



Universidade de Coimbra



FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA



Escola Básica 2/ 3 José Saraiva

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

- Relatório Final -

Mestrando: David Miguel Martins Caetano – Número 2008032758

Coordenador do Mestrado: Doutor Rui Gomes

Orientador: Mestre Paulo Nobre

Co-Orientadora: Professora Paula Virgolino

2009/ 2010

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus colegas estagiários Rui Pedro Sousa e Pedro Guerra pela colaboração e apoio que me deram ao longo deste estágio pedagógico.

Em particular, o meu muito obrigado ao Professor Paulo Nobre e à Professora Paula Virgolino, pela disponibilidade, atenção e acompanhamento que me dispensaram desde o início.



Universidade de Coimbra

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

- Relatório de Estágio -

Relatório de Estágio Pedagógico apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física – Universidade de Coimbra, serve para cumprir os requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensino Básico e Secundário, realizado sob orientação científica do Mestre Paulo Nobre da FCDEF-UC e co-orientação da Professora Paula Virgolino do Agrupamento de Escolas José Saraiva, Leiria.

David Miguel Martins Caetano

Junho de 2010

RESUMO

O presente relatório final de estágio pedagógico relata a experiência decorrente da leccionação da disciplina de Educação Física a uma turma do 3º Ciclo do Ensino Básico, mais propriamente do 8º ano, na Escola Básica 2/ 3 José Saraiva, em Leiria.

Este trabalho está dividido em três capítulos, sendo o primeiro uma breve introdução ao mesmo, em que é feita a contextualização do presente relatório e a apresentação das principais linhas orientadoras que serviram de base para a execução do mesmo.

No segundo capítulo é feita a descrição em relação a vários itens, nomeadamente quanto às minhas expectativas iniciais em relação ao estágio pedagógico, às actividades desenvolvidas ao nível do planeamento a longo, médio e planificação diária, aos domínios de intervenção pedagógica do professor de Educação Física, ao sistema de avaliação aplicado, à componente ético-profissional nos vários domínios que a compõem, à justificação das opções tomadas relativamente a todas as áreas de intervenção, aos conhecimentos adquiridos ao longo do estágio pedagógico e à avaliação dos processos e produtos quanto às aprendizagens dos alunos.

O terceiro capítulo é composto por uma análise reflexiva das aprendizagens decorrentes da realização do referido estágio, do compromisso com as aprendizagens dos alunos, da importância que dei e como encarei o trabalho individual e de grupo, da minha capacidade de iniciativa e responsabilidade, das dificuldades que senti e como as resolvi, das dificuldades que me proponho a melhorar no futuro, de como inovei nas práticas pedagógicas, do impacto do estágio no contexto escolar, das questões dilemáticas que coloquei ao longo do ano lectivo, das conclusões a que cheguei referentes à minha formação inicial, das necessidades de formação contínua como forma de valorização e de como é que experiência da realização deste estágio me influenciou em termos pessoais e profissionais.

Palavras-chave: estágio pedagógico, educação física, professor, reflexão, ensino

ABSTRACT

The following report is a testimony of my recent teaching experience as a Physical Education teacher, 8th Year, at Escola Básica 2/3 José Saraiva, in Leiria.

The present dissertation is divided in three sections; the first chapter is a brief introduction of the structure of my internship and an introduction to the principal guide lines which orientated the foundation of my apprenticeship and the bases of the same.

In the second chapter, there is a short description of various personal experiences, such as my initial expectations with the internship, the activities which were put into practice along the school year, semesters and daily plans, my intervention as a Physical Education teacher, the evaluation system applied, the professional and ethical opinions expressed and how I dealt with the obstacles that I was confronted with, my learning knowledge along the internship, as well as the evaluation process and the outcome results of the students.

The third section is composed of an analysis reflection of the apprenticeship, the compromises made with learning methods due to the students, how I handled the importance of both group work and individual work, my competence to motivate students and my responsibilities, the difficulties that I felt and how they were resolved, the obscurities that I purpose to work on in the future, how I developed and learnt other learning/teaching methods, the impact of my internship in the school, the dilemmatic questions that I confronted along the school year, my personal conclusions after my initial graduation, the necessity to continue ones knowledge in learning and teaching skills and other upgraded teaching methods and how my apprenticeship influenced me both professionally and personally.

Keywords: internship/apprenticeship, physical education, teacher, reflection, teaching/education

ÍNDICE

1. INTRODUÇÃO	3
2. DESCRIÇÃO	4
2.1. EXPECTATIVAS E OPÇÕES INICIAIS EM RELAÇÃO AO ESTÁGIO	4
2.2. DESCRIÇÃO DAS ACTIVIDADES DESENVOLVIDAS	6
2.2.1. PLANEAMENTO	6
2.2.2. REALIZAÇÃO	11
2.2.3. AVALIAÇÃO	16
2.2.4. COMPONENTE ÉTICO-PROFISSIONAL	20
2.3. JUSTIFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS	24
2.4. CONHECIMENTOS ADQUIRIDOS	26
2.5. AVALIAÇÃO DE PROCESSOS E PRODUTOS	28
3. REFLEXÃO	45
3.1. APRENDIZAGENS REALIZADAS	45
3.2. COMPROMISSO COM AS APRENDIZAGENS DOS ALUNOS	46
3.3. IMPORTÂNCIA DO TRABALHO INDIVIDUAL E DE GRUPO	47
3.4. CAPACIDADE DE INICIATIVA E RESPONSABILIDADE	49
3.5. DIFICULDADES SENTIDAS E FORMAS DE RESOLUÇÃO	49
3.6. DIFICULDADES A RESOLVER NO FUTURO	50
3.7. INOVAÇÃO NAS PRÁTICAS PEDAGÓGICAS	50
3.8. IMPACTO DO ESTÁGIO NA REALIDADE DO CONTEXTO ESCOLAR	52
3.9. QUESTÕES DILEMÁTICAS	54
3.10. CONCLUSÕES REFERENTES À FORMAÇÃO INICIAL	54
3.11. NECESSIDADES DE FORMAÇÃO CONTÍNUA	55

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANEXOS

ANEXO I - QUESTIONÁRIO AOS ALUNOS

ANEXO II - DISTRIBUIÇÃO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS POR PERÍODO LECTIVO

ANEXO III - CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ANEXO IV - NÍVEIS DE AVALIAÇÃO POR COMPONENTE DA AVALIAÇÃO

I – INTRODUÇÃO

O presente Relatório Final de Estágio enquadra-se no âmbito da Unidade Curricular de Estágio Pedagógico, do terceiro e quarto semestres, do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra. No entanto, para o elaborar, integrei também conhecimentos adquiridos noutras Unidades Curriculares do referido Mestrado, da experiência profissional que tenho vindo a auferir desde o início da minha carreira enquanto docente, bem como da minha formação inicial.

Realizei o referido Estágio Pedagógico numa turma do 8º ano, do 3º Ciclo do Ensino Básico, da Escola Básica 2/ 3 José Saraiva, em Leiria, no ano Lectivo 2009/2010.

Neste documento procurarei dar cumprimento às directrizes emanadas do Regulamento do supracitado Relatório Final de Estágio, desde as expectativas e opções iniciais em relação ao estágio, à descrição das actividades desenvolvidas, componente ético-profissional, justificação das opções que tomei, conhecimentos adquiridos, avaliação de processos e produtos, bem como a reflexão realizada acerca das aprendizagens por mim realizadas, o compromisso com as aprendizagens dos alunos, a importância do trabalho individual e de grupo, a capacidade de iniciativa e responsabilidade, as dificuldades sentidas e formas de resolução das mesmas, as dificuldades a resolver no futuro, as minhas questões dilemáticas, as conclusões referentes à formação inicial, as necessidades de formação contínua e a experiência pessoal e profissional adquirida no ano de estágio.

II – DESCRIÇÃO

2.1 – Expectativas e Opções Iniciais em Relação ao Estágio Pedagógico

Relativamente à Unidade Curricular do Estágio Pedagógico, as minhas principais expectativas estavam relacionadas com o facto de ter a oportunidade de pôr em prática os conhecimentos que adquiri nas Unidades Curriculares que me foram leccionadas ao longo deste ano lectivo, conjuntamente com a experiência profissional adquirida até então. Para além deste facto, também estava bastante entusiasmado com o facto de ir ser supervisionado, que encarei sempre como uma excelente oportunidade de poder melhorar a minha prática docente. Tinha também expectativas quanto ao quão enriquecedor iria ser trabalhar em grupo, tendo a oportunidade de melhorar com a crítica dos meus colegas ao meu desempenho e com a troca de experiências que poderiam advir do trabalho em grupo.

Os objectivos que defini inicialmente no meu Plano Inicial de Formação (PIF) foram os seguintes:

- Conhecer o meio escolar;
- Estabelecer uma boa relação com todos os elementos da comunidade escolar;
- Participar nas actividades propostas;
- Organizar uma ou mais actividades em parceria educativa;
- Assessorar um Director de Turma;
- Desenvolver as Competências Didácticas do docente de Educação Física.

Estabeleci as seguintes estratégias para atingir os objectivos acima referidos:

- Pesquisar documentos do agrupamento de escolas ou escola não agrupada;
- Realizar entrevistas, inquéritos, conversas informais, observação directa;
- Colaborar na realização de actividades propostas pelo departamento, grupo de docência, órgão de gestão, ou outro;
- Acompanhar um Director de Turma na realização das suas tarefas;

- Ter todos os procedimentos metodológicos e didáticos para leccionar uma turma;
- Realizar todas as actividades inerentes à actividade profissional de professor de Educação Física;
- Estabelecer contactos com parceiros pedagógicos, no sentido de desenvolver uma ou mais actividades em parceria.

Com o desenvolver do Estágio Pedagógico, desde cedo apercebi-me que os objectivos que tinha definido, principalmente em relação às Actividades de Ensino-Aprendizagem, bem como as estratégias para os atingir eram superficiais, face a todo o envolvimento e complexidade que o Estágio Pedagógico exigia, nomeadamente ao nível do Planeamento, da Realização e da Avaliação. Neste sentido, gostaria de acrescentar os objectivos que aditei ao meu Plano Individual de Formação:

- Estabelecer objectivos, seleccionados do Programa Nacional de Educação Física do 3º Ciclo do Ensino Básico, ajustados ao nível dos alunos da turma de estágio;
- Definir e distribuir os conteúdos a leccionar em cada Unidade Didáctica;
- Distribuir as Unidades Didácticas no ano lectivo;
- Caracterizar a Escola e a Turma;
- Seleccionar metodologias e estratégias adequadas ao Processo Ensino-Aprendizagem;
- Realizar o Plano Anual, Unidades Didácticas, Planos de Aula e respectivas reflexões;
- Ser assíduo e pontual;
- Desenvolver a tarefa de professor de Educação Física em conformidade com as dimensões de intervenção do professor;
- Desenvolver técnicas e instrumentos de avaliação diagnóstica, formativa e sumativa;
- Definir e/ ou desenvolver estratégias de diferenciação e ajustamento pedagógico;

- Assumir uma conduta eticamente correcta e ajustada ao perfil de Professor.

Considero que desta forma enriqueci o meu Plano Inicial de Formação, resultando um documento mais completo e útil, orientador da minha intervenção neste Estágio Pedagógico.

2.2 – Descrição das Actividades Desenvolvidas

2.2.1 – Planeamento

Relativamente ao planeamento, mais propriamente ao Plano Anual que desenvolvi para a turma de estágio a que leccionei, comecei por fazer a caracterização das características do meio escolar, o aprofundamento da matéria de ensino da Educação Física, a definição de objectivos, competências comuns e específicas de cada área, as estratégias gerais e específicas, a organização da disciplina de Educação Física na Escola Básica 2/3 José Saraiva, a caracterização da turma do 8º D e os procedimentos da avaliação.

Para realizar a caracterização do meio escolar em que ia realizar o Estágio Pedagógico, consultei o Projecto Educativo do Agrupamento e desta forma tomei conhecimento da caracterização do meio, fiz uma breve apresentação da história do meio envolvente à escola Básica 2/ 3 José Saraiva, a perspectiva histórica da mesma, caracterizei o Agrupamento de Escolas Agrupamento José Saraiva relativamente aos dados escolares, como o número de turmas, professores por disciplina, os diferentes órgãos de gestão e administração escolar, mais precisamente a Direcção, Conselho Geral e Conselho Pedagógico, a organização interna, o funcionamento da escola e a caracterização física da Escola.

De seguida, caracterizei a turma do 8º D, com o objectivo de obter um conhecimento o mais pormenorizado possível dos alunos da turma, individualmente e como um todo, das relações que se estabelecem entre eles e dos mesmos com o meio, de forma a poder ajustar o processo ensino-aprendizagem às características do grupo. Esta caracterização foi partilhada com todos os docentes do conselho de turma, através da Directora de Turma, Professora Isabel Cepeda.

Para a realização da mesma, apliquei um questionário (Anexo I) que aborda várias áreas, como a identificação do aluno e do encarregado de educação, a situação e o ambiente familiar, a vida escolar, a beneficência de apoios económicos, os interesses pessoais e traços gerais da personalidade de cada, o meio de deslocação para a escola, os hábitos de vida (alimentares, horas de sono, ingestão de bebidas alcoólicas, tabagismo, estudo), as questões de saúde relevantes ou inibidoras, a caracterização do percurso e situação desportiva actual e as formas de ocupação de tempos livres.

O tratamento de dados foi apresentado de forma sistemática, através de uma descrição e reflexões consideradas pertinentes e com o complemento de tabelas e gráficos para uma maior facilidade de interpretação dos dados registados.

No final deste estudo, fiquei mais informado das dificuldades dos alunos, o que me permitiu, não só adaptar o processo ensino-aprendizagem aos alunos, individualmente e como um todo, como resolver problemas/ dificuldades existentes ou antever as que pudessem vir a surgir.

Ainda incluído no Plano Anual, recolhi informação acerca do Grupo de Educação Física, tal como o regime de reuniões do grupo, o plano plurianual de matérias do 2º e 3º ciclos, o regulamento de Educação Física, as regras de utilização das instalações balneárias, o mapa de gestão dos espaços por turma fundamental para que o professor faça o seu planeamento para cada turma de acordo com o espaço e os recursos que possui ao longo do ano (roulement), o plano de actividades do Grupo de Educação Física, o regime de aulas de Educação Física da turma de estágio, a sua frequência semanal, a carga horária anual por Unidade Didáctica, a definição das matérias por período lectivo com o número de aulas por Unidade Didáctica e a definição dos recursos humanos, espaciais e materiais.

De seguida procedi à análise do Programa Nacional de Educação Física do 3º Ciclo do Ensino Básico, do qual seleccionei as Finalidades definidas para o nível de ensino em causa como linhas “mestras” orientadoras, bem como os objectivos gerais, as Competências Comuns a todas as Áreas e as Competências por Área. Neste seguimento, estabeleci as Estratégias Gerais de Intervenção nas aulas de Educação Física, que consistem nas opções tomadas relativamente à apresentação, à forma e à coerência da

sequência dos conteúdos a transmitir aos alunos. Quero referir que estas estratégias foram apenas uma orientação genérica, face à especificidade apresentada nas diferentes Unidades Didáticas que elaborei. Defini ainda as estratégias específicas a ter em conta nas diferentes partes da aula, transversais a todas as matérias a abordar, já que, tal como as estratégias gerais, especifiquei as mesmas nas Unidades Didáticas leccionadas.

Quanto às estratégias específicas, relativamente a Parte Inicial da Aula, especifiquei a organização dos alunos, a apresentação dos conteúdos, a utilização do questionamento, a forma de transmissão de conteúdos, a formação de grupos, a apresentação das tarefas e do conteúdo do aquecimento.

Quanto à Parte Principal da aula, defini as estratégias de apresentação das tarefas, do controlo activo da prática, da instrução, da gestão temporal, da utilização do feedback, o tipo de linguagem a utilizar, na organização da prática para a aprendizagem e as estratégias a adoptar no controlo do clima/ disciplina.

Por fim, estabeleci as estratégias a utilizar na Parte Final da aula, nomeadamente da revisão dos conteúdos leccionados na aula e de motivação para as aulas seguintes.

Ainda integrado no Plano Anual, apresentei o Sistema de Avaliação a adoptar ao longo do ano lectivo e tal como em relação às estratégias, particularizei o tipo de avaliação em função das matérias a leccionar. No ponto da Avaliação, incluído neste documento, farei uma apresentação mais pormenorizada do mesmo, de forma a não correr o risco de me repetir.

Ainda no âmbito do planeamento, depois de referir sucintamente a organização e conteúdo do Plano Anual que elaborei para a turma com que realizei o Estágio Pedagógico, pretendo de seguida apresentar de uma forma objectiva e clara, a estrutura das Unidades Didáticas que elaborei, como planificação a médio prazo, tendo em conta os princípios didáctico-metodológicos do planeamento que tive em conta e tal como para a elaboração do Plano Anual, as principais características para um bom planeamento: unicidade, continuidade, flexibilidade, objectividade e exequibilidade.

