades abordadas necessitei de aplicar alguns ajustes, sem no entanto o fazer sempre correctamente. Por vezes foram aplicadas estratégias que não surtiram o efeito desejado ou que condicionaram o desenvolvimento de determinado conteúdo.

Um dos aspectos a melhorar neste factor é o facto de ajustar os exercícios aos alunos personalizando a aprendizagem e ajustando mais individualmente. No primeiro período este facto não foi muito evidente, apresentando melhorias ao longo do tempo.



### **4.3 - AVALIAÇÃO**

A avaliação é uma parte importante do processo ensino-aprendizagem e é aquela que, na minha opinião, encerra maior responsabilidade juntamente com a leccionação das aulas. O professor deverá fazer sempre uma correcta avaliação do desempenho dos alunos para que as suas avaliações iniciais, intermédias e finais sejam as mais justas possíveis. Avaliar um aluno não é uma tarefa fácil, especialmente para quem pouca ou nenhuma experiência tem. No entanto, desde o início que me senti à vontade neste aspecto e penso ter conseguido fazer uma avaliação correcta e justa do desempenho dos alunos.

Para cumprir o processo avaliativo, foi utilizada a avaliação diagnóstica, a formativa e a sumativa.

#### **4.3.1 - Avaliação Inicial (Avaliação Diagnóstica)**

A avaliação diagnóstica ou inicial foi bastante útil para pudermos prognosticar o desempenho dos alunos nas diferentes matérias. A avaliação inicial teve como objectivo conhecer o nível geral em que a turma se encontrava, no sentido de estruturar os objectivos e estratégias da forma mais adequada, para que as competências finais fossem alcançadas.

O uso ajustado da avaliação inicial, permite igualmente organizar todo o processo de Ensino Aprendizagem.

No meu caso específico, posso afirmar que a avaliação inicial serviu como uma linha orientadora de toda a organização deste processo complexo que é o ensino.

#### **4.3.2 - Avaliação Formativa**

A avaliação formativa consistiu na observação sistemática das dificuldades dos alunos ao longo das aulas e no fornecimento de *feedbacks* para a superação das mesmas. A avaliação formativa era realizada a meio da unidade didáctica a ser abordada.



Penso que a minha capacidade de observação foi melhorando ao longo do ano, pois consegui verificar a existência ou não de progressos nos alunos, o que algumas vezes me levou a reestruturar a sequência dos conteúdos em algumas unidades didácticas. No entanto, nas primeiras aulas, tive dificuldade em proceder à avaliação formativa.

### **4.3.3 - Avaliação Sumativa**

A avaliação sumativa, resultou de um somatório de dados resultantes da avaliação formativa, sendo apenas uma forma de clarificar o professor de determinados aspectos cuja identificação, por algum motivo não foi conseguida.

A avaliação sumativa foi realizada no final de cada Unidade Didáctica e tinha por objectivo situar o aluno em relação aos objectivos traçados, no âmbito dos diferentes domínios.

A avaliação sumativa, ao contrário da diagnóstica, engloba não só as competências dos alunos no domínio psicomotor, mas também as competências nos domínios socioafectivo (assiduidade, pontualidade, participação, relação com os colegas e com o professor, etc.) e cognitivo (avaliado através do questionamento).

A avaliação sumativa foi sempre relativamente fácil de efectuar, uma vez que a ideia que possuía de cada aluno, já estava devidamente orientada tendo por base a sua avaliação formativa.

A avaliação sumativa é de grande responsabilidade para o professor, pois dela resulta a classificação do aluno. Nesse contexto, tive uma grande preocupação em cumprir rigorosamente todos os critérios definidos e ponderar bem os valores atribuídos aos alunos, de modo a não incorrer em injustiças. Devo também dizer que no caso de dúvida entre duas notas, utilizei como factor de desempate tudo o que não se inclui no desempenho motor do aluno nas aulas, ou seja, as atitudes e valores (comportamento, participação, assiduidade e pontualidade).

