



**Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física
UNIVERSIDADE DE COIMBRA**

**RELATÓRIO FINAL DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO
Escola Secundária c/3º CEB Dr. Bernardino Machado, Figueira da Foz
Ano Lectivo: 2009/2010**

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

BRUNO MIGUEL HENRIQUES DA SILVA

Nº20041622

Coimbra, Junho 2010

**Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física
UNIVERSIDADE DE COIMBRA**

**RELATÓRIO FINAL DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO
Escola Secundária c/3º CEB Dr. Bernardino Machado, Figueira da Foz
Ano Lectivo: 2009/2010**

Relatório Final apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário.

Coordenador: Professor Catedrático Rui Adelino Machado Gomes

Orientador: Professor Doutor Luís Manuel Pinto Lopes Rama

Co-orientador: Professor Carlos Gonçalves

BRUNO MIGUEL HENRIQUES DA SILVA

Nº20041622

Coimbra, Junho 2010

Agradecimentos

Gostaria de manifestar a minha profunda gratidão e apreço a todos os que, de uma maneira directa ou indirecta, me ajudaram ao longo deste ano de estágio e que me fizeram ver que a força que reside na amizade é um bem essencial no alcançar do sucesso das etapas que a vida nos vai proporcionando.

A todos eles o meu muito obrigado.

O meu agradecimento sincero ao orientador Professor Doutor Luís Rama, por se ter revelado sempre predisposto a auxiliar no que fosse necessário ao longo do Estágio Pedagógico.

Ao co-orientador Professor Carlos Gonçalves, agradecer-lhe a disponibilidade total prestada ao longo deste processo, bem como os conselhos e ensinamentos transmitidos.

O agradecimento devido e inquestionável à minha mãe, por ser o que é e por nunca ter deixado de acreditar em mim. Devo-lhe a vida e espero um dia poder retribuir todo o afecto, carinho, dedicação e ternura que me tem proporcionado ao longo dos anos.

Não poderei deixar de invocar aqueles que no dia-a-dia sempre se preocuparam comigo e que com enorme orgulho lhes chamo de amigos...Hugo Faria, João Valente, Lígia Gonçalves, Nuno China, Nuno Teixeira, Paula Teixeira, Pedro Calixto, Renato Fernandes, Ricardo Cavaleiro, Ricardo Rebelo, Rui Fernandes, Vítor Lóio ...entre outros.

Urge frisar os meus companheiros de estágio mas sobretudo também eles amigos, Pedro Calixto e Renato Fernandes. O ombro amigo e a preocupação demonstrada ao longo desta caminhada serão para sempre lembrados.

Convosco aprendi a tornar-me num Ser melhor, a vocês devo momentos memoráveis, marcantes, únicos...Que nunca se quebrem os laços criados.

Resumo

Agora que findou um ano repleto de experiências valiosíssimas, urge a necessidade de expor neste documento os momentos que marcaram este fase tão peculiar da docência...o ano de estágio.

Numa visão mais objectiva, posso afirmar que ao longo deste relatório final farei por expor e fundamentar de uma forma concisa todos os parâmetros gerais de avaliação que estão associados às duas dimensões que se encontram estritamente interligadas com a avaliação do estágio.

No que compete a dimensão 1: actividades de ensino-aprendizagem, farei por explanar todos os pontos referentes à mesma, como são o planeamento (plano anual; blocos de matérias/unidades didácticas; planos de aula), a realização (intervenção pedagógica; decisões de ajustamento) e a avaliação das aprendizagens.

A outra dimensão que será alvo de uma cuidada e sustentada análise é a atitude ético – profissional, onde se poderá visualizar os parâmetros fulcrais para um desempenho condizente com uma docência séria e honesta. Pontos como a assiduidade, pontualidade, conduta pessoal, análise reflexiva e crítica, compromisso para com as aprendizagens dos alunos, bem como a atitude e responsabilidade perante o trabalho são competências indispensáveis e indissociáveis a um docente que pretende atingir patamares de excelência na sua actuação.

Sabendo de antemão das dificuldades inerentes para que este documento seja o reflexo fidedigno de todo o trabalho desenvolvido ao longo deste percurso, poder-se-ão encontrar no mesmo as questões mais relevantes e por consequência objecto de uma reflexão e exposição pormenorizada, tentando de alguma forma aproximar o mais possível à realidade de um ano de trabalho.

Faço votos, que a leitura deste relatório proporcione um alerta de consciências do que são as principais conquistas e dificuldades que nos deparamos num ano de estágio. Se assim for, ficarei realizado por sentir que contribui de alguma forma para o enriquecimento pessoal de quem o fez.

Abstract

After a year full of rewarding experiences, it becomes important to expose on this report the most significant moments of such an important period – the pedagogical training.

Through this report I will briefly expose and justify all the evaluation procedures related to two dimensions that are strictly connected to the training assessment.

As for the first dimension – teaching-learning activities, I will explain all the procedures that it implies, such as planning (annual planning, teaching units, lesson plans), practice (pedagogical intervention, adjustments) and the evaluation of the skills developed.

The other dimension that will be carefully analyzed is the ethical and professional attitudes, based on essential aspects that will certainly lead to an honest, serious performance as a teacher. Aspects such as attendance, punctuality, personal behavior, reflected and critical analysis, commitment to the students' learning process as well as a responsible attitude towards work - these are vital competences that cannot be ignored by someone who wants to achieve a high level of competence.

Knowing beforehand that it would not be an easy task to turn this report into a reflex of all the developed work, still can be found in it the most relevant questions. They are exposed in a detailed way so as to make this report the closest to the reality.

I hope that the reading of this report can show the main achievements and difficulties that we faced during this year. If so, I will be pleased to feel that somehow I contributed to the personal enrichment of those who will go through this experience.

ÍNDICE

<u>I. Introdução</u>	1
<u>II. Descrição</u>	2
2.1. Expectativas e opções iniciais em relação ao estágio (PIF)	2
2.2. Descrição das actividades desenvolvidas	4
<i>Planeamento / Realização / Avaliação</i>	5
<i>Componente ético - profissional</i>	15
2.3. Justificação das opções tomadas	16
2.4. Conhecimentos Adquiridos	20
2.5. Avaliação de processos e produtos	23
<u>III. Reflexão</u>	29
<u>IV. Referências bibliográficas.</u>	47
<u>Anexos</u>	48

I. Introdução

Citando Teotónio Lima “ *os futuros profissionais de Educação Física têm no Estágio a última oportunidade para se aperceberem das diferenças que separam a sua preparação teórica e a sua preparação prática, bem como das lacunas que ainda têm que preencher para enfrentar, sem problemas, as situações técnico - pedagógicas do ensino-aprendizagem*”.

Compreendendo o estágio como um momento temporal decisivo no que respeita a preparação profissional dos docentes, encarei-o como o culminar de todo um processo de formação pedagógica. Depois de todos os conhecimentos teóricos acumulados ao longo do 1ºano curricular do mestrado, o estágio emerge como o momento de excelência para a formação e reflexão, correspondendo a uma etapa fulcral na formação profissional dos docentes.

É a etapa onde sentimos a passagem do estatuto de aluno para o de professor. Sendo uma fase tão delicada, a mesma foi realizada de uma forma progressiva e acompanhada, com vista a total consecução dos objectivos inerentes a este ano verdadeiramente único.

Concluída esta etapa na nossa formação, urge o momento de reflexão, onde de uma forma cuidada e estruturada farei a exposição de todos os passos que fizeram parte deste longo mas prazeroso caminho que se deu na Escola Secundária Dr. Bernardino Machado, no ano lectivo 2009/2010.

O estágio pedagógico engloba duas dimensões com exigências distintas e complementares na nossa formação enquanto professores. Passando a enumera-las:

- **Dimensão 1: Actividades de Ensino - Aprendizagem;**
- **Dimensão 2: Atitude Ético - Profissional;**

Posto isto, apraz-me dizer que as reflexões por mim apresentadas ao longo deste documento, dificilmente representarão fidedignamente todo o trabalho

efectuado ao longo do ano lectivo, tendo em conta a totalidade do mesmo, sendo de todo aconselhável a consulta dos dossiers finais de estágio com vista à consolidação de toda a informação revelada ao longo deste relatório.

No entanto, farei por ser esclarecedor e objectivo na abordagem aos mais diferenciados parâmetros, fazendo deste documento uma súmula do trabalho desenvolvido.

II. Descrição

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

Com o estágio pedagógico no horizonte, as expectativas não podiam ser maiores. O ponto de partida para esta nova etapa é sempre antecedido pelas inúmeras histórias de colegas estagiários que já passaram pela experiência e que de alguma forma tentam demonstrar o quão enriquecedor se torna este capítulo da nossa formação.

Ciente de que se avizinha um ano repleto de trabalho e sacrifício mas com a firme convicção de aumentar e demonstrar de uma forma sistemática todos os conhecimentos adquiridos ao longo da academia, encaro o estágio pedagógico como sendo o pontífice de todo um percurso académico, em que será necessário haver um máximo empenho, dedicação e afinco da minha parte a fim de atingir os objectivos propostos, para que se ultrapasse o “choque” que se constata com a mudança de uma aprendizagem onde a vertente teórica assume uma preponderância elevada e as dificuldades inerentes a sua aplicação na prática.

Estes “obstáculos” não amenizam a motivação, bem antes pelo contrário, a vontade de ser cada vez melhor naquilo a que nos propomos fazer, assume-se como facto incontestável para a procura dos nossos limites enquanto “amantes” de uma profissão.

Nesta nova realidade e após tantos livros, palestras e teorias, cresce a responsabilidade do “papel de professor”, onde, pela primeira vez temos a possibilidade de através da transmissão de conhecimentos e habilidades aos alunos, formar indivíduos para a nossa sociedade.

Julgo que a capacidade de integração no contexto escolar será um ponto fulcral de valor inestimável, pois quando se tem uma experiência diminuta em algo, as incertezas, dúvidas e creditação em nós próprios revelam-se como um factor alarmante que pode deitar tudo a perder, no entanto quando sentes que és parte integrante de um grupo e as pessoas reconhecem o teu trabalho, aliado ao desafio que incorpora o próprio âmbito do estágio pedagógico, tens uma motivação inabalável bem como a responsabilidade acrescida de não decepcionar as pessoas que te apoiam.

No seguimento do que foi dito anteriormente espero ir ao encontro de um bom ambiente de trabalho em que todos se compreendam e se entre - ajudem sempre que necessário.

Numa visão mais enquadrada com a disciplina espero encontrar alunos motivados para a actividade física e que casos de indisciplina sejam uma miragem.

Dentro do departamento de educação física conto com o traquejo dos professores, para me auxiliarem no desenrolar do estágio, não só através de exposição de antigas experiências, como na transmissão de conhecimentos relativos ao ensino da educação física.

É perante este cenário que parto em busca das respostas para os desafios que se avizinham, de forma a estar bem latente a ambiguidade de sentimentos, ou seja, as recordações de um passado recente onde tudo fiz para que a formação académica nunca ficasse comprometida e as expectativas depositadas num futuro que se adivinha repleto de desafios e com a crença que a preparação científico - pedagógica proporcionada pela Faculdade será um suporte fundamental para que a experiência adquirida ao longo deste

estágio pedagógico desperte as melhores qualidades de um bom professor o que proporcionará uma confiança acrescida nas minhas potencialidades.

Resta-me esperar que a nova etapa que emerge, seja repleta de conquistas diárias e que no final, me congratule por um ano lectivo marcante para o resto da minha vida enquanto docente e ser humano.

2.2. Descrição das actividades desenvolvidas

- *Planeamento*
- *Realização*
- *Avaliação*
- *Componente ético - profissional*

Neste tópico, preocupar-me-ei com a explanação objectiva, sendo o mais sucinto possível na exposição de todas as fases que compuseram as mais diversas actividades que desenvolvi ao longo do ano lectivo no que compete à intervenção pedagógica e planeamento.

Por uma questão de sequenciação lógica enumerarei tarefa a tarefa descrevendo todas as fases associadas à mesma e no final farei um balanço global da componente ético – profissional que não se pode dissociar de todas as intervenções realizadas.

Segue a enumeração das temáticas abordadas, segundo o qual respeitarei a ordem:

- Estágio Pedagógico

- Intervenção Pedagógica
- ✓ Actas de Reunião;
- ✓ Avaliação;
- ✓ Balanços;

- ✓ Observação Inter – Estagiários/Orientador;
- ✓ Presenças;
- ✓ Reajustamentos;
- ✓ Sumários;
- ✓ Diário de Estágio;
- Planeamento
- ✓ Caracterização;
- ✓ Plano Anual;
- ✓ Plano Anual Turma;
- ✓ Planos de Aula;
- ✓ Unidades Didácticas.

Estágio Pedagógico – Intervenção Pedagógica;

Sem dúvida que este parâmetro se denota como sendo o mais importante na vida de qualquer docente. Engloba um sem número de tópicos que revelam ser de uma utilidade extrema e sem os quais o docente ficava incapacitado de leccionar de uma forma séria.

Senão vejamos:

- ✓ Actas de Reunião.

Planeamento: Sabendo da importância que as reuniões assumiriam ao longo do ano lectivo, entendeu-se por bem criar folhas de registo (anexo 1), onde o objectivo primordial seria transpor todos os pontos chave que fossem abordados, com vista a criação de um método de trabalho sério e honesto que servisse também como preparação para o futuro quando tiver que redigir actas.

Realização: Durante todo o ano lectivo, sempre que nos encontrávamos em período de aulas, reunia-se imperativamente todas as segundas – feiras às doze horas no departamento de Educação Física o núcleo de estágio com o

respectivo co-orientador. Foram sessões onde se debatiam os pontos mais críticos e onde semanalmente ia-se fazendo um balanço do trabalho que vinha a ser desenvolvido. O mesmo serviu para que num ambiente de salutar todos expusessem os seus pontos de vista com o intuito de ser cada vez melhor naquilo a que nos propomos fazer, tendo como objectivo máximo o alcance da excelência na arte da docência.

Avaliação: Por tudo o que foi dito, considero o balanço desta tarefa extremamente satisfatório. A importância que o núcleo de estágio assume na procura de soluções, bem como a experiência inequívoca e valiosíssima do nosso co-orientador faz com que os debates constantes acerca dos nossos aspectos menos positivos e positivos, nos permitam tirar ilações concretas e inequívocas do que é necessário fazer para que haja melhorias no dia-a-dia.

✓ Avaliação.

