

SABRINA DA SILVA NADAIS

Nº2010111467



**Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola
Secundária Homem Cristo junto da turma do 11ºAno ano letivo
de 2011/2012**

Estratégias de Motivação

Relatório de Estágio apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra com vista à obtenção do grau de mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Orientadora: Dra. Elsa Silva

COIMBRA

2012

Esta obra deve ser citada como: Nadais, S. (2012) *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Secundária Homem Cristo junto da turma do 11ºA no ano letivo de 2011/2012*. Universidade de Coimbra, Portugal.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, dirijo os meus agradecimentos à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, pela oportunidade que me concedeu para a realização deste mestrado e pelo facto de me ter facultado todos os recursos físicos e humanos necessários à sua concretização.

Dirijo, também, a minha gratidão às orientadoras de estágio que me acompanharam, a Prof.^a Elsa Silva e a Prof.^a Olga Fonseca. À Prof.^a Elsa Silva pelo empenhamento e disponibilidade que demonstrou face ao esclarecimento das dúvidas com que me deparei, e na orientação que me concedeu na realização dos trabalhos. À Prof.^a Olga Fonseca, orientadora da Escola Secundária Homem de Cristo, pela sua devoção inesgotável e pela orientação fornecida que me fez evoluir.

Agradeço, de igual forma, a todos os alunos do 11^o A e aos elementos que constituem os recursos humanos da Escola Secundária Homem Cristo, na medida em que todos eles se demonstraram, desde o início deste estágio, compreensivos e dispostos a ajudar em tudo aquilo que fosse necessário.

À minha família, sobretudo à minha mãe, por sempre ter acreditado em mim, pelos sacrifícios que fez para que eu conseguisse finalizar esta etapa académica e pela educação que me deu, repleta de incentivos, para que me tornasse uma adulta empenhada e ambiciosa, que luta pelos seus objetivos. Sempre repetia: “Com empenho tudo se consegue” e foi esta frase que me deu forças e incentivo nestes cinco anos de faculdade, levando-me a nunca desistir deste sonho.

RESUMO

O presente relatório foi realizado no âmbito da disciplina Estágio Pedagógico do Mestrado em Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário. O seu conteúdo apresenta uma descrição e reflexão acerca das atividades que desenvolvi como professora estagiária de Educação Física, da turma 11^ºA, da Escola Secundária Homem Cristo.

Neste sentido, o relatório apresentado será dividido em três capítulos principais, sendo que o primeiro apresenta a contextualização da prática desenvolvida, as minhas expectativas iniciais, as condições locais do estágio e a relação educativa.

A segunda parte contém a reflexão acerca da experiência da prática pedagógica, relativamente às atividades desenvolvidas, às aprendizagens adquiridas e às dificuldades sentidas durante este ano letivo.

Na terceira parte será desenvolvido o tema “Estratégias de motivação para as aulas de Educação Física”, que surge, com o objetivo primordial, de melhorar a intervenção pedagógica, quer ao nível do aumento da motivação por parte dos alunos, quer também para a minha própria realização pessoal e profissional.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PEDAGÓGICO. PROFESSOR. EDUCAÇÃO FÍSICA. REFLEXÃO.

ABSTRACT

This report was conducted within the Teacher Training of the course Master's Degree in Physical Education of Elementary and Secondary Education. It's content provides a description and reflection on the activities that I developed as a trainee teacher of Physical Education, class of 11^ºA, in the Secondary School Homem Cristo.

In this sense, the report will be divided into three main chapters, the first of which presents the contextualization of the developed exercises, my initial expectations, local conditions and the educative relation.

The second part contains the reflection about the experience of the teaching practice, in relation to the developed activities, the lessons learned and the difficulties encountered during this school year.

In the third part will be developed the theme “Strategies of Motivation for Physical Education Classes” which comes with the primary objective of improving the educational intervention, both in terms of augmenting the motivation of the students, and also for my own personal and professional fulfillment.

KEYWORDS: TEACHER TRAINING. TEACHER. PHYSICAL EDUCATION. REFLECTION.