A auto-avaliação que os alunos realizaram no final de cada período permitiu dissipar alguns mitos que os mesmos tinham, procurando adequar e aproximar o



processo de classificação de cada um com a sua auto-avaliação, consciencializando o aluno para o seu desempenho nas aulas de Educação Física, conferindo-lhes a responsabilidade inerente a uma auto-avaliação do desempenho manifestado ao longo do ano lectivo e tornando todo o processo mais transparente perante os demais alunos.

## **V. Actividades de Intervenção na Escola**

### **5.1 - Projecto e Parcerias Educativas**

A realização das actividades de intervenção no meio escolar estão integradas no estágio com o objectivo de criar um espaço onde o estagiário possa manifestar capacidades de organização, planeamento, execução e controlo na área de animação sócio-educativa. Estas competências têm de ser utilizadas em benefício do meio escolar e devem ser as mais criativas possíveis.

Assim, foram duas as actividades realizadas nesta área:

- ✚ 017 – Ordem para Pintar (Actividade de Paintball)
- ✚ Falcão ao Tapete (Actividade de Judo)

#### **5.1.1 - Actividade 1 – 017 Ordem para Pintar**

A implementação do projecto da actividade foi efectuada no primeiro período do ano lectivo de 2009/2010, sendo que a actividade realizou-se no dia 17 de Dezembro de 2009, dentro dos limites espaciais da Escola Secundária José Falcão.

No intuito de seguir os princípios definidos para esta classe de iniciativas, procurámos projectar uma actividade inovadora e de certa forma alternativa às actividades tradicionais do contexto escolar, considerando no entanto que a mesma já tinha sido desenvolvida pelo Núcleo de Estágio do ano lectivo antecedente.

Com esta actividade, o Núcleo de Estágio pretendeu dinamizar a escola com um evento de animação desportiva, tendo como conceito as modalidades ditas Radicais ou de outdoor. Actividades que se encontram cada vez mais em



destaque e que têm sempre uma enorme adesão pelo facto de serem actividades alternativas e ainda pelo facto da sua essência ser desenvolvida com algum "Risco Controlado", estimulando a participação dos mais destemidos e aventureiros.

Tal como foi referido no Projecto inicial desta Actividade, os objectivos fulcrais definidos desde o início pelo grupo de estágio, consistiam em:

- Promover a maior participação possível de alunos da comunidade escolar, independentemente da sua destreza motora;
- Proporcionar aos alunos uma actividade desenvolvida num ambiente agradável, privilegiando mais o divertimento e o prazer de participar do que o resultado da competição;
- Contribuir para o desenvolvimento integral e harmonioso dos alunos aproveitando o quadro competitivo em equipa para fortalecer o trabalho e as relações inter-pessoais e em grupo;
- Promover actividades inovadoras e alternativas às práticas de actividade física mais comuns, no intuito de incluir algumas delas no programa anual das actividades do Grupo de Educação Física;
- Desenvolver relações de convivência, camaradagem e respeito entre os alunos da escola, contribuindo para a formação de hábitos e atitudes de cooperação, entreaajuda, auto-controlo, solidariedade e ética desportiva;
- Despertar nos alunos o peso do factor "risco" no dia-a-dia e fomentar pela melhor atitude a tomar perante as situações, avaliando e agindo da melhor forma à mesma.

A actividade organizada pelo núcleo de estágio consistiu na realização de um torneio de Paintball entre equipas de 5 elementos, previamente inscritas para o evento.

Primeiramente elaborámos o projecto do evento, onde planificámos toda a actividade, explicitámos os objectivos a atingir com a mesma, justificámos a sua escolha, definimos todas as tarefas a realizar antes, durante e após o evento e apresentámos o regulamento da prova. Apesar de ser a primeira vez que



realizávamos uma actividade deste género, era a segunda vez que ela teria cabimento na escola, tendo sido contactada a mesma empresa para o efeito.

