

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA  
UNIVERSIDADE DE COIMBRA

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



# RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO

Ano Lectivo

2011

---

**Coordenador do Mestrado:** Prof. Doutor Rui Gomes

**Orientador de Estágio:** Dr. Paulo Nobre

**Co-Orientador de Estágio:** Professor Cláudio Sousa

**Nome do Aluno –** João Pedro Tolentino Gama

**Nº de aluno –** 2009121532

## **FINALIDADE**

Obtenção do grau de Mestre no Mestrado em Ensino de Educação Física dos Ensinos Básicos e Secundário

## **COORDENADOR DO MESTRADO**

Prof. Doutor Rui Gomes

## **ORIENTADOR**

Dr. Paulo Nobre

## RESUMO

---

Este relatório é o corolário do Estágio Pedagógico realizado no âmbito da leccionação da disciplina de Educação Física, no Agrupamento de Escolas de Nery Capucho - Marinha Grande, com uma turma do 8º ano no presente ano lectivo. O referido Relatório encontra-se dividido em três partes distintas.

A primeira parte onde é realizada uma introdução do mesmo.

Uma segunda parte descritiva onde são abordados os seguintes itens:

Expectativas e opções iniciais em relação ao estágio;

Descrição das Actividades Desenvolvidas;

Justificação das opções tomadas.

Uma terceira e última parte reflexiva na qual são abordados os seguintes itens:

Aprendizagens realizadas como estagiário;

Compromisso com as aprendizagens dos alunos;

Inovação nas práticas pedagógicas;

Dificuldades sentidas e formas de resolução;

Dificuldades a resolver no futuro ou formação contínua;

Capacidade de iniciativa e de responsabilidade;

Importância do trabalho individual e de grupo;

Questões dilemáticas;

Impacto do estágio na realidade do contexto escolar;

Experiência pessoal e profissional;

Palavras - chave: Estágio Pedagógico, reflexão, ensino

## RESUME

---

Ce rapport est le résultat de pratiques d'enseignement qui ont eu lieu pendant l'enseignement de la discipline de l'éducation physique à l'école Capucho Nery - Marinha Grande, avec une classe de 8e année de cette année scolaire. Ce rapport est divisé en trois parties distinctes.

La première partie où on fait une introduction de celui-ci.

Une deuxième section descriptive qui porte sur les éléments suivants:

Les attentes et les choix par rapport à la phase initiale;

Description des activités;

Justification des choix effectués.

Une troisième et dernière partie dans laquelle sont abordés les éléments suivants:

Apprentissage qui a lieu en tant que stagiaire;

Engagement à l'apprentissage des élèves;

L'innovation dans les pratiques pédagogiques;

Difficultés rencontrés et les moyens de les résoudre;

Problèmes à résoudre dans l'avenir ou la formation à faire;

Initiative et la responsabilité;

Importance du travail individuel et en groupe;

Questions- dilemmes;

Impact du stage dans la réalité du contexte scolaire;

L'expérience personnelle et professionnelle;

Mots-clés - Mots-clés: pédagogie de formation, réflexion, enseignement

## ÍNDICE

---

<b>1. Introdução .....</b>	<b>5</b>
<b>2. Expectativas e opções iniciais em relação ao estágio (PIF) .....</b>	<b>5</b>
<b>3. Descrição das actividades desenvolvidas .....</b>	<b>7</b>
3.1. Planeamento .....	<b>Erro! Marcador não definido.7</b>
3.2. Realização .....	13
3.3. Avaliação.....	<b>Erro! Marcador não definido.21</b>
3.4. Componente ético-profissional.....	<b>Erro! Marcador não definido.24</b>
<b>4. Justificação das opções tomadas.....</b>	<b>Erro! Marcador não definido.26</b>
<b>5. Aprendizagens realizadas.....</b>	<b>26</b>
<b>6. Compromisso com as aprendizagens dos alunos.....</b>	<b>28</b>
<b>7. Importância do trabalho individual e de grupo .....</b>	<b>31</b>
<b>8. Capacidade de iniciativa e responsabilidade .....</b>	<b>32</b>
<b>9. Dificuldades sentidas e formas de resolução .....</b>	<b>33</b>
<b>10. Dificuldades a resolver no futuro .....</b>	<b>34</b>
<b>11. Inovação nas práticas pedagógicas.....</b>	<b>35</b>
<b>12. Impacto do Estágio na realidade do contexto escolar .....</b>	<b>36</b>
<b>13. Questões dilemáticas .....</b>	<b>37</b>
<b>14. Experiência pessoal e profissional do ano de estágio.....</b>	<b>38</b>
<b>15. Referências bibliográficas .....</b>	<b>39</b>

## **1. Introdução**

---

A unidade curricular de Estágio Pedagógico surge como o culminar de um processo de formação inicial no âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, é um momento fundamental na aplicação dos conteúdos leccionados no primeiro ano do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário em situação real e sistemática. É uma etapa crucial e marcante na transição de discente para docente.

Na minha opinião, esta formação/experiência/vivência (Estágio Pedagógico) não se encerra em si mesma, mas é uma etapa fundamental para o desenvolvimento profissional de qualidade e contínuo ao longo da carreira docente.

É um momento fulcral para pôr em prática e atingir o “Perfil de Competências Gerais do Professor” preconizado pelo DL n.º 240/2001 de 17 de Agosto.

Este relatório reporta-se ao trabalho desenvolvido no Agrupamento de Escolas de Nery Capucho - Marinha Grande nomeadamente com a turma do 8ºC, no ano lectivo 2010/2011.

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

---

As minhas expectativas iniciais eram de melhorar a qualidade da minha intervenção pedagógica e aumentar os meus conhecimentos não só em termos científicos, pedagógicos e didácticos, como também melhorar o meu entendimento da escola enquanto instituição nas suas mais variadas facetas e no contexto específico em que se insere, nomeadamente na comunidade local, e o papel desempenhado pelos seus diversos “actores”.

Pretendi conseguir pôr em prática as competências e saberes que adquiri ao longo desta minha carreira como docente, e em particular os adquiridos nas diversas unidades curriculares, ao longo do 1º ano do MEEFEBS, esperando com isso contribuir

para o sucesso educativo de todos os alunos sob minha orientação, assim como na sua formação pessoal e social, promovendo assim o seu desenvolvimento integral.

Assim, durante a realização desta unidade curricular, pretendi acima de tudo melhorar: a qualidade da minha intervenção pedagógica; o processo de ensino aprendizagem por mim dirigido; a minha capacidade de reflexão, auto-crítica; a minha forma de entender as diversas funções inerentes às funções docentes, no âmbito da Educação Física, assim como os diferentes cargos inerentes a esta mesma função. Pretendo ainda que esta melhoria se traduza no meu desenvolvimento não só científico, pedagógico e didático mas também como pessoal, social e ético.

Para a consecução destes objectivos, pretendi, em termos do processo de ensino aprendizagem, dirigir todas as minhas acções para um ensino inclusivo, baseado na avaliação formativa através da identificação e respeito pelos diferentes níveis de prestação iniciais, ritmos de aprendizagem, diferenças culturais e pessoais, pretendendo assim evitar comportamentos e atitudes de exclusão e estimular a autonomia ou seja ser um “catalisador” de aprendizagens significativas, promovendo o sucesso educativo e o desenvolvimento integral.

Relativamente à participação na escola, pretendi, após a leitura e análise do projecto educativo e do projecto curricular da turma que leccionei, adequar as minhas acções a fim de contribuir para a consecução dos objectivos e competência neles expressas.

Com o Projecto de Assessoria ao Director de Turma, pretendi adquirir um conhecimento profundo sobre este cargo, reconhecendo minuciosamente as funções, as competências e todos os actores educativos que com ele tiveram que articular no exercício das suas funções, nos diferentes níveis de intervenção.

Relativamente à relação com a comunidade escolar e comunidade alargada, desenvolvi uma relação cordial baseada na partilha de experiências, na participação activa na resolução de eventuais situações problemáticas, desenvolvendo uma atitude crítica/ construtiva, com o intuito de contribuir de forma positiva para a comunidade educativa.

Esperando no final desta unidade curricular, que decorreu no 3º e 4º semestre, melhorar não só o meu desempenho como profissional de Educação Física quer na componente lectiva quer na componente não lectiva, mas também esperando tornar-me

num profissional mais autónomo, reflexivo, cooperante, competente, eticamente mais responsável e cientificamente mais preparado para o exercício da função docente.

### **3. Descrição das actividades desenvolvidas**

---

Neste item irei realizar uma análise a todo o processo ensino-aprendizagem focando sobre o meu trabalho e opções nomeadamente ao nível do planeamento, realização, avaliação e componente ético-profissional.

#### **3.1.Planeamento**

*Qualquer planificação pressupõe escolhas pedagógicas teóricas que determinam uma prática concretizada, em última análise, na aula. O professor terá de fazer a escolha que melhor se adequa aos seus propósitos educativos e às condições concretas em que trabalha* (Pais & Monteiro, 1996).

Relativamente ao planeamento, este pressupôs da minha parte o conhecimento das directrizes dos Programas Nacionais de Educação Física dos seus objectivos e conteúdos, mas acima de tudo após a sua análise, a sua adaptação ao contexto específico da turma, tendo por base a avaliação diagnóstica, os recursos matérias e espaciais e uma tomada de opções metodológicas e estratégias, cujo grande objectivo foi a realização de um processo ensino - aprendizagem tão inclusivo quanto possível. A minha preocupação na organização metodológica da prática lectiva foi sempre tendo em vista colmatar as dificuldades de realização dos conteúdos propostos, a sua superação, com o intuito de elevar a patamares superiores os níveis de interpretação, compreensão e realização/participação por parte de todos os alunos.

O Plano Anual é um documento fundamental, no qual estão contidos um conjunto de indicadores específicos que representam/distinguem o processo educativo de uma turma, sendo uma parte indispensável da planificação geral, no qual o conjunto dos seus indicadores acarretam um conjunto de objectivos, estratégias, conteúdos e métodos que caracterizam o processo educativo para uma determinada turma.

Segundo Neves & Graça (1997), é importante que os professores no início do ano lectivo tenham uma visão de conjunto sobre o processo de ensino-aprendizagem a desenvolver ao longo do ano. O início do ano lectivo constitui assim um momento privilegiado para que os professores iniciem a preparação do respectivo ano.

O Plano Anual assume-se com um primeiro passo quer em termos de calendarização quer em termos de planeamento, no sentido de organizar o processo de ensino aprendizagem da turma, em função do contexto específico em que se realiza, da especificidade dos seus destinatários e das orientações contidas no Programa Nacional de Educação Física.