As Unidades Didáticas que elaborei surgem no seguimento do Plano Anual e tiveram uma estrutura muito semelhante. Como documentos de trabalho orientadores,

todas têm no seu início uma introdução, que mais não é do que uma breve apresentação do documento. De seguida, fiz uma breve caracterização da modalidade em causa, com referências históricas à sua origem, e introdução e evolução em Portugal, que procurei relembrar ou expor pela primeira vez aos alunos.

De seguida, caracterizei as modalidades em causa, fazendo referência ao regulamento das mesmas, regras e gestos da arbitragem, espaço de jogo e equipamento/materiais utilizados.

Após a análise do Programa Nacional de Educação Física do 3º Ciclo do Ensino Básico, defini objectivos para cada Unidade Didáctica em função do nível médio dos alunos da turma, bem como os recursos, materiais, espaciais e humanos, disponíveis na escola. Em função do número de aulas atribuídas por Unidade Didáctica, previstas no Plano Anual por período (Anexo II), fiz a distribuição e extensão dos conteúdos pelo número de aulas, estabelecendo desde logo os momentos de avaliação diagnóstica, formativa e sumativa, bem como a função didáctica por aula. Em todas as Unidades Didácticas justifiquei a distribuição e extensão de conteúdos que preconizei para cada uma.

Outro dos aspectos que considerei fundamentais incluir nestes documentos, foi a metodologia de ensino ao nível da componente técnica e tática, assim como as progressões pedagógicas que considerei fundamentais para atingir os objectivos propostos.

Fazem parte das Unidades Didácticas que elaborei, as estratégias de intervenção pedagógica, gerais e específicas, para cada modalidade, existindo proximidade nas mesmas, consoante se trate de modalidades individuais ou colectivas. Estas resultam de uma especificação e aprofundamento das estratégias de intervenção pedagógica apresentadas no Plano Anual.

Tive o mesmo procedimento em relação ao sistema de avaliação de cada Unidade Didáctica, em que os princípios fundamentais do mesmo foi definido e apresentado no Plano Anual, e nas Unidades Didácticas é descrito de uma forma mais pormenorizado.

No final de cada Unidade Didáctica, fiz um balanço das mesmas, referindo os resultados da avaliação inicial, de processo e final, das aprendizagens dos alunos, do resultado das estratégias utilizadas, da minha intervenção relativamente aos vários domínios de intervenção do Professor de Educação Física, da consecução dos objectivos estabelecidos e das decisões de ajustamento e do porquê das mesmas, caso se tenham verificado.

No que refere à planificação das unidades de ensino mais simples, considero que a grande maioria dos planos de aula que realizei, apresentavam uma estrutura global correcta e coerente, quer metodologicamente e pedagogicamente, quer ao nível de operacionalização de objectivos e especificação dos processos. Ao nível da especificação e clareza do plano de aula, preocupei-me que se apresentassem explicitados e pormenorizados nos aspectos organizativos, de modo a constituírem um guia de acção coerente, que me orientava na intervenção pedagógica e me libertava para a mesma. Para além do referido atrás, preocupei-me que os mesmos respondessem aos princípios metodológicos da selecção das tarefas propostas:

- Individualização - o mais ajustadas possível aos alunos face ao seu nível de desempenho, capacidades motoras e de motivação;
- Pertinência - adequadas e de valor relativamente ao momento de aprendizagem;
- Especificidade – tal como o próprio termo o indica, serem os mais específicas possível e relativamente aos objectivos definidos para a aula;
- Abrangência – permitirem a participação de todos os alunos.

Tive a permanente preocupação que os planos de aula estivessem de acordo com o estabelecido nas Unidades Didácticas, estruturados e organizados de forma permitirem o cumprimento das mesmas. Sempre que se justificava, incluí nos mesmos a diferenciação necessária em função dos diferentes níveis existentes na turma em causa, quer ao nível das tarefas, quer das estratégias e/ou objectivos.

2.2.2 – Realização

Neste ponto, pretendo caracterizar o meu domínio das competências técnicas de ensino e princípios didáctico-metodológicos gerais, nas várias fases de actuação do professor de Educação Física, tendo em conta as minhas intervenções no Estágio Pedagógico que realizei ao longo deste ano lectivo.

Quanto à Informação Inicial, considero que não revelei dificuldades de maior. Contextualizei as aulas de uma forma precisa e sem perdas de tempo, situando os alunos na unidade didáctica leccionada, a maior parte das vezes através de questionamento. Informei os alunos de uma forma clara e objectiva acerca dos objectivos da aula, dos tipos de tarefas a realizar, do conteúdo do aquecimento, do tipo de organização e constituição de grupos de trabalho/ equipas e, sempre que considere relevante, relembrei as regras de aula, com mais frequência no início do ano lectivo.

Por norma, reforcei e estimulei atitudes de empenhamento e realcei as que considero relevantes, sempre pela positiva. Fi-lo não só na informação inicial, mas também na instrução das tarefas, na transmissão de feedbacks e na finalização das aulas.

A organização da aula é uma fase de actuação em que me senti relativamente à vontade, quer na organização das actividades no espaço, quer na distribuição dos alunos pelo mesmo. Fi-lo normalmente sem perdas de tempo, embora por vezes tenha revelado algumas dificuldades, que vim superando ao longo do ano lectivo, adoptando estratégias facilitadoras, como por exemplo dando conhecimento aos alunos dos grupos de trabalho e equipas de jogo antes do início das aulas (balneários), identificando os alunos com coletes que correspondiam a diferentes espaços, também diferenciados com pinos de diferentes cores. Planifiquei as minhas aulas com a preocupação de rentabilizar o tempo disponível para a prática, reduzindo tanto quanto possível os episódios de organização e transição, no entanto, no caso específico desta turma, apesar de ter esta preocupação na preparação das aulas, tive de incentivar os alunos e inculcar-lhes dinâmica na transição e organização de tarefa para tarefa, já que a turma é um pouco apática e pouco activa. Trabalhei esta questão desde o início do ano lectivo e, de uma forma geral, considero que tive sucesso. Foi um aspecto que os alunos da turma melhoraram e considero positivo o resultado do trabalho que desenvolvi nesta área.

Relativamente à disciplina, a previsão e detecção de situações de risco é um aspecto que faço questão de controlar com eficácia, assim como a distribuição dos materiais no espaço, que preparo sempre de maneira a facilitar a organização, a evitar situações que dêem origem a comportamentos desvio.

Comecei a tomar medidas relativamente à disciplina desde a primeira aula, em que estabeleci regras. Destas, umas foram traçadas por mim, outras negociadas com os alunos. Fiz questão de esclarecer o conteúdo de cada uma das regras de aula, porque entendo que os alunos cumprem mais facilmente regras que consideram úteis e justas. Ao longo de todo o ano lectivo, lembrei as regras de aula e fi-las cumprir. Algumas destas foram sendo adaptadas em função da evolução do comportamento da turma e da relação professor-aluno que se foi estabelecendo, que desde cedo teve por base o respeito mútuo.

Penso ser tão importante como fazer cumprir as regras de aula, ignorar comportamentos inapropriados. Por vezes é preferível não fazer uma repreensão por ser desnecessária e assim contribuir para um bom clima de aula, estratégia que adoptei com alguma frequência.

Outro factor muito importante e que procurei ter presente, foi ter a capacidade de dissuadir comportamentos de indisciplina, antevendo possíveis situações que pudessem originar ou dar azo a tais comportamentos, como a constituição dos grupos de trabalho, das equipas de jogo, entre outros. Esta foi também uma medida que adoptei desde o início do ano lectivo.

Por último, preocupo-me bastante com a questão da justiça no tratamento de comportamentos desviantes, adoptando a mesma estratégia ou repreensão para uma conduta de indisciplina semelhante, assim como adoptar o mesmo comportamento perante todos os alunos, sendo o mais imparcial possível, tratando todos os alunos da mesma forma.

Por tudo o que referi, penso que a grande maioria das aulas que leccionei decorreram com um bom clima, registando-se poucas situações de indisciplina, perante as quais considero ter tido capacidade de adoptar as estratégias eficazes para a situação em causa. Na minha opinião a turma esteve controlada desde o primeiro período, o que

contribuiu em muito para o clima de aula e por sua vez, para um melhor clima de aprendizagem. Procurei sempre saber o que se passou antes de fazer uma repreensão, porque se não o fizesse, corria o risco de ser injusto, facto que as crianças não costumam tolerar.

No controlo da actividade dos alunos, preocupei-me em assumir um posicionamento de modo a visualizar todos os alunos e que eles me visualizem a mim, permitindo-me controlar o seu comportamento, empenhamento e desempenho e intervir prontamente sempre que necessário.

Em relação ao deslocamento, procurei fazê-lo activamente pelo espaço de aula, intervindo sistematicamente e de uma forma abrangente na execução das tarefas, ajudando os alunos e eliminando factores perturbadores da eficácia da aula.

Por vezes, assumi uma atitude mais observadora, quando considerei importante acompanhar a prática sequente ao feedback, ou achei necessário fazer uma apreciação global das execuções dos alunos, não deixando de ser activo, imprevisível e dinâmico, sendo-o também nas minhas intervenções junto dos alunos.

No que refere à instrução e regulação da actividade dos alunos, preocupei-me em posicionar-me correctamente para falar, utilizei um tom de voz audível e tive a preocupação de utilizar uma linguagem clara, acessível à compreensão dos alunos e cativante. Apesar do atrás exposto, não deixei de utilizar a terminologia específica da disciplina e a linguagem técnica da modalidade leccionada.

Em relação à instrução, por norma fui pertinente na transmissão das componentes críticas dos vários exercícios, tentando-o fazer com um tom de voz audível e um discurso breve e correcto, no sentido de cativar o mais possível os alunos para a minha prelecção, facilitando a sua compreensão. No que diz respeito às demonstrações, demonstrei a maioria dos exercícios, por vezes com o auxílio de um ou mais alunos, ou então, quando não era o melhor exemplo, utilizei os alunos para o fazerem. Se o faziam correctamente, reforçava verbalmente os aspectos mais importantes, se existiam aspectos em que o aluno não era um bom modelo, fiz as correcções de um modo positivo. Como forma de complementar a informação

transmitida utilizei, com eficácia e economia de tempo, auxiliares de acção educativa, nomeadamente na Unidade Didáctica de Ginástica Desportiva.

Quanto à transmissão de feedbacks, esforcei-me por fazê-lo sistemática e eficazmente, corrigindo, estimulando e estruturando o seu comportamento. De um modo geral, fui incisivo nas intervenções que fiz e normalmente eficaz. Acho que atingi uma razoável taxa de feedback, quer individuais, de grupo ou de classe, feedbacks estes que na sua grande maioria são positivos, pertinentes e de valor. Procurei utilizar todas as dimensões do feedback, ou seja, descritivos, prescritivos e cinestésicos, assim como distribuir os mesmos de forma equitativa, o que julgo ter conseguido. Por vezes, ao mesmo tempo que dava um FB, demonstrava o que pretendia, o que facilita a compreensão. Foi minha preocupação fechar ciclos de feedback, de forma a verificar a eficácia do feedback transmitido e o seu efeito no desempenho do aluno, contribuindo para uma melhor aprendizagem.

No que diz respeito à sequência da aula, não tenho grandes dificuldades em planificar e conduzir as aulas com uma estrutura coordenada, coerente e contínua (fluxo de aula). Relativamente a este último aspecto, por algumas vezes, dado o comportamento da turma, senti a necessidade de quebrar o fluxo de aula por breves instantes para fazer repreensões a todo o grupo, ressalvo entretanto, que me esforcei para que estas repreensões fossem claras, objectivas e breves, sempre no sentido de chamar a atenção aos alunos para o seu empenhamento e concentração.

Na Finalização da aula, procurei fazer boas avaliações do desempenho dos alunos, sendo mais oportuno possível na realização do balanço da mesma. Esforcei-me sempre por ser sereno e calmo, de modo a transmitir aos alunos essa disposição e provocar um breve momento de relaxamento. Nesta fase da aula também fiz um balanço do comportamento dos alunos durante a aula, procurando não individualizar, reforçando sempre que possível as boas atitudes. Em forma de conclusão e com o objectivo de motivar os alunos para a aula seguinte, fazia a extensão dos conteúdos.

Quanto à minha capacidade de comunicação, considero que consegui captar, com facilidade e naturalmente, a atenção dos alunos, transmitindo a informação

pretendida de uma forma clara e concisa, com uma linguagem terminologicamente correcta, adequada e acessível.

Relativamente às decisões de ajustamento procurei que fossem sempre de valor pedagógico e o mais ajustadas possível à situação em causa. Quando verifiquei que o que previ e planifiquei não estava a ir de encontro aos objectivos da aula, ou mesmo que um objectivo de aula não foi bem definido, procurei encontrar a solução ou soluções que melhor se adaptavam. No meu entender, este é um aspecto da intervenção do professor que desempenhei com competência, apesar de saber que nem sempre tal sucede, no entanto procurei retirar as aprendizagens necessárias e pensar em soluções para futuras ocorrências.

Em relação ao clima de aula, procurei criar empatia com os alunos, ter atenção aos seus problemas pessoais e demonstrar interesse pelas suas preocupações. Considero que este procedimento contribui para uma aproximação professor-aluno-turma e desta forma contribui para um melhor clima de aula, na medida em que as relações estabelecidas assentam em valores como o respeito, a compreensão, a solidariedade, entre outros.

Procurei ter uma atitude positiva durante as aulas, usar um tom de voz agradável e um discurso amistoso e cativante. Para além do referido atrás, procurei valorizar as opiniões dos alunos, quando oportunas e pertinentes, no sentido de lhes reconhecer um papel importante e participativo no processo ensino-aprendizagem.

Penso que as minhas intervenções, de um modo geral, evoluíram no decorrer do Estágio Pedagógico. Durante este processo de formação, tentei aproveitar ao máximo as oportunidades que me foram dadas, sempre no sentido de tirar maior proveito para melhorar as minhas intervenções.

Durante esta minha fase de formação, tentei sempre ser o mais crítico e humilde possível sobre o trabalho que desenvolvi, aceitando as críticas dos Professores Orientadores e dos meus colegas estagiários.

Um factor bastante importante foi a boa relação entre os elementos do núcleo de estágio, o que me ajudou na superação das minhas dificuldades. O trabalho em grupo

permitiu uma troca de ideias, que se reflectiram, a meu ver, nas nossas intervenções pedagógicas, uma vez que surgiam um maior número de soluções para as várias situações com que nos fomos deparando.

2.2.3 – Avaliação

Relativamente à avaliação, considero fundamental referir que entendo o processo de Planificação-Realização-Avaliação como unitário. A congruência da avaliação materializa-se no que vai ser exigido aos alunos. Deve centrar-se, por isso, no que se definiu como essencial e que foi alvo de um processo de apropriação.

Encarei a avaliação como um meio promotor da aprendizagem e, nesse sentido, entendo que a avaliação é um processo de grande importância em qualquer sistema de ensino, pelo seu carácter informativo, formativo e descritivo face aos conteúdos leccionados. A avaliação deve acompanhar todo o processo ensino-aprendizagem e, como tal, inclui o mesmo no Plano Anual e também nas Unidades Didácticas que elaborei e, neste caso, com uma maior especificidade, face às características de cada modalidade.

A avaliação deve ser um “instrumento” privilegiado de transmissão de informação ao aluno, acerca das aprendizagens que já realizou e sobre as dificuldades detectadas e, neste sentido, um meio para se motivar a trabalhar para ultrapassar as mesmas e desta forma, se atingirem os objectivos propostos. Esta informação é tão importante para o aluno, possibilitando-lhe ter noção das suas dificuldades e assim poder e saber em que aspectos pode melhorar as suas aprendizagens, como para o professor, para que possa definir estratégias no sentido de ajudar os seus alunos a ultrapassar dificuldades e a consolidar aprendizagens. A Avaliação, para além de transmitir informação acerca das aprendizagens cognitivas e psico-motoras, possibilita que se afira também as atitudes desenvolvidas pelos alunos, aspecto que considero ser de grande importância, já que a escola assume um papel, cada vez mais relevante, na transmissão de valores partilhados na sociedade de que fazemos parte.

Os critérios de avaliação foram definidos pelo Grupo de Educação Física, bem como o peso de cada um e coube-me aplicar os mesmos no sistema de avaliação que adoptei.

Quanto à Avaliação Diagnóstica, entendo que tem como principal objectivo fornecer ao professor os elementos orientadores dos níveis de desempenho dos alunos no início de uma Unidade Didáctica. Esta avaliação foi realizada maioritariamente na 1.^a aula das diferentes Unidades Didácticas e nas aulas imediatamente antes da iniciação de um novo conteúdo, centrando-se na análise das aptidões relativas ao domínio psicomotor, sendo um ponto de referência para detectar dificuldades de aprendizagem, situando os alunos ao nível do programa da matéria, antevendo o nível que poderão atingir, sendo assim possível estabelecer, ou não, diferentes níveis dentro da turma.

Este tipo de avaliação é de extrema importância, na medida em que esta é o principal elo de ligação para a etapa do planeamento. Pelo descrito, considero que o professor só pode promover o sucesso pedagógico se reconhecer as principais dificuldades e potencialidades dos seus alunos. Realizei a avaliação diagnóstica através de observação directa e registada em grelhas elaboradas para tal fim, permitindo, da análise do seu conteúdo, dividir os alunos por níveis, face ao seu desempenho. Nas grelhas elaboradas para o efeito, apresentei os comportamentos a observar para cada conteúdo, por nível.