Planeamento: Entendendo a avaliação como condição para o eficaz desenvolvimento do processo de ensino - aprendizagem, objectivando a regulação do mesmo, orientando professores e alunos na verificação da consecução das metas e objectivos educativos propostos, invade-me a firme certeza que o processo de Planificação - Realização - Avaliação deve ser simbiótico, recaindo necessariamente a avaliação sobre comportamentos concretos que se reportam à obtenção dos objectivos estabelecidos. Posto isto, e suportando-me em autores como Bloom, Hastings e Madaus (1971), tornou-se imperativo planear o processo tendo em conta os três tipos específicos de avaliação: “uma preparação inicial para a aprendizagem, uma verificação da existência de dificuldades por parte do aluno durante a aprendizagem e o controlo sobre se os alunos atingiram os objectivos fixados previamente. Os tipos de avaliação referidos representam, respectivamente, *a avaliação diagnóstica, a avaliação formativa e a avaliação sumativa*”.

Realização: Pode-se observar na síntese de procedimentos (anexo 2) a estrutura criada para melhor compreensão e percepção do trabalho que foi sendo desenvolvido ao longo do ano lectivo tendo sempre como intuito a criação de um sistema que permitisse aos docentes do núcleo de estágio uma maior sustentação na conduta/decisão avaliativa, esperando um acréscimo metodológico qualitativo tentando de alguma forma responder a Pacheco (1994) que refere que a avaliação dos alunos surge como um dos aspectos mais críticos e mais problemáticos.

Avaliação: Sinto que a postura adoptada de avaliar somente elementos/gestos/conteúdos considerados primordiais para as modalidades abordadas, adaptados sempre, à realidade e especificidade da comunidade discente foi ao encontro do expectável resultando na consecução prática de todos os pressupostos teóricos. Por isso entendo que a eficiência e a qualidade pretendidas foram atingidas mantendo intacto, tudo o que se idealizou no início.

✓ Balanços.

Planeamento: Concluídas as abordagens às unidades didácticas, tornou-se indispensável, realizar uma reflexão acerca das mesmas. O intuito foi o de visar os aspectos mais positivos, mas também aqueles que considero os menos conseguidos, revelando o meu parecer face aos resultados obtidos. Resumidamente, achei essencial aferir se os objectivos que estabeleci para a minha turma, quando da avaliação diagnóstica foram ou não alcançados. Em conformidade com a evolução do desempenho motor dos alunos, analisar se as estratégias utilizadas e a organização da aula foram ao encontro do que tinha delineado para que se verificasse a evolução dos mesmos no domínio psicomotor, sócio-afectivo e cognitivo.

Realização: Para que estes balanços fossem o reflexo do trabalho desenvolvido, optei por realizar de forma objectiva a análise à aprendizagem

dos alunos, mediante os vários momentos de avaliação. Consoante o momento em causa, houve pontos críticos a serem frisados. Com a avaliação diagnóstica, surgiram as expectativas criadas, passando pela avaliação formativa, realcei as decisões de ajustamento tomadas revelando os motivos e pertinência, terminando com a indispensável e essencial conclusão final que surge como sendo o elemento chave da avaliação sumativa.

Avaliação: Ao realizar estes balanços tão minuciosos das modalidades, induzi melhorias na abordagem às que se seguiram, usufruindo dos conhecimentos práticos que advieram das últimas. Por tudo isto perspectivei este documento como uma reflexão que teve como propósito as melhorias no processo ensino-aprendizagem e que acabaram por se revelar um suporte valiosíssimo.

✓ Observação Inter – Estagiários/Orientador.

Planeamento: Consciente que a possibilidade de analisar as aulas dos meus amigos estagiários bem como do professor orientador revela-se fundamental na leccionação e planeamento das minhas, criou-se uma ficha de observação (anexo 3) com o intuito de fazer uma avaliação abalizada, centrada em componentes indispensáveis à arte de bem leccionar.

Realização: Durante todo este percurso, foi uma prática regular a observação das aulas. As que se demarcavam por um cariz mais formal eram suportadas pelo preenchimento da ficha onde incorporava uma sucinta análise que expunha as vertentes que no meu parecer, o docente podia melhorar. De notar, que havia uma observação formal por semana a um dos estagiários, e uma por mês ao co-orientador.

Avaliação: Tenho a firme convicção que esta etapa revestiu-se de uma importância inquestionável e inequívoca. Percepcionando os pontos fortes e menos fortes dos observados, tornou-se muito mais fácil adquirir as condutas

desejáveis para que o processo de ensino – aprendizagem nunca ficasse comprometido.

✓ Presenças

Planeamento: Um dos instrumentos que não se pode dissociar do dia-a-dia de um docente, terá de ser necessariamente a ficha de presenças. Percepcionando a valia da mesma, optou-se pela criação desta.

Realização: Em todas as aulas leccionadas existiu sempre a preocupação de se efectuar a chamada, com o intuito de marcar as devidas faltas no livro de ponto e de se fazer um controlo eficaz acerca da assiduidade dos alunos.

Avaliação: Este tipo de conduta favorece a relação do professor para com os seus alunos, pois através da análise do registo de faltas, percepcionei quais os alunos que mais se ausentavam, procurando saber o porque da respectiva ausência, mostrando-me interessado, criando laços importantes na relação professor – alunos.

✓ Reajustamentos

Planeamento: Ciente da importância que a extensão e sequência de conteúdos, bem como a estruturação dos mesmos por aula assumem para um ensino lógico e sequencial, partiu-se para a elaboração de uma grelha (anexo 4) que guia todo o trabalho de preparação de aulas do docente.

Realização: Tendo em consideração os conteúdos programáticos a abordar, os objectivos comportamentais terminais, e o número de aulas previstas, foram sendo elaboradas extensões e sequência de conteúdos ao longo das várias Unidade Didáctica, estando estas necessariamente planeadas para um determinado número de blocos de 45'. Dentro desses blocos surgiram necessariamente subdivisões, onde tínhamos blocos dedicados aos diferentes

momentos avaliativos, bem como às funções didácticas de introdução, exercitação e consolidação.

Avaliação: Sinto-me plenamente realizado neste ponto, pois fui concluindo ao longo do ano lectivo que houve uma aprendizagem concreta dos diferentes elementos técnicos e táticos, no sentido em que houve uma adaptação e progressão dos mesmos sem ser necessário promover alterações ao que estava programado inicialmente. Este facto indica-me que tanto a extensão e sequência de conteúdos, como os objectivos terminais e número de aulas previstas foram bem enquadrados e feitos de forma consciente.

✓ Sumários

Planeamento: A forte convicção de que o método e a organização são ferramentas indispensáveis a quem quer levar o seu trabalho a bom porto, levou a que se criasse um documento onde se colocaria no final de cada aula o registo do sumário desta.

Realização: Ao longo do ano lectivo, sempre que leccionei, tive a preocupação de ir actualizando o documento.

Avaliação: Não obstante parecer uma tarefa simplista, a mesma, fez com que houvesse sempre a preocupação de ter o documento actualizado, criando rotinas e hábitos que creio serem ensinamentos valiosos que levo para a vida no que toca a disciplina, método e capacidade de trabalho.

✓ Diário de Estágio

Planeamento: A necessidade de controlar e quantificar todos os trabalhos que foram sendo realizados no âmbito do estágio pedagógico levou a que se criasse o documento em causa.

Realização: Nos dias em que a vivência do estágio era uma realidade concreta, ia sendo descrito em traços gerais as tarefas que se realizavam bem como o tempo dispendido para a realização das mesmas.

Avaliação: A elaboração deste documento foi de uma utilidade extrema, pois permitiu ter uma percepção real de todas as tarefas inerentes ao estágio.

Estágio Pedagógico – Planeamento;

Este parâmetro também se reveste de uma importância notória, fornecendo ao docente informações fulcrais para que possa desempenhar a sua profissão com uma abrangência de conhecimentos que vêm a revelar-se de grande utilidade. Passarei a enunciar os pontos que fazem parte do mesmo e a importância que estes assumiram ao longo deste percurso.

✓ Caracterização.

Planeamento: Quando se pensou em caracterizações e compreendendo a relevância das mesmas, optou-se por ter uma mentalidade abrangente, incorporando assim todas aquelas que são pertinentes no meu entender para que o docente tenha uma perspectiva global daquilo que o envolve e que directa ou indirectamente envolve o seu trabalho. A saber: caracterização do meio, da escola, da turma e do material.

Realização: Solicitamos e contamos com a colaboração da Câmara Municipal da Figueira da Foz para a divulgação de alguns dados que entendemos como importantes para a caracterização do meio. No que compete a caracterização da escola e do material, foi feita uma pesquisa intensa, contando sempre com a total colaboração das pessoas que fazem parte dos quadros da escola. Já no que diz respeito à caracterização de turma foi elaborado um inquérito (anexo 5) para o efeito, sendo este preenchido pelos alunos na primeira aula.

Avaliação: Focalizando-me na caracterização do meio, estou ciente que a realização sintética mas pormenorizada, permitiu ter um conhecimento ainda mais aprofundado acerca dos costumes, tradições, cultura e hábitos da população, pelo que as conclusões só podem ser as melhores.

Quanto a caracterização da escola, e depois de ter reunido a informação necessária e capaz de permitir um melhor conhecimento do meio escolar, nomeadamente no que concerne às suas origens, instalações, diferentes recursos e funcionamento (órgãos de administração, gestão e também os respectivos serviços de apoio), obtive uma visão alargada de como funciona e como se organiza a escola, através de todos os seus intervenientes.

Mencionando a caracterização de turma, justifico o valor deste documento recorrendo a Aranha & Coelho (2007) que defendiam que através de uma boa actuação junto dos alunos, com a adaptação do ensino às suas características, torna-se possível concretizar os objectivos máximos da Educação Física. De certo modo, através de um clima saudável entre professor - aluno, consegue-se também, uma melhor consecução dos objectivos inicialmente propostos. Por sua vez só se consegue criar esse clima se conseguirmos reunir informação suficiente, que nos permita conhecer os alunos mais de perto.

Posto isto, e depois de analisados os dados, fiquei com a percepção dos hábitos desportivos dos alunos, ganhando uma certa “sensibilidade” para com a turma e tornou-se mais fácil detectar os problemas ou dificuldades que os alunos vinham a sentir em certas modalidades.

Relativamente à caracterização do material, o estudo efectuado foi essencial para que conhecer o que dispunha para levar a cabo o meu trabalho, bem como a quantidade e a qualidade do mesmo. Assim sendo, aumenta de forma inequívoca o conhecimento acerca de todo o material lúdico – desportivo que temos ao nosso dispor servindo esta informação para melhorar e rentabilizar o Processo Ensino – Aprendizagem.

✓ Plano Anual.

Planeamento: No ensino não é de todo concebível a ideia de planejar isoladamente as acções pedagógicas. Assim sendo, e com o intuito de tornar a

base do processo de planeamento coerente e bem articulado, o plano anual surgiu com o intuito de comportar um conjunto de directrizes consideradas fundamentais para a obtenção de determinados objectivos, servindo como guião orientador da eficaz leccionação da matéria da disciplina.

Realização: Objectivamente, todos os conteúdos/tarefas planeadas, foram referidos de um modo sucinto, tendo em conta a cronologia exigida inicialmente, sendo que a sua estrutura de fomento, assentou numa lógica progressiva de acontecimentos.

Avaliação: A construção deste documento permitiu fortalecer ainda mais o meu ponto de vista acerca da Educação Física enquanto um processo racional, sistematizado e intencional de tornar acessível, a todos os jovens que frequentam a instituição escolar, o conjunto transitório de conhecimentos, hábitos, valores, atitudes e capacidades que constituem o património da cultura física.

✓ Plano Anual Turma.

Planeamento: Perspectivando-o como o instrumento fulcral para a consecução organizativa das várias temáticas leccionadas ao longo do ano lectivo, urgiu o plano anual da turma. Baseado no Programa Nacional de Educação Física – Ensino Secundário, este documento assume um papel importantíssimo para o docente, sendo encarado com um guião que orienta para a prática pedagógica.

Realização: Para a definição do mesmo, seguiu-se as directrizes definidas pelo Departamento de Educação Física, designadamente a atribuição dos espaços disponíveis para leccionar.

Tendo consciência das limitações que os espaços desta escola oferecem (pouco polivalentes, não havendo a possibilidade de realizar actividades de aprendizagem referentes à totalidade das unidades didácticas num só espaço),

foi feita uma análise por parte dos docentes com vista a averiguar quais as modalidades que poderiam ser abordadas tendo em conta as condicionantes que cada espaço apresenta.

Após definirmos as unidades didáticas a abordar e em harmonia com o nosso orientador de estágio, optámos por estabelecer para cada modalidade um determinado número de tempos lectivos.

Avaliação: Sinto-me sobejamente realizado neste ponto, pois conseguiu-se retratar a globalidade dos aspectos inerentes a cada uma das aulas leccionadas, visando acima de tudo a objectividade (anexo 6).

✓ Planos de Aula.

Planeamento: Sendo um instrumento de valia inquestionável, a sua construção foi desde cedo uma prioridade por entender o mesmo como um auxílio imprescindível para o bom desenrolar das aulas.

Realização: Procurou-se a criação de um documento (anexo 7) de fácil interpretação, cuja exposição dos elementos essenciais estivesse presente, servindo este como um suporte válido e congruente para a leccionação das aulas.

Avaliação: Os intentos pretendidos foram alcançados. Entendendo o documento como orientador da acção e não de uma perspectiva imutável, foi essencialmente nos primeiros tempos um ponto de abrigo ao qual pude recorrer quando me escapava alguma informação pertinente relacionada com a aula.

✓ Unidades Didáticas

Planeamento: As Unidades Didáticas surgiram no sentido de garantir o sucesso do processo ensino – aprendizagem das várias modalidades,

justificando-se a sua existência pela necessidade de se basear a actividade em objectivos precisos, na tentativa de transmitir a matéria aos alunos de uma forma sistematizada e se possível, unificar o ensino desta actividade no seio do grupo de Educação Física.

Realização: A elaboração das unidades didácticas realizou-se tendo como principio uma pesquisa bibliográfica extremada para que os documentos possibilitassem um controlo mais rigoroso no processo ensino - aprendizagem, visando a estruturação de um instrumento de trabalho padronizado (logicamente flexível), baseado nos objectivos propostos para cada aluno/turma.

Avaliação: Não podia estar mais satisfeito, pois ao longo do ano lectivo os documentos em causa orientaram-me, permitindo conciliar conhecimentos, estratégias, objectivos, metodologias e formas de avaliação. Assim sendo e em última análise, entendo-o como um documento facilitador do processo de ensino - aprendizagem.

Componente ético – profissional

Esta vertente surge numa dimensão paralela à da intervenção pedagógica e tem uma importância fulcral no desenvolvimento do agir profissional do futuro docente.

Grandezas como a ética e o profissionalismo deverão ser valores bem vinculados, e como consequência reflexo diário do trabalho do estagiário. Ao longo deste percurso fiz por responder da melhor forma a um conjunto de competências que não se podem dissociar deste componente.