Para a consecução deste primeiro passo, analisei vários documentos do agrupamento a fim de reunir um conjunto de informações que me permitisse ter um conhecimento mais profundo sobre as opções e directrizes de âmbito pedagógico e das linhas orientadoras da actividade do agrupamento. Centrei a minha atenção no Projecto Educativo da Escola, no Regulamento Interno, e noutros documentos mais específicos no âmbito da Educação Física elaborados pelo seu Grupo Disciplinar (Regimento de Educação Física, Regulamento de Educação Física, Composição Curricular, Mapa de Rotação de Espaços, Mapa de Distribuição das Matérias, Inventário do Material E o Horário Geral de Educação Física). Desde o primeiro momento em que iniciei o estágio tive um contacto assíduo com a Directora de Turma do 8ºC a qual me facultou todos os documentos existentes sobre a turma nomeadamente a caracterização da turma do ano anterior e o Projecto Curricular de Turma, o que facilitou um mais rápido conhecimento/entendimento sobre esta, em particular sobre as características e particularidades dos alunos enquanto seres individuais integrados nesta turma.

A fim de realizar uma actualização da caracterização da turma; uma vez que todos os alunos do 8ºC transitaram de ano lectivo e no anterior todos integravam a mesma turma, apliquei um questionário on-line ([www.nucleoestagiefnery.webs.com](http://www.nucleoestagiefnery.webs.com)) elaborado pelo núcleo de estágio com base no questionário existente na escola, ao qual foram acrescentados algumas questões relativamente aos hábitos desportivos. Este questionário foi preenchido pelos alunos na primeira aula de Educação Física.

A leitura das respostas e o tratamento estatístico dos dados recolhidos no questionário permitiram construir o perfil da turma, actualizar as informações do ano lectivo anterior e inteirar-me das características deste grupo. Esta abordagem dos alunos

revelou-se de grande utilidade, uma vez que facilitou o conhecimento rápido e objectivo dos alunos da turma

Na continuidade desta acção foi aplicado um protocolo de avaliação inicial existente na escola, ao qual, o núcleo de estágio, após leitura e análise detalhada do mesmo, e em conferência curricular com o orientador de estágio, Professor Cláudio Sousa, optou por aprimorar o mesmo. Este novo documento foi concebido para dar resposta à definição minuciosa dos critérios de êxito, parâmetros de avaliação e condições de realização mais específicas. Esta opção visou a tentativa de uniformização de aplicação do referido protocolo. Paralelamente o núcleo de estágio, forneceu ao grupo disciplinar este documento, possibilitando a sua utilização por todos os seus elementos. Esta avaliação inicial decorreu nas catorze aulas seguintes à aula de apresentação na qual foi preenchido o questionário e incidiu sobre as modalidades de Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol, Atletismo, Ginástica e Fitnessgram. Neste âmbito, foram tidos em conta a recolha dos níveis de proficiência dos alunos de modo a verificar os seus requisitos contextualizados com o Programa Nacional de Educação Física.

Assim foi permitido uma identificação de dificuldades e aptidões, a partir destas, a criação de grupos nível de desempenho motor dos alunos nas várias matérias observadas e a abordar.

Outra situação relevante foi a identificação de alunos bons executantes que mais tarde foram utilizados como modelos adequados às demonstrações (alunos como agentes de ensino);

Apesar de não estar contemplado no protocolo esta primeira etapa permitiu-me observar/identificar/caracterizar comportamentos a nível Sócio- Afectivo da turma em situação de aula o que foi muito pertinente nomeadamente na formação de grupos de trabalho para as tarefas propostas desde as aulas iniciais. Para além disso, este conhecimento dos alunos revelou-se de grande utilidade no planeamento das aulas: definição dos objectivos, na selecção de conteúdos adequados ao nível de desempenho dos alunos e no estabelecimento de prioridades

Após o anteriormente exposto, iniciei a elaboração do Plano Anual do 8º C, no qual foram compilados uma série de informações organizadas por itens. Estas informações foram seleccionadas em função da sua pertinência, partindo de situações de

âmbito mais geral o contexto escolar, a caracterização da escola, a comunidade educativa, órgãos de administração e gestão do Agrupamento, até às opções de carácter mais específico da disciplina - O Programa Nacional de Educação Física; as opções e normativos do grupo disciplinar; a caracterização da turma; as decisões do âmbito da Educação Física relacionadas directamente com a turma, nomeadamente os conteúdos e respectivas competências esperadas por cada matéria de ensino as quais foram abordadas ao longo do ano lectivo, tendo em conta os diferentes domínios de aprendizagem, e as orientações em termos do processo avaliativo.

A Selecção das matérias a leccionar assim como o número de aulas atribuídas a cada uma delas teve por base a proposta de composição curricular elaborada pelo Grupo de Educação Física; o mapa de ocupação e rotação dos espaços; os recursos materiais existentes e a leitura dos resultados da avaliação diagnóstica. Assim o plano anual foi elaborado, tendo em atenção estas condicionantes a fim de dar resposta às necessidades específicas do grupo/turma numa tentativa de permitir o alcançar dos objectivos definidos no PNEF para os grupos nível criados e tornar o ensino-aprendizagem por mim dirigido o mais inclusivo possível. Esta distribuição de matérias, bem como respectivo número de aulas, encontra-se resumido no mapa de distribuição de matérias por período (Anexo 1).

## **Elaboração das Unidades Didácticas**

A unidade didáctica assume sempre um cariz aglutinador, onde a função didáctica funciona como elo de ligação entre as aulas que a compõem.

*“Unidade Didáctica. Muitas vezes entendida como um bloco ou uma unidade temática, julgamos, no entanto, que se deve definir como um conjunto de aulas cuja unidade se constrói em torno de uma função didáctica. Essas unidades podem ter extensões variáveis. Na realidade, uma lição pode cumprir uma só função didáctica (ex.: aula de revisões) ou diversas funções didácticas (situação muito frequente sendo, muitas vezes, também, uma delas, dominante). Diversas aulas com a mesma função didáctica (ex.: aulas de avaliação sumativa) correspondem a uma unidade didáctica. Repare-se que uma unidade didáctica não deixa de ser uma unidade de ensino; é uma*

*unidade de ensino que agrupa aulas de acordo com o critério de semelhança relativamente às funções didácticas”*. (Rosado, 2002).

A unidade didáctica é um período no qual a abordagem de conteúdos de uma matéria é mais concentrada, prevendo-se uma estruturação e sistematização dos mesmos, acompanhados ao longo da mesma por funções didácticas diferentes (introdução, exercitação e consolidação) e por modalidades e funções diferentes de avaliação: formativa (contínua e sistemática a qual assume um papel fundamental para o controlo do processo ensino aprendizagem e caso seja necessário a realização de ajustamentos); sumativa no final da mesma ou de um período mais intenso e sistemático de alguns dos seus conteúdos (parcelar). Relativamente à avaliação diagnóstica esta foi realizada no início do ano lectivo com excepção da modalidade de luta, porque a mesma não estava consagrada no protocolo de avaliação inicial mas acima de tudo devido ao facto de os alunos não terem tido qualquer experiência/vivência na modalidade encontrando-se assim todo o grupo turma no nível introdutório).

Coube-me adequar as tarefas propostas à especificidade do grupo ou grupos da turma (grupos de nível), tendo em conta os recursos materiais e espaciais disponíveis, a zona proximal de desenvolvimento, tornando o processo de ensino aprendizagem tão inclusivo quanto possível a fim de permitir a todos os alunos uma nítida evolução e aquisição nos seus desempenhos quer a nível psicomotor nas suas duas vertentes técnica e táctica, (modalidades colectivas) quer a nível sócio-afectivo e ainda cognitivo. Contribuindo para consecução do grande objectivo a que me tinha proposto, a efectiva aquisição/consolidação por parte dos alunos dos conteúdos propostos, tornando a abordagem da unidade didáctica tão inclusiva quanto possível, conseguindo elevar a patamares superiores os níveis de interpretação, compreensão e realização/participação por parte de todos os alunos.

Pelo acima exposto julgo que fica claro a pertinência da elaboração de unidades didácticas, das suas planificações, distribuição ao longo do ano lectivo mas acima de tudo o seu conteúdo. Assim tive o cuidado de que constasse em todas as unidades didácticas elaboradas um conjunto de indicadores que permitissem uma adequação do processo ensino aprendizagem em relação à especificidade da turma e da matéria de ensino contribuindo para que estas fossem documentos facilitadores de uma abordagem das mesmas com o objectivo do já anteriormente referido tornando a abordagem da

unidade didáctica tão inclusiva quanto possível. Assim, a estrutura das unidades didácticas contemplam: Organigrama, análise da modalidade, os recursos, objectivos, a extensão e sequência de conteúdos, a matriz metodológica, os conteúdos a abordar, as estratégias de intervenção pedagógica referentes às três partes da aula inicial, principal e final, assim como às quatro dimensões instrução, gestão, clima e disciplina, os critérios de avaliação, as metodologias e a avaliação. Esta avaliação prevê a verificação da evolução/aquisição das aprendizagens dos alunos nos três domínios de intervenção, adaptados à especificidade da modalidade em questão.

### **Elaboração do plano de aula**

Segundo Olímpio Bento (1998), “a aula é realmente o verdadeiro ponto de convergência do pensamento e da acção do professor.”

Na elaboração da estrutura do plano de aula no início do estágio tivemos em consideração vários factores, que o mesmo fosse simples e de fácil interpretação mas contivesse toda a informação necessária e fundamental para a aula. Após uma observação do mesmo por parte do Professor Paulo Nobre a sua estrutura foi alvo de alterações modificação com o intuito de o melhorar. Assim no cabeçalho constavam várias informações nomeadamente a identificação da turma, o nome do professor, o período ao qual o mesmo se reportava, o espaço de realização da mesma, o número de alunos da turma, a data, o número da aula, a unidade didáctica, o número da aula da unidade didáctica a duração, a hora de início e final, a função didáctica, a avaliação, os objectivos, conteúdos e recursos materiais. No corpo deste documento constam o tempo total e parcial, tarefa/situação de aprendizagem, organização metodológica e objectivos/critérios de êxito/componentes críticas. Para além destes itens o mesmo foi dividido em três partes inicial, fundamental e final.

No final do mesmo para além do sumário inclui uma grelha na qual eram possível registar individualmente por cada aluno a assiduidade/pontualidade, comportamento, empenho, cooperação com o professor, cooperação com os colegas e a higiene corporal (duche). Sempre que achei pertinente, utilizei um espaço final de observações no qual maioritariamente das vezes foi utilizado para a identificação dos grupos pré definidos a utilizar nessa aula. Para mim, a grande novidade desta estrutura

foi a justificação do plano que tive que realizar em todas as aulas, se por um lado levou a maior consumo de tempo, por outro tornou-se um momento importante, uma vez que o mesmo continha informações sobre as opções e intenções que tomei na aula e posteriormente referi na respectiva reflexão. Esta estrutura permitiu de forma simples, clara e objectiva organizar as tarefas/situações de aprendizagem de um modo coerente, associando as opções realizadas em função da especificidade das matérias de ensino, dos alunos e da evolução dos mesmos.