COMPROMISSO DE ORIGINALIDADE DO DOCUMENTO

Eu, Sabrina da Silva Nadais, aluna nº 2010111467 do MEEFEBS da FCDEFF-UC, venho declarar por minha honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da minha autoria, não se inscrevendo, por isso, no definido na alínea s do artigo 3º do Regulamento Pedagógico da FCDEF.

SUMÁRIO

Introdução	1
1. Contextualização Da Prática Desenvolvida	2
1.1. Expectativas e opções iniciais.....	2
1.2. Caracterização das condições locais e da relação educativa	4
2. Análise reflexiva sobre a prática pedagógica.....	7
2.1. Atividades desenvolvidas	7
2.1.1. Planeamento.....	7
2.1.1.1. Plano Anual.....	9
2.1.1.2. Unidades Didáticas	10
2.1.1.3. Planos de Aula	11
2.1.2. Realização	12
2.1.2.1. Instrução	14
2.1.2.2. Gestão.....	15
2.1.2.3. Clima/Disciplina.....	16
2.1.2.4. Decisões de ajustamento	17
2.1.3. Avaliação	18
2.1.3.1. Avaliação Diagnóstica.....	19
2.1.3.2. Avaliação Formativa.....	20
2.1.3.3. Avaliação Sumativa.....	21
2.1.4. Componente ético-profissional	22
2.2. Justificação das opções tomadas	24
2.3. Ensino aprendizagem.....	25
2.3.1. Aprendizagens realizadas como estagiária	25
2.3.2. Compromisso com as aprendizagens dos alunos	27
2.4. Dificuldades e Necessidades de Formação	29

2.4.1. Dificuldades sentidas e formas de resolução	29
2.4.2. Dificuldades a resolver no futuro ou formação contínua.....	31
2.5. Ética profissional	32
2.5.1. Capacidade de iniciativa e responsabilidade	32
2.5.2. Importância do trabalho individual e de grupo	33
3. Aprofundamento de tema	34
Conclusão	44
Referências bibliográficas	47

INTRODUÇÃO

O presente relatório foi realizado no âmbito da disciplina Estágio Pedagógico, integrado no 2º ano de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Esta unidade curricular destina-se à profissionalização de novos docentes através do processo de prática profissional autónoma, com a duração de um ano letivo. O seu objetivo essencial é proporcionar e assegurar, aos novos docentes, a possibilidade de aplicar, em situações reais, os conhecimentos, métodos e técnicas adquiridas durante a formação académica, permitindo assim uma articulação mais eficaz entre a teoria e a prática profissional do futuro.

De forma a conseguir atingir esse objetivo, este estágio foi realizado na Escola Secundária Homem Cristo, localizada na cidade de Aveiro. Assegura-se que, neste lugar, foi permitido recolher as mais variadas experiências e conhecimentos necessários para o nosso futuro profissional. O estágio teve início no dia 1 de setembro de 2011 e foi concluído no dia 30 de maio de 2012.

Neste sentido, o documento apresentado será dividido em três capítulos principais, sendo que o primeiro apresenta a contextualização da prática desenvolvida, as expectativas iniciais, as condições locais do estágio e a relação educativa.

A segunda parte contém a reflexão acerca da experiência da prática pedagógica, relativamente às atividades desenvolvidas, às aprendizagens adquiridas e às dificuldades sentidas durante este ano letivo.

Na terceira parte será desenvolvido o tema “Estratégias de motivação para as aulas de Educação Física”, que surge, com o objetivo primordial, de melhorar a intervenção pedagógica, quer ao nível do aumento da motivação por parte dos alunos, quer também para a nossa realização pessoal e profissional.

1. CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

1.1. Expectativas e opções iniciais

Pensamos que este Estágio será bastante útil para a formação como docente de Educação Física, devido ao facto de permitir aplicar variados conhecimentos e práticas apreendidas durante a Licenciatura em Desporto e no 1º ano de Mestrado em Ensino da Educação Física.