Elaborado o projecto e criadas as fichas de inscrição era tempo de distribuí-las para que os alunos se pudessem inscrever. Para isso contámos com a preciosa ajuda de todos os professores de Educação Física que, nas suas turmas, procuraram cativar e inscrever o máximo de alunos possível. Paralelamente à distribuição das fichas, elaborámos cartazes de divulgação da actividade que afixámos em vários pontos da escola. Procedemos ainda ao contacto pessoal dos Bombeiros Voluntários de Coimbra, dos Sapadores de Coimbra, da Cruz Vermelha e dos Bombeiros Sapadores de Brasfemes solicitando a presença de uma ambulância no dia da prova. No entanto, por desagrado do Núcleo nenhuma das instituições apresentava meios humanos disponíveis para a presença no dia do torneio. Foram contactados pessoalmente a Dancake e a Sociedade de Águas do Luso para a obtenção de patrocínios, sendo que apenas a segunda forneceu resposta através do envio de águas para os participantes.

A divulgação do evento e a acção de todos os professores em cativar os alunos foi um sucesso já que se inscreveram, no torneio, 80 alunos, sendo que a realização do torneio implicava um pagamento para a utilização do material.

No dia anterior ao torneio desloquei-me à escola para ajudar no descarregamento do material e colocação dos insufláveis necessários.

No dia do torneio verificámos com satisfação que tudo decorreu como o previsto.

Decorrida a actividade, foi altura de fazer um balanço da mesma. Sentimos que as nossas expectativas tinham sido superadas e que objectivos tinham sido atingidos, o que nos causou imensa satisfação.

Por ter sido a primeira vez que lidámos com um processo organizativo desta dimensão, penso que a nossa prestação, enquanto organizadoras, foi bastante positiva.

### **5.1.2 - Actividade 2 – Falcão ao Tapete**

A implementação do projecto da actividade foi efectuada no segundo período do ano lectivo de 2009/2010, sendo que a actividade se realizou no dia



26 de Março de 2010, dentro dos limites espaciais da Escola Secundária José Falcão, mais especificamente no Pavilhão.

Com esta actividade, o Núcleo de Estágio pretendeu dinamizar a escola com um evento de animação desportiva, tendo como conceito as modalidades de oposição e Lutas, mais especificamente o Judo. Tal como foi referido no Projecto inicial desta Actividade, os objectivos fulcrais definidos desde o início pelo grupo de estágio, consistiam em:

- Promover a maior participação possível de alunos da comunidade escolar, independentemente da sua destreza motora;
- Proporcionar aos alunos uma actividade desenvolvida num ambiente agradável, privilegiando mais o divertimento e o prazer de participar do que o resultado da competição;
- Contribuir para o desenvolvimento integral e harmonioso dos alunos aproveitando o quadro competitivo em equipa para fortalecer o trabalho e as relações inter-pessoais e em grupo;
- Promover actividades inovadoras e alternativas às práticas de actividade física mais comuns, no intuito de alargar conhecimentos e englobar essas práticas no programa anual das actividades do Grupo de Educação Física;
- Desenvolver relações de convivência, camaradagem e respeito entre os alunos da escola, contribuindo para a formação de hábitos e atitudes de cooperação, entreaajuda, auto-controlo, solidariedade e ética desportiva;
- Fomentar a compreensão das máximas da modalidade de Judo e desenvolver de uma forma educativa a disciplina, "musculando" a mente com princípios e valores.

No dia anterior ao torneio deslocámo-nos à escola para ajudar no descarregamento do material e colocação dos tatamis.

Apesar da reduzida afluência de alunos na actividade e de alguns se terem inscrito no próprio dia, o evento correu bem e superou as expectativas esperadas.



A actividade consistiu na realização de um breve treino de aquecimento e das noções base do Judo no solo e seguiu-se o torneio feminino precedido do torneio masculino.

Os alunos ficaram motivados procurando informação sobre a prática do Judo em Coimbra e os atletas do Judo Clube, que vieram apoiar a actividade e orientar o treino disponibilizaram-se para fornecer a informação.