Relativamente às reflexões de aula segui uma estrutura na qual constavam vários indicadores a saber: Planeamento, Instrução (dividida pelas três partes da aula), Gestão, Clima, disciplina, Aspectos a Melhorar/Reforçar e Balanço Final. Tanto as reflexões escritas, individuais, como as reflexões orais, partilhadas pelo grupo de estágio e orientadores foram muito significativas uma vez que me permitiram uma análise objectiva, clara, continuada e sistemática do decurso da minha acção permitindo-me reflectir, ajustar e reavaliar os meus desempenhos, contribuindo sem dúvida para a melhoria da minha qualidade de intervenção pedagógica, de todo o processo ensino aprendizagem por mim liderado e na consecução do grande objectivo a que me propôs a realização de um processo ensino - aprendizagem tão inclusivo quanto possível. Organizado com vista a colmatar as dificuldades de realização dos conteúdos propostos, a sua superação, com o intuito de elevar a patamares superiores os níveis de interpretação, compreensão e realização/participação por parte de todos os alunos.

### **3.2. Realização**

Neste item irei focar sobre a instrução inicial, condução da aula, qualidade do feedback, instrução final/balanço da aula, gestão do tempo, organização e transição, clima/Disciplina e decisões de ajustamento.

#### **Instrução Inicial**

Na realização das instruções iniciais, apresentei os objectivos da aula com uma linguagem clara e adequada, garantindo a qualidade e pertinência da informação vinculada de forma concisa focada e significativa. Utilizei sistematicamente meios gráficos auxiliares nomeadamente cartazes com os grupos de trabalho, com a regra de

ouro a “utilizar” reforçando assim a regra de aula ou alguma situação técnico tática na qual achei pertinente focar a tenção dos alunos nessa aula e quando pertinente e justificável cartazes com os conteúdos a abordar nos quais constavam as componentes críticas dos conteúdos, assim como a sequência da sua realização em imagens (exp. ginástica e luta). Utilizei sistematicamente o questionamento como método de ensino colocando as questões e só depois as dirigindo, realizando as demonstrações, seleccionando bem o local e a disposição dos alunos em relação a estas, utilizando sempre que possível os alunos bons executantes como modelos adequados (alunos como agentes de ensino) a estas e durante a sua realização completei a informação visual com informação verbal da mesma. Quando não tinha nenhum aluno com um nível de desempenho adequado para a realização das demonstrações, realizei eu próprio as mesmas. Estas demonstrações e informações serviram sistematicamente de revisão e de elo de ligação com os conteúdos abordados na aula ou aulas anteriores e ou com o/os conteúdo a introduzir. Refiro que toda esta instrução, assim como todas as outras realizadas ao longo das várias partes da aula, tive sempre o cuidado de verificar se os alunos se encontravam bem dispostos face a mim ou aos colegas nas realizações das demonstrações. Nesta dimensão evolui significativamente em relação aos tempos de instrução, uma vez que consegui que os alunos tivessem uma atitude de concentração na realização das tarefas propostas, mas em particular durante a realização das instruções.

(aula 84 e 85 de 10-05) “Iniciei a instrução inicial dando a conhecer os grupos de trabalho (pares), os objectivos da aula e a sua forma organizativa. Nos objectivos da aula dei destaque aos objectivos da luta utilizando o questionamento como método de ensino colocando as questões e só depois as dirigindo. Devido à especificidade desta matéria de ensino, dei grande ênfase às situações de segurança e integridade física dos executantes, tendo por base a regra de ouro “Respeita sempre a integridade física do parceiro, mesmo à custa da tua própria vantagem”. Na apresentação e explicação desta regra, recorri aos alunos para a apresentação e explicação da mesma utilizando o questionamento como método de ensino colocando as questões e só depois as dirigindo. Utilizei o quadro como meio gráfico auxiliar, no qual afixei os cartazes com a regra de ouro e grupos de trabalho (pares).

Apresentei os objectivos da aula com linguagem clara e adequada utilizando o questionamento como método de ensino, colocando as questões e só depois as

dirigindo. A fim de reduzir o tempo de instrução e potenciar o tempo de empenhamento motor esta instrução e a instrução do exercício 1, que foi realizado no final da instrução, inicial foram sucintas, focadas mas significativas. A demonstração do exercício 1, foi realizada com recurso a alunos bons executantes com os colegas bem dispostos face a esta, fornecendo eu em paralelo informação oral sobre a sua realização. Esta minha estratégia permitiu a par da excelente demonstração realizada pelos alunos um rápido entendimento da sua forma organizativa e das acções a realizar por parte dos executantes, contribuindo para a redução dos tempos de instrução e potenciar o tempo de empenhamento motor (...) Para além deste facto os alunos têm revelado uma forma de estar de grande concentração nas tarefas assim como uma atitude muito positiva face às instruções que permitiram uma redução do tempo destas e consequentemente um aumento do tempo de empenhamento motor.”

### **Condução da aula**

Tive sempre o cuidado de me colocar/dispor de forma a manter um contacto visual com todo o grupo turma, através da circulação pela periferia e organizando as tarefas/situações de aprendizagem que me permitissem tal facto, por vezes reajuste a forma organizativa prevista em função desta necessidade. Apresento de seguida um excerto da reflexão da aula 46 de 13 de Janeiro “Realizei a verificação das presenças de uma forma económica. Realizei um ajustamento relativamente à disposição das estações. Alterei a estação 2 para próximo da parede do espelho ficando esta paralela a esta e a estação 1, trocando de posição com a estação 4. Este ajustamento visou permitir melhorar o meu controlo à distância, uma vez que a minha acção se centrou na estação 1 e 3, e proporcionar mais espaço para a corrida de balanço na estação 4.”

Com esta minha estratégia, consegui ter uma atitude pró activa em relação a possíveis situações de risco e aos comportamentos de desvio na tarefa, fora da tarefa e inapropriados que com alguma frequência estiveram presentes nas primeiras aulas. A sua frequência foi significativamente reduzida a situações muito pontuais de comportamentos de desvio na tarefa, penso que para tal contribuiu a minha sistemática solicitação para que os mesmos realizassem comportamentos adequados do primeiro ao

último momentos de aula, concentrados e empenhados nos momentos de instrução e nas tarefas propostas. As minhas intervenções ao nível das instruções/explicações da matéria foram realizadas de forma curta, claras e concisas, direccionadas para o foco de aprendizagem e sempre oportunas, mas verificando sempre se a informação fora assimilada pelos seus destinatários, diversificando o meu modo de actuação com vista a reduzir o tempo neste tipo de episódios, rentabilizar assim o tempo de empenhamento motor através da realização de feedback individuais, colectivos (pequeno ou grande grupo), realização instruções parcelares, utilização de meios gráficos auxiliares (cartazes, quadro e quadro técnico), utilizando os alunos como agentes de ensino, recorrendo a eles para a realização de demonstrações e explicações, a criação e manutenção por período de aulas significativos de grupos heterogéneo e pela regular utilização e promoção do estilo de ensino recíproco assim como do trabalho colaborativo permitindo manter um fluxo de aula significativo. Penso que a criação de destes factores referidos a rentabilização dos recurso espaciais e matérias também contribuiu para tal evitando o surgimento de tempos de espera e o “natural” surgimento de comportamentos de desvio na tarefa. Tirando algumas situações pontuais, tive o cuidado de circular pelo espaço de aula de fora imprevisível realizando feedbacks às prestações dos alunos e fechando sempre que possível os seus ciclos.

### **Qualidade do feedback**

Este foi um dos itens, tal como a instrução, onde o meu desempenho mais evoluiu, tendo sido, sem dúvida, um dos factores fundamentais para a melhoria e superação do desempenho dos alunos. Assim, tive o cuidado de pesquisar sobre o mesmo debruçando-me sobre as suas indicações metodológicas e dimensões a fim de melhorar o meu próprio desempenho, contribuindo significativamente para a melhoria da minha qualidade de intervenção pedagógica, através de uma aplicação correcta, pertinente e eficaz. Deste modo, tive sempre presente e apliquei algumas considerações relativamente aos *feedbacks*, nomeadamente o direccionar do feedbacks para o foco de aprendizagem; acompanhar a sua prática subsequente, a fim de verificar se este produziu o efeito desejado, para de novo, caso fosse necessário, realizar novo *feedback*. A minha utilização do feedback foi uma constante, procurando dirigi-los para “o comportamento passível de melhorar”, garantindo a sua coerência com a informação

anterior e os objectivos. Estes foram dirigido na sua grande maioria em termos individuais, mas sempre que considerei pertinente direccionei-os ao pequeno grupo e ou ao grupo turma (classe). Relativamente à linguagem utilizada, esta foi adequada ao nível dos alunos, sendo a sua informação curta, objectiva e clara. Privilegiando o essencial do comportamento a alterar e não nas intenções. Para isso, foi dominante a utilização de *feedbacks* positivo, interrogativo, prescritivo, descritivo e de reforço.

### **Conclusão da aula**

A parte final da aula serviu para a realização do balanço final da mesma, incidindo sobre a actividade e participação dos alunos. Fez-se um reforço/revisão sobre alguns dos aspectos principais da aula, focada principalmente sobre as componentes críticas dos conteúdos abordados e em que detectava maiores dificuldades/incorrecções de realização, utilizando o questionamento como método de ensino colocando as questões e só depois as dirigindo a fim de verificar cognitivamente as aprendizagens realizadas, as dificuldades sentidas, os erros comuns; mas acima de tudo, o que havia a melhorar e a forma de o fazer, concluindo entretanto com a extensão de conteúdos para a aula seguinte.

### **Gestão**

Relativamente à gestão do tempo, fui sempre pontual chegando ao local de realização da aula muito antes do tempo previsto, verificando as condições de segurança no espaço de aula o que me permitia atempadamente realizar uma selecção dos materiais necessários para a mesma e a sua montagem/colocação a fim de iniciar a aula na hora prevista sem ter que despender tempo efectivo da mesma nesta acção, quando tal aconteceu foi um tempo muito reduzido e porque o espaço e/ou os materiais necessários estavam a ser utilizados por outro professor antes da minha aula, prolongando para além do tempo previsto a sua utilização.

Outro aspecto muito significativo nesta dimensão foi a definição prévia dos grupos, e a colocação de cartazes com os mesmos em todas as aulas permitindo a sua organização de forma adequada e célere.

