

**FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA**

**UNIVERSIDADE DE COIMBRA**



**JOÃO PINTO DA CUNHA PEREIRA**

**RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA  
BÁSICA INTEGRADA com J.I. PROF. DR. FERRER CORREIA COM A TURMA  
8ºH NO ANO LETIVO 2013/1014**

COIMBRA

2014

**JOÃO PINTO DA CUNHA PEREIRA**

**2009113493**

**RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA  
BÁSICA INTEGRADA com J.I. PROF. DR. FERRER CORREIA COM A TURMA  
8ºH NO ANO LETIVO 2013/1014**

Relatório de Estágio 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 Básico e Secundário.

**Orientador: Mestre Miguel Fachada**

COIMBRA

2014

PEREIRA, J. (2014). Relatório Final de Estágio Pedagógico. Relatório de Estágio de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

João Pinto da Cunha Pereira, aluno nº 2009113493 do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundários da FCDEFF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no definido na alínea s do artigo 3º do Regulamento Pedagógico da FCDEF.

## **AGRADECIMENTOS**

**Em primeiro lugar aos meus pais pelo conforto e suporte proporcionado ao longo de todo o percurso académico.**

**Ao Professor Edgar Ventura pela providência rica e constante das suas experiências pessoais e profissionais, pelo seu espírito positivo e vencedor, pela sua sabedoria, disponibilidade e orientação de excelência.**

**Ao Professor Miguel Fachada pelo esclarecimento de todas e quaisquer dúvidas surgidas ao longo de todo o ano letivo e pelas suas críticas construtivas, nas quais me apoiei para evoluir.**

**Agradeço também aos meus colegas e amigos de estágio, João Moreira, Luís Perames e Luís Sousa pela paciência, ajuda e bom ambiente proporcionado ao longo de todo o ano.**

**A toda a comunidade da Escola Básica Integrada com J.I. com o Prof. Dr. Ferrer Correia, pelo acolhimento, respeito e simpatia demonstrada no decorrer de todo o meu percurso como professor estagiário.**

**E por fim à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra por toda esta fase de preparação para a vida.**

## RESUMO

O Estágio Curricular como etapa final pretende criar uma identidade própria como docente e evoluir a capacidade de adaptação a diferentes contextos através das aprendizagens absorvidas e experiências vivenciadas, em que através delas se torna exequível o desenvolvimento de uma prática docente na área da Educação Física. O Relatório Final de Estágio insere-se no âmbito da unidade curricular Estágio Pedagógico e Relatório Final, do 2ºano do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, tendo sido a prática desenvolvida na Escola Básica Integrada com J.I. com o Prof. Dr. Ferrer Correia com a turma do 8ºH. A sua elaboração perspetiva a descrição e reflexão de todas as atividades desenvolvidas e aprendizagens realizadas no decorrer do estágio pedagógico. A estrutura do presente relatório assume duas áreas distintas. A primeira com um papel descritivo sobre todas as atividades desenvolvidas, com destaque para o Planeamento, Realização, Avaliação e Ética-Profissional. E a segunda área é destinada à reflexão de todo o trabalho realizado no decorrer do estágio, nomeadamente, os conhecimentos adquiridos, as aprendizagens transmitidas aos alunos, o confronto entre as expectativas iniciais e finais, as maiores dificuldades e a resolução de problemas decorrentes no estágio pedagógico.

### **Palavras-Chave**

Estágio Pedagógico. Necessidades Educativas Especiais. Reflexão. Ensino Aprendizagem. Conhecimentos.

## ABSTRACT

The Internship as a final step of the course aims to create an individual instructor. Through the experience and knowledge acquired during the “Internship” the instructor is expected to obtain a singular identity and the capacity of adapting to different contexts and situations and to become an apt professional in order to help with the development of the “physical education” area.

The Final Report is a part of the 2<sup>nd</sup> year of the Masters Program. This Program consists of Physical Education teaching in Primary and Secondary School and is organized by the University of Coimbra, faculty of Sport Sciences and Physical Education.

The Internship took place in the Basic Integrated School, the “H” class of the 8<sup>th</sup> grade, under the supervision of the Doctor Professor Ferrer Correia.

The structure of the Final Report focuses on two distinctive parts: The first part describes the activities occurred during this period; Planning, Evaluation, and Professional Ethics. The second part intends to be a personal “reflection” on the entire work and experience during the internship; the acquired knowledge, the knowledge passed onto the students, the comparison between the initial expectations and the final conclusions, and the major difficulties in solving eventual problems occurred during the practicum.

### **Keywords**

Internship. Special Education Needs. Reflection. Learning and Teaching. Knowlegde.

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	1
CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA.....	2
Expectativas e opções iniciais em relação ao estágio (PIF) .....	2
Caracterização das condições locais e relação educativa .....	5
DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS .....	8
PLANEAMENTO.....	9
Plano Anual .....	9
Planeamento das Unidades Didáticas .....	11
Elaboração dos Planos de Aula .....	12
REALIZAÇÃO .....	14
Instrução .....	14
Gestão.....	15
Clima/Disciplina .....	17
Decisões de Ajustamento .....	18
AVALIAÇÃO.....	18
Avaliação Diagnóstica .....	19
Avaliação Formativa.....	19
Avaliação Sumativa.....	20
COMPONENTE ÉTICO-PROFISSIONAL.....	21
JUSTIFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS.....	22
ENSINO APRENDIZAGEM .....	25
Aprendizagens realizadas como estagiário.....	25
Compromisso com as aprendizagens dos alunos.....	26
DIFICULDADES E ESTRATÉGIAS DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS .....	27
QUESTÕES DILEMÁTICAS.....	30
APROFUNDAMENTO DO TEMA/PROBLEMA.....	32
Caracterização do caso origem de problemas- sintomatologia .....	32
Metodologia .....	33
Objetivos da Intervenção.....	34
Modo e momento de Avaliação.....	34
Caracterização da intervenção.....	35



Resultados.....	36
Recomendações.....	37
CONCLUSÕES REFERENTES À FORMAÇÃO INICIAL.....	38
Impacto do estágio na realidade escolar.....	38
Prática Pedagógica Supervisionada.....	38
Experiência pessoal e profissional.....	39
BIBLIOGRAFIA.....	40
ANEXOS.....	41
Anexo I – Plano de Aula.....	42
Anexo II – Grelha de Avaliação Diagnóstica.....	43
Anexo III – Grelha de Avaliação Formativa.....	44
Anexo IV – Grelha de Avaliação Sumativa.....	45
Anexo V- Melhorias Evidenciadas pela Aluna.....	46

## INTRODUÇÃO

O presente Relatório de Estágio surge no âmbito do Estágio Pedagógico, considerado no Plano de Estudos do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Este documento procura refletir todo o trabalho desenvolvido e aprendizagens assimiladas no decorrer do estágio pedagógico realizado na Escola Básica Integrada com J.I. com o Prof. Dr. Ferrer Correia, na qual estive a meu cargo a turma do 8ºH.

A realização do estágio pedagógico assume-se como a operacionalização de toda a teoria adquirida no decorrer do 1º ano do Mestrado, permite-nos colocar em prática, experimentar as diversas formas e concepções do ensino que nos foram transmitidas. É uma oportunidade que temos para transmitir conhecimentos, mas mais que isso é a implementação de valores morais, como a solidariedade, o respeito, o sentido de partilha e de comunidade que através da educação nos é permitido inculcar aos alunos.

O estágio pedagógico é o processo de transição de aluno para professor, é o momento em que o aluno encara a realidade, testando não só tudo o que aprendeu, mas também vinca uma posição, assume uma postura que o permita desenvolver um bom trabalho não só como profissional mas como pessoa.

O papel desempenhado pelo professor é fulcral e de grande responsabilidade perante a sociedade, em que a ele está inerente a ligação entre os alunos e a escola e a sabedoria e a aprendizagem. Ensinar é uma função exigente, perante a qual o professor deve preparar-se previamente, podendo posteriormente movimentar-se/adaptar-se aos diferentes contextos existentes na comunidade escolar. O seu sentido de observação e adaptação ao meio em que se insere deve ser notável, permitindo-lhe analisar, diferenciar e utilizar estratégias que o conduzam ao sucesso dos alunos.

Terminado este longo e complexo percurso que foi o estágio, foram muitas as experiências vivenciadas e as competências retidas, as quais servem de base para poder desenvolver um trabalho de qualidade como futuro professor de Educação Física.

## **CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA**

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

O perfil de desempenho docente divide-se em quatro dimensões do trabalho do professor, baseando-me nestas dimensões no início do ano procurava conseguir recorrer ao saber próprio da profissão, através de investigação, de reflexões partilhadas entre colegas e aplicar os conhecimentos teóricos adquiridos. É motivante para um futuro docente saber que o desenvolvimento e autonomia dos alunos e a sua plena inclusão na sociedade dependem da sua boa execução profissional. Tencionava promover a qualidade dos contextos de inserção do processo educativo, identificando e respeitando as diferenças culturais. Desejei manifestar capacidade relacional e de comunicação, bem como equilíbrio emocional, nas várias circunstâncias da sua atividade profissional.

Pretendi abraçar projetos de educação inclusiva e fomentar interações familiares ativas. Tenciono participar na construção, desenvolvimento e implementação do projeto de escola.

Relativamente a dificuldades/dúvidas que surgiram tencionei numa primeira fase tentar solucionar individualmente (superação) e posteriormente consultar docentes experientes na área, nomeadamente o orientador.

Foi do meu interesse ensinar bem e tentar que os alunos percebessem a importância da disciplina e da atividade física para a saúde e bem-estar. Pretendi conseguir promover aprendizagens significativas para os alunos, organizar o ensino de forma a fomentar o trabalho individual e em equipa, utilizando para tal, saberes ligados à Educação Física e interligando-os a saberes multidisciplinares. Tive como objetivo criar estratégias que se adequassem com a minha personalidade baseando-me nas estratégias existentes.

Com as expectativas acima referidas, tenciono ser um profissional que enfatize a formação do aluno enquanto cidadão e incluir os alunos em todo o processo ensino-aprendizagem inclusive na avaliação.

Analisando comparativamente o meu percurso no estágio pedagógico com as expectativas iniciais, verifica-se que para além de corresponder ao idealizado ainda acrescentou experiências muito positivas tais como a inclusão, na qual desenvolvi um trabalho de apoio na disciplina de Educação Física com uma aluna com necessidades educativas especiais e o relacionamento com os alunos do 8ºH que

através das suas múltiplas personalidades, moldaram-me e obrigaram-me a evoluir enquanto professor. A possibilidade que o orientador nos deu de contactar com a turma de CEF (cursos de educação e formação de jovens) foi sem dúvida uma experiência enriquecedora principalmente a nível pessoal, onde pudemos ensinar e aprender com alunos com realidades familiares e económicas totalmente desfavorecidas. Apercebemo-nos com esta vivência que realmente o papel de professor vai muito além da transmissão de conteúdos. Em relação à nossa integração e aceitação foi facilitada pelo facto de a constituição docente da escola ser relativamente reduzida, permitiu-nos um contacto próximo com todos os professores e funcionários.

As dificuldades por mim apresentadas relacionaram-se maioritariamente com as dimensões do Planeamento, da Realização e da Avaliação, às quais fui dando a devida importância e que aprendi a controlar com o passar das aulas e com os conselhos e aprendizagens orientadas pelo professor Edgar Ventura. Para ultrapassar estas dificuldades, delineei objetivos de aperfeiçoamento que me conduziram a uma evolução constante e progressiva, os quais descrevo de seguida:

#### Plano Anual

- ✓ Analisar e discutir e adaptar o programa e procurar exemplos práticos da sua aplicação com sucesso.