Para além de contribuir para o desenvolvimento profissional, considera-se também que o Estágio será uma excelente prática essencial ao desenvolvimento pessoal. Durante o decorrer do mesmo vamos procurar ter um comportamento e uma atitude adequada perante todas as situações, assim como com a diversidade de alunos que irão compor a turma, tratando-os com equidade e respeito. Pretendemos ir ao encontro das necessidades desses alunos e identificar as formas mais corretas de organizar e gerir o processo de Ensino-Aprendizagem. Também pretendemos que as estratégias que se irão adotar se moldem de acordo com os saberes adquiridos durante a formação académica, e, sempre que for necessário, faremos com que a investigação seja uma constante, da mesma forma que decorreremos à reflexão conjunta com os vários agentes educativos.

Esperamos garantir a todos os alunos, numa perspetiva de escola inclusiva, um conjunto de aprendizagens de natureza diversa, visando, por fim, promover um desenvolvimento integral dos mesmos. Também nos responsabilizamos por lhes proporcionar o desenvolvimento da autonomia e a sua plena inclusão na sociedade. Devemos garantir a qualidade dos contextos de inserção do processo educativo, de modo a garantir o bem-estar dos alunos e o desenvolvimento de todas as componentes da sua identidade.

Pretendemos ser responsáveis perante as tarefas que nos são propostas; dinâmicos, no que concerne o planeamento e transmissão dos conhecimentos em contexto de aula; colaborativos com todos os agentes educativos, visando a reflexão constante do processo de ensino-aprendizagem. Tentaremos, também, sempre que for possível, expor a nossa opinião, de forma construtiva e adequada ao contexto.

Ambicionamos colaborar nos projetos escolares e trabalhar com todos os intervenientes do processo de ensino-aprendizagem, desde docentes a alunos, pais e auxiliares. O respeito mútuo é essencial para que se consiga obter uma boa relação entre todos, contribuindo, no final, para o sucesso dos alunos.

Quanto ao desenvolvimento e formação profissional, pretendemos praticar uma constante autorreflexão durante o decorrer do Estágio acerca das nossas práticas. Também pretendemos utilizar os nossos conhecimentos em investigação para encontrar formas de melhorar o nosso ensino e detetar quais as necessidades dos alunos. Esperamos trabalhar em equipa com os vários docentes e os restantes estagiários, privilegiando a partilha de saberes e de experiências, para o enriquecimento da nossa formação. Para além disso, também visamos desenvolver competências pessoais, sociais e profissionais, numa perspetiva de formação ao longo da vida.

Como professores estagiários ambicionamos criar um ambiente de confiança e respeito mútuo no espaço de aula, de modo a favorecer a implementação de estratégias e soluções para os problemas futuros que possam surgir.

Ao nível do desenvolvimento do ensino e da aprendizagem, ambicionamos promover aprendizagens significativas no âmbito dos objetivos do projeto curricular de turma, desenvolvendo as competências essenciais e estruturantes que o integram. Vamos tentar adequar os nossos saberes, estratégias e técnicas de ensino a cada nível e ciclo de ensino dos alunos. Também esperamos conseguir um ambiente organizado para o processo de ensino-aprendizagem e fomentar as aprendizagens dos alunos com as opções pedagógicas e didáticas adequadas.

Pretendemos fazer o uso correto da língua portuguesa, nas suas vertentes escrita e oral, e impulsionar a aprendizagem sistemática dos processos de trabalho intelectual e das formas de o organizar e comunicar.

Partindo da identificação do nível de cada aluno e das suas necessidades, esperamos conseguir um ensino diferenciado, para que nenhum aluno seja prejudicado. Para além disso, consideramos que a implementação de um conjunto de regras que sejam cumpridas por todos os intervenientes, será um bom método, pois acreditamos ser uma maneira adequada de evitar problemas e conflitos que possam ocorrer entre os alunos. Estes devem ser informados relativamente às diretrizes que constituem o processo de ensino - aprendizagem, assim como aos tópicos relativos à avaliação contínua.