Nos desportos colectivos, os alunos foram avaliados em situação de exercício critério na componente técnica e em situação de jogo, quer na componente técnica, no sentido de verificar a aplicação dos gestos técnicos em situação de jogo e completar a avaliação recolhida em situação de exercício critério, quer na componente táctica. Em relação à componente táctica, dependendo da complexidade da modalidade leccionada, avaliei os alunos em situação de jogo formal ou jogo reduzido. Nas modalidades individuais (Atletismo e Ginástica Desportiva) avaliei os alunos em situação de exercício critério individualmente. Na Ginástica Desportiva de solo, avaliei os elementos gímnicos mais simples, os elementos de flexibilidade, ligação e equilíbrio em sequência gímica e os elementos mais complexos avaliei-os separadamente e em situação de exercício analítico, por razões de segurança e da especificidade das ajudas.

A avaliação diagnóstica dos saltos no mini-trampolim e sobre o plinto, foram realizadas também em situação de exercício analítico.

Relativamente à Avaliação Formativa, encaro-a como um processo de recolha de informação que deve ser sistemática, contínua e rigorosa e que permite orientar, regular e adaptar o processo ensino-aprendizagem, como toda a actividade pedagógica em função dos progressos e problemas de aprendizagem dos alunos.

Este tipo de avaliação permite-me avaliar qualitativamente os alunos de uma forma sistemática e contínua, permitindo-me obter informação sobre o nível de desempenho dos alunos, num determinado momento, ou período, de forma constante e actualizada. Neste tipo de avaliação não atribuí nenhuma classificação, preocupei-me sim em identificar as dificuldades e as aprendizagens bem sucedidas.

A Avaliação Formativa permitiu-me acompanhar todo o processo de ensino-aprendizagem, fazendo os ajustes nas Unidades Didácticas que entendi necessários, ao nível dos conteúdos, dos objectivos operacionais, das estratégias e do próprio tipo de tarefas, em função da evolução das capacidades e aptidões dos alunos.

À medida que os resultados confirmavam as expectativas formuladas, fui introduzindo novos elementos, de maior nível de complexidade. Por outro lado, caso tal não se verificasse, reformulei as estratégias de ensino, para que todos os alunos atingissem, com sucesso, os objectivos finais do processo de ensino-aprendizagem.

Na Avaliação Formativa contemplei aspectos relativos aos domínios sócio-afectivo (responsabilidade, motivação, cooperação, empenho), que se reflectem no comportamento do aluno em termos da pontualidade, respeito, assiduidade e participação nas aulas. Avaliei ainda parâmetros do domínio cognitivo (conhecimento das regras de segurança, do equipamento e material e das componentes críticas dos vários elementos), por meio do questionamento no decurso das aulas. O registo destes últimos domínios foi feito por observação directa dos comportamentos dos alunos durante as aulas e registado em grelha própria.

Encarei a Avaliação Sumativa como um complemento da Avaliação Formativa anteriormente realizada, ou seja, o balanço final das avaliações do processo de

ensino/aprendizagem. Esta avaliação tem como principal objectivo o balanço final das Unidades Didácticas. Com base nesta avaliação, analisei se os objectivos inicialmente propostos eram, ou não cumpridos.

Realizada a avaliação sumativa, normalmente nas duas últimas aulas das Unidades Didácticas, sendo constituída por exercícios idênticos aos realizados nas aulas, permitiu observar os comportamentos dos alunos nos conteúdos abordados, aferindo a sua progressão na aprendizagem e a consolidação dos conhecimentos.

A avaliação sumativa foi realizada por observação directa e registada em grelhas elaboradas para tal fim, de forma quantitativa, com ponderações por conteúdo/ gesto técnico. Tal como na avaliação diagnóstica, realizei a avaliação sumativa dos desportos colectivos em situação de exercício critério na componente técnica e em situação de jogo, quer na componente técnica, no sentido de verificar a aplicação dos gestos técnicos em situação de jogo e completar a avaliação recolhida em situação de exercício critério, quer na componente táctica. A avaliação sumativa do jogo foi sempre realizada em situação de jogo formal. Nas modalidades individuais (Atletismo e Ginástica Desportiva) avaliei os alunos em situação de exercício critério individualmente. Na Ginástica Desportiva de Solo, avaliei os elementos gímnicos mais simples, os elementos de flexibilidade, ligação e equilíbrio em sequência gímnica e os elementos mais complexos avaliei-os separadamente, por razões de segurança e da especificidade das ajudas. Na ginástica desportiva de aparelhos realizei a avaliação sumativa individualmente, em situação de exercício analítico.

A avaliação, enquanto instrumento fundamental do processo ensino-aprendizagem, tem que ser diferenciada nas suas diferentes componentes. Posto isto, tive em conta a ponderação por componente, aprovada pelo Departamento de Educação Física da Escola Básica 2/3 José Saraiva (Anexo III), definida sumariamente da seguinte forma:

- Componente cognitiva – 10%;
- Componente sócio-afectiva – 15%;
- Componente Motora: - 75%.

Para definir níveis por cada componente (cognitiva, sócio-afectiva, motora), atribuí descritores por nível (Anexo IV). Para chegar à nota final por período, utilizei a fórmula definida pelo Grupo de Educação Física, com base nos níveis atribuídos, que é a seguinte:

NOTA FINAL DE PERÍODO = 0,75 x Componente Motora + 0,10 x Componente Cognitiva + 0,15 x Componente Sócio Afectiva.

A componente motora foi calculada com base na fórmula apresentada abaixo:

De acordo com os critérios do Grupo de Educação Física da EB 2,3 José Saraiva a Componente Motora será ponderada de acordo com a seguinte fórmula:

$$4xA + 2xB + 1xE / 7$$

A – Andebol, Futebol; Basquetebol e Voleibol;

B – Ginástica de solo e Ginástica de aparelhos;

E – Outras (Actividades de Exploração da Natureza, Corfebol, Escalada, Atletismo, Ginástica Acrobática, BTT, etc.)

2.2.4 – Componente Ético-Profissional

Relativamente à dimensão da ética profissional, refere o Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º Semestres de 2009-2010, da FCDEF-UC, que é uma componente que *“tem uma importância fundamental no desenvolvimento do agir profissional do futuro professor. A ética e o profissionalismo docente são os pilares deste agir...”*. Foi com esta perspectiva que encarei, não só o estágio pedagógico que realizei no decorrer deste ano lectivo, como a minha carreira docente até então. Considero fundamental e procuro pautar a minha intervenção na Escola, demonstrando e assumindo a ética profissional que o desempenho da profissão exige. Nesta óptica, entendo que a credibilização da Escola passa muito pelo cumprimento da componente

ético-profissional do corpo docente que a integra, ainda mais numa sociedade atenta e desperta para o funcionamento da Escola e da prestação deste mesmo corpo docente.

De seguida, vou descrever o meu comportamento e desempenho nesta componente da Unidade Curricular de Estágio Pedagógico, procurando distanciar-me da restante postura que adoptei até então enquanto Professor.

No que diz respeito aos Conhecimentos Gerais e Específicos, considero que possuo a cultura geral e os conhecimentos científicos no âmbito da disciplina de Educação Física, que domino e mobilizo para a tarefa de professor desta disciplina e que me permitem desempenhar com competência o papel de docente. Neste sentido, não perco oportunidade de partilhar este mesmo conhecimento com os meus alunos, contribuindo para a sua formação enquanto alunos e consequentemente como cidadãos incluídos na sociedade. Obviamente que o destaque da minha intervenção é no círculo da disciplina de Educação Física, mas muitas vezes vai para além disso, não só ao nível da transmissão de valores, considerando a Educação Física uma disciplina de excelência para o fazer, mas também de conhecimentos que surgiram no decorrer das aulas e que considere relevantes tratar nas mesmas, fosse por proposta minha ou para responder a questões pertinentes colocadas pelos alunos. Acima de tudo, preocupo-me em despertar curiosidade e interesse nos alunos, para lhes criar hábitos de pesquisa individual de forma a fomentar a sua própria formação.

Em relação à Auto-formação e Desenvolvimento Profissional, entendo que este é um princípio que adoptei desde cedo e continuo a integrar no meu quotidiano enquanto professor. A auto-formação e pesquisa autónoma é minha prática comum, para melhorar os meus conhecimentos e assim desenvolver as minhas competências de docente. Adopto este procedimento para ultrapassar dúvidas práticas ou científicas que me vão surgindo do decorrer da minha prática docente, ou para me informar acerca de determinado assunto que me despertou curiosidade. A este propósito, considero pelo meu perfil pessoal e profissional, que sou adepto de uma formação continuada, não só na perspectiva da auto-formação, como com a formação académica que vou adquirindo. Obviamente que procuro mobilizar os conhecimentos que vou adquirindo para a minha prática pedagógica diária.

Quanto ao ponto da Disponibilidade para os Alunos e para a Escola, é com toda a certeza que posso afirmar que durante todo o ano lectivo mostrei disponibilidade para os alunos, não só no decorrer das aulas de Educação Física, mas mesmo fora destas, numa atitude de interacção e intervenção regular e empenhada com os alunos. Desde o início do ano lectivo que demonstrei interesse pelo bem-estar dos alunos da turma de estágio, não só acerca da sua vida académica, mas também da sua vida pessoal. Quero referir que com alguns alunos desta turma desenvolvi mesmo uma relação mais próxima, visto que alguns me procuravam para conversar antes e/ou depois das aulas e, muitas vezes, também na sala de professores, nos dias em que sabiam que lá estava. Aliás, considero importante referir neste ponto que, já por mais de uma vez, fui professor tutor, em contexto de estágio pedagógico não me foi proposto, mas nas escolas por onde tenho exercido funções docentes, sempre mostrei disponibilidade para tal. Ainda a propósito deste assunto, gostaria de deixar registado que frequentemente fui eu que procurei os alunos para saber como estavam, quer no seu percurso académico, quer pessoal e foi gratificante verificar que muitas vezes melhoraram o seu comportamento e aproveitamento quando a sua auto-estima melhora, decorrente da preocupação que se tem com eles. Quanto à disponibilidade para a Escola, mostrei uma pronta e permanente disponibilidade perante todas as solicitações de que fui alvo, para além das iniciativas que tive, nomeadamente no âmbito da Unidade Curricular de Projectos e Parcerias Educativas, interagindo de uma forma empenhada.

Em relação ao Trabalho em Equipa, entendo que o mesmo pode ser uma mais-valia sempre que bem orientado e organizado, se existir lugar para debate acerca do tema em causa e respeito pelos argumentos dos vários elementos. A troca de ideias e experiências pode ser bastante produtiva e enriquecedora do trabalho em causa, no entanto, carece de disciplina e método, sob pena de não se tornar proveitoso, sobrecarregando alguns elementos do grupo e promovendo o alheamento de outros.

No caso particular do Núcleo de Estágio que integrei neste ano lectivo no âmbito do Estágio Pedagógico, considero que existiu uma boa dinâmica sempre que se tratou de trabalhos de grupo, sendo muito enriquecedor, não só na produção dos trabalhos que tivemos que desenvolver em grupo, como da troca de experiências e saberes

acumulados, nas questões que se levantavam decorrentes da prática pedagógica de cada um.

Sempre que as condições o permitiram e/ou exigiram, promovi e integrei o grupo de trabalho, participando de uma forma dinâmica e construtiva, contribuindo com o saber e experiência que acumulei até agora, respeitando a opinião dos meus colegas, assumindo o trabalho em equipa com respeito e responsabilidade.

Em relação à Inovação das Práticas Pedagógicas e Documental, acho que demonstrei evoluir ao longo do ano lectivo, nomeadamente ao nível documental, procurando ser original e inovador ao nível do planeamento, principalmente na planificação diária e na realização das reflexões das aulas. No que diz respeito à concepção de Projectos, particularmente os realizados no círculo da Unidade Curricular de Projectos e Parcerias Educativas, os mesmos foram impostos pela Professora Orientadora da Escola de Estágio, não permitindo deste modo espaço para a originalidade e inovação. No que diz respeito à minha intervenção pedagógica, tenho alguma dificuldade em assumir uma perspectiva inovadora, considerando que o sou em alguns domínios de intervenção de um Professor de Educação Física, reconhecendo que o facto de estar em estágio pedagógico, muitas vezes, fez-me optar por tomar as opções mais seguras.

No que diz respeito à minha capacidade de Análise Crítica e Reflexiva, considero que estou à vontade neste domínio, quer relativamente ao meu desempenho, quer em relação ao dos meus colegas estagiários. Procuo mobilizar referências internas e externas para fazer auto e hetero-avaliação, sendo assertivo, adoptando uma postura pró-activa e construtiva. Preocupo-me em identificar e consolidar os aspectos positivos e, relativamente aos aspectos que correm menos bem, procuro identificar as causas e de seguida concentro-me nas soluções. Procuo fazer uma análise o mais fundamentada possível, que assente nos conhecimentos técnico-pedagógicos que detenho e na minha experiência.

No que refere à Assiduidade, Pontualidade e Conduta Pessoal, quero referir que não faltei a uma única aula de estágio logo, posso afirmar que fui assíduo, atrasei-me uma vez para observar uma aula avaliada de um colega estagiário, devido às más

condições climatéricas, nunca tendo acontecido nas minhas aulas e face à minha conduta pessoal, posso afirmar que, para além de procurar ser um exemplo no que concerne à minha atitude perante os alunos, enalteço e promovo as boas atitudes junto dos mesmos, não o fazendo apenas em contexto de aula, mas sim em todo o tempo que permaneço na escola, não me demitindo nunca do meu papel enquanto formador de jovens, pertencentes a uma sociedade cada vez mais carente dos valores que considero fundamentais, para que as relações inter-pessoais dos indivíduos que a compõem, decorram na base do respeito mútuo.

Relativamente à minha relação com os pares ou demais elementos pertencentes à Comunidade Escolar, não tive qualquer problema ou incompatibilidade no decorrer deste ano lectivo enquanto professor estagiário da Escola Básica 2/3 José Saraiva. A minha postura na Escola é sempre de respeito para com todos, sabendo assumir as minhas funções e sempre consciente dos meus direitos e deveres.

Face a tudo o que disse atrás, considero que tenho uma boa atitude ético-profissional enquanto Professor.

2.3 - Justificação das Opções Tomadas

Relativamente ao Plano Anual, começo por referir que foram muitos os factores que influenciaram as minhas opções. É importante dizer que existiram alterações ao Plano Anual ao longo do ano, visto que os factores externos que influenciam todo o processo de ensino-aprendizagem numa escola são muitos e, como tal, é impossível, por mais experiência que se tenha, de os antever a todos.

Quanto às Unidades Didácticas que leccionei e o número de aulas que cada uma teve, as opções que fiz prenderam-se com, as condições programáticas, mais especificamente as matérias obrigatórias e nucleares, e com as condições físicas da escola, ao nível dos materiais e das instalações. É de referir que a escola tem instalações e materiais que permitem leccionar todas as modalidades obrigatórias que constam do programa de Educação Física, existindo apenas a condicionante da rotatividade dos espaços a afectar esta mais-valia. Face a este facto, a rotação dos espaços determina que

modalidades podem ser leccionadas em cada espaço e impõe o número de aulas que se têm por espaço ao longo de todo o ano lectivo.

Para além deste factor, na minha opinião, deve-se iniciar o ano lectivo com uma modalidade colectiva, que não seja das mais exigentes ao nível técnico e que seja do agrado do maior número possível de alunos. Por estas razões, decidi iniciar o ano lectivo com a Unidade Didáctica de Basquetebol. Esta modalidade promove todos os valores pessoais e relacionais de qualquer modalidade colectiva e culturalmente é muito exigente a nível do cumprimento das regras de jogo, o que por norma faz parte da cultura dos alunos e acaba por ser determinante para um início de ano com espaço para se trabalharem rotinas organizacionais, estabelecimento e controlo de regras e, ao mesmo tempo, é uma modalidade rica ao nível dos padrões motores solicitados e uma boa amostra para o conhecimento dos alunos do ponto vista psico-motor.

As restantes modalidades do primeiro período impuseram-se também pela rotação dos espaços e pelas suas características comuns, ou seja, não promovem o contacto físico e, por esta razão, contribuem para uma menor probabilidade de comportamentos desvio, tanto o Voleibol, como o Badminton. Optei por leccionar estas duas modalidades seguidas pelas semelhanças evidentes que têm, ao nível do objectivo de jogo e pelas trajectórias altas da bola e do volante, apesar da diferença de velocidade. O Atletismo – Corrida de Velocidade – foi programado no 1º Período apenas atendendo à rotação de espaços.

No 2º Período impôs-se a leccionação da Ginástica Desportiva pelas mesmas razões, ou seja, a atribuição do ginásio como espaço de aula. A realização das provas do *Fitnessgram* foram uma decisão do Grupo de Educação Física da escola e, mais uma vez, atendendo ao espaço definido para a turma do 8º D no final deste período (campo grande exterior), optei pela realização da Unidade Didáctica de Futebol e terminar a de Atletismo – Corrida de Velocidade – já que não voltaria a leccionar no campo exterior até ao final do ano lectivo e estas modalidades assim o exigem.