## **VI. ACTIVIDADES DE RELAÇÃO COM O MEIO**

### **6.1 - Organização e gestão escolar**

As actividades de organização e gestão escolar integradas no Estágio Pedagógico, surgem pela necessidade de, adquirir práticas de trabalho em colaboração com outros por parte do professor estagiário. Esta área permite-nos, assim, compreender a complexidade das escolas e das suas situações educativas, nomeadamente nos domínios da orientação educativa e da gestão pedagógica. A actividade consiste na assessoria a um professor da escola que desempenhe tarefas de gestão de topo (Director) ou intermédia (Director de Turma, Coordenador de Departamento, Sub-coordenador de Grupo – ou similar, Coordenador de projecto). Concretamente a actividade pretende desenvolver competências de compreensão e manipulação das funções e atribuições do cargo seleccionado, pretende igualmente definir ajustada e criteriosamente estratégias e instrumentos de assessoria permitindo compreender a complexidade das escolas, das situações educativas e da amplitude actual do trabalho dos professores e pretende desenvolver uma reflexão crítica e integradora dos conhecimentos obtidos nos normativos, bem como ter a noção do significado e importância do cargo na profissionalidade docente.

De seguida, são apresentadas as tarefas para uma melhor compreensão do trabalho desenvolvido.

#### **6.1.1 - Assessoria ao Director de Turma**

Era pretendido assessorar a Directora de Turma do 8º1, turma a que lecciona aulas de Educação Física, no entanto, como o horário de atendimento da professora era coincidente com o horário do leccionar de aulas de Educação



Física, tive de optar por assessorar outra direcção de turma. Para isso foi contactada a professora Maria Teresa Correia, professora de Inglês e de Alemão da Escola Secundária José Falcão de Coimbra. Esta professora é Directora da turma 3 do 9º ano, e lecciona para a mesma turma as disciplinas de Inglês e Formação Cívica.

A actividade de assessoria teve início no 1º Período a 19 de Novembro de 2009, e continuou no 2º Período até 18 de Março de 2010, tendo a sua continuidade até ao final do ano lectivo, com menos frequência de reunião e momentos de discussão. O início tardio deveu-se à incompatibilidade horária do atendimento da Direcção de Turma do 8º1 (à qual lecciono Educação Física no Estágio Pedagógico), à qual tinha preferência em efectuar a assessoria, visto que lecciono no mesmo horário disponível da Direcção de Turma. Deste modo, foi necessário contactar outra Directora de Turma para o efeito.

Do ponto de vista prático e nesta situação em concreto a Directora de Turma possuía 3h incluídas no seu horário semanal, sendo que 1h hora semanal era para atendimento dos Encarregados de Educação dos alunos da turma, 1h semanal para revisão do dossier e verificação das faltas e outra hora para convocar os alunos quando necessário (neste caso só em situações excepcionais).

Deste modo, a carga horária semanal consistiu em momentos de reunião com a Directora de Turma às Terças-feiras das 9:15 às 10:00 para esclarecimento e actualização e na Quinta-feira das 10:20 às 11:50 e das 13:00 às 13:30 momentos de exercício do cargo (principalmente para levantamento das faltas do livro de ponto e inserção das mesmas na base de dados do sistema informático).

A calendarização previa iniciar-se em Setembro e finalizar após o término das aulas do 3º período (consultar documento no tópico: **Tipologia de orientação no relatório final de Assessoria**) do relatório final de assessoria.

Após o primeiro momento de reunião foi elaborado um projecto de assessoria consoante as condições existentes. O projecto continha uma revisão da bibliografia onde referenciei as competências e actividades do Director de Turma, o seu perfil ideal e a legislação que define o seu cargo. Para além disso,



incluí os objectivos que me propus a desempenhar ao longo do ano, como assessora, e as estratégias e tarefas que eu procuraria desenvolver no desenrolar da assessoria. Ao longo do ano assisti a todas as reuniões do conselho de turma até ao encerramento das actividades de estágio.

No final, foi realizado um balanço sobre a minha actividade como assessora do director de turma. Apesar de ter sido um trabalho mais teórico que o esperado, posso concluir que foi útil na minha formação, na medida em que, provavelmente, será um cargo que poderei desempenhar no futuro, agora com mais conhecimentos e segurança, no entanto friso a simplicidade de exercício do mesmo, já que houve tarefas planeadas no projecto que não chegaram a ser realizadas por já se encontrarem terminadas.