Demonstrei capacidade para trabalhar individual e colectivamente, assumindo o cumprimento dos compromissos comuns e individuais dentro dos prazos; Fiz da responsabilidade, assiduidade, pontualidade, capacidade de análise crítica,

auto-crítica e iniciativa vectores associados a minha forma de ser e de estar enquanto docente, nunca esquecendo o compromisso ético com as aprendizagens dos alunos bem como a conduta pessoal adequada perante os professores, alunos, encarregados de educação e funcionários.

2.3. Justificação das opções tomadas

Todo o tipo de iniciativas terão de ser necessariamente fundamentadas através de saberes que permitem uma aplicação criteriosa dos trabalhos efectuados.

Todas as opções tomadas, foram feitas em consciência e por isso assumidas com a tranquilidade de quem estava ciente das melhorias que as mesmas implicavam.

Para além dos saberes adquiridos na faculdade e partilhados por todos os elementos do Núcleo de Estágio, bem como a valia da experiência do nosso co-orientador, sinto que os meus conhecimentos gerais e específicos, onde apresentei um domínio e uma mobilização contextualizada dos mesmos, bem como a preocupação de integrar nas minhas acções práticas a pesquisa autónoma, potenciou o meu processo de aprendizagem profissional e por consequência tomadas de posição mais maduras e efectivas.

Sendo mais descritivo, poderei afirmar que no que respeita ao planeamento, as opções mais relevantes tomadas incidiram sobre a elaboração do plano anual, a definição dos blocos de matérias bem como a construção das unidades didácticas e a preparação dos planos de aula.

No que respeita ao plano anual, optou-se por realizar o mesmo apenas nesta recta final de estágio, pois estávamos cientes que é um documento que pressupõe necessariamente a elaboração de trabalhos preparatórios. Assim sendo, era pouco lógico elaborar o plano logo no início, sabendo de antemão que se fosse essa a posição assumida, teríamos que o ir reformulando ao longo do ano.

Abordando a definição dos blocos de matérias, posso afirmar que todas as opções tomadas tiveram invariavelmente associadas as condições materiais e espaciais que a escola oferece. Posto isto, as modalidades escolhidas vieram ao encontro das opções mais congruentes tendo em conta o espaço e os materiais disponíveis. Seguindo uma lógica já implementada pelo departamento, optou-se por subdividir 90' em dois blocos de 45', sendo que teríamos sempre a leccionação de duas modalidades distintas ao longo da aula. A opção visou essencialmente dar a possibilidade de os alunos vivenciarem mais do que uma modalidade, objectivando assim a multidisciplinaridade. Para além deste factor de valia inquestionável, esta tomada de posição também favoreceu o roulement de espaços, visando uma distribuição justa.

Abordando a construção das unidades didácticas, as principais opções passaram pela criação de um conjunto de tópicos que entendemos como essenciais, entre os quais destaco a abordagem dos conteúdos técnicos, os vários parâmetros avaliativos, progressões pedagógicas e a extensão e sequência de conteúdos. A justificação passou pela pertinência que estes temas assumem na leccionação das modalidades, servindo como um suporte inquestionável ao trabalho docente.

Já no que compete a elaboração dos planos de aula, a inserção dos parâmetros (tarefas, organização e objectivos comportamentais/componentes críticas), visou sobretudo fornecer um conjunto de informações úteis e que estruturam o trabalho do professor. Convém mencionar que havia sempre um espaço destinado a uma reflexão final de aula com o intuito de o docente perceber o que correu bem e menos bem, com vista a melhoria da sua prestação pedagógica.

No que toca a intervenção pedagógica propriamente dita, e focalizando-me na instrução, não poderei entender o acto de comunicar como algo banal, compreendendo-o como uma vertente que não pode ser deixado ao improvisado do momento por parte do professor, sendo importante que este planeie e ensaie (treine) as suas preleções antes de as levar à prática. Ao longo das

aulas pautei os meus discursos pela qualidade e objectividade, pois continuo a acreditar ser a forma mais eficaz de captar atenção dos alunos, prescindindo de um parecer demasiado científico não havendo assim um risco de dispersão atencional por parte dos alunos.

Na abordagem à gestão pedagógica, optei por criar uma rotina que fez com que a organização das actividades e transição entre tarefas ficasse muito mais simplificada. Acredito piamente que a criação de rotinas tem vantagens notórias, que se traduzem em ganhos temporais significativos, possibilitando ter um tempo útil de aula bastante superior.

No parâmetro do clima de aula/ disciplina a opção passou sempre por ter um relacionamento muito próximo dos alunos, ganhando o seu respeito e conquistando assim a sua confiança. A postura por mim adoptada, foi ao encontro das minhas convicções, por acreditar que se tivermos um relacionamento saudável com os alunos, a arte de leccionar fica muito mais simplificada, visto não existir atritos entre ambas as partes integrantes do processo ensino – aprendizagem.

Quanto à avaliação das aprendizagens houve um sem número de tomadas de decisão, que passarei a descrever e a justificar.

A primeira opção passou pela distribuição da valoração da avaliação. Por entendermos que a avaliação psicomotora assume um carácter preponderante na nossa disciplina, foi-lhe atribuído uma percentagem de 60% da nota final. O domínio sócio afectivo balizou-se nos 30%, enquanto o domínio cognitivo fixou-se nos 10%.

Já nos momentos de avaliação, a opção por três momentos avaliativos (avaliação diagnóstica, formativa e sumativa) passou pela necessidade de existir no sistema avaliativo coerência e continuidade, tornando-se fulcral a identificação dos progressos ou retrocessos existentes ao longo de todo o processo ensino-aprendizagem.

Na avaliação diagnóstica recorreu-se apenas à observação/análise dos conteúdos técnicos e técnico - táticos de base referentes às diferentes unidades didáticas a abordar. Esta forma de actuação teve o intuito de facilitar a implementação de objectivos individualizados, respeitando as características específicas e nível de desempenho do aluno.

Na avaliação formativa optou-se por subdividir a mesma em avaliação formativa intermédia, e avaliação formativa multimétodo. A intenção da criação da avaliação multimétodo foi fornecer ao docente uma análise qualitativa diária da evolução cognitiva e sócio-afectiva do aluno. Já a avaliação formativa intermédia surgiu com o intuito de informar o aluno e o professor, sobre a qualidade do processo educativo e de aprendizagem, bem como do estado do cumprimento dos objectivos do currículo.

Quanto a avaliação sumativa, esta traduz-se num juízo globalizante sobre o desenvolvimento dos conhecimentos e competências, capacidades e atitudes dos alunos, tendo lugar, ordinariamente, no final de cada período lectivo, no final de cada ano e de cada ciclo de ensino. No seguimento do que foi dito justificou-se a criação de uma grelha objectiva que avaliava o conjunto de exercícios critério e/ou situação formal de jogo contemplados no plano de aula que já tinha sido aplicado nos momentos avaliativos anteriores com a intenção de fomentar o desenvolvimento dos padrões motores relacionadas com a especificidade exigida ao longo da unidade didáctica, bem como o grau de familiarização do aluno com as tarefas de avaliação, diminuindo possíveis factores dissuasores do sucesso do mesmo.

No que compete a atitude ético – profissional todas as opções tomadas tem uma justificação simples. Acredito que a forma como encaramos a vida e a maneira como nos relacionamos com os outros fazem de nós aquilo que somos. Com isto, quero dizer que o respeito e a amabilidade foram vectores estritamente associados a minha conduta enquanto professor estagiário.

2.4. Conhecimentos adquiridos.

A panóplia de conhecimentos que se adquirem no estágio pedagógico é verdadeiramente notável.

Começando pelo planeamento, passando pela intervenção pedagógica e finalizando nas avaliações, são inúmeros os ensinamentos que levamos desta etapa da docência.

Abordarei os parâmetros que considero os mais enriquecedores e que ao longo da docência vão ser para sempre lembrados por se revestirem de uma valia significativa.

Começando pelos planos de aula, adquiri conhecimentos no âmbito da estruturação e conteúdo dos mesmos. Aferi que um plano de aula bem sustentado tem necessariamente que ter em conta a coerência com a unidade didáctica, apresentando os objectivos e os processos, a unidade da aula, que se prende a um encadeamento lógico em termos metodológicos, terminológicos e pedagógicos, a especificação e clareza, permitindo assim a interpretação objectiva e fiel, a correcção das estratégias de ensino, havendo a preocupação da diferenciação de propostas em função dos níveis existentes na turma e a análise crítica e reflexão sobre os resultados, permitindo aferir ao docente os factores determinantes do sucesso ou insucesso da actividade.

No que respeita à definição dos blocos de matérias, fiquei a par de todos os procedimentos que são necessários para a escolha dos mesmos. Sendo uma temática do interesse de todos os docentes de educação física, todas as opções são tomadas dentro do departamento e tem de ter em conta um conjunto de factores que complexifica as opções. Hoje em dia, tenho perfeita consciência que elementos como as condições temporais, espaciais, materiais e tradições desportivas da zona são parâmetros que assumem um papel primordial na escolha das matérias escolhidas.

Antes de passar a leccionação propriamente dita, parece-me relevante expor os conhecimentos que adquiri com a observação das aulas tanto dos meus amigos de estágio como do co-orientador. Com o acumular das análises, adquiri a capacidade de ter um poder observacional muito mais perspicaz e pertinente. Com isto, as vantagens foram inúmeras pois visualizando os aspectos fortes e menos fortes dos restantes elementos do núcleo aprendi a perceber esses momentos de uma forma muito prática, transpondo-os para a minha aula e obtendo assim ganhos inequívocos.

O domínio da realização das aulas foi a vertente onde os conhecimentos adquiridos foram exponenciais. Tendo uma vivência de longos anos enquanto aluno, tudo o que adveio da arte de leccionar, fica estritamente associado aos saberes que levo desta experiência.

Desde logo, fiquei ciente que leccionar pressupõe um conjunto de parâmetros específicos como a instrução, gestão, clima/disciplina e decisões de ajustamento que terão de ser respeitados para que tudo decorra dentro do expectável.

Sendo mais específico, e começando pelo domínio da instrução, posso revelar que adquiri a capacidade de no início da aula informar os alunos de forma clara, concisa e sem perdas de tempo os objectivos e as tarefas associadas à mesma. Com o tempo fui aprendendo a organizar a actividade no espaço de aula de modo a permitir-me um posicionamento e circulação que me garantiam o controlo geral da actividade. No que toca a qualidade dos feedbacks ganhei a capacidade de os distribuir equitativamente entre os diferentes alunos, demonstrando um domínio total dos conhecimentos quer de intervenção pedagógica quer do conteúdo das modalidades desportivas. Na parte conclusiva da aula após adquirir as primeiras noções, fui aperfeiçoando a habilidade de fazer um balanço correcto e oportuno da actividade, fazendo também uma extensão para a próxima aula de forma a alertar os alunos para as etapas seguintes das modalidades em causa.

No domínio da gestão, foram evidentes as capacidades conquistadas na forma como fui apresentando uma estrutura coordenada, coerente, contínua e sem quebras, revelando assim um controlo total da aula.

Mencionando o clima/disciplina e apesar de ter tido a felicidade de leccionar a uma turma exemplar a todos os níveis, apreendi a assumir um estilo de comando que foi ao encontro dos intentos de todos os intervenientes, conquistando o respeito dos discentes e facilitando assim de sobremaneira a leccionação.

Também com o tempo fui conquistando a capacidade de me tornar cada vez mais reflexivo, crítico e oportuno nas decisões tomadas, tendo sempre em conta a especificidade da escola, dos alunos e das condições reais do ensino.

A avaliação também se revelou como uma vertente onde adquiri inúmeros conhecimentos.

Passando desde a opção pelos conteúdos técnicos – táticos a avaliar, pela concepção das grelhas de avaliação até a observação do desempenho propriamente dito, tudo foi alvo de um processo moroso mas muito bem estruturado, onde através das profícuas conversas com os elementos do núcleo de estágio, fomos aprendendo e interiorizando os diferentes pontos de vista.

No entanto, a situação que considero mais enriquecedora na avaliação, foi a análise do desempenho dos alunos aquando dos momentos avaliativo. Tendo uma turma muito numerosa tive que me adaptar a situação e conseguir focalizar no que era verdadeiramente importante, sintetizando assim as informações e conseguindo concluir a mesma, fazendo – o de uma forma justa para todos os discentes.

2.5. Avaliação de processos e produtos.

Ao longo deste percurso foi necessário definir quais seriam os melhores processos tendo em conta os produtos que visávamos obter.

Neste ponto farei por expor as medidas tomadas, tendo em conta os processos delineados, bem como o alcance ou não dos pressupostos idealizados inicialmente.

No que respeita ao planeamento, e por acreditar que é uma fase indispensável para uma consecução envolta em sucesso, foi feito um trabalho que passou essencialmente pela elaboração em grupo de alguns documentos, dentro dos quais destaco o plano anual e as unidades didáticas. Estes visavam garantir uma prática pedagógica bem sustentada e estruturada.

O produto obtido foi o expectável, pois toda a exigência do planeamento teve os seus frutos, acabando por se revelar como os alicerces para todo o trabalho desenvolvido a posterior.

No que toca a realização, o trabalho desenvolvido foi muito mais individualizado, isto justificasse com o facto ser atribuída uma turma a cada um dos estagiários, o que levou necessariamente a que a intervenção pedagógica a ter nas aulas se moldasse ao conjunto de discentes. Os processos passaram sobretudo por uma abordagem muito profissional, tendo sempre em conta a evolução dos padrões motores dos alunos.

Os produtos foram os mais satisfatórios possíveis, pois senti-me ao longo do ano plenamente identificado com a leccionação e com o objectivo primordial a ser plenamente alcançado, ou seja a evolução dos alunos.

No que toca a avaliação e sendo o culminar de todo o processo, vou fazer a explanação de uma forma mais detalhada, por entender ser o pontífice de todo o trabalho.

Acredito que a avaliação incide inevitavelmente sobre os comportamentos concretos que se referem à consecução dos objectivos pré-estabelecidos, que

foram perseguidos com o ensino efectuado. É fulcral que o processo de Planificação-Realização-Avaliação seja unitário, devendo-se centrar o professor no que definiu como fundamental e que foi alvo de um processo concreto de apropriação.

Optou-se por subdividir a avaliação em três momentos distintos: Avaliação Diagnóstica, Avaliação Formativa e Avaliação Sumativa, tornando-se fundamental a gestão da mesma, respeitando e não descurando nenhum dos momentos.

Em correlação directa com os momentos acima mencionados, temos os objectivos de pré-requisito, intermédios e terminais no que compete aos diferentes domínios avaliados (psicomotor, sócio-afectivo e cognitivo).

Todo o desenrolar do processo teve como suporte a realização da avaliação diagnóstica à minha turma, onde aferindo do nível em que os alunos se encontravam, perspectivei uma extensão e sequência de conteúdos fiável e exequível.