#### Unidades Didáticas

- ✓ Prever de que forma os objetivos se articulam com o programa, realizando uma sequência e extensão dos conteúdos que seja do mais significativo e simples para o mais complexo, utilizando progressões que potenciem a evolução;
- ✓ Elaborar o relatório da avaliação diagnóstica diferenciando estratégias para alunos de níveis diferentes e constituição de grupos de nível se necessário, promovendo a inclusão e motivação de todos para a prática.

#### Plano de Aula

- ✓ Perceber melhor quanto tempo é necessário para cada exercício e quantas vezes deve ser repetido de forma a possibilitar os ganhos pretendidos;

- ✓ Criar rotinas de planeamento para que este processo se torne mais fácil e rápido;
- ✓ Aprofundar o conhecimento acerca das estratégias de ensino;

### Instrução

- ✓ Melhorar a qualidade dos *feedbacks* em termos de conteúdo;
- ✓ Capacidade de identificar durante o jogo certas situações onde é necessário intervir e fornecer *feedbacks*;
- ✓ Fechar o ciclo de *feedback*;
- ✓ Reservar tempo para fazer o balanço final da aula e verificar as aquisições e esclarecer possíveis dúvidas que tenham permanecido;

### Gestão

- ✓ Na instrução dos exercícios ser mais objetivo e perder menos tempo.
- ✓ Cumprir com o tempo planeado para a instrução e demonstração;
- ✓ Diminuir os tempos de transição;

### Clima/Disciplina

- ✓ Capacidade de estar atento a toda a turma e ao mesmo tempo intervir individualmente ou num grupo;
- ✓ Aprender a circular e manter a turma sempre no meu campo de visão;

### Decisões de Ajustamento

- ✓ Identificar com mais facilidade/rapidez o mau funcionamento de exercícios, criando uma variante do mesmo, mais simples ou mais complexa em função das necessidades dos alunos.

### Avaliação

- ✓ Realizar a avaliação sem que esta influencie diretamente a estrutura da aula;
- ✓ Realizar uma avaliação formativa utilizando técnicas e instrumentos adequados, refletindo e adequando a planificação do processo E-A e suas estratégias em conformidade com os dados obtidos;

- ✓ Realizar uma avaliação Sumativa das aprendizagens dos alunos, transformando as observações em classificações exequíveis, justas e rigorosas.

### **Caracterização das condições locais e relação educativa**

A escola pertence a um agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo que é constituído pela EB 2.3 C/ Sec. José Falcão e pela EB/JI Ferrer Correia, por oito EB1 (sendo duas delas extensões) e por sete Jardins de Infância.

A Escola EBI/JI Prof. Dr. Ferrer Correia está situada na aldeia serrana do Senhor da Serra, tendo esta cerca de 450 habitantes. Pertencendo à Freguesia de Semide, dista cerca de 10 km de Coimbra e 12 km de Miranda do Corvo. A existência da Escola neste local deve-se ao facto de ter crescido e evoluído a partir da criação de uma Escola Primária a funcionar desde 1968, num edifício com duas salas construído segundo o Plano dos Centenários. O actual complexo escolar foi inaugurado em 24 de Abril de 2004 apresentando uma qualidade estrutural e de equipamentos digna de registo.

A aldeia do Senhor da Serra está inserida num meio rural que tem sofrido algumas alterações ao longo dos anos. A principal ocupação da população já não é maioritariamente a arboricultura, como outrora com os famosos “viveiristas”. A realidade social é hoje ambivalente. A indústria é quase inexistente. A proximidade de Coimbra e de Miranda do Corvo determina a “escolha” por parte da população do sector do comércio e serviços. A aldeia do Senhor da Serra é um meio culturalmente pouco favorecido. A população escolar que hoje frequenta a escola, provém de aldeias e freguesias circundantes.

Existindo na sede de freguesia o Lar de Jovens de Santa Maria de Semide, instituição acolhedora de alunos oriundos de famílias problema, ali colocados fundamentalmente por decisão dos tribunais, os mesmos confluem para a enquadrando uma realidade específica.

Relativamente à disciplina de EF a escola apresenta condições bastantes favoráveis. Um pavilhão Gimnodesportivo, uma sala de ginástica, balneários com duas salas, sala de professores, instalações para funcionários e uma arrecadação. Quanto ao exterior a escola possui um campo de futebol/andebol, dois de basquetebol, pistas de atletismo apenas para corrida de velocidade ou barreiras e uma caixa de areia.

Outro dos fatores que se institui de grande importância é a relação com os colegas que, segundo Lopes (2001) “é a segunda fonte de mal-estar identificada pelos professores, uma vez que o seu caráter é determinante no clima social da escola e é, para alguns autores, o fator essencial na consumação do mal-estar”. O grupo de Educação Física, constituído por 2 professores efetivos e 4 professores estagiários, funciona nas perfeitas condições, onde o espírito de cooperação prevalece, tanto na organização do dia-a-dia, como na discussão, operacionalização e realização de atividades e eventos desportivos. A relação entre o grupo de EF e o conselho executivo foi de proximidade, que além da simpatia e receptividade demonstrada, patrocinou incondicionalmente as atividades por nós solicitadas.

A supervisão/orientação pedagógica pode ser entendida como “ um processo natural no qual uma pessoa mais habilitada e mais experiente, que assume o papel de modelo, mestre, responsável, encorajador, conselheiro e protetor, ajuda as pessoas menos habilitadas ou menos experientes, com o propósito de promover o desenvolvimento profissional e/ou pessoal” (Koster, Korthagen & Wubbels, 1998, cit. por Cardoso, 2009). É neste sentido que o Professor Orientador do estágio pedagógico se revelou um dos principais intervenientes na formação dos professores estagiários, responsabilizando-se pelo acompanhamento assíduo e transmissão de competências e atitudes que transforma os professores estagiários em futuros docentes exemplares. De salientar que no decorrer do ano letivo, o Professor Orientador Edgar Ventura, mais do que transmitir conhecimentos, através do seu poder reflexivo conseguiu remodelar a nossa maneira de pensar e agir no terreno, o que levou a alterações significativas no campo da intervenção pedagógica.

Inevitavelmente que a turma, os seus alunos constituintes representaram o fator mais significativo no meu percurso enquanto estagiário porque só através de uma boa relação entre o professor e os alunos é possível realizar um trabalho de qualidade. Segundo Vila (1988), “as relações com os alunos representam um dos aspetos da profissão docente que maior satisfação pode dar aos professores, mas, por sua vez, constituem uma das mais ressonantes fontes de insatisfação”. A turma era constituída por 11 raparigas e 6 rapazes, com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos. A média das classificações do ano anterior na disciplina de Educação Física varia entre os 3 valores (39% dos alunos), os 4 valores (56% dos alunos) e os 5 valores (5% dos alunos). As modalidades apontadas como preferidas foram o

Futsal, o Basquetebol e o Badminton. Dos 17 alunos 61% já reprovou pelo menos um ano.

Em relação ao primeiro contacto que tive com os alunos, desde o primeiro minuto que vinquei a minha posição, no apelo ao respeito, cooperação e organização tanto na relação professor-alunos como alunos-alunos. Apesar da nulidade por mim apresentada em relação ao liderar/ensinar/orientar um grupo, não senti dificuldades em fazer com que os alunos percebessem a minha posição perante eles, o que facilitou bastante o funcionamento das aulas. Analisando de uma forma geral o empenho/atitude dos alunos nas aulas, avalio-o como positivo, em que todos procuraram trabalhar no sentido da evolução, mesmo os alunos cuja capacidade motora era reduzida, ou a aptidão para determinada modalidade era inferior. As dificuldades motoras evidenciaram-se nas modalidades dos JDC, no entanto os objetivos propostos foram maioritariamente alcançados.



## **DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS**

O processo de ensino-aprendizagem se deve desenvolver, utilizando 4 pilares fundamentais na sua construção: Planeamento, Realização, Avaliação e a Componente Ético-Profissional. Compete ao professor orientar, coordenar e simplificar este processo, utilizando as metodologias de ensino que melhor se adequam aos seus alunos tendo em conta as suas características, o programa a desenvolver, a formação anteriormente recebida, a personalidade e a maneira como cada um vê a educação.

O Planeamento é composto pelo conjunto do planeamento anual, unidades didáticas e planos de aula.

A Realização envolve a intervenção pedagógica, que por sua vez engloba as dimensões instrução/feedback, organização/gestão, clima/disciplina e decisões de ajustamento.

A Avaliação mune-se de 3 fases: avaliação diagnóstica, avaliação formativa e avaliação sumativa.

E por fim a Componente Ético-Profissional, que se preocupa em inserir os alunos, fazer com que participem, sejam ativos perante a sociedade envolvente.

## **PLANEAMENTO**

Para Taba (1972) in Carvalheira (1996), planificar é desenhar de forma estruturada o acto de ensinar. É prever, ordenar e desenhar o acto pedagógico, num processo em que professores e alunos se encontram.

Entendo como planeamento a antecipação/previsão da ação, é um processo que nos permite preparar de forma estruturada e fundamentada um acontecimento futuro.

«Aquele que falha no planeamento, planeia o falhanço», torna-se portanto imprescindível planear através da análise da situação, seleção das estratégias e meios que visam melhores resultados e um aumento de produtividade no processo de ensino-aprendizagem.

No estágio pedagógico, esta fase acompanhou-nos desde o início, onde através de inúmeras reuniões com o professor orientador Edgar Ventura debatemos e definimos quais, como e quando as matérias a abordar e as atividades a desenvolver ao longo do ano, tentando manter todas as características inerentes ao planeamento (continuidade, flexibilidade, objetividade, clareza e precisão).

### **Plano Anual**

O plano anual assume-se como um plano global, um panorama que procura materializar o programa de ensino em relação aos recursos materiais e espaciais, mas principalmente aos alunos, guiando o seu desenvolvimento. É essencial que os professores tenham uma visão conjunta sobre o processo de ensino-aprendizagem a desenvolver ao longo do ano. O início do ano é portanto o momento chave do planeamento, em que os professores iniciam a preparação de todo o ano letivo.

Para Bento (1998), o plano anual tem uma perspetiva global e procura situar e concretizar o programa de ensino no local e nas pessoas envolvidas. Os objetivos presentes no programa ou as normas programáticas de cada ano são de uma formulação avaliável e concreta para professores e alunos, mas apenas de um modo muito geral. Trata-se de delinear um plano global, integral e realista da intervenção educativa do professor, por um longo período de tempo.

O plano anual parte de uma análise para ser, digamos, um conjunto de decisões com um crescente de complexidade/especificidade, em que começamos por analisar e caracterizar o meio envolvente, para posteriormente analisarmos a escola, nomeadamente a nível de funcionamento, constituição docente e não

docente, recursos espaciais, materiais e temporais e por fim caracterizar a própria turma.

Partindo das análises anteriores, nós (Núcleo de Estágio de Educação Física) sob a orientação do Professor Orientador Edgar Ventura, tendo em conta o habitual funcionamento relativamente à rotação de espaços, procedemos à calendarização e sequencialização das matérias de ensino a abordar.

A sequência de abordagem das modalidades foi determinada pelo esquema de rotação dos espaços de aula (Mapa de Rotações) definido pelo grupo de Educação Física, em que a cada mês o espaço destinado a cada professor variava entre o espaço interior constituído pelo pavilhão e o espaço exterior constituído pela sala de ginástica e o campo exterior. O tratamento de uma matéria em cada turma depende do conjunto de aulas que lhe são distribuídas no espaço correspondente a essa matéria.