## **6.2 Componente ético-profissional**

Relativamente à dimensão ética e profissional acredito que revelei elevado sentido de responsabilidade perante o trabalho e as várias situações que ocorreram. Mostrei pontualidade e assiduidade, apresentei-me disponível para resolver qualquer problema relacionado com o estágio, cumprindo com empenho os compromissos assumidos. Na relação com alguns dilemas organizacionais e profissionais procurei sempre revelar-me receptiva à crítica tentando utilizá-la para o meu aperfeiçoamento. Também aceitei e utilizei sugestões dos elementos do núcleo e esforcei-me sempre por realizar uma crítica fundamentada.

## **7. Avaliação de processos e produtos e Justificação das opções tomadas**

### **7.1 Actividades do projecto parcerias educativas**

Relativamente às actividades escolhidas no projecto e parcerias educativas, a primeira (Torneio de Paintball) deveu-se à curiosidade por parte do Núcleo de Estágio de desenvolver uma actividade nunca por si antes desenvolvida e nunca praticada por um dos elementos. O produto final foi positivo apesar das condições climatéricas adversas iniciais. O tempo melhorou e tudo correu bem, não havendo lesados, e sendo que a actividade decorreu dentro da normalidade.



Relativamente á actividade Falcão ao Tapete, a decisão da opção tomada por uma actividade deste género foi devida a dois elementos do núcleo serem ex-praticantes e considerarem uma mais valia a apresentação de uma modalidade deste tipo, já que Coimbra contempla três clubes onde se pratica Judo.

## **7.2 Planeamento das avaliações das matérias das UD's**

No que concerne às opções de avaliação das matérias analisando uma a uma:

- As modalidades de Ginástica (à excepção da Ginástica de Aparelhos) foram avaliadas (avaliação sumativa) por meio de coreografia para incutir nos alunos a importância do espírito de criatividade e a possibilidade de inserir na sequência coreográfica movimentos artísticos da autoria dos alunos, explorando a sua capacidade livre de criatividade.

- A modalidade de Atletismo foi avaliada por disciplina, sendo que a corrida de velocidade e a corrida de barreiras foram avaliadas no primeiro período, bem como o salto em altura e a corrida de estafetas e o salto em comprimento foram avaliados no segundo período. A justificação de não ter avaliado a corrida de resistência foi pelo facto de a sua exercitação recrutar muito tempo de aula e não ser obrigatório por não estar contemplado no programa das competências essenciais de 7º, 8º e 9º. O facto de ter avaliado somente o método de transmissão ascendente na corrida de estafetas foi devido à confusão eminente que causou quando abordei experimentalmente os dois métodos na aula. Como os alunos começaram a misturar as técnicas e a baralhar os conteúdos segui a recomendação do livro "Jogo Limpo" abordando apenas o método ascendente.

- No que concerne à Patinagem a avaliação sumativa foi realizada através de circuito, já que facilitava a observação e registo individual do desempenho. Como os alunos tiveram poucas aulas de hóquei em patins devido à dificuldade eminente de alguns, optei por avaliar apenas a patinagem para não prejudicar os com mais dificuldades.

- No que concerne ao Basquetebol, os alunos foram avaliados sumativamente nomeadamente em situação de jogo formal 4x4, sendo posteriormente solicitado, aos alunos, que realizassem, em situação analítica



o lançamento em apoio e lançamento na passada. Isto deveu-se ao facto de na mesma aula ser efectuada a avaliação do salto em altura e ser estritamente necessário o economizar de tempo e as transições serem fluentes. Uma referência que considero deveras importante: o Orientador António Cortesão deu uma sugestão para na realização da avaliação diagnóstica efectuar a avaliação por meio de circuito, para facilitar a observação dos alunos e para facilitar o registo

- O Andebol sofreu algumas alterações na planificação devido às condições climatéricas adversas o que impossibilitou o tempo pretendido de exercitação. A avaliação sumativa foi realizada por meio de exercícios analíticos e situação de jogo formal 6x6.