1.2. Caracterização das condições locais e da relação educativa

A Escola Secundária Homem Cristo fica situada na Rua Belém do Pará, na freguesia da Glória, da cidade de Aveiro. Localiza-se no centro histórico da cidade, mesmo ao lado do Teatro Aveirense. Mesmo à sua frente posiciona-se a Praça da República, onde se situa a Câmara Municipal, a sede da Aveiro-Digital, a Casa da Cultura, bem como a Misericórdia e algum comércio tradicional. O edifício escolar foi inaugurado em 1860, ano em que o Patrono desta escola, Francisco Manuel Homem Cristo, nasceu. A sua vida termina aos 83 anos de idade e como forma de homenagem, a Escola decidiu erigir um busto seu, no átrio principal. Para além disso, a Escola festeja todos os anos, em Fevereiro ou em Março, o dia do seu Patrono, substituindo as aulas por atividades diversificadas, com a abertura da Escola à comunidade e a entrega de prémios aos melhores alunos, numa sessão solene.

Quanto às instalações, a Escola possui três pisos onde ficam situadas as salas de aula, os laboratórios (Informática, Matemática, Biologia, Geologia, Física e Química), o ginásio, os campos de jogos, o gabinete de Educação Física e dois de

atendimento aos encarregados de educação, a sala dos professores e a sala de diretores de turma. Para além destas instalações, todas as salas se encontram apetrechadas com computadores, acesso à Internet sem fios, quadro cerâmico, televisão, vídeo ou DVD e projetor de vídeo.

O Grupo de Educação Física desta Escola é constituído pelos professores João Cardoso, António Diogo, Maria Martins, Maria Mónica e a professora Olga Fonseca, a coordenadora de área e orientadora dos estagiários. Dentro deste Grupo de Educação Física, o professor João Cardoso é aquele que leciona há mais tempo nesta Escola, sendo que o elemento mais recente é a professora de Educação Física, Olga Fonseca. O grupo, juntamente com os estagiários de Educação Física, procura desenvolver e organizar um aglomerado de atividades, durante o ano letivo: Surf, Meeting de Atletismo, Torneio de Basquetebol, Competição de Dança, Torneio de Voleibol, Ski/Snowbord na Serra da Estrela e algumas atividades do Dia do Patrono.

A turma do 11^ºA é aquela onde iremos lecionar as nossas aulas, às quartas-feiras das 11h50 às 13h20 e todas as sextas-feiras das 10h10 às 11h40.

Esta turma é constituída por 27 alunos, mas apenas 21 estão inscritos na disciplina de Educação Física. Destes 21 alunos existem 5 alunos do sexo masculino e 16 do sexo feminino, ou seja, a turma é constituída, na sua grande maioria, por alunos do sexo feminino. As idades dos alunos variam entre os 15 e os 18 anos, mas a maior parte tem 16 anos de idade e medem entre os 153 cm e os 194 cm. Quanto ao peso, o mesmo oscila entre os 35,5 kg e os 80,4 kg.

Com a análise dos questionários preenchidos pelos alunos no início do ano letivo, fomos capaz de conhecer melhor as características desta turma, nomeadamente os hábitos, o estado de saúde de cada um e as características familiares. Pudemos verificar que a maioria dos alunos vive com os pais e que estes possuem um grau baixo de habilitações literárias. No que concerne o modo como os alunos se deslocam para a escola, concluímos que a maioria utiliza como meio de transporte o autocarro, demorando entre 21 a 30 minutos a chegar à escola. Quanto ao percurso escolar de cada um, chegamos a conclusão que a maioria dos alunos frequentou o pré-escolar sem reprovar. A maioria dos casos de reprovação deram-se apenas no

10º ano e as disciplinas, às quais receberam apoio pedagógico, foram: a Matemática A, Físico-Química e Inglês. Quanto às rotinas de estudo dos alunos, pudemos chegar às seguintes conclusões:

- a maioria deles estuda diariamente;
- os pais observam muitas vezes as fichas de trabalho/avaliação e conversam com os seus filhos sobre os resultados obtidos;
- as disciplinas em que os alunos sentem mais dificuldade são as de Matemática e Inglês e as que sentem menos dificuldades são as de Português e Biologia;
- a maioria da turma considera que as dificuldades que sentem se devem ao facto de não compreenderem a explicação do professor;
- a maioria da turma aprecia um professor simpático, e a característica que menos apreciam no professor é a antipatia;
- as aulas que mais lhes agradam são aquelas em que trabalham individualmente ou em grupo.