O núcleo de estágio de educação física determinou que a meio da Unidade Didáctica seria realizada a avaliação formativa intermédia, existindo também uma súmula descritiva das atitudes/comportamentos dos alunos (Avaliação Formativa Multi-método), na qual fui registando os meus pareceres acerca dos actos mais relevantes na grelha elaborada para o efeito.

No que compete à avaliação sumativa, esta foi desenvolvida através da situação formal de jogo (voleibol, basquetebol, andebol, futebol e badmington), ou através da utilização do teste Luc-Léger, existente na bateria de testes *FITNESSGRAM* (*condição física*), ou ainda desenvolvida através da realização/demonstração individualizada dos elementos gímnicos leccionados (ginástica) ou seja, utilizando exactamente o mesmo procedimento da avaliação diagnóstica e formativa intermédia, para que fosse justo e de mais fácil percepção aferir da evolução ou regressão do desempenho motor dos alunos.

Reportando-me agora a avaliação diagnóstica, esta surge como sendo um momento fundamental em todo o processo, pois auxilia a aferir o nível da turma na sua globalidade e também a nível individual, permitindo criar estratégias adequadas à população em causa.

No seguimento do que disse no parágrafo anterior, a extensão e sequência de conteúdos que se faz estabelece os respectivos objectivos pedagógicos, tendo forçosamente em conta os vários tipos de dificuldades evidenciadas pelos alunos nos aspectos técnicos e técnico - táticos (consoante a modalidade em questão) avaliados criando, assim, objectivos a curto, médio e longo prazo que vão ao encontro da superação das mesmas.

Para seleccionar os conteúdos a observar, o Núcleo de Estágio, teve por base os programas nacionais de Educação Física, mais concretamente à secção referente à modalidade em causa.

O docente deverá ter a capacidade de agilizar os resultados da melhor forma, indo assim obter os maiores benefícios desta avaliação. Torna-se claro que, partindo dos resultados obtidos, ter a habilidade para saber lidar com os mesmos é fundamental para o desenvolvimento de todos os alunos. Conseguir motivar os alunos independentemente das suas potencialidades, não prejudicando nenhum deles, é sem dúvida o maior desafio do docente.

A escolha dos conteúdos observados teve em conta o tipo de modalidade em causa. Nos desportos colectivos privilegiou-se os elementos técnico táticos de base. Na condição física ambicionou-se, conhecer a capacidade dos alunos, no que diz respeito aos seus índices de aptidão aeróbia, optando-se por desenvolver a técnica de corrida em períodos progressivos (acrécimo de 2 minutos de aula para aula) como forma de ir preparando a execução do Teste de Luc-Léger. Na ginástica optou-se por avaliar os elementos gímnicos de solo básicos e os saltos ao eixo e de coelho.

Justificando a escolha dos conteúdos observados, posso invocar que estes denotam-se como sendo os elementos base das modalidades em questão,

tornando-se imperativo saber determinar o nível de execução de cada um destes conteúdos pois são eles que asseguram a continuidade e progressão nas modalidades.

Esta avaliação inicial permite ao docente aferir dos patamares em que os alunos se encontram, viabilizando assim as estratégias mais adequada para atingir os objectivos de cada um. Com isto, e respeitando o domínio e aplicação de cada um dos conteúdos de base, não se corre o risco de influenciar negativamente e de forma determinante o nível final de jogo da turma.

Passando à metodologia de registo, procedeu-se ao registo numa grelha de observação criada para o efeito (anexo 8), onde tendo em conta o nível apresentado ia sendo preenchida. De notar que eram 3 os níveis de execução (NE – Não Executa; E(1) – Executa com muitas dificuldades; E(2) – Executa razoavelmente; EB – Executa Bem). Os alunos foram alvos de avaliação individual nas diferentes acções técnicas /técnico - tácticas, de acordo com as componentes críticas predefinidas em situação de jogo formal (desportos colectivos) ou em situações reais de execução dos diferentes elementos gímnicos.

Dada a peculiaridade da condição física, o registo foi efectuado na grelha de observação estabelecida pela Bateria de Testes do FITNESSGRAM. Foi preenchida de acordo com 15 níveis de execução que contemplam 157 percursos distribuídos pelos mesmos. Os alunos foram avaliados individualmente, na realização integral do Teste Luc-Léger, tendo para isso, cumprido os desígnios protocolares do mesmo.

A análise da observação feita foi realizada de uma forma minuciosa e recorrendo a grafismos por nós elaborados que explanavam perfeitamente a realidade da turma.

De uma forma global posso afirmar que os resultados apesar de ser a fase primordial da avaliação foram muito satisfatórios pois tive a felicidade de ter

tido uma turma que apresentava níveis de execução muito acima da média escolar nacional.

Após a percepção da capacidade geral da turma e tendo em consideração os conteúdos programáticos a abordar, os objectivos comportamentais terminais, e o número de aulas previstas, foi elaborada uma extensão e sequência dos conteúdos ao longo da Unidade Didáctica, estando esta planeada com um determinado número de blocos. Dentro dos blocos surgem necessariamente subdivisões, onde havia lugar para as avaliações bem como para às funções didácticas de introdução, exercitação e consolidação.

Entrando agora na avaliação formativa, o núcleo de estágio também decidiu que se procederia a uma avaliação formativa multimétodo através de uma grelha própria criada para o efeito (anexo 9), onde em todas as aulas se retirariam os apontamentos mais relevantes do ponto de vista da evolução cognitiva e sócio-afectiva do aluno. Este registo abrangeu a totalidade dos alunos, devendo-se para isso observar alunos diferentes de aula para aula, salvo situações excepcionais.

A avaliação formativa intermédia referente ao domínio psicomotor foi realizada a meio da Unidade Didáctica, teve directrizes de exequibilidade similares às aplicadas na avaliação diagnóstica, de modo a promover e a fomentar no aluno um elevado grau de familiarização com as tarefas propostas, com o intuito de se atingir os melhores resultados possíveis. O registo foi efectuado na grelha de avaliação formativa intermédia, que é a mesma que foi utilizada na avaliação diagnóstica.

No que compete a análise da avaliação formativa intermédia, houve a preocupação de manter o mesmo tipo de procedimento da avaliação diagnóstica, recorrendo a grafismos para melhor elucidar o patamar da turma. Para além disto fez-se uma comparação qualitativa dos resultados que se tinham obtido na avaliação diagnóstica e formativa, fornecendo este documento informações valiosíssimas acerca da evolução da turma.

Felizmente as informações que fui recolhendo da avaliação formativa foram as mais animadoras possíveis, pois não obstante o facto de a turma nas avaliações diagnósticas já apresentar resultados muito positivos, a capacidade de trabalho dos alunos e a sua constante motivação em melhorar fez com que houvesse sempre melhorias.

Quanto à avaliação sumativa, esta surgiu como o culminar de todo o trabalho desenvolvido na unidade didáctica, permitindo fazer o balanço das aprendizagens realizadas, aferindo assim se sempre foram alcançados os objectivos terminais.

É importante frisar que a avaliação sumativa se baseou em critérios de avaliação definidos pelo Grupo de Educação Física da Escola Secundária Dr. Bernardino Machado – Figueira da Foz.

Para a avaliação sumativa ser levada a cabo, no que diz respeito ao domínio psicomotor, foi utilizado o mesmo protocolo da avaliação diagnóstica e formativa, mantendo-se os conteúdos a observar. Resumindo, nos desportos colectivos foi através da situação de jogo formal onde avalei todos os gestos técnicos e conteúdos tácticos leccionados ao longo das aulas. O registo foi efectuado numa grelha de observação (anexo 10), sendo preenchida de acordo com os 5 níveis de execução. Foram avaliados individualmente de acordo com os critérios de êxito definidos. Para a condição física, tivemos em conta os procedimentos realizados nas avaliações anteriores e, também nesta, o protocolo de avaliação foi o mesmo. No entanto os conteúdos a observar tiveram de se estender forçosamente aos objectivos terminais, ou seja, avaliar o número de percursos obtidos pelos alunos.

O registo foi efectuado na grelha de observação, sendo ajustados para efeito de classificação final (anexo 11) o número máximo de percursos realizados, obtendo a partir dele as restantes valorações, através de uma regra de três simples.

A análise das avaliações sumativas baseou-se na mesma dinâmica do que as anteriores avaliações, onde através de grafismos podemos observar a evolução dos alunos nos conteúdos avaliados. Mais uma vez, congratulo-me por os resultados obtidos terem ido ao encontro do que era expectável e atingindo patamares de excelência tendo em conta que estamos a falar num contexto escolar onde o tempo de prática é manifestamente curto.

De notar que independentemente da unidade didáctica, a valoração que diz respeito à avaliação sumativa no domínio cognitivo, adveio de um teste teórico relativo às modalidades leccionadas.

III. Reflexão

Chegado o momento de fazer um balanço final de todo o processo, esta reflexão basear-se-á num pressuposto fundamental, sendo ele: a forma como decorreu concretamente todo o processo de ensino - aprendizagem, focalizando como não poderia deixar de ser os itens mais pertinentes.

As inúmeras aprendizagens que este ano de estágio me proporcionou, assumem um lugar de destaque, pois são valências fundamentais para o meu futuro enquanto docente na área da Educação Física.

A leccionação das aulas foi, sem dúvida, o parâmetro onde mais evoluí, tendo apreendido um conjunto de condutas e informações essenciais para que o processo ensino – aprendizagem nunca ficasse comprometido.

A consecução de todos os objectivos a que me propus ao longo do ano, tiveram no trabalho individual bem como no de grupo um alicerce de valia inquestionável.

Sabendo da importância desta etapa na minha formação, tive desde o início uma atitude positivista perante o espírito de sacrifício que é preciso ter para que se atinja patamares de eleição. Conhecedor de todo o trabalho que um estágio pedagógico envolve (através de conversas partilhadas entre amigos que já tinham vivenciado esta experiência), parti determinado a conseguir

responder a todo o tipo de exigências. Não obstante as privações que tive ao longo do ano, as escolhas que foram sendo tomadas, tiveram sempre como pressuposto...ser cada vez melhor naquilo com que realmente me identifico.

Para isso o estudo autónomo que foi sendo efectuado, bem como as longas horas de trabalho desenvolvidas foram sem dúvida um complemento indispensável para que hoje em dia, considere esta etapa como um processo de uma exigência extrema, mas muito gratificante por sentir que evolui imenso como docente e ser humano.

Já no que compete ao trabalho em grupo, tendo tido a felicidade de o núcleo de estágio ser constituído por pessoas que me dizem muito, as tarefas ficaram sem dúvida mais facilitadas. Quando se trabalha directamente com amigos, a promoção do trabalho em equipa surge naturalmente, havendo entre todos os intervenientes um respeito mútuo. Tendo cada um de nós, a sua própria maneira de ser e de estar, sempre que havia opiniões divergentes, tentou encontrar-se um ponto de equilíbrio, procurando sempre a melhor solução para os problemas que se colocavam.

Posto isto, acredito piamente que o facto de estar incluído num grupo que sempre se revelou predisposto a superar as dificuldades, foi um suporte fundamental para todas as conquistas diárias.

Não obstante a valia que é trabalhar num grupo, onde todos os membros procuram as melhores soluções, a verdade é que a capacidade de iniciativa e a responsabilidade individual, são elementos essenciais ao bom desenrolar de todo o processo da docência.

Estou em crer que revelei sempre total respeito pelos compromissos assumidos, cumprindo invariavelmente as exigências inerentes à escola e ao estágio.

Estando no papel de docente, ainda crescem mais as responsabilidades, por passarmos a ser encarados como “modelos”. Também a capacidade de iniciativa é fulcral, tendo em conta a não estagnação de processos. Sempre

que senti que era de todo aconselhável uma mudança de atitude perante determinadas situações, expus o meu parecer, justificando-me e tentando fazer passar a mensagem da melhor forma.

Uma das situações que mais me motivou e exigiu de mim responsabilidades e capacidade de iniciativa inequívocas foi a aprendizagem dos alunos.

Consciente que é fulcral revelar um compromisso ético com a aprendizagem dos discentes, promovendo a diferenciação da aprendizagem, assumindo uma atitude inclusiva na totalidade das aulas perante os diferentes alunos, a minha postura foi sempre ao encontro do que era desejável.

Passando a justificar-me, posso desde já congratular-me por ter tido a felicidade de leccionar a uma turma que revelou ser muito homogénea, facto este que facilitou de sobremaneira a minha actuação. Estando a falar de um universo de 27 alunos, o mais expectável é que houvesse uma heterogenia muito acentuada, no entanto o grupo não assumia estas características. Claro está, que não estavam todos no mesmo patamar, no entanto as diferenças entre eles não eram assim tão vincadas, pelo que o conjunto de medidas que tomei, foram o suficiente para que nenhum dos alunos ficasse lesado na sua aprendizagem.

Passarei a mencionar as estratégias e metodologias adoptadas para que o processo ensino - aprendizagem fosse o mais justo possível para universo estudantil.

Através dos questionários que foram distribuídos na aula de apresentação, fiquei a par dos gostos desportivos dos alunos e de uma possível prática associada. Assim sendo, e tendo a noção que a grande maioria da turma estava ligada a uma prática desportiva regular, o meu maior desafio foi proporcionar aulas com um clima motivacional acrescido, de forma a não defraudar o gosto que eles têm para com o exercício físico.

A partir dos resultados da avaliação diagnóstica, as minhas suspeitas confirmaram-se. Obtiveram prestações bastante boas, o que me deixou com a

responsabilidade de implementar melhorias progressivas nos desempenhos, para que se caminhasse para a excelência de resultados (entenda-se, tendo em conta o contexto escolar).

Abordando primeiramente os desportos colectivos, optei por realizar somente um exercício por aula, de forma a rentabilizá-lo ao máximo, sendo que os alunos colocariam de seguida em prática os conhecimentos adquiridos no jogo formal. Houve a preocupação de optar por exercícios simples, mas cujo grau de dificuldade estivesse situado num patamar ligeiramente superior àquele em que os alunos se encontram (actividades demasiado fáceis fazem com que os alunos se desinteressem, bem como as actividades demasiado difíceis provocam a frustração do aluno e, conseqüentemente, a sua desconcentração e alheamento), onde se promovia acima de tudo o “relacionamento” com a bola e a aplicação dos conceitos básicos do jogo, realçando-se a cooperação entre os vários elementos.

Fiz um esforço para apresentar exercícios de fácil organização e que promovessem um elevado número de repetições, ajustando o número de alunos envolvidos nos exercícios às características dos mesmos. Nunca esquecendo que se estivessem na presença de exercícios inovadores e cativantes, o empenho dos alunos seria extremado.

Não obstante o facto de ser uma turma que apresenta um nível bastante elevado na execução dos vários parâmetros do jogo, existem sempre diferenças inter-individuais. Face a isto entendi como sendo a melhor solução formar equipas com idênticos níveis de prestação motora, o que se revelou uma boa estratégia, pois verificaram-se jogos de grande equilíbrio que permitiram ter níveis de exigência adaptados em função da evolução dos alunos.