Assim sendo, a escolha das matérias foi realizada tendo em conta os programas de educação física do 3º ciclo e o mapa de rotação de espaços e seguindo a extensão de conteúdos definida pelo Grupo de Educação Física da Escola Ferrer Correia.

Outra preocupação que existiu nesta escolha foi relativa às condições climáticas, que na altura do Inverno e do Outono podem ser adversas à prática da disciplina no espaço exterior, e por isso as matérias foram organizadas de forma a conseguir ultrapassar esses contratempos. Posto isto, a ordem das matérias a lecionar para a turma do 8ºH foi: Basquetebol, Ginástica de Solo, Badminton, Ginástica de Aparelhos, Voleibol, Futsal, Atletismo e Rugby.

O Programa Nacional de Educação Física foi outro fator que contribuiu para a seleção das matérias, em que nos seguimos pelo seu número de modalidades a lecionar por categoria e conseqüentemente definimos os objetivos anuais para cada uma das modalidades adaptando-os às características de cada uma das turmas.

A definição de momentos e procedimentos de avaliação constituiu a outra tarefa importante no planeamento pois contribuíram para o controlo e apropriação de conhecimentos e habilidades descritos no plano, originando correções e decisões no planeamento.

## **Planeamento das Unidades Didáticas**

Segundo Bento (1998), as unidades didáticas são partes fundamentais do programa de uma disciplina, na medida que apresentam quer aos professores quer aos alunos, etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem. Segundo este autor, é nesta fase que o professor deve explorar a sua criatividade moldando o modo de como lecionar cada Unidade Didática tendo em conta as características dos seus alunos.

As Unidades Didáticas foram construídas com base no quadro de referência da EF presente no PNEF, nas opções do Grupo Disciplinar de EF para o Ensino Básico da respetiva Escola, no mapa de rotações e polivalência dos materiais e instalações desportivas.

A elaboração das Unidades Didáticas assume-se como a ferramenta base essencial à orientação pedagógica, pelo facto de nela estarem incluídos os objetivos a atingir mediante as capacidades da turma, a escolha dos conteúdos a lecionar e a sua respetiva sequência, as estratégias de ensino a utilizar e as reflexões do trabalho desenvolvido em cada uma das modalidades. As prévias extensões de conteúdos representaram uma mais-valia no que respeita à sequência de conteúdos a lecionar, visto que serviram de fio condutor para cada aula de cada modalidade, em que os conteúdos assumiram um crescente grau de complexidade durante todas as Unidades Didáticas.

Os aspetos fundamentais considerados na planificação das Unidades Didáticas partiram da realização de uma análise da matéria/modalidade, nomeadamente a sua história, regras, os gestos técnicos a introduzir e os conteúdos técnicos/táticos específicos.

De salientar que toda a planificação realizada derivou de uma minuciosa análise e posterior reflexão dos resultados obtidos na Avaliação Diagnóstica, o que originou em algumas modalidades a criação de grupos de nível objetivando o ensino diferenciado.

Importa referir que as Unidades Didáticas são oportunidades de tomar decisões de médio prazo e que normalmente confundem-se com a estruturação da abordagem de uma matéria. Nesta abordagem temos a oportunidade para pensar numa estratégia para ensinar a matéria, ou, no mínimo, um conjunto de ideias relacionadas com os conteúdos que vamos ensinar e/ou com as medidas didáticas de que nos vamos servir para ensinar.

## **Elaboração dos Planos de Aula**

Para que se alcance os objetivos propostos para a aula e se assegure a organização e fluidez entre tarefas, de forma coerente é necessária a construção do Plano de Aula pois, através dele, materializa-se todo o planejamento realizado anteriormente que posteriormente contribui para a eficácia e sucesso do processo de ensino-aprendizagem.

Matos (1992) in Gomes & Matos (1992), refere que o plano de aula deve conter a organização das situações de aprendizagem, de um modo coerente, incorporando as decisões tomadas, tendo em conta os alunos e a matéria de ensino, com as suas potencialidades educativas no cumprimento das exigências didático metodológicas fundamentais.

No entanto, na minha opinião, devemos utilizar o plano de aula como um documento acessório/ de apoio e não como um documento pelo qual temos a obrigatoriedade de nos reger. Assume-se então que o plano de aula é uma “hipótese” não sendo adequado por vezes seguir-lhe a estrutura, nomeadamente todos os exercícios planeados, tempos previstos ou decisões programadas. Faz parte de um professor de excelência a adaptação e interpretação de situações inesperadas, eliminar tarefas previstas sempre no sentido de promover e maximizar as aprendizagens dos alunos.

Na construção do plano de aula é necessário considerar três grandes referências, isto é, refletir sobre o que queremos ensinar (objetivos específicos), ponderar como iremos facilitar o alcance dos objetivos (recursos, grupos de nível, escolhas das tarefas, duração das mesmas e os estilos de ensino a utilizar) e por último definir o que queremos observar, ou seja, os critérios de êxito dos diferentes conteúdos. Todos os planos de aula respeitaram uma estrutura definida no início do ano pelo Núcleo Estagiário de Educação Física e pelo Professor Orientador Edgar Ventura na qual se definiram 3 partes constituintes: Parte Inicial, Parte Fundamental e Parte Final.

A parte Inicial é constituída pela habitual entrada dos alunos, rotinas administrativas, relações afetuosas com os alunos, recordação de regras de comportamento, distribuição de algumas tarefas relativamente à colocação de material no espaço de aula, instrução inicial acerca dos objetivos da aula, o conteúdo, o modo de organização da mesma, motivação dos alunos para a prática e

pelo aquecimento, maioritariamente específico no sentido da realização de ações motoras para preparação do organismo para as cargas seguintes.

A parte Fundamental visa atingir os objetivos operacionais definidos, na qual se introduz, exercita e avalia de forma mais precisa e pormenorizada, sempre tendo em conta os períodos curtos de atenção e capacidade de trabalho dos alunos.

E por fim a parte Final, constituída por uma sessão de alongamentos (retorno à calma) e simultaneamente um balanço acerca dos aspetos positivos e negativos da aula e abordagem teórica sobre os conteúdos a lecionar na aula seguinte.

Uma das grandes preocupações na elaboração do plano de aula é a promoção das condições necessárias para que os objetivos propostos sejam alcançados, estabelecendo uma relação adequada entre a metodologia e os objetivos, garantindo elevados níveis de sucesso.

A realização dos planos de aula procurou sempre ao longo do ano letivo evoluir no sentido de um maior rigor, imaginação e inovação no planeamento dos momentos de ensino-aprendizagem.

Importa realçar que o plano de aula considerou sempre a sequência de conteúdos delineada na unidade didática, mas não se limitou a esta orientação, tendo em conta também a progressão dos alunos em relação aos objetivos previamente definidos.

Respeitando o Guia de Estágio que nos exige para uma prática reflexiva, no final de cada aula procedeu-se a uma reflexão oral coletiva (em Núcleo de Estágio) e uma escrita individual.

*“Sem um trabalho de reflexão suficientemente aprofundado não é possível a avaliação dos alunos e da atividade pedagógica do professor. E sem controlo permanente da qualidade do ensino nenhum professor consegue garantir a eficácia e a melhoria da sua prática pessoal.”* (Bento, 1987).

Relativamente às reflexões conjuntas, foram essenciais para podermos desenvolver o nosso sentido crítico construtivo, opinar acerca de melhorias que faríamos em relação às aulas observadas, aconselhar, debater pontos de vista objetivando o consenso.

Quanto às reflexões individuais foram na minha opinião as tarefas responsáveis por grande parte da minha evolução enquanto professor, nas quais juntamente com a reflexão coletiva elaborei introspeções relativas às diferentes

Dimensões de Intervenção Pedagógica, nas quais descrevi as minhas dificuldades, os erros de planeamento, os êxitos e as decisões de ajustamento realizadas.

Do meu ponto de vista o poder de análise momentânea e de argumentação são os pilares para que um professor possa ter uma evolução crescente e contínua ao longo do seu percurso.

## **REALIZAÇÃO**

A prova da qualidade do planeamento verifica-se aquando da sua operacionalização, isto é, para alcançar o sucesso, o professor tem de ter capacidades condutoras, de previsão e de realização do processo de Ensino-Aprendizagem que lhe permitam decidir/ajustar as tarefas planeadas tendo em conta o contexto real em que se desenrola a situação.

A intervenção pedagógica refere-se à aplicação e execução do plano, ou especificamente as ações nele inerente que se pretende realizar. Segundo (Siedentop, 1998), *“O docente eficaz é aquele que encontra os meios de manter os seus alunos empenhados de maneira apropriada sobre o objetivo, durante uma percentagem de tempo elevada, sem ter de recorrer a técnicas ou intervenções coercitivas, negativas ou punitiva.”*

Durante a condução do processo de Ensino-Aprendizagem as técnicas de ensino referenciadas pelo autor supracitado estiveram sempre presentes, dividindo-se em quatro dimensões distintas: Instrução/Feedback, Gestão/Organização, Clima/Disciplina e Decisões de Ajustamento.

## **Instrução**

Relativamente à dimensão instrução, que por sua vez contempla as técnicas de intervenção pedagógica preleção, questionamento, feedback e demonstração, assume-se como técnica fundamental para o bom desenvolvimento do processo de Ensino-Aprendizagem, visto ser através de canais de comunicação o método utilizado pelo professor para transmitir todas as informações/conteúdos aos alunos no decorrer da aula.

No que respeita a preleção, procurei desde as primeiras aulas ser explícito em relação aos seus objetivos, estrutura e funcionamento, transmitindo de forma clara aos alunos a minha pretensão para a mesma.

Um aspeto que foi corrigido com o tempo foi a brevidade da preleção, em que no início se notava demorada, acabando por ocupar tempo desnecessário, com o meu desenvolvimento e através da orientação do professor evoluí mantendo a constituição das preleções pertinentes, optando por detalhar/pormenorizar a informação aos alunos durante a execução do exercício.

O questionamento não foi uma técnica de intervenção pedagógica por mim enfatizada inicialmente apesar da sua utilidade/importância, no entanto com o decorrer do ano letivo procurei através desta técnica envolver gradualmente os alunos na aula, estimulando as suas capacidades de reflexão.

O tipo de questionamento utilizado variou entre o individual e de grupo e foi maioritariamente utilizado nas partes iniciais e finais da aula, com o intuito de verificar a assimilação dos conteúdos transmitidos, que posteriormente foi contabilizado na avaliação formativa.

No campo dos feedbacks pedagógicos, desde cedo que optei por uma postura ativa, utilizando os vários tipos de feedbacks, no entanto os mais solicitados foram os corretivos. Utilizei os feedbacks em grupo sempre que o erro foi comum a mais que um aluno, e individualizei o feedback maioritariamente em dificuldades específicas, ou pormenores apresentados isoladamente. O feedback positivo objetivou sempre apelar ao entusiasmo do aluno, resultando de uma reação aprovativa da minha parte em relação ao seu comportamento e empenho motor. Uma evolução notória na minha prestação foi relativa à verificação do efeito pretendido dos feedbacks, em que quando o seu resultado não foi positivo, procurei sempre diagnosticar a causa e prescrever novamente.

Em relação à técnica de intervenção pedagógica demonstração, fui o modelo em todas as aulas de todas as modalidades, procurando executar os gestos/movimentos de forma explícita e faseada para melhor observação/compreensão dos alunos. Utilizei as demonstrações no início, durante e após as tarefas com o intuito de reforçar os conteúdos através da observação por parte dos alunos.