- A modalidade de Ginástica de Aparelhos foi avaliada em parte no primeiro período (a trave) e a outra parte no terceiro período (mini-trampolim, bock e paralelas). Durante a realização da extensão e sequência de conteúdos houve a necessidade de realizar ajustes e alterações nas paralelas, visto que os exercícios inicialmente propostos não estavam adequados aos níveis dos alunos, não sendo por isso exequíveis. Deste modo a avaliação incidiu sobre os exercícios de progressão para este aparelho.

- A modalidade de Râguebi foi avaliada tendo em conta aspectos simples, semelhantes à avaliação formativa e diagnóstica, já que os alunos tinham apenas a possibilidade de realizar 3 aulas de 90 minutos para exercitação.

- A modalidade de Natação sofreu inúmeras alterações na extensão e sequência de conteúdos, já que apenas foram leccionadas 7 aulas, duas das quais os alunos tiveram actividades, restando apenas 3 aulas de 45min para exercitação. Deste modo, os requisitos para a avaliação desta modalidade dependeram da evolução dos alunos, e da possibilidade de prática que os mesmos tiveram.

### **7.3 Assessoria à Direcção de Turma**

A assessoria à Direcção de Turma foi realizada a uma turma que no início me era desconhecida. Por esse motivo, a integração nas questões referentes à assessoria da direcção da mesma foi dificultada.



A professora Directora da Turma 9<sup>o</sup>3 mostrou-se afável e disponível. No entanto, confesso que algumas tarefas que no projecto me propus a seguir acabaram por nunca ser cumpridas por falta de oportunidade. Disponibilizei-me para conhecer melhor a turma, assistindo a uma aula, no entanto não fui muito bem recebida. Esse facto intimidou-me a explorar que tarefas poderia realizar para além do que já estava a fazer.

Apesar do acompanhamento constante a aprendizagem acerca de como lidar com certas situações humanas foi importante. No entanto faltou também o assumir de uma tarefa que faz parte do estágio por parte da escola, a fim de me deixar inteiramente à vontade a realizar as tarefas que inicialmente me tinha proposto.

## **8. Conhecimentos adquiridos**

Os conhecimentos adquiridos foram vários. Desde a minha formação do primeiro ano de faculdade até hoje apercebo-me que cada escolha mobilizou-me a aprofundar determinados assuntos e temas de conhecimento que ditam e expressam aquilo que sou hoje. Desde a exploração do estudo autónomo, à escolha de determinadas opções e conhecimentos opcionais, à realização de determinadas tarefas de voluntariado na área, às experiências práticas, às discussões singulares, à presença em conferências e debates, à aposta em formações de modalidades actuais. Todos esses factores contribuíram de alguma forma para a minha actuação neste estágio.

## **9. Reflexão**

### Aprendizagens realizadas

No estágio aprendi a planear aulas individualmente, a ajustar a aprendizagem às necessidades dos alunos, a dar importância a todos os factores desencadeadores da tomada de decisões no ensino-aprendizagem (Plano anual, caracterização da turma, caracterização da escola, unidades didácticas, planeamento anual), aprendi estratégias de ensino (de instrução, de controlo da turma e comunicação, de gestão do tempo e organização e transição), aprendi



estratégias de observação de aulas, estratégias de actuação ao nível da gestão e organização de eventos, aprendi a importância do cargo de director de turma, no entanto algumas tarefas ficaram por realizar. Aperfeiçoei técnicas de observação, avaliação, e registo. Aprendi que o tempo e a condição emocional são preponderantes ao desenvolvimento da criatividade e que esta é um excelente factor de sucesso escolar e pessoal. Aprendi a importância da relação professor – aluno no ensino – aprendizagem. Revi e consolidei que a aprendizagem é constante e não é estanque, e que só através da formação contínua, da pesquisa sucessiva e da sede de aprender nos poderemos tornar melhores e crescer como pessoas e desenvolvermo-nos seres interessantes e contribuidores de uma sociedade plena de aspectos positivos.