O 3º período iniciou-se no pavilhão e das matérias nucleares que ainda não tinham sido leccionadas, impôs-se que fosse o Andebol, restando o Salto em

Comprimento e em Altura que foram leccionados no final do ano lectivo, no exterior e ginásio.

Basicamente, para além do Programa Nacional de Educação Física do 3º Ciclo do Ensino Básico, a rotação de espaços é a maior condicionante na distribuição das matérias ao longo do ano lectivo.

2.4 – Conhecimentos Adquiridos

No que diz respeito a este ponto, provavelmente não vou conseguir enumerar todos os conhecimentos que adquiri e as experiências que acumulei ao longo deste ano lectivo, resultado do Estágio Pedagógico que realizei. Como tal, apenas vou referir o mais marcante, quer relativamente ao exercício da função de docente, quer do ponto de vista pessoal.

Um dos principais conhecimentos que adquiri no decorrer do estágio pedagógico prende-se com a utilização da Avaliação como componente promotora de aprendizagem. No ano lectivo anterior, mais propriamente na Unidade Curricular de Avaliação Pedagógica em Educação Física – II Semestre, renovei alguns conceitos que tinha adquirido, não só na minha formação inicial mas também no decorrer do meu processo de auto-formação, mas vi-me confrontado com novos conhecimentos que me fizeram reflectir bastante acerca do Processo de Avaliação. Em situação de estágio pedagógico tive a oportunidade de executar o que me havia sido leccionado, nomeadamente, na utilização da informação recolhida como forma de controlar o processo ensino-aprendizagem, na importância da partilha desta informação com os alunos e, como esta é uma estratégia extremamente eficaz, na promoção da aprendizagem dos alunos. Em situação de avaliação sumativa, tinha por princípio recolher o máximo de informação possível, não aproveitando as aulas com esta função didáctica para promover aprendizagem, dissociando a mesma da avaliação. Ainda relacionado com esta questão, considero que adquiri conhecimentos e experiência ao nível da construção de instrumentos de avaliação, mais práticos, mas essencialmente, mais fidedignos. Aliás, neste momento da minha carreira, considero que evoluí na

forma como construo o meu sistema de avaliação, apesar de ligeiramente condicionado pelas imposições do grupo de Educação Física, nas quais não participei como elemento activo. Neste momento, julgo que tenho bases suficientes para continuar a evoluir a este nível e, acima de tudo, estou motivado para continuar a aprofundar os meus conhecimentos nesta área e aplicá-los na minha prática pedagógica diária.

Outra grande aprendizagem que fiz, prende-se com a distribuição dos alunos por níveis e fazer a diferenciação de ensino, quer pela constituição de grupos, pela definição de objectivos e/ou apresentação de tarefas ou progressões pedagógicas, consoante os vários níveis existentes. Considero que ao longo do ano lectivo fui evoluindo a este nível, implementando, cada vez mais, este procedimento na minha prática pedagógica quotidiana, incluindo o mesmo ao nível da planificação diária.

Considero que enriqueci muito a minha formação também ao nível da capacidade reflexiva, não só em relação à minha intervenção pedagógica propriamente dita, como do trabalho ao nível do planeamento, a curto, médio e longo prazo e de todas as acções decorrentes do desempenho e inerentes ao papel do Professor da Escola. Neste momento, tenho uma postura mais auto-crítica, o que me leva a procurar soluções para as dificuldades encontradas com mais frequência.

Também adquiri novos conhecimentos ao nível do planeamento, quer na construção do plano anual, das unidades didácticas e também ao nível da planificação diária, mais especificamente, no estabelecimento de estratégias de abordagem das matérias de ensino, na definição de objectivos face ao nível motor da turma e na construção da extensão e sequência de conteúdos, contemplando a função didáctica por aula e os momentos de avaliação.

Considero que as aprendizagens que referi atrás decorrem da troca de experiências com os meus colegas estagiários e orientadora de escola, mas fundamentalmente dos momentos de reflexão com o professor orientador da faculdade, Professor Paulo Nobre. Obviamente que, como já referi, investi, desde inicio da minha carreira, na minha formação e fiz o mesmo ao longo deste ano lectivo, procurando esclarecer-me através de um processo de auto-formação sempre que tive dúvidas, senti necessidade de aprofundar determinado assunto ou por mera curiosidade.

2.5 – Avaliação de Processos e Produtos

Neste último ponto da fase de descrição do relatório final de estágio, irei procurar descrever como é que procedi para fazer a avaliação dos processos e produtos das várias unidades didáticas que leccionei ao longo deste ano lectivo, mais propriamente como é que avaliei, como diferenciei o ensino de unidade didáctica para unidade didáctica, como defini níveis de execução e que estratégias de ensino e avaliação utilizei.

Como já disse no presente relatório, a primeira unidade didáctica que leccionei em contexto de estágio foi a de Basquetebol e, como tal, foi o primeiro contacto que tive com o grupo. Este facto foi condicionador em vários aspectos da minha intervenção, nomeadamente pelo desconhecimento dos alunos em termos de desempenho motor e nível das suas capacidades físicas, dos seus valores enquanto jovens inseridos na sociedade, com tudo o que isso engloba, e do comportamento dos alunos, individualmente e como turma.

Depois da realização da avaliação diagnóstica desta Unidade Didáctica, constatei que o nível motor e de desempenho global dos alunos que constitui a turma era baixo, situando-se a grande maioria dos alunos no nível introdutório. Nesta unidade didáctica avaliei os alunos em situação de exercício critério na componente técnica e em situação de jogo na componente táctica, tirando as dúvidas que pudessem existir no desempenho técnico também em situação de jogo, tal como referi no ponto da Avaliação.

Depois de feita a análise da informação recolhida na avaliação diagnóstica, parti para a definição do trabalho a realizar com a turma no sentido de proporcionar aos alunos situações de aprendizagem que lhes permitisse superar as suas dificuldades.

Atendendo ao facto da grande maioria dos alunos pertencer ao nível introdutório, considerei que a melhor estratégia seria trabalhar com todos os alunos da mesma forma, utilizando os poucos alunos do nível elementar e avançado como agentes de ensino, contribuindo com indicações em relação aos colegas com mais dificuldades, criando, por isso, grupos de trabalho homogéneos, constituídos por alunos dos vários níveis de

ensino e tanto do sexo masculino como feminino. As tarefas que defini eram as mesmas para todos os alunos, mas o nível de exigência variava em função do nível dos alunos.

Durante toda a Unidade Didáctica fui recolhendo informação face às aprendizagens dos alunos, no sentido de planificar e de suprimir as suas dificuldades. No final desta Unidade Didáctica pude verificar que ao nível da técnica individual a grande maioria dos alunos evoluíram bastante, havendo apenas duas alunas que não atingiram os objectivos mínimos.

No cômputo geral, fiquei bastante agradado com as aprendizagens que os alunos realizaram ao longo desta Unidade Didáctica, no plano das aquisições psicomotoras, cognitivas e sócio-afectivas.

De seguida leccionei a Unidade Didáctica de Voleibol e nesta optei por realizar a Avaliação Diagnóstica no domínio dos gestos técnicos básicos (passe por cima, manchete e serviço por baixo) em situação de exercício critério e a sua aplicação em situação de jogo 1x1. Realizei a avaliação diagnóstica da componente táctica de jogo em situação de jogo reduzido 2x2, mais propriamente em relação à ocupação de espaço, defesa (1º toque), transição ofensiva (2º toque – passador) e ataque (2º ou 3º Toque - passe colocado ou remate). Para além da componente táctica, realizei a avaliação do conhecimento dos alunos em relação à rotação de jogadores com a troca de serviço, da pontuação e das regras de jogo mais importantes. Da análise dos resultados da avaliação diagnóstica, concluí que, tal como na Unidade Didáctica de Basquetebol, o nível médio da prestação dos alunos da turma, face aos aspectos técnicos e tácticos de jogo, era baixo. As dificuldades mais evidentes, prendem-se com as exigências na execução dos aspectos técnicos, que obviamente condiciona os aspectos tácticos. Também em relação às regras de jogo, nomeadamente em relação à pontuação, rotação de jogadores aquando da posse do serviço e demais regras, mesmo as mais importantes, são desconhecidas ou levantavam muitas dúvidas.

Da avaliação diagnóstica dos aspectos tácticos de jogo, pude constatar que não existia qualquer cultura táctica, ou seja, os alunos ao receberem a bola apenas se

preocupavam em colocá-la imediatamente no campo adversário, não existindo qualquer preocupação em organizar o ataque após a recepção da bola.

A modalidade de Voleibol tem requisitos mínimos de execução bastante elevados, nomeadamente na execução técnica associada à análise de trajetórias, deslocamentos e ocupação de espaço. Estes aspectos são muitas vezes factores de insucesso e conseqüentemente de desmotivação e desinteresse. Como tal, uma das minhas preocupações foi dotar os alunos de pré-requisitos que lhes permitissem fazer uma boa sustentação de bola, no sentido de tornar o jogo mais agradável e assim aumentar os índices motivacionais dos mesmos. Por isto, as nove aulas que tive para leccionar a modalidade e suprimir estas mesmas dificuldades, foram manifestamente parcas, mas ainda assim permitiram uma evolução geral do grupo, em todos os aspectos: técnico, tático e do conhecimento das regras de jogo.

Relativamente ao trabalho realizado ao nível da técnica individual, preparei tarefas analíticas, de organização simples, partindo de um grau de complexidade do mais simples para o mais complexo, permitindo ao aluno dotar-se de meios para melhorar a sua técnica individual, contribuindo assim para a sua motivação. Preocupeime em escolher exercícios com relevância em relação às dificuldades manifestadas, corrigir aos alunos um erro de cada vez, reforçando positivamente todas as situações de sucesso, sendo insistente nos encorajamentos a melhorarem e, aos poucos, aumentar o nível de exigência e de complexidade.

As estratégias metodológicas que utilizei para concretizar os objectivos propostos, foram as mesmas da Unidade Didáctica de Basquetebol, recorri aos alunos do nível superior para ajudarem os colegas com mais dificuldades.

Esta estratégia resultou num trabalho de cooperação entre os elementos enquanto trabalharam a pares em situação de tarefa analítica. Numa primeira fase, na superação de dificuldades de cada elemento e posteriormente, quando introduzi formas jogadas a pares como forma de motivação, na obtenção do melhor resultado, o que se traduziu num grande entusiasmo, favorecendo a aprendizagem. Os pares formados no início da

Unidade Didáctica mantiveram-se até ao final, permitindo um bom entendimento entre os seus elementos, sendo uma decisão que agradou aos alunos.

Com o decorrer da Unidade Didáctica, através da avaliação formativa, fui verificando que os alunos foram superando as suas dificuldades em relação ao enquadramento e ocupação de espaços, estando mais familiarizados com as trajectórias da bola e com uma capacidade de reacção mais rápida, resultado do trabalho realizado ao nível dos deslocamentos e posição base, o que favorece uma rápida reacção/intervenção. A melhoria destes aspectos trouxe vantagens na execução dos gestos técnicos, o que foi contribuindo para um aumento gradual dos índices de motivação, beneficiando, como já referi, todo o processo de ensino-aprendizagem, assim como o clima de aula. Estas evoluções ao nível da execução dos gestos técnicos, conseguidas através de trabalho desenvolvido com tarefas analíticas, formas jogadas simples e jogo reduzido no final de todas as aulas, permitiu o desenvolvimento dos aspectos tácticos de jogo. A este nível, depois de melhorada a capacidade de recepção (1º toque), foi introduzida a fase da transição ofensiva, com a condicionante da obrigatoriedade de dois toques por equipa, levando à distinção do papel do jogador passador, enquanto organizador de jogo e, numa posterior, na preocupação de colocar a bola no campo adversário, dificultando a recepção. Nesta fase, introduzi o jogo 3x3 e passei a trabalhar os aspectos ofensivos em passe colocado (3º toque). Gradualmente, os alunos foram adquirindo cultura táctica de jogo, também resultado da evolução técnica, e estes factores, conseqüentemente conduziram a uma evolução global de jogo. Ao introduzir o jogo 4x4, permiti aos alunos um conhecimento mais próximo do jogo formal 6x6 e foi com agrado que verifiquei que tinha existido uma muito boa evolução do grupo nesta modalidade, verificando-se que, mesmo quando não existiam situações de ataque organizado, existia essa preocupação, decorrente da aprendizagem e da constatação que os alunos fizeram quanto ao sucesso que poderiam ter, jogando da forma que lhes foi apresentada ao longo das aulas.

No meu entender, este foi uma das principais aprendizagens que estes alunos fizeram nesta Unidade Didáctica e que foi para mim bastante gratificante.

Iniciei a Unidade Didáctica de Badminton realizando a avaliação diagnóstica dos gestos técnicos: serviço, *lob*, *clear*, *drive* e remate, bem como a sua aplicação em situação de jogo 1x1, o conhecimento das regras do mesmo, nomeadamente da troca de serviço/ pontuação e da zona de serviço em função da pontuação, avalei ainda como é que os alunos se situavam no espaço, a sua capacidade de análise de trajectórias e consequente resposta, a velocidade e tipo de deslocamentos que efectuavam.

Da análise da execução de cada gesto técnico observado, constatei que os resultados eram ligeiramente superiores ao das anteriores Unidades Didácticas, sem que igualmente existissem alunos de nível avançado, mas existindo um maior equilíbrio entre o número de alunos do nível introdutório e elementar.

Provavelmente resultado do trabalho desenvolvido na Unidade Didáctica de Voleibol, verifiquei que a maioria dos alunos adoptava a posição básica quando em situação expectante, o que se verificou uma agradável surpresa, contribuindo para que o ponto de partida no processo ensino-aprendizagem se situasse num nível acima da minha previsão.

Relativamente ao tipo de deslocamentos efectuados, verificou-se o mesmo, constatei que os alunos se deslocavam, prontamente, para se colocarem numa posição favorável a devolver o volante.

Na análise global do jogo, a grande maioria dos alunos, deslocavam-se e posicionavam-se correctamente para devolver o volante, evitando que este caísse no chão e utilizavam nomeadamente o *clear* e com menos frequência o *lob*. O jogo era fluído e sem quebras, podendo desta forma afirmar que os alunos superaram as minhas expectativas. Apesar do referido, a maioria não tinha preocupações em procurar colocar o volante numa zona difícil para o adversário, tendo em conta a colocação deste no campo.

Relativamente às regras, pude verificar que a grande maioria dos alunos estava bastante esquecida, preocupando-me o facto de que iria ter de despender de algum tempo, para explicar a regra da pontuação e do serviço (lado esquerdo/direito em função

da pontuação). Apesar do referido, os alunos, na sua maioria, ultrapassaram este facto nas primeiras aulas, tendo eu progressivamente apresentado as regras do jogo, bem como o nome das linhas do campo, aspecto que não insisti muito. No final da Unidade Didáctica, a grande maioria dos alunos dominava as regras estabelecidas na mesma.

Perante os resultados diagnosticados, preocupei-me em abordar os diferentes gestos técnicos, procurando colmatar as dificuldades em que os alunos apresentavam maiores dificuldades, de modo a assegurar a apreensão dos mesmos de forma progressiva, em situações de exercício critério e de jogo, partindo sempre do mais simples para o mais complexo, e do geral para o específico, a fim de consolidarem a execução dos mesmos. Para além desta preocupação, esforcei-me por proporcionar formas jogadas do agrado dos alunos, que contribuíssem para uma maior motivação e empenho dos mesmos na realização das tarefas propostas.

Promovi jogo em todas as aulas, entre elementos do mesmo nível, por considerar que em situação de jogo poderia ser desmotivante colocar elementos de níveis diferentes a jogar uns com os outros. A estratégia que utilizei consistiu em fazer com que os alunos em situação de jogo trocassem de par de determinado em determinado tempo, que eu assinalava com o apito e variava entre 2' a 5' por jogo, conforme as aulas fossem de 45 ou 90 minutos. Desta forma, os alunos enriqueciam o reportório de experiências vividas, motivavam-se por existir o factor competição, já que a pontuação de cada um ia sendo somada ao longo de todos os jogos que efectuavam, tendo como desafio fazer a maior pontuação possível, ganhando o aluno que fazia mais pontos por nível e por aula.

A rotação dos alunos por campo, permitiu que todos os alunos jogassem num campo de medidas oficiais, mesmo que por pouco tempo, já que na restante parte da aula estariam em campos com medidas adaptadas (campos mais pequenos para os alunos de nível inicial).

Verifiquei que o gosto pela modalidade contribuiu muito para o empenho dos alunos na superação das suas dificuldades, existindo uma muito boa evolução do grupo a todos os níveis, inclusive dos alunos de nível elementar que abordaram os gestos técnicos do drive e remate, e os utilizavam com alguma frequência em situação de jogo.

Foi minha preocupação, tal como nas Unidades Didácticas anteriores e nas que se seguiram, utilizar linguagem clara e próxima dos alunos, sem deixar de utilizar os termos técnicos da modalidade em causa.