Relativamente às rotinas organizativas, nomeadamente montagem do material, distribuição do mesmos pelos locais de aula (por exemplo coletes da mesma cor junto da tabela respectiva ou por detrás das balizas) e arrumação no final, (gradualmente desde o início do ano lectivo os alunos colaboraram nestas acções, uma vez que consegui incutir nos mesmos a necessidade de terem um papel activo nas mesmas e valorizando tal atitude). Assim, comecei a ter alunos equipados e a colaborar de forma espontânea e intencional na selecção e escolha dos materiais para a aula muito antes do toque de entrada, facto este que se generalizou aos restantes alunos. Esta situação permitiu que com frequência as aulas começassem antes do tempo previsto e com todos os elementos da turma.

Esta minha atitude permitiu aumentar o tempo de empenhamento, motor de forma significativa e conseqüentemente o tempo potencial de aprendizagem. Em todas as aulas verifiquei e registei de forma célere a presença dos alunos. Defini rotinas específicas que contribuíram, sem dúvida, para um fluxo de aula efectivo e sem quebras do mesmo, permitindo transições rápidas e em segurança, mantendo um ritmo e entusiasmo muito significativos durante todas as fases da aula, assim como a intensidade e duração das situações de aprendizagem estiveram de acordo com os objectivos definidos, com os princípios metodológicos e a capacidade dos alunos.

Outro factor que julgo importante referir foi a realização/utilização de cartazes com a regra de ouro e ou com algum aspecto técnico tático a reforçar. Coadjuvando na minha acção de informar de forma objectiva e concisa, não só os aspectos técnicos como as situações específicas de segurança ou alguma situação mais específica relativamente às rotinas da própria aula. Privilegiei a circulação pela periferia permitindo-me manter um efectivo controlo visual sobre todo o grupo turma.

## **Clima/disciplina**

Desde o primeiro momento, a fim de que os alunos conhecessem as “regras do Jogo” e adequassem a sua forma de estar perante “este”, dei a conhecer um conjunto de

regras e atitudes de forma clara e explícita a respeitar e aplicar. No entanto alguns elementos levaram “algum” tempo a ter uma atitude constante de cumprimento e aplicação das mesmas. Este facto levou a que numa fase inicial a minha acção nesta dimensão tenha sido mais activa, obrigando-me a intervir com grande frequência mas de modo eficaz sobre os comportamentos dos alunos, corrigindo, estimulando, solicitando, e elogiando uma atitude de empenho na realização de comportamentos responsáveis do primeiro ao último momento de aula, uma atitude de atenção, concentração e superação dos seus desempenhos psico-motor, assim como em todas as tarefas de aula.

A sistematização desta minha acção teve como resultado a inversão destes comportamentos não só em termos de frequência como também da “qualidade dos mesmos”. Sendo sem dúvida uma das dimensões onde a evolução da turma foi mais significativa.

### **Decisões de ajustamento**

Relativamente às decisões de ajustamento, estas aconteceram ao longo do ano com maior ou menor frequência em quatro níveis. O primeiro, ao nível das datas previstas e o local para a realização das aulas, estes aconteceram devido ao facto de realização de actividades que não estavam prevista no início do ano lectivo, assim como solicitações pontuais de troca de espaços e principalmente devido a condições atmosféricas adversas.

O segundo, ao nível da matriz de extensão e sequência de conteúdos definidas, nomeadamente na alteração das aulas previstas para a introdução e exercitação de alguns dos conteúdos abordados em função da leitura do desempenho dos alunos, permitindo assim tornar as situações de aprendizagem o mais inclusivas possível, respeitando os níveis individuais de consolidação e aquisição dos conteúdos abordados.

(reflexão da unidade didáctica de voleibol) “introdução e exercitação da situação de jogo reduzida 3+3 a qual foi introduzida na aula número cinco mas só foi para os alunos de nível de desempenho superior (elementar). Para os alunos de nível de desempenho mais baixo (introdutório) só foi introduzida na aula número nove, não havendo a exercitação desta situação de jogo tal como tinha previsto inicialmente nas aulas

número seis, sete e oito. Esta situação deveu-se ao facto de ter constatado que esta variante de jogo ser ainda bastante complexa para os alunos de nível introdutório e pouco significativa para os alunos de nível elementar, optando por introduzir e exercitar para este nível situações de jogo reduzido em oposição (2x2 e 3x3), para o nível introdutório esta variante 3+3 só foi introduzida na aula número nove.”

O Terceiro ao nível da realização de mais aulas do que tinha inicialmente previsto na unidade didáctica de voleibol “...tendo em conta que a última aula desta U.D. aula número dez, realizou-se no dia 15 de Fevereiro, precisamente um mês antes, optei por na primeira parte da aula realizar a consolidação dos gestos técnicos: passe por cima a duas mãos (recepção e devolução), posição base, deslocamentos, manchete e serviço por baixo em situação de jogo 1+1, 2+2 e 3+3 (cooperação) e em situação de jogo 2x2 e 3x3 em oposição e na segunda hora os mesmos gestos técnicos sob a mesma forma organizativa (3+3 e 3x3) foram alvo da avaliação sumativa.”

Na unidade didáctica de atletismo, nomeadamente na não abordagem da corrida de estafetas “...deveu-se ao facto ao facto do Grupo Disciplinar ter decidido *a posteriori* da realização desta matriz que na semana de oito a doze de Novembro as aulas seriam dedicadas à divulgação do *Street Surfing*, divulgação essa a cargo do Professor do Valdemar Martins Estas aulas acabaram por se realizar na semana seguinte. Com este ajustamento, no final do período, acabei por não abordar a corrida de estafetas tal como tinha previsto para os dias sete e catorze de Dezembro, optando por dar continuidade e finalizando a U.D. de Basquetebol, alterando a data prevista para a realização do Mega Sprinter.”

Num quarto nível, relacionado com as situações anteriormente já referenciadas mas em particular com a capacidade de adaptação às situações imprevistas e de um certo nível de complexidade. Refiro-me nomeadamente às aulas em que tive que partilhar o pavilhão (o espaço que me era destinado era o exterior e tinha previsto a realização de futsal, nas devido a condições climáticas adversas tive que alterar o espaço de aula) com outra turma, tendo que alterar os conteúdos a leccionar, em espaço reduzido, e ainda a realizar opções que não colidissem com a actividade da outra turma. (aula 59 e 60) “Assim, a aula decorreu no pavilhão e não no espaço exterior como inicialmente estava previsto. Este facto condicionou a realização do plano elaborado anteriormente, tendo que alterar os conteúdos a ministrar, uma vez que no pavilhão já se

encontrava uma turma a realizar voleibol. Optei por esta alteração visto que o espaço que me foi cedido, 1/3 do pavilhão, condicionaria a realização do plano previamente estabelecido, assim como poderia pôr em causa a dinâmica e forma organizativa da outra aula.

Apesar de não ter planificado previamente esta aula pelas razões acima referidas, as tarefas propostas foram seleccionadas de forma coerente e apresentadas numa sequência lógica aos alunos...”

Pelo anteriormente exposto e por tudo aquilo que realizei as minhas acções neste âmbito tiveram como máxima, a escolha das melhores opções em função da realização de um processo ensino aprendizagem inclusivo dentro das condicionantes existentes.

### **3.3. Avaliação**

O acto de avaliar consiste num processo de recolha de dados e de informações pertinentes e úteis, seguida de interpretação pedagógica e processamento das informações recolhidas e finalizada com a decisão pedagógica a tomar.

O processo avaliativo é dividido em três momentos de avaliação: diagnóstica, formativa e sumativa.

#### **Avaliação Diagnóstica**

Segundo o Despacho Normativo 6/2010, Capítulo II- Processo de Avaliação, afirma que, a Avaliação Diagnóstica *“conduz à adopção de estratégias de diferenciação pedagógica. Também podemos realçar o que nos refere o Programa Nacional de Educação Física (PNEF) a “Avaliação Inicial é um processo decisivo pois, para além de permitir a cada professor orientar e organizar o seu trabalho na turma, possibilita aos professores assumirem compromissos colectivos, aferindo decisões anteriormente tomadas quanto às orientações curriculares, adequando o nível de objectivos e/ou procedendo a alterações ou reajustes na composição curricular à escala anual e/ou plurianual, caso considerem necessário.”*

A Avaliação Diagnóstica pode ainda ter porém uma segunda intenção que é a de “colocar” o aluno num determinado nível ou tipo de aprendizagem ou até de prever, o seu percurso escolar. (Cortesão, L. 2002, p.39).

A função essencial foi verificar se o aluno estava de posse de certas aprendizagens anteriores, sendo a base para a etapa de planeamento. Tais aprendizagens serviram de pré-requisito dos novos comportamentos a adquirir. Entenda-se por pré-requisito os conhecimentos, atitudes ou aptidões indispensáveis à aquisição de outros que deles dependem e que sem eles não é possível adquirir.

Para a atribuição de um nível inicial aos alunos, foi construída como instrumento de avaliação diagnóstica uma grelha com os parâmetros a considerar, tendo em conta o definido no Protocolo de Avaliação Inicial. Nessa grelha o registo foi efectuado utilizando a nomenclatura A, B e C, em que A dizia respeito a uma execução com elevado nível de proficiência; B traduzia uma execução com o cumprimento de alguns critérios de êxito e C referia-se a uma execução com bastantes dificuldades ou à não realização desse parâmetro a observar.

A partir desta recolha de informação, foi feita uma análise dos resultados, de onde resultará a distribuição dos alunos por grupos de nível de aprendizagem distintos.

A avaliação diagnóstica realizou-se no início do ano lectivo, através da aplicação do Protocolo de Avaliação Inicial e centrada exclusivamente na análise das aptidões motoras (psicomotoras) Estes dados foram analisados e articulados com estratégias de diferenciação pedagógica, de superação de eventuais dificuldades dos alunos, de facilitação da sua integração escolar. O seu principal objectivo consistiu na verificação dos pré-requisitos necessários para a realização de novas aprendizagens, ou seja, na identificação de níveis de desempenho motor e face a estes, tal como se verificou a criação de grupos de níveis de aprendizagem diferenciados. Esta avaliação foi realizada nas diferentes matérias do protocolo de avaliação inicial em exercícios critério e ou em situação de jogo.

### **Avaliação Formativa**

A Avaliação Formativa é considerada no Despacho Normativo 6/2010 como “*a principal modalidade de avaliação do ensino básico, assume carácter contínuo e sistemático e visa a regulação do ensino e da aprendizagem, recorrendo a uma*

*variedade de instrumentos de recolha de informação, de acordo com a natureza das aprendizagens e dos contextos em que ocorrem.”*

Na perspectiva de Ribeiro e Ribeiro (1990) a Avaliação Formativa acompanha todo o processo de ensino-aprendizagem, identificando aprendizagens bem sucedidas e as que levantam dificuldades, para que se possa dar remédio a estas últimas e conduzir a generalidade dos alunos à proficiência desejada e ao sucesso nas tarefas que realizam.