## **Gestão**

Para uma gestão pedagógica de qualidade é necessário que o professor tenha em conta fatores como o controlo do tempo de aula relativamente às transições, a organização e disposição dos alunos pelo espaço, os tempos de



instrução, estabelecer um clima emocional e domínio no comportamento dos alunos e proporcionar a fluidez qualitativa de empenhamento motor dos alunos no decorrer da aula. A primeira impressão dada pelo professor é preponderante no desenvolvimento deste processo a longo prazo, isto é, a postura firme ou flexível na relação com os alunos, a implementação de regras a cumprir ao longo do ano letivo, a implementação da voz de comando e seriedade e a capacidade de implementar o respeito nas relações alunos-professor e alunos-alunos.

O conhecimento profundo da turma adquirido ao longo das aulas permitiu-me otimizar ao máximo o tempo de aula, porque através dele antecipei imprevistos possíveis de acontecer, solucionando-os com rapidez e organizei a turma de acordo com as suas características, transformando perdas de tempo em exercitação e aprendizagem de matéria de ensino.

A formação prévia de grupos heterogêneos/homogêneos permitiu-me rentabilizar o tempo de preleção entre tarefas e possibilitou-me monitorizar/controlar a turma de forma correta e adequada de acordo com a sua disposição pelo espaço da aula. De realçar que, a rentabilização do tempo das aulas passou também pela inexistência de alunos “sem tarefa”, maximizando o tempo de empenho motor de todos os alunos.

No decorrer do ano letivo procurei dedicar um maior tempo de intervenção aos alunos com mais dificuldades, utilizando estratégias de ensino diferenciadas e um estilo de ensino mais liberal para os alunos mais capazes sem nunca descartar os níveis de autonomia e responsabilidade por estes apresentados.

Como forma de potencializar o tempo de aula apresento as principais estratégias utilizadas no decorrer das aulas:

- Redução do tempo de balneário, exigindo pontualidade e permitindo aos alunos que chegassem mais cedo, algum tempo de contato com o material como forma de recompensa;
- Redução do tempo de tarefas administrativas, optando por não realizar a chamada, questionando os alunos sobre quem falta e contabilizando os mesmos;
- Montagem do material necessário antes do início da aula;
- Instrução inicial clara e objetiva;

- Elaboração prévia dos grupos/equipas, concorrendo para o objetivo da aula e antecipando imprevistos para poder agir rapidamente;
- Utilização de formas de organização simples, demonstrando-as no local de execução da tarefa;
- Utilização de uma linguagem clara e acessível, adequada ao nível dos alunos;
- Apropriação das tarefas ao nível dos alunos;

### **Clima/Disciplina**

Esta dimensão, sem retirar importância às outras, é a base na qual se define e desenvolve o processo de ensino-aprendizagem, enquanto o clima favorável à aprendizagem dos alunos não estiver estabelecido, nenhuma das outras dimensões terá um desenvolvimento positivo.

Segundo Siedentop (1998), *“um sistema de organização eficaz e boas estratégias disciplinares criam uma atmosfera na qual é mais fácil aprender”*.

Uma das complexas funções a desenvolver pelo professor é lidar com as demais personalidades com que se depara. Neste sentido, procurei desde logo ser pessoal, acessível e entusiasta para poder ganhar a confiança dos alunos e a partir daí promover um ambiente de trabalho saudável e favorecer as aprendizagens dos alunos. Através desta “imposição” de um clima positivo vieram lucros relacionados com a gestão, em que a pré-disposição/ receptividade dos alunos em relação aos conteúdos a abordar foi natural e com a aceitação desejável e com a disciplina pois quanto maior empenho motor dos alunos, menor a probabilidade de surgirem comportamentos inapropriados.

Siedentop (1998) refere ainda que, “Existem muitos professores de Educação Física para quem é suficiente os seus alunos comportarem-se de forma apropriada e estarem divertidos a praticar uma actividade desportiva”, esta afirmação contraria os conhecimentos absorvidos ao longo do estágio pedagógico, os alunos não precisam apenas de se comportar de forma apropriada, tem sim que reter os conhecimentos transmitidos pelo professor demonstrando-os na prática, sempre com o propósito de alcançarem os objetivos delineados previamente.

Para o desenvolvimento do clima positivo encontrado nas aulas utilizei estratégias determinantes para o sucesso deste processo:

- Reforço positivo dos comportamentos apropriados;
- Utilização do “humor” em determinadas situações, sem ser ofensivo nem desprezar a seriedade da situação;
- Circulação e posicionamento corretos de forma a observar e controlar sempre a turma;
- Comunicação audível, clara e acessível;
- Conversação em particular com alguns alunos, percebendo os motivos da indisciplina e tentando modificar esse comportamento;

### **Decisões de Ajustamento**

Relativamente às decisões de ajustamento ao longo de todas as aulas, estas revelaram-se constantemente continuas e imprevisíveis, isto é, foram utilizadas para solucionar qualquer ponto errado do planeamento ou situações imprevisíveis.

Centrando as decisões de ajustamento no desenvolvimento da aula, perante situações imprevistas, procurei desenvolver a capacidade de adaptar e integrar critérios sem desrespeitar os objetivos definidos através de ajustamentos nos grupos, na complexidade e exigência das tarefas.

“A reflexão realizada sobre a ação e para a ação é de fundamental importância, pois elas podem ser utilizadas como estratégias para potencializar a reflexão na ação” (Silva e Araújo, 2005).

A reflexão permite o aperfeiçoamento da prática pedagógica se for feita de uma forma responsável e numa perspetiva de ação – reação, ou seja, reflete-se para que depois se permita a alteração (para melhor) do que funcionou pior e manutenção do que funcionou melhor, conscientes das razões (o porquê) desse mau ou bom funcionamento.

Na minha perspetiva, foi uma dimensão na qual não tive grandes dificuldades em agir, através de uma capacidade de análise/reflexão apurada, consegui rapidamente detetar o motivo do mau funcionamento da situação e ajustar no sentido de combater o problema.

### **AVALIAÇÃO**

A avaliação tem um papel regulador na intervenção pedagógica, através da avaliação é permitido regular tanto as atividades dos alunos, informando-os do seu

desempenho, como a dos professores, ajustando métodos, estratégias e situações de aprendizagem sempre que necessário, adaptando o processo E-A ao contexto real, ou seja, às necessidades específicas da turma.

Em função da finalidade da avaliação consideram três tipos de avaliação: uma preparação inicial para a aprendizagem; uma verificação da existência de dificuldades por parte do aluno durante a aprendizagem; controlo sobre se os alunos atingiram os objetivos fixados previamente.

O desenvolvimento das funções da avaliação referidas é, antes de mais uma resultante da evolução da sociedade, dos sistemas de ensino e das suas relações com o mundo de trabalho e com a própria noção de cultura.

### **Avaliação Diagnóstica**

A avaliação diagnóstica foi realizada no início de cada período e no início da lecionação de cada modalidade, onde foram observados alunos em todas as matérias que se pretendem lecionar, registando quais as que suscitam mais dificuldades e quais os objetivos que devemos abordar com mais propósito, assume-se como o levantamento das capacidades dos estudantes em relação aos conteúdos a serem abordados. Com essa avaliação, procura-se identificar as aptidões iniciais, necessidades e interesses dos alunos com vistas a determinar os conteúdos e as estratégias de ensino mais adequadas.

Segundo Ribeiro (1999), afirma que esta “pretende averiguar a posição do aluno face a novas aprendizagens que lhe vão ser propostas e a aprendizagens anteriores que servem de base àquelas”

Refletindo sobre a função da avaliação diagnóstica, é que se trata da identificação dos conteúdos e competências, com o objetivo de saber qual o nível em que se encontra o aluno. Bem como destacar que o seu principal propósito não é voltado para a atribuição de uma nota, mas sim para a realização de um diagnóstico para compreender o processo da produção do conhecimento.

### **Avaliação Formativa**

A avaliação formativa pretende determinar a posição do aluno ao longo de uma unidade de ensino, no sentido de identificar dificuldades e de lhes dar solução. Tem lugar tantas vezes quantas o professor entender conveniente, no decurso do processo de aprendizagem. Teoricamente este tipo de avaliação deveria ser

permanente ou contínua. De facto a avaliação continua mais não é do que uma avaliação formativa permanente.

De acordo com Bloom (1971) a avaliação formativa é encarada como os processos utilizados pelo professor para adaptar a sua ação pedagógica em função dos progressos e dos problemas de aprendizagem observados nos alunos. Segundo o mesmo autor é ainda uma componente essencial na realização de uma estratégia de pedagogia da mestria ou de qualquer outra tentativa de individualização do ensino.

A avaliação formativa teve lugar em todas aulas, para grupos de alunos, selecionados durante o decurso das mesmas. Adotamos uma avaliação formativa pontual para toda a turma, para assim melhor podermos identificar e corrigir precocemente as dificuldades de cada aluno ao longo da sua evolução durante a modalidade, obtendo assim uma ideia do padrão evolutivo de cada um e personalizando o mais possível cada momento de aprendizagem.

### **Avaliação Sumativa**

Relativamente à função da avaliação sumativa, Ribeiro (1999), afirma que esta “pretende ajuizar o progresso realizado pelo aluno no final de uma unidade de aprendizagem”

A Avaliação Sumativa fornece um resumo da informação disponível, procede a um balanço de resultados no final de um segmento extenso de ensino.

Este tipo de avaliação representa um balanço final que só deve ser realizado quando o percurso do aluno atinge uma extensão considerável, que seja munido de material suficiente que justifique esta avaliação.

O processo de Ensino-Aprendizagem beneficia com a realização da avaliação sumativa, na medida em que permite aferir resultados da aprendizagem; permite introduzir correções no processo de ensino; e o teste sumativo presta-se à classificação é mais um elemento integrante deste tipo de avaliação que permite ao professor averiguar as aprendizagens teóricas retidas pelos alunos.

No que concerne aos procedimentos que foram adotados de forma a cumprir a Avaliação Sumativa, importa realçar que, apesar de terem sido aulas em que estava subjacente o objetivo de avaliar os alunos, tal como nas aulas de Av. Diagnóstica, primeiro do que tudo é uma aula de Educação Física, portanto, as aulas foram planeadas com o intuito de promover as aprendizagens dos alunos. Apesar do teor

destas aulas, mantive em todas elas uma postura interativa, complementada com feedbacks constantes por forma a nunca descartar a principal função do professor que é ensinar.

## **COMPONENTE ÉTICO-PROFISSIONAL**

O perfil ideal do docente segue um paralelismo entre a dimensão pedagógica e a ética profissional, deste modo, para atingir o sucesso profissional é estritamente necessário o concílio destas duas componentes.

Ao longo do estágio pedagógico percebi que a ética é maioritariamente intrínseca a cada pessoa, e flui naturalmente no trabalho. Defino-a como a divulgação dos valores (educação, responsabilidade, transparência, sinceridade, humildade, reconhecimento) assimilados ao longo da vida enquanto pessoa.

Segundo Silva (1994), citado por Caetano e Silva (1999), “a ideia de docência organiza-se em torno de dois pólos: a afirmação que o desempenho da profissão reclama dos profissionais características especiais e lhes impõe exigências de comportamento e, outro, que a docência se realiza na transformação do aluno com vista a que se conduza por referência a valores de natureza ética”.