De realçar que estas equipas mantiveram-se de aula para aula, criando assim rotinas de organização, rentabilizando ainda mais o tempo de aula.

Tive o cuidado de gradualmente ir introduzindo as regras fundamentais do jogo, implementando um maior grau de abrangência e diversidade às unidades didáticas.

Foram algumas as vezes, que recorri a alunos com técnica apurada para demonstrar o que pretendia na execução da tarefa, ficando assim mais “liberto” para a prelecção no que toca à dinâmica do exercício propriamente dita.

Optei por criar um sistema de rotação das equipas, com vista a rentabilizar o tempo e a não provocar desigualdades a nível de empenho motor.

Quanto à condição física, procurei desde o início criar rotinas procedimentais de forma a aumentar o tempo útil de aula, bem como incrementar de forma progressiva o tempo de corrida (acrécimo de 2' entre sessões).

Os resultados foram bastante satisfatórios, não havendo desníveis pronunciados entre os alunos. Optei, então, por atribuir o mesmo tempo de corrida para todos os elementos da turma, cabendo a cada um destes gerir da melhor forma o seu esforço.

Tendo a felicidade de se revelar uma turma bastante unida, foi relativamente fácil fazer com que houvesse entreaajuda, cabendo aos mais capacitados a função de incentivar os colegas com mais dificuldades.

Não foi descurada a necessidade de controlo da frequência cardíaca tanto antes como após o esforço, promovendo assim um conhecimento de base que se pode revelar bastante útil em diversas situações.

Procurei fazer uma circulação cíclica, mantendo assim o controlo da turma, sendo este um dos parâmetros fundamentais a ser respeitado pelo docente.

Nas primeiras aulas, onde o tempo de corrida contínua ainda dava margem de manobra para a realização de um outro exercício, optei por utilizar a inovação e o dinamismo para promover o empenho dos alunos. Para isto revelou-se importante o facto de os mesmos serem de fácil organização o que levava a uma maximização do tempo de empenhamento motor.

No que compete à ginástica, a criação de rotinas de organização dos espaços, de forma a aumentar o tempo útil de aula, foi indispensável para o salutar desenvolvimento das capacidades dos alunos.

O trabalho desenvolveu-se ao longo de estações, onde houve a preocupação de se realizar uma aprendizagem progressiva. Os alunos tiveram a oportunidade de vivenciarem várias tarefas e, com isto, usufruírem dos conteúdos intrínsecos às mesmas, independentemente de passarem do simples para o mais complexo ou vice-versa.

Tive a preocupação de criar grupos homogêneos que se mantiveram ao longo das aulas, com isto, usufruí do facto de os alunos mais dotados para a prática da ginástica serem um suporte valioso para os que tinham mais dificuldades. Assim sendo, e independentemente das dificuldades de cada um, todos sem excepção realizavam o que era pedido indo ao encontro do que nos propusemos (todos os alunos terem experiências motoras de todos os elementos gímnicos abordados).

Em consequência do trabalho que foi realizado (trabalho em circuito), os alunos passavam por todas as estações, promovendo-se experiências motoras de ajudas em todas as progressões pedagógicas utilizadas, bem como vivências motoras de todos os elementos gímnicos abordados.

A correcta disposição das estações de trabalho permitiu-me manter o controlo, não só da estação onde me encontrava, mas de toda a turma, bem como nos deslocamentos pelo espaço de aula pelo que se trata de uma estratégia extremamente positiva.

Como tinha essa possibilidade, optei por ser sempre eu a montar o material com a ajuda dos meus colegas de estágio quando assim era necessário, adquirindo assim um tempo útil de aula superior, no entanto, no que toca a arrumação do mesmo, ficava a cargo dos alunos mediante as minhas indicações.

A explicação das estações que compunham os circuitos foi efectuada através da referência das componentes críticas de cada elemento (e das ajudas), onde pontualmente (na introdução dos elementos gímnicos) havia a demonstração realizada preferencialmente por um aluno que demonstrasse à vontade na prática, não induzindo os colegas em erro. Também para auxiliar os alunos, o núcleo de estágio criou umas plaquetas onde estavam recriadas as sequências de movimentos pretendidas para cada elemento gímnico, bem como a forma mais adequada de se realizar as ajudas. Estes auxiliares de trabalho encontravam-se pela sala de aula, colocados estrategicamente na estação que representavam.

Seleccionar exercícios de fácil organização foi sempre um factor que tive em conta de forma a promover um elevado número de repetições, tirando assim o máximo partido das estações.

Independentemente da modalidade em questão, houve situações que foram aplicadas em todas. Tais como, no que toca aos alunos que não faziam aula (ou por apresentarem atestado médico, ou por alegarem falta de material), realizavam um relatório da mesma, sabendo de antemão que este seria alvo de avaliação qualitativa, não sendo, contudo, a sua cotação usada para fins de avaliação do domínio cognitivo.

Apesar de não ter tido a possibilidade de realizar aulas teóricas, estou convicto que a instrução que foi sendo debitada ao longo das aulas foi suficiente, pois não se verificaram classificações inferiores a 10 valores no teste de avaliação que foi realizado e que reunia um conjunto de questões relacionadas com as modalidades em questão. Do mesmo modo, quando surgiram questões na aula, nunca em momento algum os alunos deixaram de demonstrar conhecimentos.

A forma como divulguei os conteúdos essenciais ia ao encontro da simplicidade de discurso, evitando ao máximo terminologia científica, impossibilitando assim a dispersão ao nível do foco atencional.

Procurei ter sempre uma atitude dinâmica, fornecendo tanto feedbacks individuais como colectivos, indo à procura do incentivo para que não houvesse apatia/desmoralização por parte dos discentes. Apesar de dar ênfase aos feedbacks, tentei sempre fazê-lo, ao mesmo tempo que circulava de forma correcta mantendo a turma toda sobre o meu alcance visual.

Posso afirmar que me encontro satisfeito com as estratégias e metodologias utilizadas, pois os resultados demonstram que os alunos alcançaram os objectivos propostos, sendo o sinal claro que o compromisso com as aprendizagens dos alunos nunca foi descurado.

No entanto e apesar de me encontrar bastante satisfeito com o trabalho que foi realizado, não se pense que tudo foram facilidades, pois as dificuldades sentidas também foram uma realidade presente.

Antes de mais convém salientar que houve dificuldades que foram transversais a todas as unidades didácticas, entre as quais destaco a criação de uma extensão e sequência de conteúdos, que fosse ao encontro da evolução dos alunos.

Relativamente à planificação das aulas, as principais dificuldades prenderam-se com a criação de um plano funcional, objectivo e criativo. Sendo por si só um processo moroso, o facto de querer apresentar um grafismo “agradável” implicou várias dificuldades que foram sendo esbatidas com o passar do tempo e com o adquirir da experiência.

Procurei “chegar” à totalidade da turma através dos feedbacks, no entanto, e sendo uma turma relativamente extensa, vi-me numa primeira fase algo atrapalhado para distribuir equitativamente feedbacks por todos os alunos. De forma a combater esta situação, numa fase posterior, optei por dar preferencialmente feedbacks colectivos, dando individualmente quando tinha possibilidades para tal ou em situações por demais evidentes. De notar que a simplicidade e a objectividade era o que procurava no meu feedback para que a informação fosse rapidamente adquirida.

Quanto à circulação pelo espaço, no início tinha de fazer um esforço mental para que nunca perdesse a turma do meu campo visual. Com o passar das aulas e com o acumular da experiência, acabou por se tornar um factor relativamente acessível de controlar.

Por último, mas não menos complicado, foi avaliar os alunos da turma, sendo necessária uma capacidade de concentração elevada e um juízo das situações coerente para que os resultados representassem fidedignamente as performances dos alunos.

Depois houve dificuldades que se encontravam estritamente correlacionadas com a especificidade das unidades didácticas em causa.

Na condição física, o facto de não saber aprofundadamente os princípios que regem uma prática autónoma de actividade física, levou-me numa fase primária a pesquisar de forma vincada sobre esta temática, com a ideia de poder responder a qualquer pergunta que pudesse surgir por parte dos alunos, evitando assim ficar sem resposta.

Na ginástica, quando tive de reequilibrar as aulas de forma a ir ao encontro do que tinha planificado na extensão e sequência de conteúdos, havia pontualmente a necessidade de transportar o material para o “pavilhão grande” onde a aula se realizava. No início foi algo complicado gerir o tempo de forma a maximizar o tempo útil de aula, mas com a cooperação e organização demonstrada pela turma o tempo “gasto” foi residual.

Nos desportos colectivos de “invasão”, no início foi muito complicado ajustar os feedbacks às situações de jogo, visto o mesmo se desenrolar a uma intensidade significativa e de decorrerem um sem número de acções num curto espaço de tempo. Com isto e sem querer “quebrar” o ritmo do jogo, nas situações mais flagrantes, optava por parar a partida, assumindo os alunos a posição em que estavam na altura da minha intervenção e fazendo-os movimentar da forma que eu pretendia ver. Quanto à circulação pelo espaço, e tendo alunos tanto na situação de jogo formal, no campo exterior como na

situação de jogo lúdico no espaço adjacente ao campo, fiz por nunca perder a turma do meu campo visual. Claro está que a prioridade centrava-se na situação de jogo formal propriamente dita, mas estando sempre alerta ao que se passava no jogo lúdico, indo pontualmente ao mesmo assegurar que os alunos mantinham a concentração e intensidade pretendidas.

No badminton, as dificuldades sentidas estiveram, sobremaneira, associadas ao facto de haver poucas condições na escola para se abordar esta modalidade.

O facto de a escola só possuir uma marcação com o tamanho oficial do campo de badminton traduziu-se numa prática algo desvirtuada, pois os campos que foram montados ao longo das aulas tinham o tamanho suficiente para garantir uma prática segura e verificar as capacidades dos alunos, mas o jogo ficava claramente limitado pelas condições existentes.

No entanto e apesar das dificuldades, procurou-se sempre as resoluções das mesmas através de propostas de aperfeiçoamento.

Falando de uma maneira generalista e não especificando nenhuma unidade didáctica em concreto posso afirmar que não obstante o facto de a minha turma apresentar elevados níveis de prática desportiva e com isto um gosto admirável pelo exercício, há sempre quem aprecie menos a actividade física. Nestes casos, diria que é fundamental mover todos os esforços para que exista uma vontade crescente por parte dos alunos, planeando aulas cativantes para que nunca se esmoreça este processo de adesão ao desporto.

Parece-me fulcral manter e incentivar o feedback, bem como o questionamento acerca da matéria tanto no final como no início da aula, promovendo nos estudantes o desenvolvimento do espírito crítico e da incessante recolha de informações pertinentes.

O simples facto de não haver “tempos mortos” nas aulas contribui de sobremaneira para que a turma se encontrasse focalizada no que era

pretendido, pelo que proponho que se mantenha a mesma forma de trabalho com vista a alcançar os objectivos delineados.

Finalizando, parece-me obvio que existindo um clima de motivação, competência e credibilidade na aula os resultados irão ao encontro do que se pretende.

Sendo mais específico e começando pelos desportos colectivos, é importante continuar a apostar em exercícios que sejam capazes de extrair o máximo das potencialidades dos nossos alunos, demonstrando sempre uma preocupação em aproximá-los à situação formal de jogo. Claro está que aplicar os exercícios e não os consolidar com o jogo propriamente dito é um erro que se deverá evitar a todo o custo. Assim sendo, sou apologista de continuar com a mesma dinâmica, atribuindo uma parcela significativa do tempo útil de aula ao jogo formal.

Na condição física, e sendo uma unidade didáctica encarada com alguma desconfiança por parte dos alunos, urge a necessidade de se criarem estratégias que promovam o espírito de interesse e união dos estudantes.

Só o simples facto de permitir que durante a corrida eles, por auto iniciativa, formem “grupos de trabalho” imerge como sendo um passo fundamental tanto na percepção da intensidade da corrida como no próprio desenvolvimento social destes. Assim sendo é de louvar que esta “liberdade” continue a ser fornecida, desde que os alunos a entendam e não usufruam da mesma para promover situações menos desejadas.

Incentivá-los na procura dos erros mais frequentes na corrida, bem como no apontamento das frequências cardíacas obtidas ao longo das aulas, revelou-se como um factor a ser explorado tendo em vista a sapiência sobre a prática desportiva, adquirindo noções valiosas acerca dos benefícios da mesma.

Na ginástica, o recurso à formação de vários grupos reduzidos é importante pela variedade de interacções que permite, pelos suficientes períodos de exercitação, bem como no desenvolvimento social dos jovens. No entanto

torna-se fundamental criar grupos onde os alunos se sintam parte integrante e confortáveis, estabelecendo relações de confiança com os companheiros (“passo” fundamental na realização das ajudas).

No entanto e apesar de todas as estratégias adoptadas para combater as dificuldades sentidas, existe sempre a necessidade de haver uma formação continua com vista a responder as dificuldades que podem advir no futuro.

Num mercado de trabalho onde a exigência é cada vez maior, o docente tem de ter a preocupação de saber acompanhar os tempos e não estagnar. Será um erro tremendo tomar como suficiente a panóplia de conhecimentos que adquirimos ao longo da nossa formação académica. Os inúmeros cursos e acções de formação que hoje em dia estão à disposição terão de ser necessariamente encarados como um complemento a nossa formação.

Não obstante ter sentido que os conhecimentos que adquiri na faculdade foram suficientes para ter um conjunto de saberes abrangentes no que compete as modalidades abordadas, nada me garante que no futuro não venha a ter que leccionar desportos que não tive a possibilidade de apreender e de ter um conhecimento profundo dos mesmos.

Para além do mais, não nos podemos esquecer que hoje em dia torna-se fácil pôr-se em causa a qualidade da docência em Portugal, também aqui é dever do docente estar a par de todas as acções que possibilitam ter uma abordagem mais enquadrada com a realidade, de forma a combater este estigma.

Não obstante as dificuldades que senti e que poderei vir a sentir no futuro, congratulo-me por ter pertencido a um núcleo que se pode orgulhar de ter implementado algumas inovações nas práticas pedagógicas.

Posso enumerar o diário de estágio, a avaliação multimétodo, a comparação entre os resultados da avaliação diagnóstica com a formativa, as matrizes das fichas de avaliação sumativa, as plaquetas de auxílio na ginástica bem como a dinâmica organizacional do dossier final de estágio.

Todas estas inovações foram muito bem aceites e resultaram num acréscimo de qualidade nas acções que foram sendo desenvolvidas ao longo deste percurso.

Começando pelo diário de estágio, o mesmo foi fulcral para a percepção exacta de todas as tarefas que foram sendo desenvolvidas bem como o tempo dispendido nas mesmas. Funcionou como uma súmula muito objectiva de tudo o que envolveu o estágio pedagógico.