A avaliação formativa permitiu-me recolher informações objectivas relativamente ao desenvolvimento dos progressos de aprendizagem evidenciados pelos alunos, e quando necessário fazer os ajustes de modo pertinente para que pudessem superar as suas dificuldades e conseqüentemente atingissem os objectivos delineados. A avaliação formativa assumiu um carácter contínuo e sistemático, recorrendo a uma variedade de instrumentos de recolha de informação, adequados à diversidade das aprendizagens e aos contextos em que ocorrem, tendo como uma das funções principais a regulação do ensino e da aprendizagem. Este tipo de avaliação contribui para a diferenciação do ensino, permitindo-me a recolha de informação sobre os progressos e aquisições por parte dos alunos dos conteúdos abordados e quando necessário para a realização de ajustes, a fim de que fosse possível ultrapassar as dificuldades identificadas e conseqüentemente permitir o atingir dos objectivos definidos. Esta avaliação foi aplicada em momento oportuno das Unidades Didácticas, e ocorreu sensivelmente a meio das mesmas, onde foi utilizado como instrumentos de recolha de informação, grelhas de registo adequadas, onde constavam os conteúdos a verificar e as respectivas componente críticas nas quais foi assinalada sempre que o aluno revelou dificuldades na sua realização.

### **Avaliação Sumativa**

No que concerne à definição da Avaliação Sumativa segundo o Despacho Normativo 6/2010, Capítulo II- Processo de Avaliação, indica-nos que: “24 - A avaliação sumativa consiste na formulação de um juízo globalizante sobre o desenvolvimento das aprendizagens do aluno e das competências definidas para cada disciplina e área curricular.”

Desta forma, na perspectiva de Cortesão, (2002), a modalidade da Avaliação Sumativa representa um sumário, uma síntese dos resultados obtidos numa dada situação educativa. São momentos muito específicos, como o final de uma unidade, de um período, de um ano lectivo ou de um curso e a informação que traduz esta avaliação pode ser numérica ou qualitativa.

A avaliação sumativa realizou-se no final de cada Unidade Didáctica e tem como objectivo final a atribuição de um nível a cada aluno, nível esse que se repercutiu na classificação final de cada período e de final do ano lectivo. Traduziu-se na formulação de um juízo globalizante sobre as aprendizagens realizadas pelos alunos, permitindo verificar os progressos do processo de ensino-aprendizagem revelados pelos alunos ao longo todo percurso face ao seu nível de proficiência inicial demonstrado. Esta avaliação permitiu-me verificar a adequação das estratégias e metodologias aplicadas em função dos desempenhos dos alunos e decorreu em situações de realização similares às executadas ao longo das aulas.

Como instrumentos de recolha de informação, foram elaboradas grelhas de registo, onde constavam os conteúdos a avaliar bem como os respectivos descritores traduzidos em critérios de êxito/componentes críticas, aos quais foram atribuídos valores de percentagem distribuídos de forma coerente, sendo que a nota final atribuída ao aluno resultou da soma das médias obtidas em cada conteúdo.

A nota de final de período teve em conta os resultados obtidos nos diferentes Domínios, sendo dada através da aplicação da folha de cálculo de avaliação de período (anexo2) elaborada pelo grupo de Educação Física.

Penso que as estratégias e metodologias aplicadas nas diferentes unidades didácticas foram as adequadas, uma vez que os resultados obtidos pelos alunos foram bons, em termos psico-motor, sócio-afectivos e cognitivos

### **3.4. Componente ético-profissional**

Fui assíduo e pontual pautando a minha actuação e relacionamento com toda a comunidade educativa por valores éticos e profissionais em todos os momentos e disponibilizando-me para colaborar em todas as situações às quais fui solicitado.

Desenvolvi ao longo do ano um trabalho com os meus alunos onde valores como o respeito pelo “outro” e pelas diferenças, a assiduidade e pontualidade, a partilha o trabalho colaborativo foram uma constante uma vez que estes valores no início do ano eram algo pouco “Familiar” na conduta de alguns dos elementos da turma.

A minha formação inicial, a experiência profissional, a formação contínua que tenho realizado ao longo da minha carreira, a minha auto-formação, pesquisa como Professor de Educação Física e os conhecimentos adquiridos no primeiro ano deste mestrado contribuíram para que apresentasse no início deste estágio um nível de conhecimentos gerais e específicos que me facilitou a realização/liderança de um processo ensino aprendizagem adequado para o grupo turma que me foi “entregue”. Relativamente à escola e aos alunos, estive sempre disponível para as várias solicitações que ocorreram ao longo do ano, apesar de ter sido complicado gerir estas com o meu horário na escola onde lecciono.

No que concerne ao trabalho em equipa tanto com os meus colegas de núcleo de estágios como com os outros professores do grupo de Educação Física foi constante e muito produtivo, quer nas situações mais formais (reuniões, actividades realizadas) quer nos menos formais onde a troca e partilha de experiências foi muito significativa, havendo a registar um trabalho em equipa, colaborativo, construtivo e acima de tudo muito produtivo.

Em relação à capacidade de iniciativa e responsabilidade revelei ao longo deste estágio um sentido de responsabilidade para com os compromissos inerentes, quer relativamente à turma, à escola, colegas, e demais membros da comunidade educativa.

No que concerne à minha intervenção pedagógica tentei ser original e inovador nos domínios da planificação, realização e reflexão, quer sobre a leccionação propriamente dita, quer sobre os projectos desenvolvidos e na produção de documentos de ao longo do ano lectivo.

Penso que a minha constante atitude reflexiva sobre as actividades desenvolvidas, potenciada naturalmente, com o que fui aprendendo neste estágio, foram importantes na melhoria do meu desempenho e na procura de soluções para algumas das situações que ao longo deste estágio foram surgindo.

No que se refere às aprendizagens dos alunos, liderei um processo ensino aprendizagem, direccionado para as necessidades dos alunos tendo por base os seus pré

- requisitos permitiram a todos os alunos através da aplicação de um conjunto de metodologias e estratégias, uma nítida evolução e aquisição no seu desempenho ao nível psico-motor, sócio-afectivo e cognitivo. Possibilitando atingir o grande objectivo a que me tinha proposto: a efectiva aquisição/consolidação por parte dos alunos dos conteúdos técnicos e táticos propostos tornando a abordagem das unidade didáctica tão inclusiva quanto possível, conseguindo elevar a patamares superiores os níveis de interpretação, compreensão e realização/participação por parte de todos os alunos.

#### **4. Justificação das opções tomadas**

---

As opções tomadas tiveram como meta tal como anteriormente já referi a realização de um processo ensino-aprendizagem ao qual tentei dentro das condicionantes torná-lo o mais inclusivo possível, indo ao encontro das necessidades dos alunos tendo por base os seus pré-requisitos, permitiram a todos os alunos através da aplicação de um conjunto de metodologias e estratégias, uma nítida evolução e aquisição nos seus desempenhos a nível psicomotor, sócio-afectivo e cognitivo. Possibilitando atingir o grande objectivo a que me tinha proposto, a efectiva aquisição/consolidação por parte dos alunos dos conteúdos técnicos e táticos propostos tornando a abordagem das unidades didácticas tão inclusiva quanto possível, conseguindo elevar a patamares superiores os níveis de interpretação, compreensão e realização/participação por parte de todos os alunos.

#### **5. Aprendizagens realizadas como estagiário**

---

As aprendizagens realizadas como estagiário permitiram-me melhorar a qualidade da minha intervenção pedagógica e aumentar os meus conhecimentos em termos científicos, pedagógicos e didácticos. Destacando-se a melhoria na estruturação, concepção/elaboração dos planos de aula, onde facilmente se verifica a minha evolução. Outro aspecto em que houve significativas melhorias foi na qualidade dos feedbacks.

Este foi um dos itens, tal como a instrução, onde o meu desempenho mais evoluiu, tendo sido, sem dúvida, um dos factores fundamentais para a melhoria e superação do desempenho dos alunos.

Assim, tive o cuidado de pesquisar sobre o mesmo debruçando-me sobre as suas indicações metodológicas e dimensões a fim de melhorar o meu próprio desempenho, contribuindo significativamente para a melhoria da minha qualidade de intervenção pedagógica, através de uma aplicação correcta, pertinente e eficaz. Deste modo, tive sempre presente e apliquei algumas considerações relativamente aos *feedbacks*, nomeadamente o direccionar do *feedbacks* para o foco de aprendizagem; acompanhar a sua prática subsequente, verificando se este produziu o efeito desejado, para, caso fosse necessário, realizar um novo *feedback*. A minha utilização do *feedback* foi uma constante, procurando dirigi-los para “o comportamento passível de melhorar”, garantindo a sua coerência com a informação anterior e os objectivos. Estes foram dirigidos na sua grande maioria em termos individuais, mas sempre que considerei pertinente direccionei-os ao pequeno grupo e/ou ao grupo turma (classe). Relativamente à linguagem utilizada, esta foi adequada ao nível dos alunos, sendo a sua informação curta, objectiva e clara, privilegiei sempre o essencial do comportamento a alterar e não nas intenções. Para isso, foi dominante a utilização de *feedbacks* positivo, interrogativo, prescritivo, descritivo e de reforço. Outro aspecto onde melhorei significativamente está relacionado com os tempos de instrução, nomeadamente a redução efectiva dos mesmos sem perda da pertinência e da qualidade da informação vinculada, contribuindo assim para o aumento efectivo do tempo de empenhamento motor. Uma outra situação que contribuiu para esta melhoria do desempenho foi a adequação de estilos de ensino ao contexto específico da turma, predominando numa fase inicial um estilo de ensino por comando onde este foi complementado gradualmente pelo estilo de ensino recíproco.

Queria aqui destacar alguns dos factos que contribuíram para esta melhoria do meu desempenho foi sem dúvida o carácter reflexivo e crítico de forma continuada e sistemática que está inerente à realização deste estágio - reflexões escritas de cada aula, reflexões orais após cada aula, nas reuniões semanais, para além das observações semanais das aulas dos colegas - a minha atitude de reflexão e auto-crítica, a atitude de todos os meus colegas de núcleo e do professor Cláudio, nestes momentos, preocupando-se que se tornassem momentos de partilha e acima de tudo de crítica

construtiva, de modo que cada um contribuísse para que os outros melhorassem os seus desempenhos.

Outro facto que também contribuiu para a melhoria do meu desempenho foi a pesquisa bibliográfica que realizei ao longo deste mestrado, permitindo encontrar respostas às dúvidas que por vezes me surgiram.