No âmbito da disponibilidade para os alunos e para a escola, ao longo do ano letivo não só estive sempre disponível como também tomei iniciativa procurando interagir e intervir de forma empenhada e construtiva.

De realçar que as reflexões individuais/grupo realizadas tiveram um contributo significativo para a minha formação, na medida em que me permitiram desenvolver a capacidade autocrítica e reflexiva, permitindo-me avaliar o meu desempenho e definir estratégias para os problemas identificados.

Analisando a minha prestação na dimensão ético-profissional enquanto estagiário avalio-a como positiva, dando prioridade á transmissão de educação e cultivo do respeito, interessei-me pelo bem-estar dos alunos interferindo no seu desenvolvimento social, e nas suas aprendizagens.

## **JUSTIFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS**

No decorrer do ano letivo a diversidade de opções tomadas presenciou o nosso percurso de prática pedagógica com o objetivo moldar o processo de ensino-aprendizagem às características dos alunos.

Neste sentido a inclusão e a diferenciação pedagógica foram dois fatores preponderantes que nos possibilitaram estabelecer igualdade em termos de sucesso de aprendizagem apesar das diferentes características apresentadas pelos alunos.

Para cada Unidade Didática a lecionar, após cada Avaliação Diagnóstica realizada existiu um planejamento prévio que nos permitiu definir, estruturar e organizar as extensões de conteúdos a abordar em cada matéria, o seu modo de aplicação e posteriormente a operacionalização. Designo esta Avaliação como um dos pontos-chave para o sucesso do processo ensino-aprendizagem, visto que, através dela se cria a possibilidade de tomar opções credíveis rumo ao êxito da aprendizagem dos alunos, opções baseadas nas suas características individuais (pontos positivos e negativos), características essas que nos permitem fazer uma diferenciação pedagógica homogeneizando as aprendizagens como também recorrer à inclusão com o intuito de promover o espírito de entreatajuda dos alunos com características diferentes.

Em relação às opções tomadas para a planificação de cada aula importa referir que a parte inicial após a instrução acerca da sua estrutura e organização, procurou sempre elevar a temperatura corporal dos alunos e preparar as suas estruturas articulares através de aquecimentos específicos de cada modalidade, importa referir que durante esta fase das aulas a interação entre todos os elementos da turma foi plena. Na parte fundamental as estratégias utilizadas objetivaram proporcionar uma complexidade de tarefas diferente mediante a existência de grupos de nível e as suas dificuldades/especificidades evidenciadas procurando sempre a igualdade de ensino e a evolução em todos os alunos. A parte final constituída pela habitual sessão de alongamentos, em que os alunos retornam a calma, e preleção final do professor baseada no questionamento e apelo aos erros comuns, distingue-se pela reunião/interação de todos os elementos da turma independentemente das suas capacidades com o objetivo de promover um bom ambiente motivacional.

No âmbito das tarefas de aprendizagem, os exercícios selecionados seguiram sempre uma estrutura lógica, com um grau de complexidade crescente em que a

evolução dos alunos dependeu da sua assimilação e aquisição de comportamentos motores. Todos os exercícios tiveram como principal objetivo a aproximação do contexto real da modalidade, como exemplo aponto as modalidades coletivas em que todos os conteúdos foram abordados através de formas jogadas (jogos de superioridade numérica, jogos reduzidos, jogos condicionados e jogo formal).

A formação de grupos homogêneos/heterogêneos assumiu-se como constituinte da rotina ao longo do ano, de acordo com a modalidade e capacidades psico-motoras apresentadas pelos alunos, foram definidos os dois tipos de grupos, homogêneo quando um determinado número de alunos apresentou as mesmas dificuldades e necessidades de desenvolvimento específicas e heterogêneo em que foram agrupados alunos de diferentes níveis motores com o objetivo de aumentar os níveis motivacionais e de empenhamento motor dos alunos.

Relativamente aos estilos de ensino utilizados destaca-se o ensino por comando, maioritariamente utilizado nas aulas devido ao seu poder controlador (menos liberal) o que permite ao professor manipular a turma com mais facilidade. No entanto o ensino por tarefa foi também utilizado nomeadamente nas modalidades de Ginástica de Aparelhos e Solo. Recorremos ainda ao ensino recíproco quando optamos por dividir a turma em grupos heterogêneos, permitindo aos alunos com mais capacidades auxiliar os colegas nas tarefas propostas.

O feedback pedagógico foi também uma forma de diferenciar o ensino adequando a instrução e intervenção às características dos alunos, sendo que face às especificidades de cada grupo de nível evidenciado, em termos gerais sobressaiu o feedback de questionamento no que concerne aos alunos com um nível de proficiência psico-motora mais elevada, optando por um feedback corretivo no que concerne aos alunos com mais dificuldades.

No que diz respeito às escolhas das matérias a lecionar tivemos a oportunidade de optar pelas preferências de acordo com o Programa Nacional de Educação Física, respeitando as matérias nucleares e alternativas. respeitando as orientações do grupo disciplinar.

Para o 1º Período optámos pelo Basquetebol pelas excelentes condições que a escola apresenta para a prática da modalidade (2campos exteriores e 1campo interior) e por ser uma matéria que se enquadra no espaço da rotação que nos foi atribuída, além disso através da análise das fichas de caraterização dos alunos verifica-se que é uma modalidade bem aceite pelos alunos. A segunda modalidade



foi a Ginástica de Solo por ser uma modalidade individual que enfatiza a força, flexibilidade e equilíbrio. O principal propósito desta escolha deveu-se ao facto de as condições climatéricas em Outubro/Novembro serem adversas á prática de Educação Física no exterior. O Badminton ocupou o terceiro lugar, com a justificação desta opção se prender com o facto de um dos projetos do Núcleo de Estágio de Educação Física ser a melhoria das condições dos campos de Badminton da escola Ferrer Correia, o que permitiu lecionar a modalidade de uma forma mais dinâmica e por ser uma modalidade pertencente a um grupo-equipa do Desporto Escolar existente há vários anos, á qual a adesão dos alunos tem sido bastante significativa.

No 2º Período iniciou-se com Ginástica de Aparelhos em que a opção se apoiou nas condições ótimas para a prática da modalidade e pelo facto de ser uma modalidade em que a segurança é imprescindível, logo a interação/entreajuda entre os alunos é inevitável, reforçando o domínio sócio afetivo. Seguiu-se o Voleibol com o intuito de os alunos voltarem á prática dos jogos coletivos, aproveitando as excelentes condições apresentadas pelo pavilhão da escola e para dar ênfase ao projeto realizado pelo Núcleo de Estágio. Em terceiro e último lugar optamos pelo Futsal principalmente pelo enorme entusiasmo demonstrado pelos alunos nas fichas de caracterização que surgiu como a modalidade preferida da maioria dos alunos.

Em relação ao 3º Período prevaleceu o Atletismo, inserido na categoria C, e a sua escolha justificou-se pela combinação em relação ao mapa de rotação que nos foi atribuído e pelo facto de os saltos e lançamentos pertencentes ao programa do 8º Ano, possuírem as condições ideais para a sua prática.

## **ENSINO APRENDIZAGEM**

### **Aprendizagens realizadas como estagiário**

O principal objetivo do estágio é permitir uma aproximação ao futuro campo de atuação profissional e promover a aquisição do saber, do saber fazer e do saber julgar as consequências das ações didáticas e pedagógicas desenvolvidas no cotidiano profissional. Este objetivo torna-se exequível através das experiências vivenciadas na escola, com os alunos, com situações reais de ensino-aprendizagem, sempre com a supervisão do orientador com o intuito de auxiliar o sucesso da nossa evolução enquanto estagiário.

Após a conclusão do estágio pedagógico subdivido as aprendizagens realizadas enquanto estagiário em três fases distintas: o planejamento da ação, o desenvolvimento da aula e a reflexão sobre a prática desenvolvida.

Em relação à fase do planejamento da ação, aprendi a planejar de acordo com a realidade da escola, da turma e das necessidades dos alunos, bem como a integrar os vários conhecimentos da disciplina. Ainda em relação ao planejamento da ação compreendi que através dele torna-se possível programar as minhas ações, inclui momentos de pesquisa e reflexão desenvolvendo o sentido de percepção em relação à atitude dos alunos perante a tarefa pensada. Absorvi que o planejamento da ação deve ser utilizado como um instrumento moldável, utilizado pelo professor para articular os objetivos e atividades, caracterizando uma prática intencional e reflexiva, e que não é um instrumento estandardizado que se insere em qualquer tipo de contexto/realidade escolar, com isto o sentido evolutivo de pesquisa e adaptação evoluiu significativamente. Neste âmbito, procurei sempre evoluir no sentido de um maior rigor, imaginação e inovação, alterando e reajustando os planos de aula no sentido de tornar cada vez mais este tipo de documento numa “ferramenta prática” para a condução do processo de ensino aprendizagem, isto porque também senti que quanto mais refletia sobre o mesmo mais seguros estava durante a sessão. Outro dos pontos-chave nas aprendizagens retidas foi planejar a aula de forma a não haver demasiadas “quebras” do tempo potencial de aprendizagem, evitando transições lentas e pausas desnecessárias, para isso a organização das aulas procurou sempre uma estrutura lógica e articulada na procura da maximização do empenhamento motor dos alunos e redução da probabilidade de acontecerem comportamentos inapropriados.

No que respeita a fase do desenvolvimento da aula, a construção do vínculo de autoridade baseado no afeto e no respeito na relação professor-alunos enquanto condição para a aprendizagem foi um dos fatores de destaque nesta fase, é completamente necessário ter o controlo da turma para poder desenvolver o trabalho pretendido, para isso, o professor tem que criar uma relação de proximidade-distância com os alunos ao ponto de conseguir ordem na aula. Neste sentido assimilei a necessidade de dar a conhecer aos alunos o trabalho que pretendemos desenvolver com eles, elevando os seus níveis de motivação para as tarefas, conhecer as características dos alunos ao ponto de perceber quais os exercícios indicados para promover as suas evoluções. Ainda no desenvolvimento da aula absorvi a importância de observar e fazer ver ao aluno que visualizei a sua prática, acompanhando-a dos diferentes tipos de feedbacks. É necessário que o professor se habitue a adequar a sua postura mediante a personalidade do aluno, isto em casos específicos, como por exemplo, um aluno com capacidades psicomotoras inferiores necessita de um estímulo superior a um aluno com capacidades elevadas, o tipo de instrução deve ser diferente, mas pausado e motivacional, enquanto para o aluno de nível superior a abordagem deve vincar o detalhe/pormenor. Interiorizei que o domínio da turma não significa silenciar e controlar o comportamento dos alunos na sala de aula, este é compreendido a partir do comprometimento do grupo com a aprendizagem.

No que concerne a terceira e última fase, reflexão da prática desenvolvida permitiu-me questionar e problematizar a prática desenvolvida, apurei o meu sentido crítico, de análise e ajustamento. As constantes reuniões entre o grupo de estágio e o professor orientador aceleraram este processo, em que após cada aula o estagiário respetivo fazia uma retrospeção do trabalho desenvolvido durante a aula e depois eram debatidas ideias entre os demais com o objetivo de aperfeiçoar a prática pedagógica.

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

Durante este ano letivo com o compromisso ético assumido em relação às aprendizagens dos alunos, a promoção da diferenciação na aprendizagem e a atitude inclusiva perante os diferentes alunos esteve sempre presente em todas as aulas, permitindo proporcionar uma igualdade em termos de sucesso na aprendizagem. A adequação do processo ensino-aprendizagem às características e

especificidades particulares dos alunos fez-se refletir em termos de planeamento, realização e avaliação.