O trabalho de condição física continuou a ser desenvolvido, tal como previ na Unidade Didáctica, e também a este nível se têm verificado evoluções, o que tem contribuído para um ainda maior interesse dos alunos neste campo, o que a mim me dá um especial entusiasmo, já que considero um dos objectivos mais importantes da Educação Física Escolar: preparar os alunos para a auto-regulação da sua actividade física na vida adulta, ou, pelo menos, promover-lhes a capacidade de perceber e questionar o trabalho que lhes seja proposto noutra âmbito.

Quanto à componente sócio-afectiva e cognitiva, foram trabalhadas em todas as aulas e registados os resultados na grelha de avaliação formativa.

No meu ponto de vista e atendendo aos resultados, considero que a Unidade Didáctica de Badminton correu muito bem, tendo sido atingidos os objectivos propostos.

Em relação à Unidade Didáctica de Ginástica –Solo e Aparelhos- não tinha quaisquer expectativas, nomeadamente porque a Ginástica Desportiva tem requisitos diferentes dos solicitados nas Unidades Didácticas leccionadas até então, a todos os níveis, mas especialmente, ao nível da força, flexibilidade e equilíbrio.

Da realização da avaliação diagnóstica pude constatar que, no salto em extensão no mini-trampolim, dez alunos estavam no nível introdutório e oito no nível elementar, não havendo alunos no nível avançado. No salto de eixo sobre o plinto longitudinal verifiquei que a grande maioria da turma se situava no nível introdutório e pré-introdutório, sendo que só seis alunos se encontravam no nível elementar e elementar/avançado. Da avaliação dos elementos gímnicos de solo registei que a grande maioria da turma tinha muitas dificuldades no apoio facial invertido, na roda e no rolamento engrupado à rectaguarda, situando-se nos níveis pré-introdutório e introdutório.

Face a estes resultados decidi fazer a abordagem da modalidade de Ginástica em circuito por estações, o que me permitiu economia de tempo, poucos alunos em cada estação, é mais motivante, logo facilita a aprendizagem.

Relativamente aos grupos, optei por fazê-los heterogéneos, de forma a que os alunos com mais facilidade ajudassem os colegas com mais dificuldades. Para além desta preocupação, outro factor que tive em conta na constituição dos grupos, foi a de ter pelo menos um aluno com maior porte físico por grupo, que transmitisse confiança aos colegas aquando da realização de ajudas e segurança. Um aspecto muito interessante foi verificar a evolução dos alunos na confiança que foram ganhando entre eles, sendo que no início da Unidade Didáctica estavam muito mais dependentes de mim na realização das ajudas e segurança e com o decorrer da Unidade Didáctica foram ficando mais autónomos, pela confiança que desenvolveram entre si. Estas medidas tornaram-se determinantes na evolução dos alunos na presente Unidade Didáctica, já que se criaram dinâmicas muito positivas em todos os grupos, ao nível da entreajuda na superação das dificuldades de cada um dos elementos do grupo, das ajudas realizadas e, acima de tudo, consegui transmitir a importância da valorização e apoio que poderia existir entre eles, não inibindo os que têm mais dificuldades.

Na maioria das aulas planifiquei quatro estações, mas houve aulas de noventa minutos em que propus cinco, já que sendo a aula de noventa minutos havia tempo suficiente e porque entendi que se estivessem menos alunos por estação, aumentaria o tempo útil de empenhamento motor.

o nível das tarefas propostas no sentido de se atingirem os objectivos desta Unidade Didáctica e dos alunos ultrapassarem as suas dificuldades, decidi abordar os mesmos elementos gímnicos em todas as aulas, à excepção do salto engrupado no mini-trampolim que foi introduzido na quarta aula e do salto de eixo sobre o plinto longitudinal que foi na décima aula. Atendendo às muitas dificuldades registadas e uma vez que os grupos eram heterogéneos, apresentei sempre mais do que uma variante por elemento gímnico, à excepção dos saltos no mini-trampolim. Esta estratégia resultou muito positivamente já que nas várias estações existiam progressões pedagógicas

adequadas ao nível de cada aluno, o que para além de mais correcto pedagogicamente foi muito mais motivador para os alunos, logo elevava os níveis de empenhamento por parte deles e conseqüentemente melhorou os resultados da aprendizagem.

Nesta Unidade Didáctica preparei uma série de exercício/ jogos de força superior, média e inferior, a pares, de cooperação e oposição que agradou muito aos alunos. Apresentei os exercícios acompanhados sempre da explicação dos benefícios que lhes trazia, o que foi de encontro ao seu interesse. O trabalho de força nem sempre é apresentado desta forma e pode ser muitas vezes entendido como um castigo, mas este grupo revelou bastante entusiasmo à forma como lhe foi proposto o trabalho, e conseqüentemente isso influenciou a consecução do trabalho desenvolvido. Para além do trabalho de força, este grupo/ turma também revelou interesse em abordar a flexibilidade. Este grupo revelou interesse em saber para além de como trabalhar estas capacidades, os seus efeitos e benefícios. Por outro lado, motiva-os a evolução que têm tido. Esta é uma geração que tem preocupações com a aparência e estão atentos às questões relacionadas com saúde, apesar de muitas vezes não o serem em prática, pelos mais variados factores. Várias vezes abordei questões acerca dos consumos de energia e do valor nutritivo dos alimentos e de como isso se traduz em energia para o dia-a-dia e os efeitos que tem na nossa aparência. Nesta U.D. aprofundei alguns aspectos dos já mencionados, por estar num espaço mais reduzido (ginásio), o que proporcionou um ambiente mais próximo e também pelo facto de ter intensificado o trabalho de força, bastante necessário no trabalho desenvolvido nesta Unidade Didáctica.

Utilizei alunos nas demonstrações enquanto eu, simultaneamente, fazia a instrução das tarefas. Sempre que entendi, corriji os modelos, mas principalmente preocupei-me em reforçar os aspectos positivos.

Concluindo, considero que esta Unidade Didáctica também correu muito bem, quer ao nível das aprendizagens motoras, onde se registou uma boa evolução por parte de todos os alunos, quer ao nível cognitivo, em que mesmo os alunos com mais dificuldades fizeram aquisições ao nível da terminologia específica da modalidade, adquiriram conhecimentos ao nível das componentes críticas de cada elemento gímico,

das ajudas e segurança a efectuar em cada um deles, bem como os seus nomes. Ao nível sócio-afectivo, como já referi, foi muito produtivo em termos das relações inter-pessoais que se desenvolveram, nomeadamente de respeito pelas dificuldades de cada aluno e entreajuda no sentido das superarem. Também considero muito proveitoso o resultado do trabalho desenvolvido em relação às capacidades físicas, nomeadamente de força e flexibilidade.

Quanto à Unidade Didáctica de Futebol, a avaliação diagnóstica em situação de exercício analítico, permitiu-me fazer a observação das capacidades dos alunos nos gestos técnicos básicos da modalidade e a do jogo 4x4 e 5x5, permitiu-me a observação e registo dos aspectos tácticos, bem como de complementar a informação recolhida acerca da prestação dos alunos na execução dos gestos técnicos. Para a avaliação do jogo, organizei os alunos em duas equipas de quatro jogadores e duas equipas de cinco jogadores, uma vez que a turma é composta por dezoito alunos. Fiz duas equipas unicamente femininas, uma masculina e uma outra composta por quatro rapazes e a rapariga que teve as melhores avaliações até agora. Penso que esta estratégia resultou, já que consegui avaliar todos os alunos e os mesmos estiveram empenhados e entusiasmados durante toda a situação de jogo. Verifiquei, tal como já esperava, que os rapazes têm um nível táctico e técnico muito superior às raparigas.

Face a estes resultados, decidi que nas tarefas analíticas trabalharia por níveis (introdutório e elementar/avançado). Julgo que esta foi uma boa opção, dada a grande diferença do nível de execução entre grupos/ níveis, ou mais especificamente entre os rapazes e as raparigas. Em situação de jogo, optei por fazer equipas o mais homogéneas possível, com elementos dos diferentes níveis e sexo, quer porque desta forma tinha uma maior possibilidade, fazer mais jogos entre as diferentes equipas em situação de torneio intra-turma, o que é mais motivante para os alunos, quer por outro lado, porque entendi que os alunos de nível de execução mais baixo ficariam mais entusiasmados e teriam mais hipóteses de melhorar quer taticamente, quer tecnicamente.

Para reforçar esta estratégia, uma condicionante que introduzi ao nível do jogo nesta Unidade Didáctica foi que os golos das raparigas valiam dois pontos, como forma de motivar os rapazes a jogarem mais com as raparigas e estas a se sentirem mais

incluídas. Com o decorrer da Unidade Didáctica constatei que a minha opção funcionou muito bem, integrando no jogo os alunos com mais dificuldades e por outro lado trabalhei os objectivos gerais da unidade didáctica: *“1.Cooperação com os companheiros, quer nos exercícios quer no jogo, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe são dirigidas e aceitando as opções e falhas dos seus colegas, demonstrando espírito de “FairPlay” e “3.Desenvolvimento dos hábitos de trabalho de grupo,...”*

Outra estratégia que utilizei de forma a promover a integração das raparigas no jogo foi de que, à excepção de situações de contra-ataque, a bola tinha de passar por uma rapariga antes de se poder marcar golo. Esta estratégia só foi utilizada até à aula número seis, já que, com o decorrer da Unidade Didáctica, as raparigas da turma foram evoluindo e esta condicionante deixou de fazer sentido.

A opção que fiz de trabalhar por níveis foi boa, já que permitiu-me manter os alunos motivados, uma vez que as tarefas propostas iam de encontro às suas capacidades/ dificuldades, tendo registado uma boa evolução da turma em geral, não só em termos de técnica individual, mas também em situação de jogo, visto que estando os alunos com uma maior destreza técnica, dota-os de um maior à-vontade para poder evoluir em termos de tática de jogo. No jogo foi evidente a evolução do grupo, passando de um jogo com pouco ritmo e organização, com grandes aglomerações em torno do portador da bola, poucas linhas de passe, poucas desmarcações, e falhas também ao nível defensivo, quer da marcação HxH, que na colocação entre o atacante directo e a sua baliza, para um jogo com uma melhor ocupação do terreno de jogo, situações de desmarcação para a baliza, criação de linhas de passe em apoio, situações de 1x1 com finalização, progressão com a bola no terreno de jogo e enquadramento ofensivo e ao nível defensivo, interiorização a defesa HxH, reacção rápida à perda de posse de bola, marcações/pressão do adversário directo e desarmes oportunos.

O torneio intra-turma que realizei ao longo da Unidade Didáctica revelou-se mais uma vez do agrado dos alunos e bastante benéfico no processo ensino-aprendizagem. Promoveu situações de cooperação e entreaajuda, do respeito pelos

colegas de equipa, adversários e árbitro, estimulou o “Fair-Play” e contribuiu muito para a motivação dos alunos, tanto dos rapazes, o que já era de esperar, como das raparigas.

Considero que, apesar desta Unidade Didáctica ter tido poucas aulas, permitiu uma boa evolução dos alunos, nomeadamente das raparigas da turma que apresentavam muitas dificuldades e conseqüentemente desinteresse pelo jogo. Foi com agrado que fui constatando que com o decorrer das aulas foram-se suprimindo dificuldades em termos técnicos e o jogo também foi evoluindo em termos tácticos. Nas últimas aulas da Unidade Didáctica era evidente o domínio que a maioria dos alunos da turma tinha da linguagem técnica da modalidade, das principais regras de jogo, bem como conhecia as linhas do campo de Futebol. Mas o aspecto que mais me deixou realizado, foi ter contribuído para o interesse que a modalidade despertou na maioria das raparigas da turma, que inicialmente entendiam que era uma modalidade de rapazes e pela qual não nutriam qualquer gosto. Com o decorrer das aulas, foram-se interessando e entusiasmando com o jogo, acabando a Unidade Didáctica animadas com os jogos do torneio intra-turma e empenhadas na realização das tarefas analíticas no sentido de superarem as suas dificuldades. Esta atitude por parte das alunas da turma teve um efeito interessante no comportamento dos rapazes, que passaram a integrar as raparigas e a manifestarem entusiasmo com a evolução das mesmas, nomeadamente das que faziam parte das suas equipas.

Por tudo o que atrás referi, entendo que os objectivos da Unidade Didáctica de Futebol foram atingidos com sucesso.

Na Unidade Didáctica de Corrida de Velocidade (40m) a avaliação diagnóstica foi realizada com a partida de pé como definido na Unidade Didáctica e a este nível, verifiquei que os alunos estavam esquecidos das vozes de partida e das acções que lhe correspondem. Para além deste facto, constatei que existiam dificuldades transversais à maioria dos alunos, não só nas questões técnicas, mas também por falta de força dos membros inferiores, essencial para a realização da partida de blocos. Estando estas questões por resolver, decidi que iria abordar a partida de pé nas primeiras aulas e ponderaria leccionar a partida de blocos conforme os resultados obtidos com a avaliação

formativa, o que, com o desenrolar da Unidade Didáctica deixou de ser uma possibilidade.

Relativamente à corrida propriamente dita, os principais erros prendiam-se com o olhar dirigido para o chão, pouca harmonia no encadeamento dos membros inferiores e superiores, pouca elevação do joelho da perna livre, o que condiciona a boa relação entre a amplitude e a frequência da passada, para além da acção pouco vigorosa dos membros superiores.

Ao nível da chegada, verifiquei que existia um abrandamento perto da linha de chegada, o que constitui um erro comum nesta acção técnica da corrida de velocidade.

Posto isto e atendendo às aulas disponíveis que tinha para leccionar esta disciplina do Atletismo, preocupei-me em transmitir aos alunos a forma correcta de realizar a corrida de velocidade e propor-lhes exercícios que suprimissem os erros mais evidentes e também mais fáceis de corrigir, para além das principais questões regulamentares, nomeadamente das vozes de partida associadas às acções que lhe correspondem.

Numa primeira fase comecei por propor exercícios que trabalhassem a coordenação da acção dos membros inferiores e superiores, a correcta colocação dos membros superiores e a questão da elevação do joelho da perna livre. Para além dos aspectos atrás referidos, trabalhei a velocidade de reacção a um estímulo sonoro, associado à concentração do momento da partida. Estes exercícios foram trabalhados no aquecimento de cada aula.

Paralelamente a este trabalho procurei resolver questões relacionadas com a partida e entrada em acção (5 a 10 metros), a corrida propriamente dita e chegada.

Com o decorrer da Unidade Didáctica fui observando melhorias em termos técnicos, indo de encontro às minhas expectativas, nomeadamente face ao número e duração das aulas. Registei melhorias nos tempos de todos os alunos, que não sendo o principal objectivo da Unidade Didáctica, é sempre um indicador de sucesso.

Face à fase da chegada, a única indicação que fui dando e que foi bem interiorizada pelos alunos por ser evidente, era que não abrandassem ao chegar à meta, porque o cronómetro também não abrandava.

O trabalho de condição física continuou a ser desenvolvido e também a este nível se verificaram evoluções, o que contribuiu para um ainda maior interesse dos alunos neste campo, o que a mim me continuou a entusiasmar.

No meu ponto de vista e atendendo aos resultados, considero que a Unidade Didáctica correu muito bem.

A Unidade Didáctica de Andebol foi a última que leccionei em contexto de Estágio Pedagógico. Relativamente à análise dos registos da avaliação diagnóstica, verifiquei que a maioria dos alunos da turma se situava no nível introdutório/ elementar nos aspectos técnicos individuais, revelando mais dificuldades na recepção, devido ao diâmetro da bola e à colocação das mãos, no remate nomeadamente ao nível da impulsão e à acção do braço hábil. Ao nível do passe, verifiquei que o erro mais comum é o cotovelo “descaído”. Relativamente ao drible, considero que o “transfer” do Basquetebol se verifica de uma forma positiva na modalidade do Andebol, pelas semelhanças evidentes. Em situação de jogo, constatei que a grande maioria dos alunos se esqueceu das regras de jogo e encontra-se num nível introdutório, quer nos aspectos tácticos ofensivos, quer defensivos, assim como nas acções individuais ofensivas e defensivas.

Face a estes resultados planifiquei as aulas no sentido de colmatar as dificuldades referidas, quer ao nível da técnica individual, quer ao nível do jogo. Para trabalhar a técnica individual optei por propor tarefas analíticas individuais, a pares e a trios. Nalgumas situações propus a mesma tarefa para todo o grupo, nomeadamente no início da Unidade Didáctica quando o nível de todos os alunos estava mais próximo em determinados gestos técnicos, como o drible, o remate em suspensão e a técnica de guarda-redes, logo tinham dificuldades semelhantes. Com o avançar da Unidade Didáctica o nível dos alunos foi-se distanciando, assim comecei a trabalhar por níveis. A opção de trabalhar por níveis, permitiu-me manter os alunos motivados, uma vez que

as tarefas propostas iam de encontro às suas capacidades/ dificuldades, tendo registado uma boa evolução da turma em geral ao nível da técnica individual. Verifiquei que os alunos evoluíram bastante ao longo da Unidade Didáctica na realização do passe de ombro e recepção em deslocamento, conteúdos que trabalhei bastante em contexto de aquecimento, rentabilizando o tempo de aula e aproximando o conteúdo da mobilização articular com o da parte principal da aula. No remate em suspensão, logo após o trabalho de introdução, passei a propor duas variantes da mesma tarefa, sendo uma para o nível introdutório e outra para os alunos de nível elementar e avançado. Neste contexto, à maioria dos alunos dei a indicação da variante que deveriam realizar, a um pequeno grupo sugeri-lhes que experimentassem as duas variantes e depois de ouvida a opinião do aluno, decidimos, em conjunto, que variante de tarefa é que deveriam executar.