A avaliação multimétodo, foi uma forma de termos informações válidas acerca da evolução cognitiva e sócio-afectiva dos alunos, devendo-se para isso observar alunos diferentes de aula para aula, salvo situações excepcionais. Isto permitiu ter informações ainda mais completas acerca dos discentes funcionando também como um complemento a avaliação psicomotora propriamente dita.

A comparação dos resultados obtidos entre a avaliação diagnóstica e formativa, serviu essencialmente para ter a real percepção da evolução da turma. Tendo ambos os dados, tornou-se muito mais simples fazer um balanço concreto e viável do desempenho dos discentes.

Quanto as matrizes das fichas de avaliação sumativa, estas foram ao encontro de uma intenção clara, possibilitar um estudo enquadrado com o que ia sair no teste, incentivando e permitindo ao aluno adquirir uma orientação para o estudo. Fornecendo estruturadamente os tópicos, ficava o estudante encarregue de fazer uma pesquisa cuidada e que fosse ao encontro do que era pedido.

Referindo-me às plaquetas de auxílio na ginástica, as mesmas desempenharam um papel de valia inequívoca. Como tinham a informação de como o elemento gímnico era executado e a sua colocação era estratégica (colocada ao lado da respectiva estação), possíveis dúvidas que pudessem surgir, eram esclarecidas com a interpretação da plaqueta. Este facto revelou-se de extrema importância pois libertou-me mais para outras funções, que não

fossem no âmbito do esclarecimento dos diferentes procedimentos para uma execução correcta dos elementos gímnicos.

Quanto a dinâmica implementada na organização final do dossier de estágio, a mesma permitiu criar um instrumento de trabalho muito bem estruturado e objectivo que acaba por ser o reflexo de todo o trabalho que se foi desenvolvendo ao longo do ano lectivo.

Apesar das inovações, que se demarcaram por ser uma fase muito gratificante do estágio, surgiram, no percurso trilhado para a excelência de resultados questões dilemáticas que terão forçosamente de ser mencionadas.

As questões mais pertinentes que surgiram centraram-se nas condições espaciais em que decorreram as aulas de ginástica, os reduzidos recursos espaciais e materiais para abordar a unidade didáctica de badmington, as estratégias a adoptar quando leccionava tendo em conta a dimensão da turma, e a utilização do alongamento nas aulas de Educação Física.

As condições que a escola oferecia para a leccionação da unidade didáctica da ginástica, foram onde residiu o primeiro grande dilema. Sendo um espaço manifestamente curto, houve a agravante de a turma ser muito extensa. Nesta medida, foi necessário implementar um conjunto de medidas que garantissem uma prática prazerosa e segura. Desde a disposição das estações, até a forma de rotação entre as mesmas, tudo teve de ser feito de forma meticulosa. Felizmente os alunos compreenderam e adaptaram-se as situações, pelo que a aprendizagem acabou por não sair lesada.

Já no que respeita ao badmington, e considerando que as condições que a escola oferece não se coadunam com uma prática totalmente conseguida (o material tem um desgaste impensável para garantir as condições ideais e a presença de apenas uma marcação oficial do campo de jogo parece-me manifestamente pouco, tendo os professores a necessidade de reajustar da melhor forma possível, mas nunca garantindo a total satisfação das partes, pois, ou opta-se por menos campos e os alunos tem um tempo de prática

irrisório, ou aumenta-se o número de espaços e o jogo fica desvirtuado), foi necessário adoptar a medida que menos lesasse os alunos.

Perante o dilema optei por favorecer o tempo de prática motora, procedendo a montagem de vários mini - campos pois entendi como primordial o tempo efectivo de prática motora.

Já no que compete ao dilema que foi a gestão do tempo de empenhamento motor dos discentes ao longo das aulas as estratégias foram necessariamente ajustadas as modalidades em causa. No que compete aos desportos que eram leccionados no campo exterior, optei por aproveitar o espaço adjacente ao campo para a realização de jogos reduzidos, obtendo ganhos a todos os níveis, pois o tempo de empenhamento motor era elevado, havendo um claro transfer da situação de jogo reduzido para o jogo formal. Com esta forma de actuar, assegurei que mesmo não sendo na situação formal, os alunos não tinham “tempos mortos”.

Quando as aulas eram leccionadas no campo interior optava por atribuir funções a um dos alunos (assumia a posição de arbitro). Estas funções eram distribuídas pelo maior número de alunos possível (dentro dos que estavam minimamente familiarizados com a modalidade), para que todos vivenciassem as situações e crescessem com as mesmas.

Os restantes alunos que ficavam necessariamente de fora (devido as escassas dimensões do campo interior), optei por fazer-lhes ver que o simples facto de estarem focalizados no jogo dos colegas permitia-lhes ter uma noção mais completa do mesmo, bem como identificar falhas e virtudes que pudessem servir como exemplos para melhorarem a sua performance.

Outra grande questão que surgiu foi a pertinência dos alongamentos na leccionação.

Ao longo do tempo a ideia que os alongamentos deveriam ser parte integrante das aulas foi uma posição claramente assumida, no entanto existe uma nova vertente que vai ao encontro do oposto. Houve no decorrer do ano a

necessidade de contrapormos pontos de vista, analisando os pontos fortes e menos fortes de cada uma das vertentes. Foram debates muito interessantes, que exigiram uma pesquisa bibliográfica cuidada e aprofundada, servindo para enriquecer o nosso reportório, ficando com uma noção muito mais abrangente acerca da temática dos alongamentos.

Claro está, que todo este conjunto de procedimentos atrás mencionado teve claramente condicionado com o impacto que o estágio teve na realidade do contexto escolar.

A forma como fui interagindo com todos os recursos humanos, revelou-se essencial para a minha integração progressiva e sustentada.

Desde cedo fui muito bem acolhido, houve a constante preocupação de me questionarem até que ponto necessitava de algum auxílio com vista ao esclarecimento de possíveis dúvidas que surgem num estagiário.

Nos primeiros tempos, tivemos um contacto muito mais próximo com o departamento de educação física, que nos acolheu da melhor maneira, criando-se desde cedo laços de amizade que foram sendo fortalecidos ao longo do ano lectivo. Com o passar do tempo, houve a preocupação de conhecermos mais pormenorizadamente outros lugares estratégicos da escola e por conseguinte as pessoas que estavam a frente dos mesmos. O relacionamento que criamos com todos os recursos humanos foi fantástico, pautando-se sempre pela boa disposição, capacidade de diálogo e respeito pelo próximo. O impacto que tivemos no contexto escolar, ficou ainda mais fortalecido com a possibilidade de assessorar a directora de turma bem como de participar directamente na orientação dos treinos/jogos referentes ao desporto escolar. Em ambas as situações, sendo eu estagiário, as assessoradas podiam de alguma forma encarar-me com desconfiança ou até numa posição mais extremista não se mostrar minimamente interessada no trabalho em parceria com um “novato”. Nunca, por momento algum, senti esta forma de agir ou pensar, só tendo a agradecer a disponibilidade, os ensinamentos e o trato que foram apanágio das minhas assessoradas.

No seguimento do que foi dito, os feedbacks que fomos recebendo, foram muito gratificantes, ficando a firma certeza de que o núcleo de estágio deixou uma óptima imagem. Assim sendo, estou plenamente convicto que representamos condignamente a faculdade de ciências do desporto e educação física.

Chegado este momento, torna-se lógico fazer um contraponto das principais expectativas que inicialmente me acompanharam com os produtos obtidos.

A grande expectativa prendia-se com a capacidade que eu tinha para liderar um conjunto de alunos dentro de um espaço de aula. No que respeita a este ponto, as conclusões que retiro são as melhores. Apesar de ter cometido inúmeros erros, também sinto que os mesmos são normais para quem está a iniciar esta nova fase. No entanto, o positivo dos erros é que estes permitem-nos uma análise profunda, para que não se volte a cometer o mesmo tipo de enganos. Nesta perspectiva sinto-me plenamente realizado, pois creio que ao longo do ano fui revelando melhorias significativas, aprendendo com os percalços transactos.

O conjunto de alunos que iria encontrar também se denotou como sendo um momento de enorme expectativa. Felizmente, a turma foi ao encontro do desejo de qualquer docente, sendo empenhados, tendo uma capacidade motora acima da média escolar e procurando sempre a superação dos desafios que iam surgindo. Congratulo-me também por ao longo do ano lectivo não terem ocorrido situações de indisciplina, prevalecendo sempre a união dos estudantes e um espírito de convivência salutar. Quando pontualmente alguém se desviava do padrão normal, um sucinto feedback foi quase sempre suficiente para corrigir possíveis comportamentos indesejados.

Parece-me também de todo relevante chegar a um conjunto de conclusões referentes à formação inicial que adquiri na faculdade. Compreendendo a importância do aporte que adquirimos na faculdade, também não deixa de ser menos verdade que a real valia dos conhecimentos, surge quando temos a oportunidade de vivenciar e experienciar o que foi adquirido. Por isso,

considero que tanto as aprendizagens teóricas como a consecução prática das mesmas são duas tarefas que não se podem dissociar, sob pena de saírem claramente desvirtuadas.

Com o avançar da reflexão, urge a necessidade de expor as valias em que se traduziram as experiências tanto a nível pessoal como profissional do ano de estágio, bem como salientar a importância inequívoca da supervisão prestada pelos orientadores.

A nível pessoal, posso afirmar que enriqueci imenso, as trocas de experiências que foram decorrendo ao longo do ano tiveram o condão de me tornar um ser melhor e por conseguinte mais completo. Quando temos a felicidade de estar em permanente contacto com pessoas detentoras de uma experiência de vida valiosíssima o conjunto de saberes que absorvemos, revelam-se fundamentais para encararmos a vida de uma forma mais madura.

A nível profissional, as evoluções ao longo deste percurso foram exponenciais, desenvolvendo imenso as minhas capacidades enquanto docente. Tive a possibilidade de vivenciar de um ponto de vista prático, todos os saberes adquiridos na faculdade.

Todos estes ganhos, tiveram um factor indissociável, a presença dos orientadores que com a sua experiência e capacidade de auxílio, prestaram uma ajuda verdadeiramente notável no alcançar de todos os objectivos propostos.

Palavras serão sempre escassas, para transmitir o quão grato estou pelo apoio prestado ao longo deste percurso.

Em jeito de conclusão, posso afirmar que foi um dos anos mais marcantes da minha vida, onde apesar de todas as dificuldades encontradas, o sentimento é de dever cumprido e de satisfação plena. Olhando para trás, fica a linda lembrança de todas as conquistas diárias e a certeza que o futuro tem tudo para ser risonho tendo em conta a panóplia de conhecimentos adquiridos.

IV. Referências Bibliográficas

- ✓ Aranha, Á. & Coelho, N. (2007). *Modelo de um estudo de turma: Estágio Pedagógico em Educação Física e Desporto*, Série didáctica. Ciências aplicadas; 333. Vila Real: UTAD.
- ✓ Bloom, B., Hastings e Madaus (1971). *Manual de Avaliação Formativa e Somativa do Aprendizado Escolar*. Livraria Pioneira Editora, S. Paulo.
- ✓ Pacheco, José (1994). *A avaliação dos alunos na perspectiva da reforma*. Porto: Porto Editora.

. ANEXOS .



. ANEXO I .



ACTA

ACTA DE REUNIÃO

Acta n.º: _____

Data: _____

Ao _____ dia do mês de _____ de _____, pelas _____ horas, reuniu-se o Núcleo de Estágio Pedagógico de Educação Física, sob a presidência do respectivo orientador, estando presentes os seguintes professores:

INTERVENIENTES	NOME	RUBRICA
Presidente da Reunião	Prof. Carlos Gonçalves	
Professor Estagiário	Bruno Silva	
Professor Estagiário	Pedro Ramos	
Professor Estagiário	Renato Fernandes	

Deu-se início à reunião do núcleo de estágio de Educação Física, na presença de todos os professores estagiários e respectivo orientador, com a seguinte ordem de trabalhos:

Ponto um – _____

Ponto dois – _____

Ponto três – _____

No que se refere ao primeiro ponto, _____

Relativamente ao ponto dois, _____

No terceiro ponto, _____

Nada mais havendo a tratar, foi lida e aprovada a presente acta e deu-se por terminada a reunião.

Visto em __/__/__

○ orientador

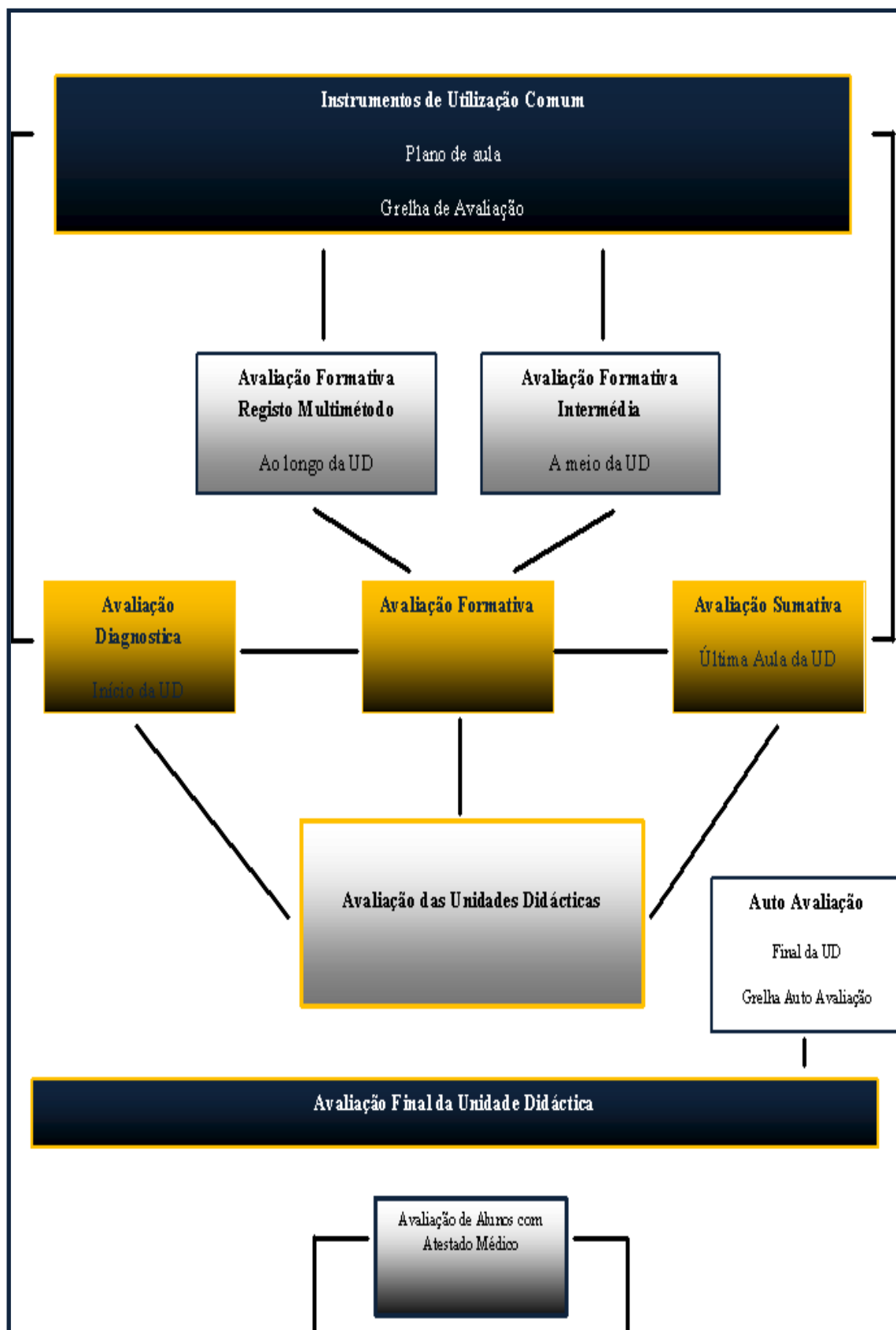
○ secretário

(Prof. Carlos Gonçalves)

(Prof. Estagiário)

. ANEXO II .