Desde cedo concluí que a turma que me foi atribuída apresentava bastantes dificuldades motoras, fraca participação e um envolvimento medíocre. Ao deparar-me com este facto rapidamente me apercebi da necessidade motivacional, de apelo à prática de atividade física e desportiva e que o meu desafio passaria por mudar a mentalidade da grande maioria dos alunos e potenciar o desenvolvimento das várias competências dos alunos, procurando atingir o máximo das suas capacidades, proporcionando-lhes condições de aprendizagem ótimas para o seu desenvolvimento global.

Segundo Costa (1995), “é a diferenciação do ensino que promove a mediação entre o ensino massivo (imposto pelo sistema) e o ensino individualizado/personalizado. Trata-se pois de adequar o processo educativo às diferenças individuais dos alunos”.

Neste sentido avalio o meu empenho como positivo no campo de ação da minha intervenção pedagógica, aplicando a diferenciação e adequação ao contexto real e específico dos alunos tanto a nível motor como cognitivo, promovendo comportamentos e valores adequados à vida em sociedade, solicitando assim os três domínios de aprendizagem, desenvolvendo integralmente os alunos de forma consciente e propositada.

O facto de a nossa disponibilidade ser total para com os alunos permitiu que ocorresse constantemente um diálogo sobre as aprendizagens de cada um, em que procurámos não só encorajar os alunos como também esclarecer dúvidas, auxiliar o aluno a enquadrar-se perante os objetivos a alcançar, identificar dificuldades, definir estratégias, para que o processo de ensino-aprendizagem fosse contínuo e partilhado dentro e fora do espaço da aula.

## **DIFICULDADES E ESTRATÉGIAS DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS**

No âmbito do estágio pedagógico foram diversas as dificuldades sentidas no processo da prática pedagógica, em que a maioria delas se justifica pela falta de experiência em termos de docência.

Na opinião de Veenman em 1984, citado por Ruas (2001), “para a maioria dos estudantes este é o primeiro ano de responsabilidade de docência de uma turma de

Educação Física, feita por um processo intenso de aprendizagem quase sempre por ensaio-erro”.

Estas dificuldades evidenciaram-se maioritariamente no primeiro período, no início de cada Unidade Didática.

O planeamento foi a primeira grande dificuldade sentida, em que emergiram as dúvidas relativamente à seleção dos objetivos de acordo com o Programa Nacional de Educação Física tendo em conta o nível dos alunos. A resolução deste problema passou por utilizar o PNEF como um instrumento auxiliar e meramente de orientação, visto que a maior parte dos objetivos definidos foram adaptados. A elaboração da extensão e sequência de conteúdos também criou alguns problemas iniciais, nomeadamente a ordem dos conteúdos a lecionar e a o seu critério de seleção. Estas dificuldades foram combatidas quando interiorizei o facto de o planeamento não ser uma ação com uma direção única e sim um fio condutor para o sucesso do processo de ensino-aprendizagem. Ainda em relação ao planeamento, inicialmente a seleção dos exercícios para as aulas foi um desafio pela falta de noção relativamente às capacidades dos alunos (será que conseguem fazer?).

No que toca às dimensões da intervenção pedagógica, as maiores dificuldades centraram-se na dimensão Instrução e Gestão. Relativamente à dimensão instrução, errava não pela quantidade de feedbacks, mas sim pela sua qualidade em termos de conteúdo e direção para a tarefa. Com o acumular das horas de experiência corrigi este aspeto, munindo-me dos conteúdos a abordar, por forma a instruir com detalhe e individualização perante os erros apresentados pelos alunos.

Ainda em relação ao feedback pedagógico, num período inicial nem sempre tive em conta a necessidade de fechar os ciclos de feedback, procurando verificar se o feedback transmitido tinha obtido o efeito pretendido, só com a supervisão das aulas e posterior reunião com o professor orientador me apercebi da importância desta ação. Os feedbacks cruzados também tardaram a surgir pela dificuldade inicial que apresentei em gerir os diferentes grupos de nível.

Em relação à dimensão Gestão, foram várias as dificuldades por mim apresentadas, particularmente em conseguir obter uma gestão do tempo adequada, em que me perdia com muita facilidade nas instruções e exagerava na individualização do feedback, que por sua vez resultava no incumprimento das restantes tarefas planeadas. Um aspeto positivo no meio destas dificuldades foi o facto de dar total prioridade á qualidade de execução em relação ao tempo de tarefa previsto. Outra

dificuldade sentida foi em relação à diminuição dos tempos de organização/transição que por sua vez prejudicavam o tempo total de empenhamento motor dos alunos. Esta dimensão melhorou significativamente com a experiência adquirida em que as instruções iniciais tornaram-se breves, específicas e objetivas, o meu posicionamento evoluiu ao ponto de me permitir observar, controlar e adaptar quaisquer situações cujo efeito não se aproximasse do pretendido. Outras estratégias utilizadas estiveram relacionadas com a definição de sinais e locais de reunião, levar os grupos (homogéneos/ heterogéneos) previamente definidos para as diversas tarefas e procurar cada vez mais proporcionar um conjunto de exercícios não só com um contínuo e sequência lógica para cada aula mas sem grandes alterações ao nível da organização entre estas, facilitando as transições.

No que concerne a dimensão Clima/Disciplina, não senti grandes dificuldades, devido à postura adotada desde a primeira aula, em que consegui implementar uma relação de respeito tanto entre alunos como entre alunos-professor. A implementação de automatismos, como elevação do tom de voz, utilização do apito e punição (parar de fazer aula) resultaram na medida em que me permitiram criar ao longo do ano um clima exemplar para a prática pedagógica.

Outra das dificuldades evidenciadas ao longo do estágio pedagógico esteve relacionada com a capacidade de tomar decisões de ajustamento. Aliado a esta dificuldade esteve o facto da utilização da diferenciação pedagógica como estratégia de promoção da igualdade de oportunidades em termos de aprendizagem. No início, as dificuldades sentidas relacionaram-se com a aplicação de estratégias diferenciadas durante as aulas em termos de complexidade das tarefas, feedback pedagógico e estilos de ensino, no que respeita aos diferentes grupos de nível evidenciados na Av. Diagnóstica. Toda a gestão da aula obrigava a que nos momentos de transição tivesse de por vezes explicar exercícios com conteúdos/objetivos diferentes para grupos distintos e intervir durante os mesmos com feedbacks adaptados à especificidade e dificuldades de cada grupo. A estratégia de atribuir responsabilidades aos alunos com mais capacidades psico-motoras funcionou auxiliando-me na organização e realização das tarefas planeadas.

Por fim a dimensão Avaliação trouxe algumas dificuldades, nomeadamente o ato em si de avaliar, a indecisão entre o valor a atribuir, a justiça entre os avaliados, a fluidez da aula tendo em conta a avaliação.

Por desejar ser o mais rigoroso possível durante as situações de avaliação diagnóstica e sumativa, por vezes caiu no esquecimento o feedback pedagógico e que antes de uma função avaliativa está presente uma aula de Educação Física onde deve ocorrer a promoção das aprendizagens dos alunos no qual o feedback pedagógico é uma componente essencial.

Todas estas dificuldades foram superadas a partir do momento em que interiorizei as aulas de avaliação como aulas normais e atribui o devido valor à avaliação formativa.

### **QUESTÕES DILEMÁTICAS**

Durante o estágio pedagógico realizado na Escola Básica Integrada com J.I. Prof. Dr. Ferrer Correia, emergiram algumas questões dilemáticas que por sua vez levaram a momentos de debate e reflexão no âmbito do núcleo de estágio. A diferenciação pedagógica foi um dos principais dilemas com que nos deparamos, ´no entanto através de várias reflexões conjuntas optamos por utilizar esta estratégia em grande parte das modalidades que lecionamos. A utilização da diferenciação pedagógica nas aulas de Educação Física teve como principal objetivo estabelecer a igualdade no processo de Ensino-Aprendizagem em todos os alunos, precisamente por estes diferirem pela sua origem, pelas suas aquisições anteriores e pela sua personalidade.

A questão da adequação do Programa Nacional de Educação Física à realidade do contexto escolar foi outro dos dilemas com que nos deparamos no momento da sua análise e posterior comparação com o nível dos nossos alunos, em que para todas as Unidades Didáticas surgiu a necessidade de adaptar os objetivos à realidade da turma. A disparidade existente entre os pressupostos do documento e a realidade dos nossos alunos observa-se ainda mais quando estes não possuem qualquer referência desportiva, nem praticam qualquer atividade desportiva fora do contexto escolar. Para combater este dilema é necessário que a estrutura da disciplina de Educação Física esteja em constante revisão, ao ponto de alcançar um consenso em que se implemente uma estrutura que permita aos alunos contactar com as diferentes modalidades num espaço de tempo mais reduzido e não como acontece em que para além de o tempo de empenhamento motor ser insignificante os alunos por vezes contactam com a mesma modalidade com a diferença de anos.

No seguimento deste raciocínio, outra questão com que nos deparámos neste percurso foi o tempo disponibilizado para a disciplina. Para além do tempo efetivo de empenhamento motor ser extremamente reduzido (cerca de 100 minutos) a sua distribuição em dois blocos (45 minutos e 90 minutos) encontra-se desequilibrada pelo facto de as aulas de 45 minutos (30 minutos de tempo útil) não serem produtivas, em que a par de um aquecimento específico só é possível realizar no máximo dois exercícios, trata-se de uma aula em que a introdução de qualquer conteúdo se verifica uma tarefa pouco exequível, resumindo-se a uma aula de excitação/revisão com um tempo prático bastante limitado. Associado a este tempo reduzido destinado à disciplina de Educação Física está um leque de consequências que se refletem a longo prazo, tais como a falta de hábito de prática de atividade física que por sua vez implica problemas relacionados com a saúde e o bem-estar psicológico.



## **APROFUNDAMENTO DO TEMA/PROBLEMA**

### **Caracterização do caso origem de problemas- sintomatologia**

A aluna em questão tem 12 anos de idade, encontra-se a frequentar o 6º Ano de escolaridade, o seu agregado familiar assume-se estável, organizado e sem problemas financeiros sendo constituído pelos pais e irmão.

Beneficia de apoios fora do âmbito da Educação Especial, nomeadamente, terapia da fala, terapia ocupacional e hidroterapia devido às características apresentadas de uma aluna com Necessidades Educativas Especiais.

Em relação à sua história clínica as avaliações remetem para um atraso de desenvolvimento psico-motor que se reflete na funcionalidade do corpo e na sua atividade e participação.

A aluna pelas suas características tão específicas e pela natureza algo massiva do ensino da Educação Física, dificilmente encontraria nas aulas regulares da disciplina o apoio ao desenvolvimento de que carecia. Assim, propusemo-nos conceber uma intervenção regular e prolongada construída de forma direcionada para as suas possibilidades de desenvolvimento.

Detalhando os défices relativos à funcionalidade do corpo é possível constatar que a aluna apresenta graves dificuldades em orientar-se no espaço, no tempo e em relação às outras pessoas, as funções intelectuais estão também afetadas resultando numa capacidade de manter a atenção muito abaixo da média, apresenta dificuldades relativamente à memória a longo prazo. Na qualidade das funções psicomotoras, as dificuldades assumem-se como moderadas, a aluna demonstra prazer no desenvolvimento de atividades motoras orientadas. Analisando as funções mentais da linguagem verifica-se que a aluna apresenta uma dificuldade total na expressão da linguagem, no entanto na receção da linguagem as dificuldades revelam-se moderadas. Por fim, neste capítulo da funcionalidade as funções da voz e da fala verifica-se uma dificuldade total ao nível da articulação do discurso.