No jogo foi evidente a evolução do grupo, passando de um jogo com pouco ritmo e organização, com grandes aglomerações em torno do portador da bola, poucas linhas de passe, poucas desmarcações, e falhas também ao nível defensivo, quer da marcação HxH, quer na colocação entre o atacante directo e a sua baliza, para um jogo com uma melhor ocupação do terreno de jogo, situações de desmarcação para a baliza, criação de linhas de passe em apoio, situações de 1x1 com finalização, progressão com a bola no terreno de jogo e enquadramento ofensivo e ao nível defensivo, interiorização da defesa HxH, reacção rápida à perda de posse de bola, marcações/pressão do adversário directo e desarmes oportunos. Em situação de jogo, visto que os alunos foram adquirindo uma maior destreza técnica, também ganharam um maior à-vontade para poder evoluir em termos de tática de jogo.

A opção que fiz em realizar na parte inicial da Unidade Didáctica jogo 3x3 revelou-se muito vantajosa, já que os alunos evoluíram bastante, quer nos aspectos táticos defensivos (reacção rápida a perda de posse de bola recuando rapidamente para junto da área restritiva/guarda-redes, a marcação ao adversário directo e o desarme), quer nos ofensivos (desmarcação – criação de linhas de passe na direcção da baliza adversária; a capacidade de contra-ataque em situação da recuperação da posse de bola e a criação de situações ofensivas de 1x1 com finalização - remate), para além do

conhecimento das principais regras de jogo que foram sendo trabalhadas desde a primeira aula.

Posto isto, quando iniciei o jogo 6x6 as questões táticas básicas de jogo estavam resolvidas, apenas introduzindo novos factores como o guarda-redes e dois jogadores de campo, o que por si só requer uma grande adaptação, que os alunos realizaram com facilidade. Considero que foi determinante o meu acompanhamento de muito perto aquando desta alteração, ajudando os alunos a resolverem as novas situações que foram surgindo. Para além disto, tive a preocupação de fazer equipas o mais homogéneas possível, o que foi mais motivador, nomeadamente em situação de torneio intra-turma, tornando-se mais estimulante e proveitoso em termos de aprendizagem.

Solicitei sempre ajuda a alunos do nível avançado para fazerem a demonstração das tarefas quando estas eram a pares, de outro modo fui eu que fiz as demonstrações. Para que os alunos do nível introdutório comessem primeiro a realizar os exercícios, permitindo assim que tivessem mais tempo de empenhamento motor, lancei primeiro sempre as tarefas dos alunos desse mesmo nível.

Tal como na Unidade Didáctica de Futebol, uma condicionante que introduzi ao nível do jogo foi que os golos das raparigas valiam dois pontos, como forma de motivar os rapazes a jogarem mais com as raparigas e estas a se sentirem mais incluídas. Com o decorrer da Unidade Didáctica constatei que a minha opção funcionou muito bem, integrando no jogo os alunos com mais dificuldades. Outra estratégia que utilizei de forma a promover a integração das raparigas no jogo foi que a bola tinha de passar por uma rapariga antes de se poder marcar golo, à excepção de situações de contra-ataque. Esta estratégia só foi utilizada até à aula número oito, já que, com o decorrer da Unidade Didáctica, as raparigas da turma foram evoluindo e esta condicionante deixou de fazer sentido.

O torneio intra-turma que realizei ao longo da Unidade Didáctica revelou-se mais uma vez do agrado dos alunos e bastante benéfico no processo ensino-aprendizagem. Promoveu situações de cooperação e entreajuda, do respeito pelos colegas de equipa, adversários e árbitro, estimulou o “Fair-Play” e contribuiu muito para

a motivação dos alunos, tanto dos rapazes, o que já era de esperar, como das raparigas, aspecto que se verificou em Unidades Didácticas leccionadas anteriormente.

Considero que houve uma boa evolução dos alunos nesta Unidade Didáctica, nomeadamente das raparigas da turma que apresentavam muitas dificuldades. Foi com agrado que fui constatando que com o decorrer das aulas foram-se suprimindo dificuldades em termos técnicos e o jogo também foi evoluindo em termos tácticos. Nas últimas aulas da Unidade Didáctica era evidente o domínio que a maioria dos alunos da turma tinha da linguagem técnica da modalidade, das principais regras de jogo, bem como das linhas do campo de Andebol. Por tudo o que referi atrás, entendo que os objectivos da Unidade Didáctica de Andebol foram atingidos com sucesso.

Desta forma, julgo ter feito a apresentação de como conduzi o processo ensino-aprendizagem, relativamente ao controlo do mesmo e à avaliação dos produtos, desde como organizei a avaliação inicial, formativa e final, como é que esta teve influência no planeamento, as estratégias que utilizei nas diferentes Unidades Didácticas, no sentido de atingir os objectivos definidos, o modo como fiz a diferenciação por níveis, dando cumprimento ao solicitado neste ponto do Regulamento e Estrutura de Elaboração do Relatório Final de Estágio.

III – REFLEXÃO

3.1 – Aprendizagens Realizadas

Neste ponto de reflexão, pretendo expor em que medida é possível transferir os conhecimentos que adquiri com a realização do estágio pedagógico para a minha prática pedagógica diária.

Como referi no capítulo dos “conhecimentos adquiridos”, um dos principais saberes que adquiri, foi no âmbito do sistema da avaliação como meio promotor da aprendizagem, tendo justificado atrás como é que tal facto se reflecte na minha prática docente, pelo que me iria tornar repetitivo se o voltasse a fazer.

No que diz respeito à distribuição dos alunos por níveis e respectiva diferenciação de ensino, em função dos níveis existentes na turma, foi outra dimensão de ensino em que aprofundei conhecimentos. Encaro esta uma das grandes mudanças que fiz na minha forma de leccionar, considerando uma mais-valia muito grande na minha formação. A este nível, comecei por fazer a distribuição dos alunos por níveis (pré-introdutório, introdutório, elementar e avançado) na avaliação diagnóstica, permitindo-me identificar os níveis existentes na turma em função de determinada matéria. A partir desse momento, para além da informação relativamente ao nível médio do domínio de conhecimentos da turma, permitia-me fazer a diferenciação do ensino e planificar em função disso mesmo. Obviamente que os alunos tem assim acesso ao conhecimento mais adequado ao seu nível, tornando o processo ensino –aprendizagem mais motivador e eficaz. Foi para mim muito interessante e estimulante verificar como os alunos se sentem mais integrados e participativos com diferentes propostas de tarefas adequadas ao seu nível. A diferenciação que fiz nas aulas que leccionei, foi ao nível da constituição de grupos, na definição de objectivos e na apresentação de tarefas ou progressões pedagógicas, consoante os vários níveis existentes. Obviamente que, para além da informação recolhida na avaliação diagnóstica, fui fazendo ajustes não só nos alunos por níveis, sempre que tal se impunha, como fui adequando as propostas de trabalho em função do desempenho dos alunos. Como já referi, acho que evoluí ao longo do ano lectivo e ainda tenho margem de progressão neste sentido, com a

experiência pretendo adquirir um maior à vontade a este nível, beneficiando os alunos com que trabalharei.

Tal como no parágrafo anterior, procuro fundamentar de que forma progredi ao nível da capacidade reflexiva e de como é que isso se reflectiu na minha actuação. Fez parte das minhas funções de professor estagiário reflectir acerca da minha intervenção, ao nível da intervenção pedagógica propriamente dita no domínio das várias dimensões de intervenção do Professor de Educação Física, como dos resultados das aprendizagens dos alunos por aula e unidade didáctica, referindo os resultados da avaliação inicial, formativa e final. Por isto adquiri uma postura mais auto-crítica permitindo-me identificar de que modo posso melhorar a minha intervenção e beneficiar todo o processo ensino-aprendizagem.

No capítulo dos “conhecimentos adquiridos” fiz referência aos novos conhecimentos que obtive ao nível do planeamento, quer na construção do plano anual das unidades didácticas e também ao nível da planificação diária, reflectindo-se mais propriamente ao nível da complexidade e pormenorização destes documentos, dando-lhes um carácter tão flexível quanto possível e o mais orientador que fui capaz, constituindo documentos de trabalho que me permitiram estar muito mais envolvido na minha intervenção pedagógica nas aulas propriamente ditas.

Quero reforçar novamente a ideia de que as aprendizagens que atrás expus decorreram da formação que beneficieei ao longo do primeiro e segundo semestres deste curso de Mestrado, do estágio pedagógico que realizei, com tudo o que isso acarretou e da troca de experiências com os meus colegas estagiários, a orientadora de escola e fundamentalmente dos momentos de reflexão com o professor Paulo Nobre.

3.2 – Compromisso com as Aprendizagens dos Alunos

Falando de Escola, Raul Iturra escrevia: *“em geral, há duas classes de explicações para entender a falta de aprendizagem, ou a má aprendizagem, por parte dos alunos: ou os alunos não estão aptos para aprender ou os professores não estão aptos para ensinar”*. A este propósito posso afirmar que tudo fiz dentro das minhas

competências e possibilidade para cumprir com o definido no Programa de Educação Física do 3º Ciclo do Ensino Básico e dando cumprimento ao definido e regulamentado pelo grupo de Educação Física da Escola Básica 2/ 3 José Saraiva, em Leiria

Fui o mais profissional possível, planificando no sentido de promover o acesso equitativo de todos os alunos da turma ao conhecimento (cognitivo, sócio-afectivo e psico-motor), diferenciando o ensino com base na informação de retroacção recolhida da avaliação, para que todos os alunos se sentissem motivados e integrados no processo ensino-aprendizagem. Afinal, o grande objectivo da tarefa de ser Professor é promover a aprendizagem dos alunos, independentemente do seu nível e das suas capacidades, é desta forma que encaro a minha função de docente. A diferenciação da aprendizagem que promovi foi essencialmente ao nível das tarefas propostas, das progressões pedagógicas e também dos conteúdos leccionados.

Ou seja, tudo o que refiro no presente Relatório Final de Estágio Pedagógico foi realizado pelo compromisso que assumo com as aprendizagens dos meus alunos, de maneira a que não faça parte dos “... *professores não estão aptos para ensinar*”.

3.3 – Importância do Trabalho Individual e de Grupo

Relativamente a este capítulo, apraz-me dizer que, no meu ponto de vista, o trabalho individual exige a responsabilidade apenas de quem o realiza, cabendo ao autor estabelecer objectivos individuais, escolher o método de trabalho, a linha de investigação a seguir, organizar os seus conhecimentos e/ou o material que tem e procurar o que entende fazer falta para o completar. Nos trabalhos individuais que realizei imperou a auto-liderança e a minha disciplina, não estando sujeito a opiniões externas, a não ser que as solicitasse, sendo sempre minha a responsabilidade, o que me permitiu mostrar a minha capacidade de planear, organizar, estudar e descobrir. Foram provas de maturidade, de confiança e de afirmação pessoal.

Quanto ao trabalho de grupo, a sua principal característica prende-se com o facto de ser uma acção colectiva. Sendo variadas as formas de o executar, ou seja, todos a fazerem tudo, ou cada um a fazer uma parte e no final, construi-se um “mosaico” com o

contributo de cada um dos elementos. Neste aspecto, considero que o trabalho de grupo desenvolvido pelo Núcleo de Estágio de Educação Física que integrei, foi realizado por todos, se bem que existiram pequenas tarefas de carácter prático (construção de tabelas ou gráficos, lançar dados em tabelas, formatação de texto, entre outras) que foram distribuídas pelos elementos do grupo mas, em relação à definição de objectivos, estratégias definidas, procedimentos e demais conteúdos que constituíssem os documentos, foram sempre definidas em grupo, até porque, todos concordávamos com o princípio que só dessa forma nos identificaríamos com o trabalho em causa e quanto a mim, só dessa forma se pode assumir um trabalho de grupo, mesmo que não concorde com tudo o que contém, ou seja, quero salientar que o trabalho de grupo tipo “mosaico” que atrás referi e que existe, não é o tipo de trabalho que o grupo que integrei procurou, ou com que eu me identifique. Na minha opinião, trabalho de grupo deve ser mais que o somatório das partes.

No entanto, ao longo da minha experiência académica e profissional, tenho verificado que não é fácil partilhar. Há um sentimento de posse individual bastante forte. A sociedade é muito competitiva e agressiva. Há dificuldade em partilhar com os outros o que nós descobrimos e/ou fizemos. Por isso entendo que primeiro é necessário criar o sentimento de partilha, o que no caso do nosso grupo foi facilitado porque dois elementos do grupo eram amigos próximos e já tinham trabalhado juntos em diferentes contextos, o que favoreceu as relações e espírito de grupo. É fundamental perceber-se que ao partilhar-se estamos a enriquecer quer o grupo, quer a nós próprios. Quando se partilha não só se trocam informações, como se criam sinergias, estimula-se a discussão, há descobertas e todos beneficiamos com isso.

A essência do trabalho de grupo é que se crie um grupo, com a cultura e individualidade próprias desse grupo. Nos trabalhos de grupo que realizamos existiu sempre o respeito pelo outro, a tolerância para com as ideias que cada um e a discussão e troca de ideias. A solidariedade e cooperação foram componentes muito importantes, até pelos diferentes contextos profissionais e familiares de cada elemento que constituía o grupo e permitiram que só dessa maneira fosse, muitas vezes, possível levar a cabo os trabalhos que tivemos de realizar.

3.4 – Capacidade de Iniciativa e Responsabilidade

Relativamente à Capacidade de Iniciativa e Responsabilidade, honrei todos os compromissos inerentes à escola e todos os trabalhos que decorreram da minha função de professor estagiário. Assumi com responsabilidade todas as minhas iniciativas e as do Núcleo de Estágio, esforçando-me por ser assertivo nas minhas participações individuais e colectivas, nunca me tendo sido apontado falta de responsabilidade ou respeito pelos compromissos que assumi.

3.5 – Dificuldades Sentidas e Formas de Resolução

No texto de apoio da disciplina de Didáctica da Educação Física e do Desporto Escolar – FCDEF Coimbra -, do semestre I (2008/ 2009), considera que ao Professor de Educação Física cabe a “...responsabilidade de escolher e aplicar as soluções pedagógicas e metodologicamente mais adequadas, investindo as competências profissionais desenvolvidas na sua formação nesta especialidade, para que os efeitos da actividade do aluno correspondam aos objectivos dos programas, utilizando os meios que lhe são atribuídos para esse fim.”

No que diz respeito a este ponto de reflexão, uma das dificuldades que senti desde o início do estágio pedagógico prendeu-se com a apatia dos alunos da turma relativamente à mobilização para a tarefa, já que os mesmos demoram muito tempo em episódios de organização e transição. Este foi um dos aspectos a que dediquei especial atenção durante o estágio pedagógico e adoptei estratégias no sentido de colmatar tal facto como, apresentar todos os grupos de trabalho logo no início da aula através de cartazes, fazer a contagem em voz alta do tempo estipulado para estes episódios de aula e incentivar constantemente os alunos a serem rápidos.

Outra dificuldade que senti verificou-se ao fraco nível psico-motor da turma em geral. Como forma de ultrapassar esta dificuldade procurei promover situações de ensino simples e adequadas ao nível dos alunos e fiz uso constante do Feedback para incentivar e motivar os alunos a superarem as suas dificuldades.

3.6 – Dificuldades a Resolver no Futuro

Relativamente a este ponto, neste momento da minha formação, tenho efectivamente algumas questões para resolver no futuro, se bem que desde que terminei a minha formação inicial que penso desta forma e de certa maneira, este é um dos motivos porque me encontro a frequentar este Mestrado e afinal, quanto mais conhecimentos tenho, mais dúvidas me surgem. Sabendo que assim é, cada vez procuro saber mais e esse é o grande impulso que tenho para me ir valorizando no desempenho das minhas funções enquanto Professor.

Num futuro muito próximo, mais especificamente no próximo ano lectivo, pretendo melhorar o sistema de avaliação que utilizei durante o estágio, que apesar de estar melhorado face ao que utilizava antes de frequentar esta formação, nomeadamente pretendo melhorar ao nível da elaboração dos instrumentos de avaliação, pois penso que, nalguns deles, poderia ter pormenorizado em algumas questões, especificando mais ao nível dos descritores e ponderações atribuídas, curiosamente ao utilizar os que elaborei no decorrer do estágio pedagógico, encontrei logo aspectos que teria feito de uma diferente forma e é o que me proponho a fazer.