SINTESE PROCEDIMENTOS - AVALIAÇÃO



. ANEXO III .

FICHA DE OBSERVAÇÃO INTER – ESTAGIÁRIOS / ORIENTADOR

FICHA DE OBSERVAÇÃO

Observador:	Bruno Silva	Turma:		Duração:		N.º alun. Presentes:		Unidade Didáctica de:	
Observador:		Local:		Hora de Início:		Dispensas:		Aula:	
Data:		Aula n.º:		Hora do fim:		Faltas:		de um total de:	

DIMENSÃO INSTRUÇÃO	CATEGORIAS	N.º Obs.	Ins.	Suf.	Bom	Mto Bom	
In formação Inicial	Começa a aula no horário						
	Utiliza um método económico de verificar as presenças						
	Coloca-se de forma adequada						
	Comunica informação sem consumir tempo de aula						
	Utiliza o questionamento						
Condução da aula	Relaciona o trabalho da aula com as aulas anteriores						
	Coloca-se de forma adequada						
	Utiliza períodos curtos de instrução						
	Clarifica os comportamentos visados						
	Estrutura ordenadamente a mensagem						
	Varia os métodos de intervenção (demonstração, questionamento)						
	Utiliza meios auxiliares que facilitam a instrução						
Qualidade do Feedback	Certifica-se da compreensão da mensagem						
	Realiza a extensão/integração da matéria						
	Compreensível						
	Pertinente						
	Utiliza o maior n.º de FB positivos, descritivos, prescritivos e de reforço						
Conclusão da aula	Utiliza FB frequentemente						
	Distribui equitativamente os FB entre diferentes alunos						
	Verifica se o FB teve o efeito pretendido						
	Aula termina de forma progressiva						
Comunicação	Existe revisão e/ou extensão da matéria abordada						
	Atualização do material						
	Cria um clima de credibilidade quando comunica						
	Comunica através de uma abordagem positiva						
	Envia mensagens ricas em informação						
	Sabe ouvir						
	Utiliza também a comunicação não verbal						
Plano de aula	Utiliza linguagem compreensível adequada						
	É audível						
	Decisões de ajustamento na aula						
	Cumprido						
	Objectivos definidos de forma clara e coerente						
	Correcta progressão da intensidade e complexidade das situações de aprendizagem						
GESTÃO	Coerência na estrutura do plano de aula						
	Propõe situações de actividades lúdicas / competitivas adequadas ao nível dos alunos						
	Propõe situações de actividades lúdicas / competitivas adequadas aos objectivos da aula.						
	GESTÃO	CATEGORIAS	N.º Obs.	Ins.	Suf.	Bom	Mto Bom
	Gestão do Tempo	Elevado tempo de empenhamento motor					
Elevado tempo de aprendizagem							
Parte inicial com tempo adequado							
Parte principal com tempo adequado							
Parte final com tempo adequado							
Organização / Transição	Poucos episódios de organização						
	Transições fluidas						
	Rotinas estruturadas.						
	Regras precisas de segurança.						
	Poucas paragens na actividade						
	Sequência lógica das actividades						
	Concordância com a Unidade Didáctica						
	Escolha dos Exercícios						
Progressão Pedagógica adequada							
CLIMA/DISCIPLINA	CATEGORIAS	N.º Obs.	Ins.	Suf.	Bom	Mto Bom	
Controlo	Tornar claras as regras da aula						
	Motivar o comportamento apropriado com interacções positivas						
	Usar estrategicamente sanções específicas e eficazes						
	Transmitir entusiasmo						
Decisões de Ajustamento	CATEGORIAS	N.º Obs.	Ins.	Suf.	Bom	Mto Bom	
Decisões de Ajustamento	Revela-se pouco reflexivo, crítico e oportuno nas suas decisões						
	Recorre criativamente aos meios disponíveis						
	Revela capacidade para ultrapassar situações imprevistas						

Análise Crítica:

. ANEXO IV.

EXTENSÃO E SEQUÊNCIA CONTEÚDOS

Escola Sec. Dr. Bernardino Machado

12º B



EXTENSÃO E SEQUÊNCIA DE CONTEÚDOS

UD FUTEBOL

CONTEÚDOS		FUNÇÃO DIDÁCTICA													
AULA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
	13.04.10	15.04.10	20.04.10	22.04.10	27.04.10	29.04.10	04.05.10	06.05.10	11.05.10	13.05.10	18.05.10	25.05.10	27.05.10	08.06.10	
Familiarização Bola			I	E	E	E			C	C	C	C			
Controlo/Condução de Bola e Drible			I	E	E	E			C	C	C	C			
Passe/Recepção				I	E	E			C	C	C	C			
Remate					I	E			C	C	C	C			
Afastamento em Relação à Bola	AD	AD	I	E	E	E	AFI	AFI	C	C	C	C	AS	AS	
Desmarcação	AD	AD	I	E	E	E	AFI	AFI	C	C	C	C	AS	AS	
Passe e Desmarcação	AD	AD	I	E	E	E	AFI	AFI	C	C	C	C	AS	AS	
Identificação das diversas situações	AD	AD	I	E	E	E	AFI	AFI	C	C	C	C	AS	AS	
Jogo formal 5x5			I	E	E	E			C	C	C	C			
Dominio S.A. e Cognitivo			AFM	AFM	AFM	AFM	AFM	AFM	AFM	AFM	AFM	AFM	AFM		

LEGENDA:	I	INTRODUÇÃO	E	EXERCITAÇÃO	C	CONSOLIDAÇÃO			
	AD	AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA		AFI	AV. FORMATIVA INTERMÉDIA	AFM	AV. FORMATIVA MULTIMÉTODO	AS	AV. SUMATIVA

Escola Sec. Dr. Bernardino Machado

12º B



ESTRUTURAÇÃO DOS CONTEÚDOS POR AULA

UD FUTEBOL

Nº AULA	OBJECTIVOS	CONTEÚDOS	FUNÇÃO DIDÁCTICA
1	Avaliar o Nível Inicial dos alunos na U.D. de Futebol	AFB/DSM/PDSM/IDS	AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA
2	Avaliar o Nível Inicial dos alunos na U.D. de Futebol	AFB/DSM/PDSM/IDS	AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA
3	Abordagem Inicial: Familiarização Bola, Controlo de Bola, Condução de Bola, Drible, Afastamento em relação à bola, Desmarcação, Passe e Desmarcação, Identificação das diversas situações, Jogo Formal 5x5	FB/CC/D/AFB/DSM/PDSM/IDS/JF	INTRODUÇÃO
4	Abordagem Inicial: Passe e Recepção. Assimilação: Familiarização Bola, Controlo de Bola, Condução de Bola, Drible, Afastamento em relação à bola, Desmarcação, Passe e Desmarcação, Identificação das diversas situações, Jogo Formal 5x5	FB/CC/D/PR/AFB/DSM/PDSM/IDS/JF	INTRODUÇÃO/EXERCITAÇÃO
5	Abordagem Inicial: Remate. Assimilação: Familiarização Bola, Controlo de Bola, Condução de Bola, Drible, Passe e Recepção, AFB, Desmarcação, Passe e Desmarcação, Identificação das diversas situações, Jogo Formal 5x5	FB/CC/D/PR/R/AFB/DSM/PDSM/IDS/JF	INTRODUÇÃO/EXERCITAÇÃO
6	Assimilação: Familiarização Bola, Controlo de Bola, Condução de Bola, Drible, Passe e Recepção, Remate, AFB, Desmarcação, Passe e Desmarcação, Identificação das diversas situações, Jogo Formal 5x5	FB/CC/D/PR/R/AFB/DSM/PDSM/IDS/JF	EXERCITAÇÃO
7	Avaliar o Nível Intermediário dos alunos na U.D. de Futebol	AFB/DSM/PDSM/IDS	AVALIAÇÃO FORMATIVA INTERMÉDIA
8	Avaliar o Nível Intermediário dos alunos na U.D. de Futebol	AFB/DSM/PDSM/IDS	AVALIAÇÃO FORMATIVA INTERMÉDIA
9	Consolidação: Familiarização Bola, Controlo de Bola, Condução de Bola, Drible, Passe e Recepção, Remate, AFB, Desmarcação, Passe e Desmarcação, Identificação das diversas situações, Jogo Formal 5x5	FB/CC/D/PR/R/AFB/DSM/PDSM/IDS/JF	CONSOLIDAÇÃO
10	Consolidação: Familiarização Bola, Controlo de Bola, Condução de Bola, Drible, Passe e Recepção, Remate, AFB, Desmarcação, Passe e Desmarcação, Identificação das diversas situações, Jogo Formal 5x5	FB/CC/D/PR/R/AFB/DSM/PDSM/IDS/JF	CONSOLIDAÇÃO
11	Consolidação: Familiarização Bola, Controlo de Bola, Condução de Bola, Drible, Passe e Recepção, Remate, AFB, Desmarcação, Passe e Desmarcação, Identificação das diversas situações, Jogo Formal 5x5	FB/CC/D/PR/R/AFB/DSM/PDSM/IDS/JF	CONSOLIDAÇÃO
12	Consolidação: Familiarização Bola, Controlo de Bola, Condução de Bola, Drible, Passe e Recepção, Remate, AFB, Desmarcação, Passe e Desmarcação, Identificação das diversas situações, Jogo Formal 5x5	FB/CC/D/PR/R/AFB/DSM/PDSM/IDS/JF	CONSOLIDAÇÃO
13	Avaliar o Nível Final dos alunos na U.D. de Futebol	AFB/DSM/PDSM/IDS	AVALIAÇÃO SUMATIVA
14	Avaliar o Nível Final dos alunos na U.D. de Futebol	AFB/DSM/PDSM/IDS	AVALIAÇÃO SUMATIVA

LEGENDA:	CC	Controlo/Condução de Bola	FB	Familiarização com a Bola	D	Drible
	PR	Passe e Recepção	R	Remate	AFB	Afastamento em relação à bola
	DSM	Desmarcação	PDSM	Passe e Desmarcação	JF	Jogo Formal 5x5
	IDS	Identificação das diversas situações (passe, condução de bola, remate)				

. ANEXO V .

INQUERITO – CARACTERIZAÇÃO TURMA

INQUÉRITO

Este inquérito destina-se a conhecer a tua realidade actual, no que se refere aos dados pessoais, hábitos sociais e actividades que desenvolves dentro e fora da instituição escolar.

Pedimos a tua colaboração para responder, com o maior rigor e sinceridade possível, às questões que a seguir te apresentamos.

IDENTIFICAÇÃO (1)

Nome Completo: _____ Ano: _____ Turma: _____ Nº _____

Sexo: M F

Nacionalidade: _____

Data de Nascimento: __ / __ / __

Morada: _____ Código Postal: _____ Localidade: _____

Bilhete de Identidade/Cartão do Cidadão: _____ Arquivo: _____

E-mail: _____ Telemóvel/Telefone _____

FILIAÇÃO (2)

Mãe

Nome: _____ Idade: _____

Morada: _____ Código Postal: _____ Localidade: _____

Habilitações Literárias: _____ Profissão _____

E-mail: _____ Telemóvel/Telefone _____

Pai

Nome: _____ Idade: _____

Morada: _____ Código Postal: _____ Localidade: _____

Habilitações Literárias: _____ Profissão _____

E-mail: _____ Telemóvel/Telefone _____

ENCARREGADO DE EDUCAÇÃO (3)

3.1 – Pai

3.2 – Mãe

3.3 – Outros

(Preenche o ponto 3.3.1 a 3.3.4 apenas no caso da tua opção anterior ser **Outros**)

3.3.1 - Nome: _____

3.3.2 - Grau de Parentesco: _____ 3.3.3 - Profissão: _____

3.3.4 - Residência: _____

Localidade: _____ Telefone: _____

3.4 – No ano lectivo anterior o teu Encarregado de Educação foi às reuniões com o Director de Turma:

Muitas vezes Às vezes Raramente Nunca

3.5 – Os teus pais ou Encarregado de Educação incentivam-te a estudar e ir às aulas:

Sim Não

SITUAÇÃO FAMILIAR (4)

4.1 - Agregado Familiar (com quem vives?)

Parentesco	Idade	Escolaridade	Profissão
Pai			
Mãe			
Irmãos			
Avós			
Tios			
Outros:			

4.2 - Consideras a relação com os teus pais:

Má Razoável Boa Muito Boa

4.3 - Com os teus irmãos?

Má Razoável Boa Muito Boa

4.4 - Com o teu Encarregado de Educação?

Má Razoável Boa Muito Boa

HABITACÃO (5)

5.1 - Em que tipo de habitação vives?

Apartamento Vivenda / Moradia Outra: _____

5.2 - Partilhas o teu quarto com alguém?

Não Sim: Com quem? _____

VIDA ESCOLAR (6)

6.1 – Frequentavas esta escola no ano anterior?

Sim Não

6.2 – Já reprovaste?

Sim Em que ano(s) - _____

Não

6.3 - Beneficias de Acção Escolar?

Sim Não: Qual o escalão? _____

6.4 - De que forma te deslocas para a escola?

A Pé De Bicicleta De Moto Transporte Escolar
Automóvel

6.5 - Com quem te deslocas para a escola?

Sozinho Pais Amigos Familiares

6.6 - Quanto tempo demoras a chegar à escola?

5 – 10 Minutos 10 – 20 Minutos 20 -30 Minutos
30 Minutos – 1 Hora Mais de 1 Hora Mais de 2 Horas

6.7 - Quantas horas passas por semana na escola para além das aulas?