No que concerne à Atividade e Participação a aluna apresenta graves dificuldade na aprendizagem e aplicação de conhecimentos. Verifica-se nulidade na aprendizagem da leitura e da escrita e apresenta grande dificuldade na aprendizagem do cálculo. Em relação ao capítulo da comunicação verifica-se a dificuldade grave em compreender mensagens faladas complexas, juntamente com graves dificuldades em falar, emitindo apenas sinais sonoros sem construção de palavras. Para finalizar em relação às interações e relacionamento interpessoais a aluna inicialmente

interage com os adultos de forma adequada, no entanto com os seus pares torna a interação superficial.

### **Metodologia**

O trabalho desenvolvido surgiu como forma de responder às necessidades acrescidas apresentadas pela aluna em questão, em que primeiramente realizámos um diagnóstico para perceber o tipo de intervenção que devia ser feita e posteriormente avaliámos/comparámos os resultados iniciais com os finais. O tipo de metodologia que se associou a este trabalho foi a de Investigação-Ação que se assume como a mais adequada na abordagem do Tema/Problema selecionado na medida em que se foca no favorecimento/necessidade de mudanças nos profissionais e nas instituições educativas através da união de toda a comunidade educativa dinamizando a ação e intervenção. A pertinência da utilização desta metodologia em meio escolar verifica-se pelo pressuposto que defende: o de que uma investigação deve sempre conter em si uma intenção de mudança que se traduz pela prática e reflexão, dois momentos com uma interdependência muito relevante, em que através da prática educativa surgem inúmeros problemas, questões, incertezas às quais só é possível responder recorrendo á capacidade de reflexão.

Por Investigação-ação entende-se um conjunto de metodologias que visam melhorar a racionalidade das práticas sociais e educacionais, para isso, estão-lhe inerentes características como ser participativa e colaborativa em que todos os participantes têm um papel interventivo no processo incluindo o investigador, deve ser prática e interventiva enfatizando a teoria, a descrição da realidade e posterior intervenção na mesma, cíclica transferindo descobertas iniciais e possibilitando mudanças para o ciclo seguinte, deve conter uma vertente critica que possibilita transformações no processo e por fim deve ser Auto avaliativa porque as mudanças estão em constante avaliação numa perspetiva de adaptabilidade e produção de novos conhecimentos.

No que concerne aos instrumentos utilizados estes foram selecionados de acordo com os objetivos definidos e características da aluna em causa. Os dados foram recolhidos por observação direta definido por Latorre (2003) como técnicas baseadas na observação centradas na perspetiva do investigador, em que este observa em direto e presencialmente o fenómeno em estudo. Em relação aos

instrumentos utilizados prevaleceu a observação sistemática, a estratégia utilizada foi a observação participante e em relação aos meios áudio visuais a opção recaiu sobre a fotografia.

### **Objetivos da Intervenção:**

- Elevar o nível funcional da aluna;
- Progredir na realização das atividades do cotidiano, melhorando a autonomia;
- Desenvolvimento da concentração na tarefa;
- Maximizar o potencial motor, afetivo-relacional e cognitivo;
- Desenvolvimento específico de aptidões e capacidades físicas;

### **Modo e momento de Avaliação**

Mediante as características apresentadas pela aluna em questão, seguiu-se a estruturação da intervenção a utilizar. Esta intervenção teve em conta a necessidade de utilizar atividades lúdicas, de forma a motivar o aluno, a variedade dos locais e as condições de prática com o intuito promover a adaptação e orientação espacial, as tarefas selecionadas consistiam em exercícios de perícia e manipulação de objetos, deslocamentos e equilíbrios e exercícios para melhoria do nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas. Deste modo optei por selecionar dois tipos de tarefas avaliativas: a primeira em que a aluna fez o teste de Pacer adaptado que consiste na realização do máximo de percursos (16 metros) em corrida continua até à exaustão, este teste tem como objetivo avaliar a capacidade aeróbia da aluna, a segunda tarefa selecionada foi a realização de um circuito funcional para tempo, com o objetivo de avaliar o nível funcional da aluna, que consistiu na transposição longitudinal de um banco sueco, seguido de uma sequência de 6 saltos coordenados para os arcos, 10 agachamentos com auxílio de um banco de 40cm, 6 repetições (3 para cada membro superior) do levantamento de um haltere de 4kg, 10 repetições de lançamento frontal com pés paralelos de trás para a frente e lançamento de uma bola de voleibol ao cesto de corfebol até encestar.

Relativamente aos momentos de avaliação da intervenção distinguiram-se duas fases: inicial (duas primeiras sessões) e final (duas últimas sessões) e serviram para avaliar a pertinência das tarefas propostas assim como o desempenho da aluna ao longo do ano. A aluna realizou exatamente as mesmas tarefas propostas para a

avaliação no momento de avaliação inicial e final para quando a fase de comparação das avaliações ser mais fácil mensurar a sua evolução.

### **Caracterização da intervenção**

A intervenção/apoio à aluna com NEE decorreu durante todo o ano letivo dividido em três sessões semanais (segunda, quarta e quinta-feira) de 45 minutos, perfazendo um total de 84 sessões.

Ao longo do ano procurei desenvolver com a aluna o máximo de capacidades físicas possíveis, como tal optei por não fasear a intervenção por períodos (1º, 2º e 3º) visto que o circuito funcional selecionado para a avaliação englobou a força, a resistência cardio-respiratória, o equilíbrio, a precisão, a coordenação e a potência. Deste modo planeei as sessões procurando equilibrar o tempo despendido, prescrevendo exercícios que solicitassem as capacidades acima referidas.

Os tipos de exercícios mais utilizados nesta intervenção foram: de mobilidade tais como alongamentos assistidos, estáticos e dinâmicos, exercícios de força com o peso corporal (como por exemplo extensões de braços com joelhos apoiados, prancha facial, agachamentos livres, step alternado para cima do banco, saltos horizontais e verticais para record pessoal) e exercícios de força com acréscimo de carga (como por exemplo lançamento horizontal/vertical da bola medicinal, levantamento terra com haltere, press de ombros com haltere, marcha com halteres, abdominais com passe e receção de uma bola intercalados entre cada repetição).

Inicialmente, nas primeiras semanas a intervenção assumiu um papel de adaptação em que a aluna realizou exercícios funcionais de baixa intensidade (exemplo: transportar e transpor objetos, sentar, deitar, levantar, saltar, empurrar) com o objetivo de conhecer e experimentar um leque de exercícios semelhantes aos do circuito funcional escolhido para o momento de avaliação. Após esse período de adaptação as sessões foram estruturadas maioritariamente por um aquecimento geral procurando principalmente elevar a temperatura corporal da aluna e solicitar as articulações que iriam ser mais utilizadas ao longo sessão.

Na parte fundamental os circuitos foram muito usados permitindo à aluna realizar diversos exercícios de forma encadeada maximizando o seu tempo de empenhamento motor e desenvolver a sua capacidade de reação em relação à transição de tarefa, no entanto houve sessões em que optei por trabalhar de forma

individualizada cada uma das capacidades físicas, em que após o aquecimento a aluna realizava no máximo 3 exercícios específicos para a solicitação de uma só capacidade.

A parte final das sessões foi sempre composta por um conjunto de alongamentos assistidos com objetivo de melhorar os níveis de mobilidade da aluna.

Com o decorrer das sessões a complexidade dos exercícios prescritos aumentou assim como a sua intensidade, como por exemplo no trabalho de força alguns dos exercícios deixaram de ser apenas com o peso corporal e passaram a ter um acréscimo de carga, assim como o aumento dos tempos de contração na força isométrica, as distâncias dos percursos de corrida ou o comprimento das estações nos circuitos. O nível de exigência por mim implementado cresceu ao longo das sessões em que o tempo para a realização da tarefa começou a ser um fator a ter em conta, no entanto dei total prioridade à qualidade de execução dos movimentos, em que qualquer repetição de um determinado exercício só era validada se a qualidade da mesma tivesse o meu consentimento.

## **Resultados**

Em relação ao momento de avaliação inicial a aluna na primeira tarefa avaliativa realizou um total de 22 percursos (de 16 metros), na segunda tarefa avaliativa a aluna concluiu o circuito funcional em 5'07". No momento de avaliação final a aluna foi submetida às mesmas tarefas avaliativas, em relação ao teste de Pacer adaptado realizou um total de 37 percursos e concluiu o circuito funcional em 2'31".

Através da comparação entre a avaliação inicial e final e analisando o percurso da aluna no decorrer do ano letivo é notória a sua evolução, importa realçar que para além da melhoria em relação ao tempo de execução em relação ao circuito funcional, a aluna evidenciou uma melhoria significativa relativamente à qualidade de todos os movimentos. As principais alterações foram na postura corrigida que a aluna apresentou no momento final de avaliação, a rapidez de execução sem nunca descurar a postura correta, caso contrário a repetição não era válida, relativamente à autonomia a aluna apresentou um resultado muito positivo, em que não foi necessário da minha parte estar constantemente a apelar para a execução das tarefas propostas, o que não se verificou no momento de avaliação inicial. O seu nível de mobilidade ascendeu principalmente em algumas zonas do corpo,

nomeadamente nas articulações tibiotársica, glenoumeral e articulações da cintura pélvica, o que se sentiu na qualidade dos movimentos funcionais avaliados.

### **Recomendações**

Após este longo percurso de acompanhamento e proximidade em relação à aluna em questão, avalio o trabalho realizado como positivo, na medida em que procurei maximizar o seu potencial motor, socio-afetivo e cognitivo através da prescrição e ensino de movimentos funcionais, que por sua vez originou o desenvolvimento das capacidades físicas, elevou o seu nível funcional e aumentou o seu tempo de concentração nas tarefas propostas. Através das características da aluna optei por adotar uma postura mais prática tentando abolir a teoria, em que as demonstrações e os gestos foram a base da explicação de todos os exercícios propostos, procurei utilizar um ensino fragmentado em pequenas etapas e utilizei a repetição e a interação como fatores chave no processo de E-A. Todo este processo incutiu na aluna um aumento de motivação em relação à prática de atividade física tanto pelos desafios proporcionados como pela exigência implementada.

Os resultados obtidos expressam a importância do desenvolvimento deste tipo de trabalho para a população com NEE enfatizando a normalidade da variedade, das diferenças e salienta a adaptação de atividades fundamentais no desenvolvimento da criança.

Como recomendações sugiro a continuidade do trabalho direcionado para a melhoria da autonomia da aluna de maneira a proporcionar o favorecimento da qualidade em relação à sua inclusão e o aumento da complexidade de tarefas futuras dando uma sequencialização lógica ao trabalho desenvolvido.

## **CONCLUSÕES REFERENTES À FORMAÇÃO INICIAL**

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

No decorrer do presente ano letivo e mediante a nossa intervenção enquanto estagiários nos diferentes níveis de realização, analiso a relação que estabelecemos em todas as áreas da escola como positiva, resultando num impacto de sucesso na comunidade escolar em que nos inserimos enquanto núcleo de estágio.

A nossa envolvência no contexto escolar foi total e prioritária, não só pelo tempo despendido, como pela disponibilidade que transparecemos e a motivação que evidenciámos no desenvolvimento de todas as atividades.