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

---

As aprendizagens dos alunos são sem dúvida o cerne da acção de qualquer agente de ensino. Assim tal como tinha referenciado no PIF, pretendi, em termos do processo de ensino aprendizagem, dirigir todas as minhas acções para um ensino inclusivo, baseado na avaliação formativa através da identificação e respeito pelos diferentes níveis de prestação iniciais, ritmos de aprendizagem, diferenças culturais e pessoais, pretendendo assim evitar comportamentos e atitudes de exclusão e estimular a autonomia, ou seja ser um “catalisador” de aprendizagens significativas, promovendo o sucesso educativo e o desenvolvimento integral. Para a consecução deste objectivo, que foi plenamente atingido, no início do ano lectivo realizei uma análise do Programa Nacional de Educação Física do 3º ciclo e das competências para o 3ºciclo. Analisei vários documentos do Agrupamento a fim de reunir um conjunto de informações que me permitissem ter um conhecimento mais profundo sobre as opções e directrizes de âmbito pedagógico e das linhas orientadoras da actividade do Agrupamento. Esta análise foi centrada nomeadamente no Projecto Educativo da Escola, no Regulamento Interno e, em particular, noutros documentos mais específicos no âmbito da Educação Física elaborados pelo seu Grupo Disciplinar (Regimento de Educação Física, Regulamento de Educação Física, Composição Curricular, Mapa de Rotação de Espaços, Mapa de Distribuição das Matérias, Inventário do Material E o Horário Geral de Educação Física).Consultei o Projecto Curricular de Turma do ano lectivo anterior, refiro que todos os alunos transitaram de ano e frequentaram a mesma turma no ano lectivo anterior. Estive várias vezes com a Directora de Turma e com os demais professores do Conselho de Turma quer em reunião quer em momentos menos formais, permitindo-me recolher informações pertinentes sobre os alunos. Tive também

contactos com o professor de Educação Física do ano lectivo anterior que também me deu a conhecer algumas das características mais específicas da turma e dos seus alunos em termos psico-motor e sócio-afectivos. Na primeira aula, apliquei um questionário on-line ([www.nucleoestagiefnery.webs.com](http://www.nucleoestagiefnery.webs.com)) elaborado pelo núcleo de estágio com base no questionário existente na escola, ao qual foram acrescentados algumas questões relativamente aos hábitos desportivos. Este questionário foi preenchido pelos alunos logo na primeira aula.

Através deste instrumento, permitiu-me ter um conhecimento mais profundo das características da turma e de actualizar os seus dados, dados estes que, depois de tratados, foram prontamente dados a conhecer à directora de Turma coadjuvando assim o seu trabalho e permitindo uma actualização do perfil da turma célere e objectivo.

Na continuidade desta acção apliquei o protocolo de avaliação inicial existente na escola, que o núcleo de estágio, após leitura e análise detalhada do mesmo, e em conferência curricular com o orientador de estágio, Professor Cláudio Sousa, optou por aprimorar. Este novo documento foi concebido para dar resposta à definição minuciosa dos critérios de êxito, parâmetros de avaliação e condições de realização mais específicas. Esta opção visou a tentativa de uniformização de aplicação do referido protocolo. Esta avaliação inicial decorreu nas catorze aulas seguintes à aula de apresentação, na qual foi preenchido o questionário, e incidiu sobre as modalidades de Basquetebol, Futebol, Andebol, Voleibol, Atletismo, Ginástica e Fitnessgram. Neste âmbito, foram tidos em conta a recolha dos níveis de proficiência dos alunos de modo a verificar os seus requisitos contextualizados com o Programa Nacional de Educação Física.

Assim foi permitido uma identificação de dificuldades e aptidões, a partir daqui pode-se fazer a criação de grupos nível de desempenho motor dos alunos nas várias matérias observadas e a abordar. Outra situação relevante foi a identificação de alunos bons executantes que, mais tarde, foram utilizados como modelos adequados às demonstrações (alunos como agentes de ensino). Apesar de não estar contemplado no protocolo esta primeira etapa permitiu-me observar/identificar/caracterizar comportamentos a nível sócio-afectivo da turma em situação de aula o que foi muito pertinente, nomeadamente na formação de grupos de trabalho nas tarefas propostas, logo nestas primeiras aulas assim como no decurso do ano lectivo.

Os dados obtidos permitiram, a par das indicações do programa Nacional de Educação Física, realizar um planeamento, definindo os objectivos e seleccionando os conteúdos adequados ao nível de desempenho dos alunos, estabelecendo prioridades e definir as necessidades de intervenção ao longo das várias unidades didácticas. Desta forma pretendi que, no final, os alunos cumprissem os objectivos definidos para cada uma das unidades, numa tentativa de tornar o processo ensino aprendizagem tão inclusivo quanto possível, conseguindo elevar a patamares superiores os níveis de interpretação, compreensão e realização/participação por parte de todos os alunos.

Ao longo do decurso das várias unidades didácticas adequiei a minha acção em função dos desempenhos dos alunos a fim de que os mesmos os superassem não só em termos psico-motor como sócio-afectivo e cognitivos, assim como a adequação das situações de aprendizagem aos diferentes níveis de desempenho e ritmos de aprendizagem. Esta adequação/diferenciação foi realizada basicamente em três níveis: ao nível das situações de aprendizagem/tarefas, nomeadamente na proposta de tarefas idênticas com graus e objectivos diferente (exp. Basquetebol na mesma tarefa os alunos, em conformidade com o seu nível de desempenho, realizavam lançamento em apoio, lançamento na passada pelo lado mais hábil e lançamento na passada pelo lado menos hábil); ao nível das progressões pedagógicas (exp. Futsal/Andebol/basquetebol, em termos dos conteúdos tácticos, na introdução e exercitação das situações de jogo reduzido em superioridade numérica ou igualdade numérica, em função das necessidades e evolução demonstradas pelos alunos); ao nível dos conteúdos (exp. Salto em Altura técnicas diferenciadas para níveis de desempenho psico-motor diferentes, Tesoura para o nível mais baixo e Fosbury Flop para os de nível mais elevado).

O grupo/turma evoluiu significativamente não só em termos psico-motor e cognitivos, mas também em termos sócio-afectivo, é assinalável a mudança de desempenhos por parte da turma neste domínio. Comparando as primeiras aulas com as aulas da unidade didáctica seguinte, Ginástica, houve uma nítida mudança pela positiva neste domínio. Este facto foi-se consolidando ao longo do primeiro período, sendo assinalável a realização de um trabalho colaborativo entre os alunos e uma atitude de estimulação dos próprios colegas na superação dos seus desempenhos psico-motores. Penso que as estratégias adoptadas e as metodologias postas em prática revelaram-se

muito assertivas, em que a utilização dos estilos de ensino por comando, numa fase inicial, o recíproco (Ginástica e no Basquetebol) contribuíram para essa tal mudança.

Penso que a reflexão constante e uma atitude crítica que tive para com os meus desempenhos permitiram uma adequação constante da minha acção em prol do sucesso educativo dos alunos.

Relativamente à avaliação, fiz questão que em todos os momentos formais em que a realizei (diagnóstica, formativa e sumativa) de dar a conhecer os seus resultados aos alunos como elemento referencial de desempenho, permitindo assim que os mesmos tenham consciência da evolução do seu desempenho ao longo das unidades didácticas, conhecedores das aprendizagens realizadas, das dificuldades sentidas, dos erros mais comuns e principalmente daquilo que têm a melhorar e a forma de o fazer. Apresento de seguida um excerto da aula 44 e 45 de 11 de Janeiro “Nesta instrução inicial, fiz uma revisão de todas as componentes críticas dos elementos gímnicos a abordar. Como reforço a esta revisão, entreguei previamente uma folha a cada aluno com as componentes críticas a abordar e posteriormente distribui fotocópias aos alunos com a grelha de registo da avaliação formativa formal, permitindo assim que os mesmos tivessem acesso aos registos da sua própria avaliação formativa com a intenção de identificarem as suas dificuldades, onde podem e devem melhorar e como o fazer uma vez que tinham acabado de fazer uma revisão dos conteúdos abordados e como os realizar, que seguidamente iriam exercitar. Esta minha estratégia julgo que foi muito pertinente e uma vez que pude constatar que os alunos, ao longo da aula, em particular nas estações 2, 3 e 4, e por vezes na estação 1, demonstraram preocupação em tentar melhorar o seu desempenho de forma intencional e sistemática.”

## **7. Importância do trabalho individual e de grupo**

---

Relativamente ao trabalho individual, tentei que o mesmo resultasse em melhorias na minha prática lectiva, proporcionasse a todos aqueles a quem ele foi dirigido uma melhorias dos seus desempenhos, refiro-me é claro aos alunos do 8ºC. Este meu objectivo foi plenamente atingido, no entanto, para tal foi necessário uma

constante atitude de reflexão, de auto crítica, de leitura das “acções e reacções” e da tomada de decisões/opções em função da consecução deste objectivo, tornando o processo ensino aprendizagem por mim liderado num processo dinâmico tanto na fase de realização como na de avaliação e de planeamento. Este facto foi uma constante não só nas reflexões realizadas com os meus colegas com os professores orientadores, como nas reflexões escritas de cada aula.

Relativamente ao trabalho de grupo posso afirmar que o mesmo foi excelente. Um dos factores que permitiu tal desempenho foi o facto dos quatro membros deste núcleo terem já um longo e intenso ano de trabalho colectivo, durante o primeiro ano do mestrado. Outro facto é sem dúvida o conhecimento que cada um de nós tem dos outros, o que permite potencializar capacidades individuais em prol do grupo, havendo a registar ao longo deste estágio um verdadeiro e intenso trabalho colaborativo. Ainda acrescento outro factor não menos importante, a atitude desde o primeiro momento por parte do Órgão de Gestão do Agrupamento, do Grupo Disciplinar e do professor orientador Cláudio Sousa de coadjuvarem/facilitarem todas as nossas propostas em termos de escola, permitindo que estas tivessem um impacto significativo quer em termos do Agrupamento quer em termos da comunidade local, refiro-me à organização dos dois eventos no âmbito da Unidade Curricular projectos e Parcerias Educativas, nomeadamente o Corta-Mato e o Passeio Pedestre.