Atendendo ao nível de ensino em que tenho leccionado até então, tive algumas dificuldades relativamente à implementação de alguns estilos de ensino, já que, basicamente, restringia-me aos estilos de ensino por comando e por tarefa e, nalgumas matérias, o ensino inclusivo, nomeadamente na Ginástica Desportiva. Durante o estágio pedagógico, utilizei este último com mais frequência e no futuro pretendo utilizar mais o ensino recíproco, se bem que, no meu entender, a utilização dos diferentes estilos de ensino, para além da adequação aos objectivos e organização da aula, dependem muito do nível de escolaridade dos alunos com quem se trabalha e das características das turmas a que se lecciona.

3.7 – Inovação nas Práticas Pedagógicas

Neste ponto de reflexão do presente relatório final, irei apresentar o que inovei neste estágio pedagógico, para além do que é minha prática comum enquanto Professor

de Educação Física e que vai de encontro ao que refere o Programa Nacional de Educação Física Escolar, do 3º Ciclo do Ensino Básico, do Ministério da Educação, actualmente em vigor, definindo como função do professor de Educação Física relativamente aos seus alunos a “...apropriação das habilidades técnicas e conhecimentos, na elevação das capacidades do aluno e na formação das aptidões, atitudes e valores (‘bens de personalidade’ que representam o valor educativo), proporcionadas pela exploração das suas possibilidades de actividade física adequada – intensa, saudável, gratificante e culturalmente significativa.”

Até então, tenho trabalhado maioritariamente com alunos dos 1º e 2º Ciclos do Ensino Básico e, estando perante um nível de ensino superior, foi-me possível trabalhar, de um modo diferente, a aptidão física, nomeadamente no que diz respeito à transmissão de conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção da mesma, quer do ponto de vista dos princípios fundamentais do treino das capacidades físicas, quer dos métodos e meios de treino e um pouco dos processos do controlo da sua actividade física. Deste modo, preparei uma série de exercício/ jogos de força superior, média e inferior, a pares, de cooperação e oposição que agradou muito aos alunos. Trabalhámos através de formas jogadas a velocidade e destreza. A resistência aeróbia foi desenvolvida principalmente como preparação para o corta-mato escolar e mantida ao longo do ano lectivo. Apresentei os exercícios acompanhados sempre da explicação dos benefícios que lhes trazia, o que foi de encontro ao interesse dos alunos. O trabalho de força nem sempre é apresentado desta forma e pode ser muitas vezes entendido como um “castigo”, mas este grupo revelou bastante entusiasmo perante a forma como lhe foi proposto o trabalho e isso influenciou a consecução do trabalho desenvolvido durante todo o ano. Este grupo/ turma também mostrou agrado em desenvolver a flexibilidade. Para além do interesse em trabalhar estas capacidades, a turma, de uma maneira geral, deu bastante importância em saber quais os efeitos e benefícios de uma boa condição física a todos os níveis (força, flexibilidade, resistência, velocidade e destreza geral). Por outro lado, motivou-os a evolução que tiveram. Considero que, tal facto, se deve à forma como abordei o assunto, sempre pela positiva e indo de encontro aos interesses dos alunos. Esta é uma geração que tem preocupações com a aparência e estão atentos às questões relacionadas com saúde, apesar de muitas vezes não o serem em prática,

pelos mais variados factores, que não está no âmbito deste trabalho aqui expor. Várias vezes abordei questões acerca dos consumos de energia e do valor nutritivo dos alimentos, de como isso se traduz em energia e os efeitos que tem no nosso dia-a-dia e aparência. O trabalho a este nível provocou evoluções, o que contribuiu, como já referi, para um ainda maior interesse dos alunos neste campo, o que a mim me dá um especial entusiasmo já que considero, um dos objectivos mais importantes da Educação Física Escolar preparar os alunos para a auto-regulação da sua actividade física na vida adulta, ou pelo menos terem a capacidade de perceber e questionar o trabalho que lhes seja proposto noutra âmbito.

Outra prática que adoptei ao longo de todo o ano lectivo, foi a realização de torneios intra-turma nas modalidades leccionadas que o permitem, como foi o caso do Basquetebol, Voleibol, Badminton, Futebol e Andebol. Desta forma, para além do acréscimo de motivação por parte dos alunos provocada pelo factor competição, foram enaltecidos, trabalhados e controlados, todos os valores promovidos pela mesma. Nos dias de hoje estamos todos sujeitos a uma grande pressão social aos mais diversos níveis, sendo estes jovens alunos em formação, penso ter contribuído um pouco para a formação das suas personalidades, dotando-os ou criando-lhes condições para gerir emoções e explicar-lhes a importância de valores como o respeito pelos outros, enquanto companheiros com os mesmos objectivos, adversários ou árbitros. O desempenho da função de árbitro coloca os alunos numa situação de avaliação e julgamento de comportamentos e atitudes, possibilitando-lhes a reflexão sobre a sua importância e, ao mesmo tempo dificuldade.

3.8 – Impacto do Estágio na Realidade do Contexto Escolar

Considero que o maior impacto que a realização do meu estágio pedagógico na Escola Básica 2/3 José Saraiva – Leiria teve no contexto escolar, foi na turma do 8º D com quem trabalhei durante o ano lectivo. Foram estes alunos que usufruíram de todo o empenho que tive, ao longo do ano lectivo ao nível da minha prática pedagógica, procurando mobilizar todo o conhecimento experiência para as aulas que lhes leccionei.

Para além do já mencionado, julgo que a Directora de Turma, a Professora Isabel Cepêda, que assessorei durante o primeiro semestre e consecutivamente todo o conselho de turma, também beneficiaram da realização do estágio, uma vez que contribuí com a minha ajuda no desempenho das suas funções como Directora de Turma, e com toda a modéstia, no meu ponto de vista, fui um importante contributo, assim como ela o foi para mim, ao permitir que me enriquecesse com a troca de experiências.

Quanto à minha participação enquanto elemento do Núcleo de Estágio de Educação Física, considero que as actividades desenvolvidas no âmbito da disciplina de Parcerias e Projectos Educativos, concretamente a organização das actividades “*Megasprint 2010*” e “*Escola para Todos – Água Sem Limites III*”, a primeira direccionada para todos os alunos dos 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico, realizada, a primeira, no espaço exterior da Escola Básica 2/3 José Saraiva com uma participação de aproximadamente 300 alunos e a segunda actividade (“*Escola para Todos – Água Sem Limites III*”), direccionada para todos os elementos que fazem parte da Comunidade Escolar, alunos e professores de todos os níveis de ensino (do pré-escolar ao 3º C.E.B.), assistentes operacionais, encarregados de educação, familiares e amigos, e assistentes administrativos, que perfizeram pouco mais de 300 participantes e que se realizou no Complexo de Piscinas Municipais de Leiria.

Com a actividade “*Megasprint 2010*”, pretendíamos que os alunos contactassem com as disciplinas de Atletismo, abordadas numa dinâmica mais próxima do contexto regulamentar que as regem, familiarizando-se com a realidade competitiva, tomando assim contacto com as infra-estruturas que a constituem. De forma transversal à actividade pretendíamos ainda contribuir para o desenvolvimento de atitudes e valores, nomeadamente fair-play, relações interpessoais e inter-grupos, promovendo hábitos de prática desportiva, fomentando ao mesmo tempo o gosto pela “vida”, exaltando valores e emoções, que sustentam as relações interpessoais e o aperfeiçoamento da personalidade de cada um.

Com o Projecto “*Água Sem Limites III*” pretendíamos promover as relações e as interacções entre os membros da Comunidade Educativa, neste sentido, de forma transversal à dinamização da actividade, pretendíamos:

1. Promover a interação entre os diferentes membros da *comunidade educativa*;
2. Estimular atitudes e valores, nomeadamente fair-play e cooperação;
3. Promover estilos de “vida saudável”, fomentando hábitos de prática desportiva.

Não só pelo número de pessoas envolvidas, mas essencialmente, pela consecução dos objectivos delineados para estas actividades, julgo que ambas correram muito bem, apesar de, como é óbvio, existirem aspectos que podiam ser melhorados como em qualquer organização de eventos.

3.9 – Questões Dilemáticas

Relativamente às questões dilemáticas com que me deparei ao longo do estágio pedagógico, essencialmente prenderam-se com a indecisão de “arriscar” ou apostar nos métodos que melhor conheço, mantendo a turma controlada e sob rotinas favoráveis, visto que me encontrava em contexto de estágio, com tudo o que isso implica, nomeadamente ao nível da minha avaliação e obviamente os resultados da aprendizagem dos alunos. Posto isto o maior dilema foi promover o ensino através de multi-matérias e utilizar estilos de ensino que diferentes estilos de ensino, nomeadamente dos que se afastassem do poder de decisão mais centrados no professor, como o Ensino por Comando e o Ensino por Tarefas.

Face ao primeiro dilema, resolvi optar por um ensino por Unidade Didáctica que é o que melhor domino e maior segurança me trouxe. Face à segunda questão, atendendo à imaturidade do grupo com que trabalhei e ao seu fraco nível motor, para além dos estilos de ensino que atrás referi, apenas utilizei o Ensino Recíproco.

3.10 – Conclusões Referentes à Formação Inicial

Conclui a minha formação inicial em Junho de 1997, como tal, é importante referir que já fiz formação desde então, obviamente nenhuma com a importância deste curso de Mestrado que estou a concluir.

A formação inicial que adquiri tinha um plano de estudos muito abrangente comparativamente com a formação que me encontro a frequentar, não deixando contudo de ter ficado com as competências necessárias para desempenhar a função de Professor de Educação Física dos 1º e 2º Ciclos do Ensino Básico. Para além disso e muito importante na minha opinião, deu-me as bases necessárias para poder continuar a aprender mais acerca da profissão de Professor de Educação Física.

Neste Mestrado, relembrei e aprofundei conhecimentos que adquiri até então, estudei o Programa Nacional de Educação Física do 3º Ciclo do Ensino Básico e adquiri competências para o leccionar.

Actualizei conhecimentos principalmente ao nível da Administração Escolar, nomeadamente em relação ao novo Regime Jurídico da Administração e Gestão de Escolas e Agrupamentos do Ensino Básico e Secundário (decreto-lei 75/ 2008), acerca da Avaliação Pedagógica em Educação Física, como já tive oportunidade de referir e da Didáctica da Educação Física e Desporto Escolar, que apliquei ao longo de todo o estágio pedagógico.

3.11 – Necessidades de Formação Contínua

Como já tive oportunidade de referir, entendo que um professor incluído num sistema de educativo em permanente mudança, fruto das alterações evidentes da sociedade em que se insere, tem como dever actualizar-se de forma a conseguir dar resposta aos desafios permanentes da profissão. Para além da evolução científica ao nível da Educação Física e como disciplina pedagogicamente orientada para o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno. Neste sentido irei continuar a fazer formação nas áreas que vou sentindo mais carência de conhecimento e que já expus nos pontos anteriores relativos às dificuldades sentidas e a resolver.

3.12 – Experiência Pessoal e Profissional do Ano de Estágio

A frequência do Estágio Pedagógico a que este Relatório Final diz respeito foi uma das mais “duras” e ao mesmo tempo gratificantes experiências que tive, quer do ponto de vista pessoal, quer profissional. Como trabalhador-estudante o desafio de conseguir cumprir com o protocolo de estágio fez-me ponderar não realizar o estágio, pela grande dificuldade que antevia em conciliar o mesmo com o exercício das minhas funções como Adjunto do Director do Agrupamento de Escolas de Santo Onofre, nas Caldas da Rainha, quando a escola de estágio era a Escola Básica 2/ 3 José Saraiva, em Leiria, residindo eu no concelho de Peniche. O factor distância ainda assim, era a menor das dificuldades, apesar do tempo que despendia em deslocações, mas como já referi o que iria ser muito difícil era honrar com todas exigências de um estágio pedagógico neste âmbito e desempenhar as minhas funções enquanto professor.

Estar neste momento a escrever estas linhas significa que estou a chegar ao final de mais esta etapa, ficando obviamente contente por isso, mas não deixando de ficar com um ligeiro sentimento de frustração, por não ter conseguido investir tanto quanto queria e gostaria nesta tão desejada etapa de formação. Entre empenhar-me ao máximo nesta tarefa afastou-me ligeiramente das minhas funções profissionais, prejudicando-me não só a mim mas principalmente à equipa com quem trabalho, o que exigiu de mim um esforço que por vários momentos me fez pensar desistir.

Como tal, e como não sou pessoa de desistir, em termos pessoais este foi um ano de grandes aprendizagens face ao conhecimento das minhas capacidades, de valorização de pequenas “grandes coisas” da vida, permitindo-me ter uma leitura diferente da vida que tinha, que tive ao longo deste ano e da que quero e sou capaz de ter depois desta etapa de formação.

Em termos profissionais, por tudo o que referi ao longo deste relatório relativamente ao que foi o meu investimento e desempenho neste estágio pedagógico, considero-o como uma grande aprendizagem face ao que é ser Professor de Educação Física, superando as minhas expectativas iniciais que, como referi no meu Plano de Individual de Formação eram: *“Relativamente à Unidade Curricular do Estágio Pedagógico, tenho expectativas relacionadas com o facto de ter a oportunidade de pôr*

em prática os conhecimentos que adquiri nas Unidades Curriculares que me foram leccionadas ao longo deste ano lectivo. Para além deste aspecto, também estou bastante entusiasmado com o facto de ir ser supervisionado, que encaro como uma excelente oportunidade de poder melhorar a minha prática docente. Tenho também expectativas quanto ao quão enriquecedor irá ser trabalhar em grupo, tendo a oportunidade de melhorar com a crítica dos meus colegas ao meu desempenho e com a troca de experiências que podem advir deste trabalho em grupo.”

Por tudo, foi sem dúvida uma gratificante e enriquecedora experiência tanto ao nível pessoal como profissional.

IV – REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ✓ HERNANDEZ ÁLVARES, J. Y VELÁSQUEZ BUENDIA, R. (coord.s) (2004). “In Evaluación en educación y evaluación del aprendizaje en Educación Física”. Barcelona: Editorial Graó.
- ✓ ITURRA, Raul. “A Construção Social do Insucesso Escolar”. Lisboa: Escher, 1990.
- ✓ PORTUGAL, Ministério da Educação, Programa Nacional de Educação Física Escolar, 3º Ciclo do Ensino Básico.
- ✓ RIBEIRO, LUÍSA. “Avaliação da Aprendizagem. Lisboa”. Lisboa: Texto Editora, 1999.
- ✓ UNIVERSIDADE DE COIMBRA, Faculdade de Ciências da Educação Física e Desporto. Manual de Apoio de Avaliação Pedagógica em Educação Física. 2008/ 2009.
- ✓ UNIVERSIDADE DE COIMBRA, Faculdade de Ciências da Educação Física e Desporto. Manual de Apoio de Didáctica da Educação Física. 2008/ 2009.