Em relação à nossa inserção no grupo de Educação Física, pela postura/espírito que adotamos desde o início, o professor orientador depositou em nós um nível de confiança elevado, motivando-nos em vários níveis tais como desempenhar diversas tarefas, a promover relações interpessoais e a conhecer todo o funcionamento da escola no que concerne à direção, secretaria, papelaria, reprografia, biblioteca, o que apurou ao nosso sentido de responsabilidade.

### **Prática Pedagógica Supervisionada**

Segundo (Metzler, 1990), “a supervisão aos professores-estagiários deve proporcionar ajuda de modo a que se tornem cada vez mais independentes na tentativa de melhorar as suas competências profissionais.” Na linha da raciocínio do autor supracitado o supervisor deve auxiliar o professor-estagiário a aplicar o conhecimento adquirido ou que está a construir e ajudar a encontrar as soluções mais adequadas para os problemas com que se depara no processo de ensino aprendizagem. Só com esta supervisão proporcionada pelo professor orientador se converte a possibilidade de o estagiário fazer a transição do pensamento académico para o pensamento pedagógico, no entanto a postura do orientador de ser flexível ao ponto dar espaço de manobra, autonomia e liberdade para experimentar, errar e aprender com os erros ao ponto de sermos capazes de traçar o nosso próprio perfil enquanto docentes.

O método de supervisão utilizado pelo professor orientador Edgar Ventura foi sem dúvida exemplar, pela sua experiência enquanto docente, pelo seu conhecimento aprofundado de didática, o que por sua vez promoveu da nossa autonomia, auto

conhecimento, capacidade de reflexão através das imensas reuniões nas quais as observações (aulas gravadas em vídeo) das aulas dadas, o debate e confronto de ideias dominaram o que levou a que fossemos gradualmente construindo uma identidade pessoal e profissional com condições para no futuro nos adaptarmos a diferentes contextos de ensino.

### **Experiência pessoal e profissional**

No âmbito geral, este Estágio constituiu-se como a base da formação enquanto futuro professor de Educação Física, pelo vasto reportório de tarefas desenvolvidas quer pelas experiências vividas quer pelas competências adquiridas com as atividades proporcionadas.

O facto de ter sido o professor de EF de uma turma, lidando diariamente com diferentes personalidades, foi uma aprendizagem rica e incomparável, que me abriu portas para encarar uma realidade escolar numa visão de docente, encontrando alunos de vários contextos sociais, com necessidades e níveis diferenciados.

Terminado o estágio pedagógico, foram diversas as aprendizagens realizadas, os conhecimentos adquiridos e os obstáculos superados, fundamentados pela constante prática e reflexão pedagógica que contribuiu de forma evidente para o nosso desenvolvimento enquanto futuros professores, no entanto este percurso assume-se meramente como o início de uma possível carreira enquanto docente na área de Educação Física, por isso a necessidade de formação contínua, o aperfeiçoamento das práticas pedagógicas, saberes e atitudes é absolutamente necessária até porque na situação atual em que nos encontramos relativamente ao ensino em Portugal o espaço está restrito até para os melhores.



## BIBLIOGRAFIA

- Bento, J.O. (1987, 2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Caetano, S. & Silva, M. (2009). Ética Profissional e Formação de Professores. *Revista de Ciências de Educação*, 08, pp. 49-60.
- Cardoso, M. (2009). *O Contributo do estágio pedagógico para o desenvolvimento da profissionalidade dos docentes de Educação Física – A perspectiva do estagiário*. Dissertação apresentada com vista à obtenção do 2º Ciclo em desporto para Crianças e Jovens. Faculdade de Desporto do Porto.
- Carvalho, G. (1996). *Uma reflexão sobre elementos de Planificação do processo ensino-aprendizagem*. O Professor, nº 50, III série.
- Costa, F. (1995). *Diferenciação do ensino: relação entre a atitude pré-interactiva e os indicadores interactivos de apresentação da informação, contextos de ensino, feedback pedagógico e participação do aluno*. Coimbra
- Gomes, P. & Matos, Z. (1992). *Educação Física na Escola Primária*. Vol II: Iniciação Desportiva, Porto, Edições da Faculdade de ciências do Desporto e Educação Física.
- Latorre, A. (2003). *La Investigación-Acción*. Barcelo: Graó.
- Lopes, A. (2001). *Mal-estar na docência? Visões, razões e soluções*. Cadernos do CRIAP. Porto: Edições Asa.
- Ribeiro, L. (1999). *Tipos de Avaliação*. Avaliação da Aprendizagem. Lisboa: Texto Editora.
- Ruas, P. (2001). *Um olhar reflexivo sobre a prática pedagógica/estágio*. Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la educación física*. Barcelona: INDE.
- Silva, A. & Araújo C. (2005). *Reflexão em Paulo Freire: Uma contribuição para a formação continuada de professores*. V Colóquio Internacional Paulo Freire. Recife.
- Vila, J. V. S. (1988). *La Crisis de la Función Docente*. Valencia, Promolibro. Horizonte.

***ANEXOS***

## Anexo I – Plano de Aula

<b>PLANO DE AULA</b>	Professor	Período	Aula n.º	Unidade Didática
	Data	Ano/Turma	N.º de Alunos Previstos	Aula
	Local	Hora	Duração	De
	Função Didática			
	Objetivos de Aula			
Sumário				
Recursos Materiais				

	Tempo		Tarefas / Situações de Aprendizagem	Organização / Descrição da tarefa	Objetivos Específicos / Critérios de Êxito / Componentes Críticas
	Total	Parcial			
PARTE INICIAL					
PARTE FUNDAMENTAL					
PARTE FINAL					

Anexo II – Grelha de Avaliação Diagnóstica



Agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo  
Escola Básica Integrada com J. I. Prof. Dr. Ferrer Correia



Legendar:	Elementos Técnicos					Nomes	Componentes Críticas
	0 - Não Executa	1 - Executa com Incoerências	2 - Executa Satisfatoriamente	3 - Executa Bem	4 - Executa com Correção		
						1 - André Antunes	<p><b>Componentes Críticas</b></p> <p><b>Rolamento à Frente</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melhor no solo à largura das ombros e viradas para a frente</li> <li>Ingratidão dos membros inferiores</li> <li>Maintenção do corpo bem fechado sobre o eixo principal durante o movimento</li> <li>Apogio efetiva das mãos no solo na parte final</li> </ul> <p><b>Rolamento a Retaguarda</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Podar bem os membros inferiores durante sobre o impulso (de olhos ao chão)</li> <li>Postura aberta para a frente de forma a não cair o quadril ao chão</li> <li>Colocação das mãos no solo à largura dos ombros e viradas para a frente</li> <li>Passar o impulso das mãos no solo para final com vigor, deformar o corpo a abdução e não barrar com das no solo</li> </ul> <p><b>Roda</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alongar o passo do impulso no impulso para a parte de virada com desvio</li> <li>Apogio alternado das mãos no solo na manobra (bola de movimento)</li> <li>Alongar do corpo em contacto pela vertical dos apoios das mãos (tal como das mãos)</li> <li>Grande afastamento dos membros inferiores durante a fase de passagem pelo apoio invertido</li> </ul> <p><b>Apoio Facial Invertido</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melhor no solo à largura dos ombros e dedos afastados e viradas para a frente</li> <li>Colocação invertida, olhar dirigido para a frente</li> <li>Melhores apoios com contacto completa (sem nos cravando, modo de empunhar o solo)</li> <li>Corpo em completo alinhamento e com verticalidade</li> </ul> <p><b>Avião</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melhores inferiores em contacto completo (passo a de que não como a deitada)</li> <li>Grande afastamento de membros inferiores</li> <li>Leve inclinação do tronco a frente (mas sem fechar arredondamento das costas)</li> <li>Ajudar cabeça invertida, olhar em frente, verticalidade geral elevada</li> </ul> <p><b>Ponte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melhores inferiores e apoios em contacto completa</li> <li>Passar das mãos completamente apoiadas no solo e viradas para a frente</li> <li>Maintenção do corpo bem fechado durante o movimento</li> <li>Colocação das mãos numa linha perpendicular ao eixo das mãos no solo</li> </ul>
						2 - Beatriz Nascimento	
						3 - Cláudia Reis	
						4 - Daniel Paiva	
						5 - Diogo Pinto	
						6 - Daniela Nascimento	
						7 - Inês Reis	
						8 - João Ricardo	
						9 - João Dias	
						10 - João Nascimento	
						11 - João Costa	
						12 - Laura Costa	
						13 - Luísa Carvalho	
						14 - Miguel Luís	
						15 - Miguel Antunes	
						16 - Pedro Roldão	
						17 - Rodrigo António	
						18 - Rita Siraões	
						19 - Sara Rodrigues	
						20 - Andreia Silva	





**Anexo IV – Grelha de Avaliação Sumativa**

<b>Nomes</b>	<b>Sequencia Gimnica</b>									
	<b>Rolamento à Frente</b>	<b>Rolamento a Retaguarda</b>	<b>Rolamento a Frente com M. Alçados</b>	<b>Roda</b>	<b>Apoio Facial Invertido</b>	<b>Ponte</b>	<b>Avião</b>	<b>Elementos de Ligação</b>	<b>Fluidez</b>	

**Componentes Críticas:**

<b>Rolamento à Frente</b>	<b>Rolamento a Retaguarda</b>	<b>Rolamento a Frente com M. Alçados</b>	<b>Roda</b>	<b>Apoio Facial Invertido</b>	<b>Ponte</b>	<b>Avião</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mãos no solo à largura das ombros e viradas para a frente</li> <li>Impulsão das mãos inferior</li> <li>Mantimento do corpo bem fechado sobre o proprio durante o movimento</li> <li>Regulação eficaz das mãos no solo na parte final</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Virar e apoio do membro inferior que vir sobre o impulso com direção simétrica das pernas</li> <li>Apoio alinhado das mãos no solo na mesma linha de orientação</li> <li>Transição do corpo em vertical pela vertical dos apoios das mãos (tal como da pte)</li> <li>Grande alinhamento dos membros inferiores durante a fase de passagem pelo apoio invertido</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Virar e apoio do membro inferior e das mãos no solo e viradas para a frente</li> <li>Chegar a horizontal, olhar dirigido para a frente</li> <li>Membros superiores em vertical e alinhados (semelhante ao apoio de mãos)</li> <li>Corpo em completo alinhamento e em verticalidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Membros inferiores e superiores em contacto com o chão</li> <li>Alinhamento das pernas alinhadas no solo e viradas para a frente</li> <li>Impulsão com o pé de suporte e recolha simultaneamente no apoio e apoio de mãos no solo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Membros inferiores em contacto simétrico (tanto a de apoio como a elevação)</li> <li>Quando alinhamento de membros inferiores</li> <li>Linha inclinada de suporte à frente (mas sem flexão articulação das pernas)</li> <li>Alinhamento de pernas, olhar e em frente, verticalidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Membros inferiores em contacto e apoio no solo</li> <li>Quando alinhamento de membros inferiores</li> <li>Linha inclinada de suporte à frente (mas sem flexão articulação das pernas)</li> <li>Alinhamento de pernas, olhar e em frente, verticalidade</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Membros inferiores em contacto e apoio no solo</li> <li>Quando alinhamento de membros inferiores</li> <li>Linha inclinada de suporte à frente (mas sem flexão articulação das pernas)</li> <li>Alinhamento de pernas, olhar e em frente, verticalidade</li> </ul>

**Legenda:**      0 - Não Executa      1 - Executa com Incorrekções      2 - Executa Satisfatoriamente      3 - Executa Bem      4 - Executa com Correção

### Anexo V- Melhorias Evidenciadas pela Aluna