#### Compromisso com as aprendizagens dos alunos

Apresentei um bom compromisso com as aprendizagens dos alunos, no entanto no início senti alguma dificuldade no registo e verificação, já que não tinha qualquer experiência em realizar avaliações no secundário. Apresentei algumas lacunas que procurei colmatar (nomeadamente no Atletismo e na Ginástica de Aparelhos) e julgo que no final o saldo foi positivo já que a maioria dos alunos apresentou evolução na maioria das modalidades abordadas.

#### Importância do trabalho individual e de grupo

Considero o trabalho individual importante, mas mais que tudo o trabalho de grupo por permitir que os conhecimentos entre os diversos elementos sejam partilhados e que as aprendizagens ocorram em função dessas partilhas de conhecimentos e experiências, pois um todo coeso vale mais que as partes individuais que o constituem.

#### Capacidade de iniciativa e responsabilidade

Durante o estágio acredito que revelei uma boa capacidade de iniciativa e responsabilidade, à excepção das situações de vida adversas que me impossibilitaram de revelar a mesma iniciativa que normalmente revelo em qualquer momento ou situação.



### Dificuldades sentidas e formas de resolução

Sem dúvida que as dificuldades sentidas foram influenciadas pelas adversidades da vida que ocorreram este ano, sendo a minha prestação no estágio afectada por isso. O facto de ter sido atropelada ao findar a travessia numa passadeira no dia 11 de Setembro, sendo que o culpado fugiu, o aborrecimento causado pelos danos físicos e morais no leccionar das aulas, o adiamento do exame de condução, ter sido vítima de assalto e de agressão, tudo isso causou transtorno e condicionou a minha performance física e mental e me limitou nalguns parâmetros. No entanto, ao reflectir sobre as ocorrências considero que tive sorte, pois apesar do transtorno, do dinheiro e tempo perdidos, das injustiças por que passei estou viva, tenho as duas pernas, hoje consigo correr e consegui reaver o carro. Foram passagens complicadas que me permitiram aprender e desenvolver capacidades de cautela, de espírito de sacrifício e de luta, no entanto hoje sinto-me uma pessoa um pouco mais desconfiada, um pouco mais sensível a injustiças, um pouco medrosa também, mais emotiva.

As dificuldades de controlo da turma permitiram-me aprender e procurar soluções para que existissem superações, no entanto, por vezes o descontrolo ameaçava instalar-se tendo eu necessitado de implementar novas estratégias que nem sempre resultaram. Mas como numa batalha, quem vence arrisca sempre perder algo e considero que no final as superações ultrapassaram as dificuldades e compensaram o esforço.

As dificuldades na organização e gestão, nas transições e gestão do tempo permitiram-me procurar soluções no intuito de atingir a superação das mesmas, facto que ocorreu na maioria das vezes após falhar.

### Dificuldades a resolver no futuro

Julgo pertinente aprimorar as estratégias de castigo, aquando o controlo da turma já que me apercebi que inicialmente tive algum receio de as aplicar, quando noutras instituições onde lecciono perante dificuldades acrescidas não receio a aplicação de castigos e verifico que estes surtem efeitos de sucesso.



### Inovação nas práticas pedagógicas

Durante o Estágio Pedagógico revelei inovação nos planos B aplicados apresentando como temática alternativa jogos de Oposição e lutas e introdução ao Judo. Este facto serviu para motivar os alunos na participação da segunda actividade organizada pelo Núcleo: Falcão ao Tapete.

Considero igualmente inovadora a forma de avaliação das modalidades de Ginástica Rítmica e Ginástica Acrobática por meio de coreografia, fomentando a relação sócio-afectiva entre os alunos e permitindo desenvolver a criatividade de cada um.

### Impacto do Estágio na realidade do contexto escolar

As actividades da unidade curricular Projecto e Parcerias Educativas (Torneio de Paintball – 017 Ordem para Pintar) e (Torneio de Judo – Falcão ao Tapete) criaram impacto na escola Secundária José Falcão, tendo o saldo sido positivo não só devido ao número de participantes, mas principalmente devido às suas efusões de alegria e manifestações de contentamento.