ANEXOS

ANEXO I

- QUESTIONÁRIO AOS ALUNOS -

Questionário

I- Identidade do aluno

1. Nome: _____

2. Ano: _____ Turma: _____ N.º: _____

3. Data de Nascimento: _____ Idade: _____ anos

4. Naturalidade: _____

5. Residência: _____ Código Postal _____ - _____

Localidade: _____ Telefone casa: _____ telemóvel: _____

E-mail: _____

II - Encarregado de Educação

1.1 Pai 1.2 Mãe 1.3 Outros (Especifica) _____

(Preenche o ponto 2 apenas no caso da tua opção anterior ser “Outros”)

2.1. Nome: _____

2.2. Profissão: _____

2.3. Residência: _____ Código Postal _____ - _____

Localidade: _____ Telefone casa: _____

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

Muitas vezes Às vezes Raramente/ Nunca

4. Os teus pais ou Encarregados de Educação incentivam-te a estudar e ir às aulas:

Sim Não

III - Situação Familiar

1. Nome do pai: _____

2. Idade _____ anos Profissão: _____

3. Nome da mãe: _____

4. Idade ____ anos Profissão: _____

5. Pais separados Não Sim

6. Habilitações literárias (grau de instrução):

	Pai	Mãe
6.1 Não sabe ler nem escrever		
6.2 Primeiro Ciclo (4ºano)		
6.3 Segundo ciclo (6ºano)		
6.4 Terceiro ciclo (9ºano)		
6.5 Secundário (12ºano)		
6.6 Curso superior		
6.7 Outros _____		

7. Numero de irmãos: 0 1 2 3 4 +4

7.1. Idades por ordem crescente: _____

IV - Ambiente Familiar

1. Com quem vives?

Pais Mãe Pai Com familiares Outros: _____

2. Como consideras o teu ambiente familiar?

Bom Razoável Mau

3. Conversas com os teus pais sobre os seguintes assuntos? Indica quais:

Problemas escolares	
Problemas pessoais (“namoros”...)	
Desporto	
Amigos/Colegas de turma	
Problemas da actualidade (drogas, sida,...)	
Outros _____	

V - Habitação

1. Em que tipo de casa vives?

Apartamento Casa Outros: _____

2. Tens um quarto só para ti? _____ (sim ou não)

2.1 Se a tua resposta foi não, com quem divides? _____

3. Habitualmente o teu local de estudo é?

Em casa		Onde? _____
Na escola		Onde? _____
Outro local		Onde? _____

VI - Vida Escolar

1. Em que escola estiveste o ano passado? _____

2. Porque escolheste a escola onde estás agora? _____

3. Já reprovaste? _____ (sim ou não)

4. Se respondeste sim á questão anterior, indica em que ano(s):

		Nº de vezes
Primeiro ciclo	1º ano	
	2º ano	
	3º ano	
	4º ano	
Segundo ciclo	5º ano	
	6º ano	
Terceiro ciclo	7º ano	
	8.º ano	

5. Frequentas a escola porquê? (assinala as 2 principais):

Gostas de aprender	
É necessário no futuro	
Queres conseguir um emprego melhor	
És obrigado pelos teus pais	
Queres ter um curso superior	
Outros _____	

6. Quando é que estudas?

Diariamente	
Regularmente	
Em véspera de teste	
Nunca	

7. Alguém te ajuda a esclarecer dúvida quando tens dificuldades? _____ (sim ou não)

7.1. Se respondeste sim, indica quem te ajuda. _____

8. Qual é a disciplina que mais gostas? _____

9. Qual é a disciplina que tens mais dificuldade? _____

10. Quais são as principais razões dessas dificuldades (assinala as 3 mais importantes)

Falta de estudo	
Falta de interesse	
Dificuldade de compreensão	
Falta e bases de anos anteriores	
Falta de material	
Pouco tempo para aprender muita matéria	
Colocação tardia de professores	
Problemas de saúde	
Problemas pessoais	
Outra (s) _____	

12. Se depender de ti continuas a estudar até ao ensino superior? _____ (Sim ou Não)

13. Qual a profissão que gostarias de exercer, porquê? _____

VII - Apoio Económico

1. Já tiveste subsídio do AS.E.? _____

2. Requereste subsídio para este ano? _____

VII - Personalidade / Interesses Pessoais

1. Como identificas a tua personalidade?

Persistente		Desistente	
Optimista		Pessimista	
Confiante		Inseguro	
Paciente		Impaciente	
Calado		Falador	
Irrequieto		Calmo	
Triste		Alegre	
Extrovertido		Tímido	
Sociável		Pouco Sociável	

2. Indica as características que gostarias de ver num professor:

Exigência	
Pontualidade	
Simpatia	
Comunicabilidade	
Outras _____	

VII - Deslocação para a Escola

1. Para vires para a escola deslocas-te:

A pé	
De mota	
De carro	
De bicicleta	
Em transportes públicos: Qual? _____	

2. Quanto tempo demora a deslocação da tua casa até á escola? _____

VIII - Saúde

1. Peso: _____ 2. Altura: _____ 3. Ouves bem? _____ 4. Vês bem? _____

5. Tens alguma doença que te limite nas aulas de Educação Física? _____ Qual? _____

6. Já foste hospitalizado? _____ Porquê? _____

7. Tens alguns dos seguintes problemas?

Diabetes Asma Epilepsia Desvio de coluna Pé plano

Outros _____

IX - Hábitos

1. Quantas refeições fazes por dia? _____

2. Tomas pequeno-almoço? _____ (se respondeste não) Porquê?

3. Onde costumas almoçar? _____

4. O que costumas comer? _____

5. Fumas? _____ 6. Bebes álcool? _____

6. A que horas te costumas deitar habitualmente? _____

7. Quantas horas dormes por dia? _____

8. Com quem estudas?

Sozinho	
Com irmãos	
Com pais	
Com amigos	
Outros	

X - Caracterização Desportiva

1. Tiveste aulas de Educação Física no 1º ciclo? _____

2. Frequentaste as aulas de Educação Física nos anos anteriores? _____

3. Gostas das aulas de Educação Física? _____ Porquê? _____
4. Quais as modalidades que mais gostas? _____
5. Quais as modalidades que menos gostas? _____
6. Praticas ou já praticaste alguma actividade física extra escolar? _____ (sim ou não)
- Quais? No passado _____ Federado: Sim Não
- Actualidade _____ Federado: Sim Não
7. Costumas participar nas actividades promovidas pelo grupo de Educação Física?
- Sim Não Porquê? _____

XI - Ocupação de Tempos Livres

O que mais gostas de fazer nos teus tempos livres?

Ver televisão	
Ouvir musica	
Ir ao cinema	
Conversar com os amigos	
Estudar	
Dormir	
Ler	
Jogar computador	
Ajudar os pais	
Passear	
Desporto	
Outros: _____	

Obrigado pela tua colaboração!

ANEXO II

- DISTRIBUIÇÃO DAS UNIDADES DIDÁCTICAS POR PERÍODO LECTIVO -

1º PERÍODO

PERÍODO	MÊS	DIA	AULA N.º	UNIDADE DIDÁCTICA	AULA da U.D.	LOCAL
1.º PERÍODO	SETEMBRO	16	1	Apresentação/ U.D. Basquetebol		Campo Grande (Ext)
		16	2	U.D. Basquetebol	1	Campo Grande (Ext)
		21	3	U.D. Basquetebol	2	Campo Grande (Ext)
		23	4	U.D. Basquetebol	3	Campo Grande (Ext)
		23	5	U.D. Basquetebol	4	Campo Grande (Ext)
		28	6	U.D. Basquetebol	5	Campo Grande (Ext)
		30	7	U.D. Basquetebol	6	Campo Grande (Ext)
		30	8	U.D. Basquetebol	7	Campo Grande (Ext)
	OUTUBRO	7	9	U.D. Basquetebol	8	Campo Grande (Ext)
		7	10	U.D. Basquetebol	9	Campo Grande (Ext)
		12	11	U.D. Basquetebol	10	Campo Grande (Ext)
		14	12	U.D. Basquetebol	11	Campo Grande (Ext)
		14	13	U.D. Basquetebol	12	Campo Grande (Ext)
		19	14	U.D. Basquetebol	13	Campo Grande (Ext)
		21	15	U.D. Basquetebol	14	Campo Grande (Ext)
		21	16	U.D. Atletismo – Velocidade	1/ 1	Campo Grande (Ext)
		26	17	U.D. Atletismo – Velocidade	2/ 2	Campo Grande (Ext)
		28	18	U.D. Atletismo – Velocidade	3/ 3	Campo Grande (Ext)
	28	19	U.D. Atletismo - Estafetas	4/ 1	Campo Grande (Ext)	
	NOVEMBRO	2	20	U.D. Voleibol	1	Pavilhão
		4	21	U.D. Voleibol	2	Pavilhão
		4	22	U.D. Voleibol	3	Pavilhão
		9	23	U.D. Voleibol	4	Pavilhão
		11	24	U.D. Voleibol	5	Pavilhão
		11	25	U.D. Voleibol	6	Pavilhão
		16	26	U.D. Voleibol	7	Pavilhão
		18	27	U.D. Voleibol	8	Pavilhão
		18	28	U.D. Voleibol	9	Pavilhão
		23	29	U.D. Voleibol	10	Pavilhão
		25	30	U.D. Voleibol	11	Pavilhão
		25	31	U.D. Voleibol	12	Pavilhão
	DEZEMBRO	30	32	U.D. Badminton	1	Pavilhão
		2	33	U.D. Badminton	2	Pavilhão
		2	34	U.D. Badminton	3	Pavilhão
		7	35	U.D. Badminton	4	Pavilhão
		9	36	U.D. Badminton	5	Pavilhão
		9	37	U.D. Badminton	6	Pavilhão
		14	38	U.D. Badminton	7	Pavilhão
		16	39	U.D. Badminton	8	Pavilhão
	16	40	U.D. Badminton	9	Pavilhão	

2º PERÍODO

PERÍODO	MÊS	DIA	AULA N.º	UNIDADE DIDÁCTICA	AULA da U.D.	LOCAL
2.º PERÍODO	JANEIRO	4	41	U.D. Ginástica-Solo+Aparelhos-	1	Ginásio
		6	42	U.D. Ginástica	2	Ginásio
		6	43	U.D. Ginástica	3	Ginásio
		11	44	U.D. Ginástica	4	Ginásio
		13	45	U.D. Ginástica	5	Ginásio
		13	46	U.D. Ginástica	6	Ginásio
		18	47	U.D. Ginástica	7	Ginásio
		20	48	U.D. Ginástica	8	Ginásio
		20	49	U.D. Ginástica	9	Ginásio
		25	50	U.D. Ginástica	10	Ginásio
		27	51	U.D. Ginástica	11	Ginásio
		27	52	U.D. Ginástica	12	Ginásio
	FEVEREIRO	1	53	Fitnessgram	1	Ginásio/ Pavilhão
		3	54	Fitnessgram	2	Ginásio/ Pavilhão
		3	55	Fitnessgram	3	Ginásio/ Pavilhão
		8	56	Fitnessgram	4	Ginásio/ Pavilhão
		10	57	Fitnessgram - Visita Estudo	5	Ginásio/ Pavilhão
		10	58	Fitnessgram - Visita Estudo	6	Ginásio/ Pavilhão
		22	59	Visita Estudo	1	Campo Grande
		24	60	U.D. Futebol	1	Campo Grande
		24	61	U.D. Futebol	2	Campo Grande
	MARÇO	1	62	U.D. Atletismo - Velocidade	5/ 4	Campo Grande
		3	63	U.D. Futebol	3	Campo Grande
		3	64	U.D. Futebol	4	Campo Grande
		8	65	U.D. Atletismo - Velocidade	6/ 5	Campo Grande
		10	66	U.D. Futebol	5	Campo Grande
		10	67	U.D. Futebol	6	Campo Grande
		15	68	U.D. Atletismo - Velocidade	7/ 6	Campo Grande
		17	69	U.D. Futebol	7	Campo Grande
		17	70	<i>U.D. Futebol</i>	8	Campo Grande
		22	71	U.D. Futebol	9	Campo Grande
		24	72	U.D. Futebol	10	Campo Grande
		24	73	U.D. Futebol	11	Campo Grande

3º PERÍODO

PERÍODO	MÊS	DIA	AULA N.º	UNIDADE DIDÁCTICA	AULA da U.D.	LOCAL	
3.º PERÍODO	ABRIL	12	73	MegaSprinter		Campo Exterior	
		14	74	U.D. Andebol	1	Pavilhão	
		14	75	U.D. Andebol	2	Pavilhão	
		19	76	U.D. Andebol	3	Pavilhão	
		21	77	U.D. Andebol	4	Pavilhão	
		21	78	U.D. Andebol	5	Pavilhão	
		26	79	U.D. Andebol	6	Pavilhão	
		28	80	U.D. Andebol	7	Pavilhão	
			28	81	U.D. Andebol	8	Pavilhão
	MAIO		3	82	U.D. Andebol	9	Pavilhão
			5	83	U.D. Andebol	10	Pavilhão
			5	84	U.D. Andebol	11	Pavilhão
			10	85	U.D. Andebol	12	Pavilhão
			12	86	U.D. Andebol	13	Pavilhão
			12	87	U.D. Andebol	14	Pavilhão
			17	88	U.D. Atletismo – Salto em Altura	13/ 1	Ginásio
			19	89	U.D. Atletismo – Salto em Altura	14/ 2	Ginásio
			19	90	Modalid.Alternativas-Bitoke Ragby	1	Campo pequeno
			24	91	Modalid.Alternativas-Bitoke Ragby	2	Campo pequeno
			26	92	U.D.Atletismo–Salto Cumprimento	15/ 1	Campo pequeno
			26	93	Modalid.Alternativas-Bitoke Ragby	3	Campo pequeno
			31	94	Modalid.Alternativas-Bitoke Ragby	4	Campo pequeno
	JUNHO		2	95	U.D.Atletismo–Salto Cumprimento	16/ 2	Campo pequeno
			2	96	Modalid.Alternativas-Bitoke Ragby	5	Campo pequeno
			7	97	U.D.Atletismo–Salto Cumprimento	17/ 3	Campo pequeno
			9	98	U.D.Atletismo–Salto Cumprimento	18/ 4	Campo pequeno
			9	99	Modalid.Alternativas-Bitoke Ragby	6	Campo pequeno
			14	100	U.D. Atletismo – Salto em Altura	19/ 3	Ginásio
		16	101	U.D. Atletismo – Salto em Altura	20/ 4	Ginásio	
		16	102	Encerramento Ano Lectivo – Auto-Avaliação		Ginásio	

ANEXO III

- CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA -

Componente Cognitiva	10%
- Conhece e compreende as regras próprias de cada modalidade	5%
- Conhece, identifica e interpreta crítica e adequadamente as componentes críticas dos gestos técnicos e táticos de modalidade em questão	5%

Componente Sócio-Afectiva	15%
<p>Comportamento sócio-desportivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coopera e colabora com os colegas e professor - Aceita as indicações e ajudas dos colegas e professor - Respeita os materiais, os colegas, os adversários e o professor - Dá indicações aos colegas e ajuda-os a melhorar - Respeito pela Ética Desportiva 	5%
<p>Atitude face à aula de Educação Física:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pontualidade - Assiduidade - Presença com material - Está sempre pronto para as tarefas - Respeito pelos cuidados de higiene pessoal 	5%
<p>Empenhamento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realiza ao máximo as tarefas - Estar sempre em actividade - Realiza as tarefas pertinentes - Respeito pelas regras de funcionamento - Comportamento 	5%

Componente Motora	75%
<ul style="list-style-type: none"> - Aperfeiçoar o domínio do próprio corpo; - Cooperar com os companheiros para o alcance do objectivo dos jogos; - Desempenhar com oportunidade, empenho e correcção as acções técnico-tácticas solicitadas pelas situações de jogo ou de combate; - Utilizar técnicas básicas de projecção e controlo, próprias e do opositor, aplicando as regras, quer como executante quer como juiz; - Conhecer e aplicar as regras de jogo, como árbitro e como jogador, assim como a ética desportiva e cordialidade inerentes a esse jogo; - Realizar sequências de destrezas, no solo e em aparelhos, em esquemas individuais ou de grupo, com correcção técnica e expressiva; - Realizar saltos, corridas e lançamentos segundo padrões simplificados; - Cumprir correctamente as exigências elementares técnicas e regulamentares de todas as actividades ou exercícios, em qualquer modalidade; - Orientar-se pela interpretação de documentos apropriados, preservando a qualidade do ambiente e respeitando, como segurança, as características dos terrenos e obstáculos realizando percursos de dificuldade reduzida. - Realizar deslocamentos em segurança, com intencionalidade e oportunidade, em equilíbrio, sobre patins ou outro equipamento similar, em percursos definidos. 	75%

ANEXO IV

- NÍVEIS DE AVALIAÇÃO POR COMPONENTE DA AVALIAÇÃO -

15%	Componente Sócio-Afectiva
Nível	<i>Crítérios de avaliação</i>
1	É frequente não trazer equipamento justificando-se com ligeireza. É frequente pedir dispensa às aulas. Não se preocupa muito com a pontualidade, não revelando qualquer interesse pelas aulas.
2	Poucas vezes traz equipamento justificando-se sem preocupações. Pede frequentemente dispensa às aulas sem justificações convincentes. É pouco pontual, revelando pouco interesse pelas aulas.
3	Por norma é assíduo e pontual. Se faltar, justifica a falta apresentando justa causa, manifesta interesse por todas as actividades.
4	Assíduo e pontual, manifesta interesse por todas as actividades propostas e empenha-se com entusiasmo.
5	Assíduo e pontual, muito interessado por todas as actividades e propostas e empenha-se com muito entusiasmo.

10%	Componente Cognitiva
Nível	<i>Crítérios de avaliação</i>
1	Revela desconhecimento ao nível das regras, da execução técnica e tática da maioria das actividades abordadas.
2	Revela alguns conhecimentos de regras, aplicando alguns conhecimentos técnicos táticos com dificuldade.
3	Conhece as regras e aplica os conhecimentos técnico-táticos de forma correcta.
4	Domina os conhecimentos técnico-táticos da maioria das actividades abordadas, revelando um espírito criativo.
5	Domina os conhecimentos técnico-táticos e as regras das actividades abordadas, revelando um espírito criativo e capacidade de intervenção junto da equipa para melhor organização/rendimento

75%	Componente Motora
Nível	<i>Crítérios de avaliação</i>
1	Não executa as tarefas motoras propostas. Valores e índices de execução demasiado baixos.
2	Executa com grande dificuldade as tarefas motoras. Valores e índices de execução baixos.
3	Executa grande parte das tarefas motoras, embora em ritmo lento em relação às exigências.
4	Executa grande parte das tarefas motoras. Bom ritmo de execução. Revela boas vivências desportivas.
5	Executa todas as tarefas motoras com grande rigor. Bom ritmo de execução, revela boas vivências desportivas.

NOTA FINAL DE PERÍODO = 0,75 x Componente Motora + 0,10 x Componente Cognitiva + 0,15 x Componente Sócio Afectiva

Componente Motora*	Sócio Afectiva	Componente Cognitiva
75%	15%	10%

De acordo com os critérios do Grupo de Educação Física da EB 2,3 José Saraiva a **Componente Motora** será ponderada de acordo com a seguinte fórmula:

$$\frac{4XA + 2XB + 1XE}{7}$$

7

A – Andebol, Futebol; Basquetebol e Voleibol;

B – Ginástica de solo e Ginástica de aparelhos;

E – Outras (Actividades de Exploração da Natureza, Corfebol, Escalada, Atletismo, Ginástica Acrobática, BTT, etc.)