O carácter individual dos alunos, revela que são honestos e nas perspetivas de futuro, grande parte referiu que quer seguir um curso superior. Quanto ao estado de saúde, a maioria considera-se saudável. No entanto, é importante referir que existem dois alunos na turma com asma, uma aluna com um quisto no pulso, duas alunas com uma patologia na coluna cervical e uma aluna com Escoliose. Para além disso, existem três alunos fumadores na turma, sendo que um deles é a aluna que possui Asma.

O cálculo do Índice de Massa Corporal dos alunos demonstrou que três deles se encontram com peso abaixo do pretendido e dois alunos possuem excesso de peso. Quanto às ocupações dos alunos, apenas seis alunos praticam desporto fora da escola.

Na generalidade, esta turma constitui-se por alunos bem comportados e preocupados com a sua prestação académica. No entanto, não se demonstram motivados para a prática desportiva, existindo, ainda, alguns elementos que me levantaram pequenas preocupações ao nível da sua saúde.

2. ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA

2.1. Atividades desenvolvidas

2.1.1. Planeamento

Segundo Bento (2003) “a planificação é o elo de ligação entre as pretensões imanentes ao sistema de ensino e aos programas das respetivas disciplinas, e a sua realização prática. É uma atividade prospetiva, diretamente situada e empenhada na realização do ensino que se consuma na sequência: elaboração do plano → realização do plano → controlo do plano → confirmação ou alteração do plano, etc.”

Sempre que se inicia um processo mais ou menos complexo, tendo em vista alcançar determinados objetivos, torna-se importante fazer uma antevisão das ações a serem realizadas, para que o processo decorra de forma orientada e ordeira. Por isso, é de extrema importância que no processo de ensino-aprendizagem, o professor planifique os objetivos, os conteúdos, as unidades didáticas, as aulas, as visitas de estudo, etc.

De igual modo, é importante que o professor tenha sempre em mente que a planificação a longo prazo, como o plano anual, constitui o suporte organizador dos planos a médio prazo – unidades didáticas. E estas constituem o suporte dos planos a curto prazo – planos de aula.

No entanto, e segundo Damião (1996), é necessário ter em atenção que a planificação pode ser contra produtora se os professores a tornarem rígida e não a adaptarem à sua aula e às necessidades dos alunos.

Grande parte do planeamento da Escola Homem Cristo é determinado e partilhado pela área disciplinar de Educação Física, cabendo a decisão final ao professor titular

da turma. Enquanto estagiários, tentamos seguir as decisões da área disciplinar, realizando ao mesmo tempo uma análise ao Programa Nacional e às características da turma. Com a observação do Programa Nacional e o planeamento da área disciplinar, entendemos que no 11º ano devemos lecionar as modalidades em que os alunos são melhores e aquelas nas quais demonstram mais interesse.

Compreende-se a necessidade de ter em conta os interesses dos alunos ao analisar a ideologia da educação progressiva. Esta defende que se as situações escolares versam sobre assuntos de interesse para o aluno, ele participará ativamente nessas situações e aprenderá, assim, a lidar eficientemente com elas (Tyler, 1976).

Além disso, alega-se que a eficiência cada vez maior, com que ele enfrenta situações presentes, garante a sua capacidade de enfrentar novas situações à medida que estas forem surgindo. Por isso, é essencial que a escola ofereça oportunidades ao estudante para atuar ativamente nas coisas que lhe interessam e nas quais está profundamente envolvido, mergulhar nelas com entusiasmo e entregar-se de maneira eficiente a tais atividades (Tyler, 1976).

Tyler (1976) refere que ao ter em atenção os interesses e as necessidades individuais, é necessário planear uma série de investigações sobre as várias fases dos interesses dos estudantes, e de preferência realizar um estudo único que tente abarcar todos os aspetos da vida pelos quais os estudantes possam ter interesse.

Para conseguir tal investigação, Tyler (1976) afirma que o questionário é um meio útil de colher informações que o estudante não hesita em fornecer. Este meio tem sido largamente utilizado para investigar os interesses dos alunos, bem como, para descobrir problemas de carácter pessoal e hábitos.

Tendo, então, em conta esta importância dos interesses dos alunos e da necessidade de investigá-los, entregamos um questionário à turma com o objetivo de conhecer os seus interesses desportivos e, para além disso, analisamos os resultados do questionário da diretora de turma, verificando os interesses dos alunos, em geral, e os seus hábitos.