0 Horas 1 - 2 Horas 3 - 4 Horas Mais de 4 horas

6.8 - Quanto tempo dedicas ao estudo por dia?

5 – 10 Minutos 10 – 20 Minutos 20 - 30 Minutos 1 Hora ou Mais

6.9 - Em tempo de aulas, a que horas costumas deitar-te nos dias de semana?

Antes das 21 horas 21 –22horas 22 – 23 horas
23 – 24 horas Depois das 24 horas

6.10 - Em tempo de aulas, a que horas costumavas levantar-te nos dias de semana?

Entre as 6 – 7 horas 7 – 8 horas 8 – 9 horas Depois das 9 horas

6.11 - Como ocupas os teus tempos livres na escola?

Desporto Escolar Biblioteca Conviver com os amigos

Outros: _____

6.12 - Como gostarias de os ocupar?

6.13 - Como ocupas os teus tempos livres fora da escola?

(Escolha as 4 mais importantes)

- | | | | |
|-------------------------------------|--------------------------|--------------------|--------------------------|
| Ir ao cinema | <input type="checkbox"/> | Ir à discoteca | <input type="checkbox"/> |
| Ver televisão | <input type="checkbox"/> | Ouvir música | <input type="checkbox"/> |
| Estar com o namorado(a) | <input type="checkbox"/> | Jogar computador | <input type="checkbox"/> |
| Conversar com os amigos | <input type="checkbox"/> | Ler | <input type="checkbox"/> |
| Praticar desporto | <input type="checkbox"/> | Outros passatempos | <input type="checkbox"/> |
| No café | <input type="checkbox"/> | Jogar nas máquinas | <input type="checkbox"/> |
| Assistir a espectáculos desportivos | <input type="checkbox"/> | | |
| Ajudar nos trabalhos domésticos | <input type="checkbox"/> | | |
| Ajudar o pai / mãe na sua profissão | <input type="checkbox"/> | | |
| Frequentar o clube ou colectividade | <input type="checkbox"/> | | |
| Não faço nada em especial | <input type="checkbox"/> | | |

Outros. Quais? _____

A TUA ESCOLA (7)

7.1 - Qual a disciplina que mais gostas? _____

7.2 - Qual a disciplina que menos gostas? _____

7.3 - Qual a profissão que gostarias de ter no futuro? _____

7.4 - Como classificas a tua escola?

Boa Razoável Má

7.5 - O que achas do teu horário?

Bom Razoável Mau

Porquê? _____

7.6 - O que achas das condições da tua escola para a prática de actividades físicas?

Bom Razoável Mau

Porquê? _____

HÁBITOS ALIMENTARES (8)

8.1 - Quais as refeições que tomas normalmente?

Pequeno almoço Merenda (manhã) Almoço

Lanche Jantar Ceia

8.2 - Onde tomas as refeições?

	Casa	Escola	Parentes/Vizinhos	Outro local
Peq. Almoço				
Merenda				
Almoço				
Lanche				
Jantar				
Ceia				

SAÚDE E HÁBITOS DE HIGIENE (9)

9.1 - Ouves bem? _____

9.2 - Vês bem? _____

9.3 - Tens algum problema de saúde?

Diabetes Asma Outro: Qual? _____

9.4 - Exige tratamento regular?

Sim Não

9.5 - Habitualmente tomas banho depois das aulas de Educação Física?

Sim Não Porquê? _____

REPOUSO/SONO (10)

10.1 - Dormes bem?

Sim Não

10.2 - A que horas costumas deitar-te em tempo de aulas?

21h 22h 23h 24h +24h

10.3 - Quantas horas dormes em média?

5h 6h 7h 8h 9h +9h

COMPORTAMENTO SOCIAL (11)

11.1 - És consumidor de bebidas alcoólicas?

Sim Não

Porquê? Divertes-te mais Tens mais confiança para meter conversa e conhecer novas pessoas Gostas do sabor Outros: _____

11.2 - És fumador(a)?

Sim Não

Porquê? Vício Prazer Influência dos colegas Para relaxar
Pais e professores fumam Outros: _____

EDUCAÇÃO FÍSICA (12)

12.1 - Já reprovaste à disciplina? Sim Não

12.2 - Quais as tuas modalidades preferidas? _____

12.3 - Quais as modalidade que menos gostas? _____

12.4 - Quais as modalidades que ainda não abordaste na disciplina de Educação Física?

Futebol	<input type="checkbox"/>	Basquetebol	<input type="checkbox"/>
Voleibol	<input type="checkbox"/>	Andebol	<input type="checkbox"/>
Natação	<input type="checkbox"/>	Ginástica	<input type="checkbox"/>
Atletismo	<input type="checkbox"/>	Badmington	<input type="checkbox"/>

HÁBITOS DESPORTIVOS (13)

13.1 - Praticas alguma actividade física fora da escola?

Sim Não

Qual ou quais? _____

À quanto tempo? _____

Quantas vezes por semana? _____

PORQUE RAZÃO?

Para fazer exercício físico

Para criar uma carreira desportiva

Porque gosto de competição

Por diversão

Para passar o tempo

Para me encontrar com os amigos

Não

PORQUE RAZÃO?

Não gosto.

Não tenho tempo

Não vejo qualquer utilidade

Por questões de saúde

Não existem instalações desportivas perto

Porque o que gosto de fazer não existe

13.2 - Onde realizas essa actividade?

Clube desportivo

Academia /ginásio

Sozinho

Clube ou escola privada

Noutro local Qual? _____

13.3 - És praticante federado?

Sim Não

Modalidade? _____

À quanto tempo? _____

Quantas vezes por semana? _____

OBRIGADO PELA TUA COLABORAÇÃO !!!

O Professor Estagiário

(Bruno Silva)

. ANEXO VI .



PLANO ANUAL TURMA

PLANO ANUAL

I PERÍODO

II PERÍODO

III PERÍODO

MÊS	SETEMBRO			OUTUBRO			NOVEMBRO			DEZEMBRO			JANEIRO			FEBREIRO			MARÇO			ABRIL			MAIO			JUNHO		
	DIÁ	ESPACO	CONTÉUDO	DIÁ	ESPACO	CONTÉUDO	DIÁ	ESPACO	CONTÉUDO	DIÁ	ESPACO	CONTÉUDO	DIÁ	ESPACO	CONTÉUDO	DIÁ	ESPACO	CONTÉUDO	DIÁ	ESPACO	CONTÉUDO	DIÁ	ESPACO	CONTÉUDO	DIÁ	ESPACO	CONTÉUDO			
SEGUNDO																														
TERÇA																														
QUARTA																														
QUINTA																														
SEXTA																														
SABADO																														
DOMINGO																														
1																														
2																														
3																														
4																														
5																														
6																														
7																														
8																														
9																														
10																														
11																														
12																														
13																														
14																														
15																														
16																														
17																														
18																														
19																														
20																														
21																														
22																														
23																														
24																														
25																														
26																														
27																														
28																														
29																														
30																														
31																														

Y	MÊS	D	CATEGORIA	C	CONTEUDO	ID	INDICADOR	AC	AVANÇAMENTO	AF	AVALIAÇÃO	AS	AVALIAÇÃO	A	AVALIAÇÃO	B	B1	B2	B3	B4	B5	B6	B7	B8	B9	B10	B11	B12	B13	B14	B15	B16	B17	B18	B19	B20	B21	B22	B23	B24	B25	B26	B27	B28	B29	B30	B31	B32	B33	B34	B35	B36	B37	B38	B39	B40	B41	B42	B43	B44	B45	B46	B47	B48	B49	B50	B51	B52	B53	B54	B55	B56	B57	B58	B59	B60	B61	B62	B63	B64	B65	B66	B67	B68	B69	B70	B71	B72	B73	B74	B75	B76	B77	B78	B79	B80	B81	B82	B83	B84	B85	B86	B87	B88	B89	B90	B91	B92	B93	B94	B95	B96	B97	B98	B99	B100

120B

FÉRIAS GRANDES

FÉRIAS GRANDES

FÉRIAS GRANDES

FÉRIAS GRANDES

. ANEXO VII .

+

PLANO AULA

PLANO AULA

Ano Lectivo:	2009/10	Período:		Aula n.º:		Unidade Didáctica de:	
Data:		Turma:	12ºB	Duração:		Aula:	
Hora:		Local:		N.º alun. Previstos:		de um total de:	
Função Didáctica:							
Objectivo da Aula:							
Recursos Materiais:							

Tempo		Tarefas/ Situações de Aprendizagem	Organização	Objectivos Comportamentais/ Componentes Críticas
Total	Parc.			
Inicial				
10:15		⌘	⌘	⌘
Fundamental				
		⌘		⌘
Final				
		⌘		⌘
11:35				

Observações e Análise Crítica:

. ANEXO VIII .

GRELHA AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA

Nº	NOMES	CONTEÚDO			CONTEÚDO			CONTEÚDO			CONTEÚDO			CONTEÚDO			PONTUAÇÃO [0-18]	NÍVEL NI/NE/NA	COMPONENTES CRÍTICAS
		E	EB	NE	E	EB	NE	E	EB	NE	E	EB	NE	E	EB	NE			
		0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2			
1	Ana Carlos																		
2	Ana Bento																		
3	Andréia																		
4	Alfiana																		
5	Barbara																		
6	Beatriz																		
8	Estéfania																		
9	Gabriel																		
10	Hugo																		
11	Isabel																		
12	Jennifer																		
14	João																		
17	José Sousa																		
18	José Tomé																		
19	Liliana Mendes																		
20	Liliana Figueiredo																		
23	Micaela																		
24	Patrícia																		
25	Paulo																		
26	Pedro																		
28	Rui Teixeira																		
29	Rui Abreu																		
30	Sara																		
31	Sofia Santos																		
32	Sofia Figueiredo																		
34	Soraila																		
35	Vânia																		
LEGENDA																			
NE	0 - NÃO EXECUTA	E	1 - EXECUTA COM MUITA DIFICULDADE	E	2 - EXECUTA RAZOAVELMENTE	EB	3 - EXECUTA BEM	NI	NÍVEL INTRODUTÓRIO (0-9)	NE	NÍVEL ELEMENTAR (10-14)	NA	NÍVEL AVANÇADO (15-18)						

. ANEXO IX.

GRELHA AVALIAÇÃO MULTIMETODO

GRELHA DE AVALIAÇÃO FORMATIVA MULTI-MÉTODO

N.º	Nome	Observação	Dia
1	Ana Carlos		
2	Ana Bento		
3	Andreia Oliveira		
4	Ariana Choon		
5	Bárbara Novais		
6	Beatriz Alves		
8	Estefânia Cardoso		

. ANEXO X.



GRELHA AVALIAÇÃO SUMATIVA

. ANEXO XI.

CLASSIFICAÇÃO FINAL CONDIÇÃO FÍSICA

CLASSIFICAÇÃO FINAL UD CONDIÇÃO FÍSICA							
Teste Luc-Leger							
Gênero							
MASCULINO		FEMININO		MASCULINO		FEMININO	
Percursos	Classificação	Percursos	Classificação	Percursos	Classificação	Percursos	Classificação
127	20			82	12.91	82	16.4
126	19.84			81	12.76	81	16.2
125	19.68			80	12.60	80	16.0
124	19.52			79	12.44	79	15.8
123	19.37			78	12.28	78	15.6
122	19.21			77	12.13	77	15.4
121	19.05			76	11.97	76	15.2
120	18.90			75	11.81	75	15.0
119	18.74			74	11.65	74	14.8
118	18.58			73	11.50	73	14.6
117	18.43			72	11.34	72	14.4
116	18.27			71	11.18	71	14.2
115	18.11			70	11.02	70	14.0
114	17.95			69	10.87	69	13.8
113	17.80			68	10.71	68	13.6
112	17.64			67	10.55	67	13.4
111	17.48			66	10.39	66	13.2
110	17.32			65	10.24	65	13.0
109	17.17			64	10.08	64	12.8
108	17.01			63	9.92	63	12.6
107	16.85			62	9.76	62	12.4
106	16.69			61	9.61	61	12.2
105	16.54			60	9.45	60	12.0
104	16.38			59	9.29	59	11.8
103	16.22			58	9.13	58	11.6
102	16.06			57	8.97	57	11.4
101	15.91			56	8.82	56	11.2
100	15.75	100	20	55	8.66	55	11.0
99	15.59	99	19.8	54	8.50	54	10.8
98	15.43	98	19.6	53	8.35	53	10.6
97	15.28	97	19.4	52	8.19	52	10.4
96	15.12	96	19.2	51	8.03	51	10.2
95	14.96	95	19.0	50	7.87	50	10.0
94	14.80	94	18.8	49	7.72	49	9.8
93	14.65	93	18.6	48	7.56	48	9.6
92	14.49	92	18.4	47	7.40	47	9.4
91	14.33	91	18.2	46	7.24	46	9.2
90	14.17	90	18.0	45	7.09	45	9.0
89	14.02	89	17.8	44	6.93	44	8.8
88	13.86	88	17.6	43	6.77	43	8.6
87	13.70	87	17.4	42	6.61	42	8.4
86	13.54	86	17.2	41	6.46	41	8.2
85	13.39	85	17.0	40	6.30	40	8.0
84	13.23	84	16.8	39	6.14	39	7.8
83	13.07	83	16.6	38	5.98	38	7.6

NÚCLEO DE ESTÁGIO 2009/2010

CLASSIFICAÇÃO FINAL UD CONDIÇÃO FÍSICA							
Teste Luc-Leger							
Gênero							
MASCULINO		FEMININO		MASCULINO		FEMININO	
Percursos	Classificação	Percursos	Classificação	Percursos	Classificação	Percursos	Classificação
37	5.82	37	7.4				
36	5.67	36	7.2				
35	5.51	35	7.0				
34	5.35	34	6.8				
33	5.20	33	6.6				
32	5.04	32	6.4				
31	4.88	31	6.2				
30	4.72	30	6.0				
29	4.57	29	5.8				
28	4.41	28	5.6				
27	4.25	27	5.4				
26	4.09	26	5.2				
25	3.94	25	5.0				
24	3.78	24	4.8				
23	3.62	23	4.6				
22	3.46	22	4.4				
21	3.31	21	4.2				
20	3.15	20	4.0				
19	2.99	19	3.8				
18	2.83	18	3.6				
17	2.68	17	3.4				
16	2.52	16	3.2				
15	2.36	15	3.0				
14	2.20	14	2.8				
13	2.05	13	2.6				
12	1.89	12	2.4				
11	1.73	11	2.2				
10	1.57	10	2.0				
9	1.42	9	1.8				
8	1.26	8	1.6				
7	1.10	7	1.4				
6	0.94	6	1.2				
5	0.79	5	1.0				
4	0.63	4	0.8				
3	0.47	3	0.6				
2	0.32	2	0.4				
1	0.16	1	0.2				
0	0	0	0				

NÚCLEO DE ESTÁGIO 2009/2010