### Conclusões referentes à formação inicial

No que concerne à formação inicial é possível concluir que agora me sinto muito mais plena de conhecimento relativamente à minha formação inicial.

### Necessidades de formação contínua

A vida é uma constante aprendizagem e o saber não ocupa lugar, estando o ser humano sempre a tempo para a aprender. Para mim há uma enorme diferença entre existir e viver, e confesso que não me suporto a limitar a existir, desejo constantemente experimentar. Quem quer crescer e ser melhor tem sede de aprender e eu considero-me um ser com enorme vontade e sede de descobrir e conhecer. Logo, a formação contínua é a meu ver uma necessidade indiscutível, seja através do estudo autónomo, através da discussão e confronto de ideias, através das formações externas, através da experimentação de fusão de conteúdos, através de projectos experimentais.



Sinto a necessidade de apostar nas matérias em que tenho mais dificuldade em ensinar.

### Experiência pessoal e profissional do ano de estágio (prática pedagógica supervisionada)

Da experiência pessoal os frutos que colho permitem-me concluir que me tornei numa pessoa melhor, mais completa, mais atenta, mais flexível ainda. Sinto-me sensibilizada para melhorar os aspectos que deixei pendentes e desejo fazê-lo já hoje e amanhã, no futuro mais próximo já que as ideias e as experiências são recentes.

Da experiência profissional recolho que o que sou hoje é apenas um reflexo amostra do que me poderei tornar ainda. O desejo de ser melhor é tanto que o limite é o infinito.



## 10. Nota Conclusiva

O estágio reflecte-se como o culminar de uma etapa final repleta de situações de aprendizagem que são o espelho de uma formação que nos lança para o futuro. Para além do que aprendemos, há ainda muito mais para aprender! Senti que este Estágio me deixou com muito ainda para fazer, que apesar de me ter permitido crescer ainda há o sentimento de ser pequenina, pois existe ainda muito para rever, consolidar, experimentar, aprender, sentir e viver. Existe ainda um longo caminho para percorrer e sinceramente confesso que este grau de Mestre que me definirá no final é apenas uma licença para desenvolver a Mestría, tal como a licenciatura se revelou uma licença para aprender e colocar em prática essa formação do ser.

Em tom conclusivo e apesar das dificuldades, concluo que o saldo é positivo, pois foram mais as dificuldades superadas do que as que ficaram por superar, concluindo que aprendi a ensinar e ensinei a aprender, e sinto que apesar do que ensinei, aprendi muito mais, pois aqueles que me ensinaram foram mais do que aqueles que ensinei.

E após esta etapa, encaro a vinda de uma nova fase, de um novo lugar, de umas novas caras com diferentes sorrisos, de diferentes modos de pensar, de diferentes estratégias de ensinar, de novas oportunidades para aprender, de novas batalhas para travar e de mais um degrau para subir.

Esta nota conclusiva não me permite encarar este estágio como um ponto final, mas sim como uma rampa de lançamento para o que de bom ainda está para se revelar, resultado de uma construção ainda por findar.

Aprendi que cada momento e cada ano é o "dar tudo por tudo" pois após o ano terminar não saberemos quando poderemos voltar a rever aqueles que um dia ensinámos a aprender, na esperança que o que de bom ensinámos seja lembrado com algum carinho e até um dia seja escrito ou ensinado a outrem.



### Referências bibliográficas

- ✚ Costa, José David. *Jogo Limpo 7/8/9, 3ª Parte*, Porto Editora 2006 (pág 23)
- ✚ SIEDENTOP, D. *Developing teaching skills in Physical Education*. 2 e., Ohio: Mayfield Publish Company, 1983.
- ✚ Regulamento e Estrutura de Elaboração do Relatório Final de Estágio, Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (2009/2010);
- ✚ Plano Individual de Formação Dinamene Velho, Unidade Curricular de Estágio Pedagógico, Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (2009);
- ✚ Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º Semestres, Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (2009/2010);
- ✚ Dossier do Núcleo de Estágio de E.F. da Escola Secundária José Falcão (2009/2010);
- ✚ Dossier do Núcleo de Estágio de E.F. da Escola Secundária José Falcão (2007/2008).