Para além de ter em conta as preferências dos alunos e a habilidade deles (avaliação diagnóstica), também verificamos no Programa Nacional as modalidades

obrigatórias a lecionar este ano letivo: duas modalidades de desportos coletivos, ginástica ou atletismo, dança e uma dança social, e duas outras modalidades.

Somos da opinião que, o planeamento deste ano letivo foi uma das tarefas mais complexas, visto ser a primeira vez que analisamos e realizamos um planeamento real. É uma tarefa à qual deve ser atribuído bastante tempo e dedicação, pois traz resultados gratificantes.

2.1.1.1. Plano Anual

Segundo Bento (2003), “um plano anual é um plano de perspetiva global que procura situar e concretizar o programa de ensino no local e nas pessoas envolvidas. Os objetivos indicados para cada ano, no programa ou normas programáticas, são objeto de uma formulação avaliável e concreta para professores e alunos. Constitui, pois, um plano sem pormenores da atuação ao longo do ano, requerendo, no entanto, trabalhos preparatórios de análise e de balanço, assim como reflexões a longo prazo”.

Torna-se então claro, que no início do ano letivo, é importante que o professor tenha uma perspetiva abrangente sobre o processo de ensino-aprendizagem a desenvolver ao longo do ano. Para isso, antes do início das aulas, a primeira preocupação do professor deve consistir em delimitar globalmente a ação a ser empreendida ao longo de todo o ano escolar, isto é, elaborar a planificação a longo prazo. No que a esta diz respeito, elaboramos um plano anual de turma que aborda a caracterização da escola e do seu meio, o plano anual de Educação Física da Escola e a caracterização da turma onde lecionamos. Para além disso, contém a distribuição das atividades e das aulas por matérias e espaços.

Esta planificação foi realizada após as avaliações diagnósticas e após a definição das matérias a abordar para o ano letivo. Planeou-se, para o 1º Período, a abordagem das matérias badmínton, basquetebol e andebol; para o 2º Período a

dança e a continuação do basquetebol e andebol; e para o 3º Período o cicloturismo e a ginástica acrobática.

Na nossa opinião é um trabalho exaustivo e extenso, mas que contém todas as informações necessárias. Permite a qualquer professor conhecer globalmente a escola e o meio onde ela se insere. Também possui informações detalhadas sobre como chegar aos espaços fora da escola, onde se podem realizar as aulas de Educação Física, como por exemplo, os variados Parques da Cidade. A distribuição das aulas e das matérias é de fácil leitura, pois permite a verificação das matérias através das cores usadas.

2.1.1.2. Unidades Didáticas

Antes do início do ano letivo e durante o seu decurso, é necessário elaborar unidades didáticas, ou seja, os planos a médio prazo correspondentes a cada unidade de aprendizagem, consideradas no plano a longo prazo.

As unidades didáticas das variadas matérias a abordar neste ano letivo foram elaboradas após a preparação do plano anual de turma. Primeiramente dedicamo-nos às unidades didáticas das modalidades badmínton, basquetebol e andebol, pois foram as modalidades lecionadas no 1º Período. Posteriormente, passamos à realização das restantes unidades didáticas, como a dança, o cicloturismo e a ginástica acrobática.

Ao nível da sua estrutura, referimos primeiramente a história e a caracterização da modalidade, assim como os conteúdos técnicos. De seguida referimos os objetivos, a sequencialidade dos conteúdos, a avaliação e as estratégias de ensino. Em último lugar, realizamos uma reflexão sobre o decorrer da unidade didática, onde se analisa as aprendizagens e resultados adquiridos pelos alunos. Na concretização desta estrutura teve-se em atenção a proposta sugerida pelo Prof. Miguel Fachada, docente da disciplina Didática da Educação Física e Desporto Escolar, assim como as sugestões dos colegas estagiários.

As informações das matérias, relativamente aos elementos técnicos e táticos, foram elaboradas em grupo com os restantes estagiários desta Escola, no entanto, os restantes capítulos foram elaborados individualmente. De salientar, que para a definição da extensão e sequência dos conteúdos, recorreremos ao Programa Nacional de Educação Física e realizamos uma adaptação do mesmo ao nível dos alunos.