## **8. Capacidade de iniciativa e responsabilidade**

---

Sempre pautei a minha acção como agente de ensino numa atitude de compromisso, de ética e de valores morais não só com o processo ensino aprendizagem à minha responsabilidade assim como com as demais funções inerentes a esta profissão. Numa atitude reflexiva, crítica e construtiva, tendo como meta a melhoria dos meus desempenhos, identificando situações a melhorar e apontando formas para tal. Para além desta forma de estar relativamente à minha pessoa também posso afirmar que a mesma foi extensível a todos aqueles que ao longo quase dezasseis anos de leccionação tive como pares, tentando contribuir de forma construtiva para a melhoria dos seus desempenhos. Esta foi também a minha forma de estar neste estágio e posso afirmar que

a mesma foi unânime entre todos os elementos deste núcleo. Em seguida apresento um excerto da aula 61 de 17 de Fevereiro “A interacção de alunos de turmas diferentes permite não só a demonstração de competências em outros contextos (porventura mais favoráveis a alguns alunos, como por exemplo nos Jogos Desportivos Colectivos ou na Dança), como a atribuição de outros papéis a alunos com aptidões mais elevadas em determinadas matérias (ensino recíproco). A realização de actividades comuns a essas turmas possibilita ainda a diferenciação do papel dos professores, de modo a aproveitar capacidades especiais dos próprios professores.” (P.N.E.F., 2001)

A aula de hoje deu corpo a uma das orientações definidas no Programa Nacional de Educação Física, a interacção de alunos de turmas diferenciadas.

A realização de uma aula com esta estrutura deve-se ao facto da opção do núcleo de estágio após a reunião de Grupo de Educação Física datada de nove de Fevereiro, em assegurar todas as aulas lectivas de Educação Física, pois todos os docentes do grupo foram acompanhar os alunos seleccionados ao Corta-Mato Fase EAE, a realizar em Pombal.

Desta forma, a leccionar esta sessão estiveram comumente os Professores Estagiários Ana Silva, João Teixeira e eu próprio. Assim, planificámos, organizámos e estruturámos a aula em conjunto, justificação pela qual os planos de aula e respectivas justificações são iguais.

Propusemos ao grupo de EF, realizar um conjunto de actividades que envolvesse tanto as nossas turmas, como as turmas dos restantes docentes, possibilitando assim, que todos os alunos tivessem Educação Física, e efectuassem um conjunto de jogos desportivos com os elementos das outras turmas, num modelo de “torneio inter-turmas”. Em paralelo, e com a necessidade de se efectuar a Fase Turma do Mega Lançamento, ficando eu responsável por esta actividade,...

## **9. Dificuldades sentidas e formas de resolução**

---

A principal dificuldade com que me deparei neste estágio e que condicionou o meu desempenho, foi tal como tinha previsto, o conciliar a minha vida profissional com a realização do estágio. Sou professor profissionalizado há quinze anos, no grupo 260,

Educação Física do 2º ciclo. No presente ano lectivo, exerço funções docentes numa escola no concelho de Azambuja a qual dista da escola de estágio cerca 80 km o que condicionou sem dúvida a minha prestação em termos de observação de todas as aulas dos colegas (o que teria sem dúvida sido mais um factor enriquecedor deste estágio) e tempo para a realização de todas as tarefas inerentes a este estágio. Como me era impossível poder estar um ano lectivo sem leccionar, uma vez que é a minha única forma de financiamento familiar, fui forçado a conciliar estes dois trabalhos. Foi um ano exigente fisicamente e senti por vezes dificuldades em conseguir cumprir o que me era exigido em cada um dos trabalhos, nomeadamente no cumprimento de prazos. No entanto, num clima de franqueza, expus sempre de forma objectiva as minhas dificuldades e cumpri sempre com o trabalhos inerente às duas funções que tenho este ano lectivo: docente e formando.

Outra dificuldade sentida esteve relacionada com o facto dos alunos, numa fase inicial do ano lectivo, demonstrarem uma certa dificuldade em cumprir as normas e regras que lhes dei a conhecer logo na primeira aula, nomeadamente a nível do saber estar, no cumprimento dos tempos previstos para a entrada no balneário e o tempo despendido dentro deste para se equiparem. Esta foi gradualmente resolvida com um trabalho constante de sensibilização para a realização de comportamentos responsáveis e pela mudança de atitude face à disciplina e às minhas indicações. Paralelamente, em todas as aulas, valorizei comportamentos apropriados e fiz questão de o fazer perante o grupo turma. Outro facto, foi a adopção do estilo de comando o qual predominou nesta fase inicial e que contribuiu para um eficaz controlo da turma e para a redução de comportamentos de desvio na tarefa e dos episódios de falta de empenho.

## **10. Dificuldades a resolver no futuro ou formação contínua**

---

Julgo que o meu desempenho como “gestor” do processo de ensino aprendizagem neste momento encontra-se num nível bastante superior relativamente ao início do estágio e é minha convicção que o mesmo não apresenta aspectos menos bons ou lacunas assinaláveis. No entanto “parar é morrer”, assim tenho intenção de no próximo ano lectivo fazer formação dentro da didáctica das matérias nucleares do

Programa Nacional de Educação Física ou de outras matérias de ensino. Gostaria de fazer formação em supervisão pedagógica em Educação Física, uma vez que já o fiz há alguns anos atrás e a mesma foi sem dúvida muito importante e proveitosa porque se mostrou uma ferramenta muito útil, não só na minha acção posterior como formador, mas acima de tudo pelo espírito reflexivo e crítico sobre todas as fases dum processo ensino aprendizagem de qualidade.

## **11. Inovação nas práticas pedagógicas**

---

A minha inovação neste item está relacionada com a utilização das “Tecnologias de Informação e Comunicação” refiro-me ao uso da internet para a comunicação mais célere com os meus alunos, na realização do questionário on-line que, para além de permitir uma recolha dos dados em tempo real, facilitou o seu tratamento, assim como no envio de documentação que considere pertinente, refiro-me nomeadamente a alguns documentos relativos aos Atletas Olímpicos, Raimundo Santos e Fernando Mamede Educativas, que foram homenageados no dia da realização do corta-mato por nós organizado no âmbito da Unidade Curricular Projecto e Parcerias e sobre os quais foram realizados trabalhos de grupo pelos alunos. Outro ponto em que utilizei a internet como meio de comunicação privilegiado de comunicação foi na indicação de sites e envio de documentos de apoio às modalidades abordadas ao longo do ano lectivo. Para além desta utilização, todos os dados da avaliação formativa e sumativa das diversas unidades didácticas abordadas também foram alvo de tratamentos informático nomeadamente pela utilização de folhas de calculo excell, que facilitou a leitura e interpretação dos seus dados.

Outro ponto em que inovei ao nível da minha prática pedagógica está relacionada com a utilização sistemática de meios gráficos auxiliares (quadro, cartazes quadro técnico) que contribuíram para a realização de um trabalho autónomo, (cartazes com as componentes críticas, com a sequência de imagens dos conteúdos abordados/exercitar, com as ajudas), uma criação de rotinas de aula (grupos de trabalho, regra de ouro, e reforço de alguma situação de organização ou algum aspecto técnico tático que seria dado especial enfoque na aula) coadjuvando no fluxo e gestão da

mesma e foram excelentes meios de facilitação da exposição/reforço das situações tácticas abordadas nas modalidades colectivas (quadro e quadro técnico).

## **12. Impacto do Estágio na realidade do contexto escolar**

---

Neste ponto existem três dimensões que aqui irei referenciar. A primeira está relacionada com os alunos da turma do 8ºC sobre os quais a minha acção foi sistemática ao longo do ano lectivo, sendo sem dúvida o foco do meu trabalho e que usufruíram de uma forma mais directa de toda a minha actuação.

A segunda no âmbito da Unidade Curricular de Organização e Gestão Escolar, no exercício da assessoria ao cargo de Director de Turma, neste caso específico da turma 8ºC, do Agrupamento de Escolas de Nery Capucho, na pessoa da sua Directora de Turma a professora Conceição Lima. Felizmente o meu horário de trabalho permitiu acompanhar/colaborar/coadjuvar a acção da Directora de Turma uma vez que as horas de direcção de turma (Quinta-Feira 9:00h às 10:30h) eram compatíveis com o meu horário, permitindo assim uma presença regular e assídua no trabalho desenvolvido pela Professora Conceição Lima no exercício do seu cargo.

A terceira está relacionada com Unidade Curricular de Projecto e Parcerias Educativas, nomeadamente com os dois eventos que organizamos no seu âmbito - Corta-Mato Escolar - no qual participaram aproximadamente 620 alunos, do terceiro ao nono ano do Agrupamento e que pela primeira vez, por iniciativa do núcleo de estágio, contou com a participação dos alunos do 1º ciclo do Agrupamento. Ainda no decurso deste evento há a destacar no final a homenagem realizada aos Atletas Olímpicos Raimundo Santos e Fernando Mamede e na atribuição do nome de Raimundo Santos à pista de atletismo municipal da Marinha Grande por parte da autarquia local. O outro evento também realizado no âmbito desta Unidade Curricular de Projecto e Parcerias Educativas foi a realização de um Passeio Pedestre organizado por nós Núcleo de Estágio em parceria com a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários da Marinha Grande e pelo Grupo de Amizade, tendo como principal objectivo a angariação de verbas para aquisição de uma nova ambulância. Paralelamente, e numa perspectiva de escola aberta à comunidade alargada, o evento pretendeu congregar sinergias,

visando a promoção de hábitos de vida saudáveis. Neste evento participaram cerca de 150 pessoas dos mais variados escalões etários.

Pelo acima exposto posso afirmar que o impacto do Estágio na realidade do contexto escolar foi muito significativo e positivo.

### **13. Questões dilemáticas**

---

Relativamente às questões dilemáticas estas surgiram basicamente com as alterações provocadas pelas condições atmosféricas quando me encontrava no espaço exterior e por actividades que surgiram que, na fase de elaboração do planeamento anual, não estavam previstas (Street Surfing). Assim relativamente ao Street Surfing, que foi abordado por todas as turmas da escola sede na semana de 8 a 12 de Novembro sob orientação do professor Valdemar Martins, tendo eu um papel de coadjuvação da sua acção, provocou a primeira questão dilemática, uma vez que a sua abordagem exigiu a utilização de três tempos lectivos. No final do período, esta alteração dos tempos previstos exigiu-me que optasse entre a continuidade e conclusão da unidade didáctica de Basquetebol e o adiamento da sua conclusão para o segundo período, realizando a abordagem prevista da Corrida de Estafetas. Acabei por optar pela continuidade e concluir a unidade de Basquetebol ainda no primeiro período.

Outra das situações dilemáticas aconteceu na unidade didáctica de Futsal, apresento em seguida um excerto da justificação da aula 75 e 76 de 5 de Abril “ Esta será a última aula desta Unidade Didáctica (U.D) neste período. Assim irei prolongar a mesma para o próximo período o que inicialmente não estava previsto. Esta situação deve-se ao facto da participação em duas visitas de estudo por parte dos alunos e também devido ao facto de ter realizado mais uma aula de voleibol do que tinha previsto”. Estas alterações exigiram o tal ajustamento ao planificado inicialmente, promovendo assim o ensino multi-matérias intencional e sistemático nas aulas de 90 minutos da unidade didáctica de Andebol.