2.1.1.3. Planos de Aula

Durante o ano letivo é essencial produzir planos a curto prazo que correspondam às ações que, no dia-a-dia, vão alcançando os diferentes conteúdos dos planos a médio prazo.

Na elaboração dos planos de aula, tentamos seguir a estrutura mais completa e correta possível, o que não foi tarefa fácil, pois tivemos algumas dúvidas acerca dos objetivos. As dúvidas surgiram, porque atualmente se ouve falar em variados tipos de objetivos, como por exemplo, objetivos pedagógicos, objetivos operacionais, objetivos comportamentais, objetivos específicos, etc. No entanto, conseguimos obter um esclarecimento relativamente a este assunto, através da orientadora da faculdade, a Prof.^a Elsa Silva.

Em geral, tentamos seguir a estrutura que nos foi fornecida na disciplina de Didática da Educação Física e Desporto Escolar, do 1º Ano de Mestrado, porque na nossa opinião era a mais completa. A estrutura é a seguinte: no cabeçalho consta a informação auxiliar à aula (o material que vai ser usado, o local e horário da aula, os objetivos, o sumário, entre outras); seguidamente são apresentadas as tarefas da aula divididas em três fases (a fase inicial, a fundamental e a final). Dentro de cada fase consta o tempo de realização dos exercícios, os objetivos pedagógicos, as condições de realização e organização, as componentes críticas e as estratégias e estilos de ensino. No final de cada plano realizamos uma reflexão da aula, com o objetivo de determinar os fatores de sucesso ou insucesso, de caracterizar os efeitos

da aula, identificando os resultados obtidos pelos alunos e criando sugestões/melhorias para aulas futuras.

No entanto, também realizamos pequenos ajustes, como por exemplo nos objetivos de aula, onde definimos três tipos de objetivos, que representam os domínios de aprendizagem propostos por Bloom (1976), na taxonomia dos objetivos educacionais (cit. por Nobre, 2010):

- objetivos cognitivos - representam as aprendizagens intelectuais;
- objetivos afetivos – representam as aprendizagens acerca dos aspetos de sensibilização e gradação de valores;
- objetivos psicomotores - dizem respeito às aprendizagens de habilidades de execução de tarefas, que envolvem o organismo muscular.

Ao longo das aulas a orientadora da Escola, a Prof.^a Olga Fonseca, foi colaborando connosco, dando sugestões e correções. Um dos pontos que nos aconselhou a mudar foi a transferência dos exercícios de aquecimento específicos para a parte fundamental da aula, em vez de os incluir na parte inicial.

Em suma, para a definição do plano de aula, tentou-se sempre que ele fosse apresentado de forma compreensível a outro colega de profissão, tornando-o o mais explícito possível.

2.1.2. Realização

Para nós este ponto foi o mais importante do estágio, visto ter sido a nossa primeira vez a lecionar aulas de Educação Física, o que significa que foi a primeira vez que podemos realmente colocar em prática os conhecimentos académicos adquirimos ao longo destes anos, na academia.

Também consideramos importante referir que, trabalhar com alunos do ensino secundário requer muita concentração, estudo e segurança naquilo que se pretende fazer e transmitir, devido à maturidade e ao nível de conhecimento dos alunos.

Tal como Siedentop e Eldar (1989) afirmam, o verdadeiro professor é um investigador e a sua investigação tem íntima relação com a sua função de professor (cit. por Silva, 2010). Por isso, realizamos, durante todo o estágio, variadas pesquisas e investigações no que concerne os exercícios a realizar na aula e investigamos a opinião dos alunos acerca das aulas de Educação Física e da nossa prestação como professores, com o objetivo de saber quais os aspetos a melhorar e, assim, fornecer aos alunos um melhor ensino. Segundo C. Costa e outros (1996) os professores eficazes são os que possuem um espírito crítico sobre si mesmos, os que são capazes de analisar continuamente o seu ensino e o resultado do seu trabalho, e estão dispostos a promover as alterações que se mostrem urgentes (cit. por Silva, 2010).