#### **14. Experiência pessoal e profissional do ano de estágio**

---

Esta experiência pessoal e profissional foi, sem dúvida alguma, a mais violenta refiro-me desta forma pela sua exigência que desta como a maior em termos profissionais em toda a minha vida. Não considero que seja um exagero o que digo, mas sim um facto que devo analisar e referir neste momento de análise e reflexão final. Pelo que anteriormente já referi, conciliar a minha actividade profissional com a realização deste mesmo estágio foi muito difícil, desgastante, havendo repercussões directas na minha saúde e na minha família. Nos dois últimos anos, excepção feita ao mês de Agosto, tenho sido uma presença ausente no seio familiar, por mais contraditório que esta expressão possa parecer, é de facto a realidade deste último ano. Os milhares de quilómetros feitos, as noites e fins-de-semana passados à frente do computador de uma forma contínua e sistemática fizeram-me por vezes ponderar desistir deste estágio. No entanto, a vontade de superar esta experiência, o apoio incondicional da minha família, e incentivo dos meus colegas de estágio foi fundamental para que continuasse e me encontre agora tão próximo do final.

Mas as contrariedades/dificuldades também ajudam a crescer e ajudam-nos a encarar a realidade com outro ânimo. Por isso, agora reconheço que este esforço, o trabalho de equipa, a exigência do trabalho individual contribuíram para a melhoria do meu desempenho como agente de ensino, estes dois últimos anos de uma forma geral, e em particular este ano de estágio deixar-me-á momentos muito gratificantes que irão ficar marcados na minha memória. Refiro-me ao contributo que proporcionei não só em termos de aprendizagens psico-motoras, cognitivas como também ao nível do “saber estar” aos meus alunos, à evolução dos mesmos durante o decurso do ano lectivo. São já essas memórias que encontro a cada leitura que faço das minhas reflexões, dos meus planos de aula do início do ano, das angústias sentidas, que me fazem sentir recompensado no esforço feito. À medida que faço a análise do meu trabalho ao longo do ano, tenho consciência da evolução dos alunos: no interesse pela disciplina, no envolvimento nas actividades, na responsabilização que os vi adquirir gradualmente, aula a aula, num percurso amparado e produtivo. É aqui que o docente encontra a sua

verdadeira energia, quando o fruto do seu trabalho se materializa nas atitudes, nos comportamentos, no conhecimento e sobretudo no contributo dado na formação de cidadãos felizes e responsáveis. Parece-me que terá sido este equilíbrio entre a firmeza e o interesse que demonstrei pelos alunos, as preocupações sentidas e a atenção que lhes dei, aliado ao rigor da exigência que foram os alicerces do meu trabalho. Olhando para trás, comparando a forma de estar da generalidade do grupo/turma no início do ano lectivo com o final do mesmo posso afirmar que esta não é a mesma turma, porque se destaca um desenvolvimento muito significativo em todos os domínios. Assim termino afirmando que este estágio foi uma experiência profissional e pessoal muito significativa e gratificante.

## 15. Referências bibliográficas

---

BENTO, J. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa. Livros Horizonte.

Cortesão, L. (2002). *Formas de ensinar, formas de avaliar. Breve análise das práticas correntes de avaliação*. Em P. Abrantes & F. Araújo (coord). *Avaliação das Aprendizagens. Das concepções às práticas* (p. 35-42). Lisboa: Ministério da Educação. Departamento de Educação Básica.

NEVES, Eduíno & GRAÇA, Marina (1987). *Princípios Básicos da prática Pedagógico-didáctica*. Coleções Estruturas de Trabalho, Porto, Porto Editora.

PAIS, Ana & MONTEIRO, Manuela (1996). *Avaliação uma prática diária*. 1ª Edição, Coleção Ensinar e Aprender, Lisboa, Editorial Presença.

Ministério da Educação. *Despacho Normativo 6/2010*, de 19 de Fevereiro de 2010.

Ribeiro, A. e Ribeiro, L. (1990). *Planificação e Avaliação do Processo de ensino-aprendizagem*. Universidade Aberta.

Rosado, A. & Colaço, C. (Orgs.) (2002). *Avaliação das aprendizagens: Fundamentos e aplicações no domínio das Actividades Físicas*. Lisboa: Omniserviços, Representações e Serviços, Lda.

## ANEXO 1

**Distribuição das Matérias (8°C)**

1º Período					
Mês	Data	Aula N°	Espaço	Unidade Didáctica	Aula da U:D: N°
Setembro	14	1		Apresentação/Questionário	
	14	2		Apresentação/Questionário	
	16	3	Exterior	Basquetebol (Avaliação Diagnóstica)	1
	21	4	Exterior	Basquetebol (Avaliação Diagnóstica)	2
	21	5	Exterior	Futebol (Avaliação Diagnóstica)	3
	23	6	Exterior	Futebol (Avaliação Diagnóstica)	4
	28	7	Pavilhão	Voleibol (Avaliação Diagnóstica)	5
	28	8	Pavilhão	Voleibol (Avaliação Diagnóstica)	6
	30	9	Pavilhão	Andebol (Avaliação Diagnóstica)	7
Outubro	7	10	Pavilhão	Andebol (Avaliação Diagnóstica)	8
	12	11	Livre	Fitnessgram (Avaliação Diagnóstica)	1
	12	12	Livre	Fitnessgram (Avaliação Diagnóstica)	2
	14	13	Livre	Fitnessgram (Avaliação Diagnóstica)	3
	19	14	Livre	Atletismo (Avaliação Diagnóstica)	12
	19	15	Livre	Basquetebol	1
	21	16	Livre	Ginástica Solo (Avaliação Diagnóstica)	13
	26	17	Ginásio	Atletismo e G. Aparelhos (Avaliação Diagnóstica)	14
	26	18	Ginásio	Ginástica	1
28	19	Ginásio	Ginástica	2	
Novembro	2	20	Ginásio	Ginástica	3
	2	21	Ginásio	Ginástica	4
	4	22	Ginásio	Ginástica	5
	9	23	Exterior	Basquetebol	2
	9	24	Exterior	Basquetebol	3
	11	25	Exterior	Basquetebol	4
	16	26	Exterior	Basquetebol	5
	16	27	Exterior	Basquetebol	6
	18	28	Exterior	Basquetebol	7
	23	29	Pavilhão	Basquetebol (Avaliação Formativa)	8
	23	30	Pavilhão	Basquetebol	9
	25	31	Pavilhão	Basquetebol	10
	30	32	Pavilhão	Basquetebol	11
	30	33	Pavilhão	Basquetebol	12
Dezembro	2	34	Pavilhão	Basquetebol (avaliação sumativa)	13
	7	35	Livre e	Atletismo (C. Estafetas)	1
	7	36	Livre e	Mega Sprinter (fase turma)	2
	9	37	Livre p	Fitnessgram (vaivém)	4

	14	38	Livre e	Atletismo (C. Estafetas)	3
	14	39	Livre e	Atletismo (C. Estafetas) Av.Sumativa	4
	16	40	Livre p	Auto-Avaliação	

### Distribuição das Matérias (8°C)

2º Período					
Mês	Data	Aula N°	Espaço	Unidade Didáctica	Aula da U:D: N°
Janeiro	4	41	Ginásio	Ginástica	6
	4	42	Ginásio	Ginástica Av. Formativa	7
	6	43	Ginásio	Ginástica	8
	11	44	Ginásio	Ginástica	9
	11	45	Ginásio	Ginástica	10
	13	46	Ginásio	Ginástica	11
	18	47	Ginásio	Ginástica Av. Sumativa	12
	18	48	Ginásio	Ginástica Av. Sumativa	13
	20	49	Exterior	Atletismo SC	5
	25	50	Exterior	Atletismo SC	6
	25	51	Exterior	Voleibol	1
	27	52	Exterior	Atletismo SC Av. Sumativa	7
Fevereiro	1	53	Pavilhão	Voleibol	2
	1	54	Pavilhão	Voleibol	3
	3	55	Pavilhão	Voleibol	4
	8	56	Pavilhão	Voleibol	5
	8	57	Pavilhão	Voleibol AV. Formativa	6
	10	58	Pavilhão	Voleibol	7
	15	59	Livre e	Futebol	1
	15	60	Livre e	Futebol	2
	17	61	Livre p	Voleibol	7
	22	62	Livre e	Futebol	3
	22	63	Livre e	Futebol	4
	24	64	Livre p	Voleibol	8
Março	1	65	Ginásio	Atletismo S A	8
	1	66	Ginásio	Atletismo S A	9
	3	67	Ginásio	Atletismo S A Av. Sumativa	10
	8			Carnaval	
	10	68	Ginásio	Fitnessgram	5
	15	69	Exterior	Futebol Av. formativa	5
	15	70	Exterior	Futebol	6
	17	71	Exterior	Futebol	7
	22	72	Exterior	Futebol	8
	22	73	Exterior	Futebol	9
	24	74	Exterior	Futebol Av. Sumativa	10

	29	75	Pavilhão	Voleibol	9
	29	76	Pavilhão	Voleibol	10
	31	77	Pavilhão	Voleibol (AV. Sumativa)	11
Abril	5	78	Pavilhão	Fitnessgram	6
	5	79	Pavilhão	Fitnessgram	7
	7	80	Pavilhão	Auto-Avaliação	

### Distribuição das Matérias (8ºC)

3º Período					
Mês	Data	Aula N°	Espaço	Unidade Didáctica	Aula da U:D: N°
Abril	26	81	Livre	Andebol	1
	26	82	Livre	Andebol	2
	28	83	Livre p	Andebol	3
Maio	3	84	Livre	Andebol	4
	3	85	Livre	Andebol	5
	5	86	Livrep	Andebol Av. Formativa	6
	10	87	Ginásio	Luta	1
	10	88	Ginásio	Luta	2
	12	89	Ginásio	Luta	3
	17	90	Ginásio	Luta	4
	17	91	Ginásio	Luta	5
	19	92	Ginásio	Luta Av. Sumativa	6
	24	93	Exterior	Andebol Av. Formativa	7
	24	94	Exterior	Andebol	8
	26	95	Exterior	Andebol	9
	31	96	Exterior	Andebol	10
31	97	Exterior	Andebol Av. Sumativa	11	

Nº	NOME	Atitudes e Valores (20%)						Conhecimentos/Cognitivo (20%)			Domínio Motor (60%)			Avaliação Final			
		Assiduidade na aula	Interesse funcionamento da aula/ Espírito de equipa	Respeito pelos colegas e professores	Intervenção no Meio	Hábitos de higiene	TOTAL	Trabalho / testes (10 %)	Regras das Modalidades (5 %)	Conhece as Componentes Críticas (5 %)	TOTAL	Desportos Colectivos	Desportos Individuais	Vai-Vem	TOTAL	Auto - Avaliação	TOTAL
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	

Anexo 2

Grelha de Avaliação Final de Período