Para além das investigações realizadas, também refletimos bastante com o núcleo de estágio, e questionamo-nos, variadíssimas vezes, sobre as nossas decisões e alguns comportamentos ou insucessos dos nossos alunos, porque, tal como Siedentop e Eldar (1989) defendem, o professor deve questionar-se sobre as razões subjacentes às suas decisões educativas e sobre o insucesso de alguns alunos (cit. por Silva, 2010). Somos da opinião que o professor se deve questionar, sistematicamente, relativamente aos seus métodos e estratégias, visto que nenhum aluno é igual ao outro, nenhuma turma possui as mesmas características da outra e mesmo o processo de ensino-aprendizagem é um processo de elevado grau de complexidade, que obriga à constante atualização do professor.

Na condução do processo de ensino-aprendizagem podemos referir que fomos sempre pontuais e assíduos. Em todas as aulas estivemos devidamente equipados e apresentamo-nos sempre antecipadamente ao horário das mesmas, a fim de verificar e separar o material necessário. No decorrer do estágio, estivemos presente, todas as segundas-feiras, na reunião de núcleo de estágio e todas as quartas-feiras e sextas-feiras na lecionação das aulas. No total estivemos presente em 31 reuniões de núcleo e lecionamos 65 aulas, de 90 minutos cada. Também observamos as aulas dos colegas de estágio, todas as semanas, e estivemos presentes em aulas da orientadora de estágio e em reuniões da área disciplinar e de departamento.

2.1.2.1. Instrução

Pode-se afirmar que sentimos alguma dificuldade na instrução das primeiras aulas, mas após o aconselhamento da Orientadora da Escola, conseguimos definir e selecionar apenas as informações importantes a transmitir, definindo os pontos-chave e os aspectos importantes a reter pelos alunos.

Para além disso tivemos em conta as afirmações de Rink (1993), quando refere que um dos efeitos que ajuda ao aumento dos índices de atenção dos alunos, durante a instrução, é a clareza da apresentação e a forma como o professor transmite a informação, que deve ser centrada nas seguintes linhas mestras (cit. por Arques, 2009):

- orientar o aluno para o objetivo da tarefa;
- dispor a informação numa sequência lógica;
- apresentar exemplos corretos, em contraste com a forma incorreta de os realizar;
- personalizar a apresentação;
- repetir assuntos difíceis de compreensão;
- recorrer às experiências pessoais dos alunos;
- utilizar o questionamento;
- apresentar a tarefa de forma dinâmica.

Siedentop (1991) afirma que a instrução no discurso da informação, se apresenta sob três componentes: a) apresentação das tarefas aos alunos, explicações e demonstrações; b) durante a prática, através da emissão de *feedbacks*; c) após a prática, pela análise referenciada á pratica desenvolvida (cit. por Arques, 2009).

Tendo, portanto, em conta estas definições dos autores, prosseguimos com a clareza pormenorizada da instrução nos planos de aula, no que concerne a explicação da tarefa. Tivemos sempre presente, em todas as aulas, que devemos comunicar com os alunos de forma explícita, objetiva, usando os termos mais corretos. Depois de realizar a explicação, verificávamos a compreensão da mensagem, perguntando aos alunos se a compreenderam. No entanto, já aconteceu

os alunos evidenciarem que não têm dúvidas e realizarem o exercício incorretamente. Nesses casos, parávamos a aula e voltávamos a explicar, as vezes que fossem necessárias e de forma adequada, para a dissipação das dúvidas. A estratégia à qual nós mais vezes recorriamos foi a demonstração pelos próprios alunos.

Como já referenciamos, anteriormente, tentamos ser sempre objetivos de forma a proporcionar uma melhor compreensão por parte dos alunos. No entanto, entendemos que essa forma de instrução também se torna importante para a rentabilização do tempo da atividade física específica. Outra estratégia que utilizamos, para rentabilizar o tempo e para proporcionar uma boa compreensão por parte dos alunos, foi a utilização de meios gráficos.

Quanto à prescrição de *feedbacks*, McGown (1991) afirma que a sua função primordial é a de permitir ao executante avaliar a sua resposta, criando uma estrutura de referência, permitindo ao aluno detetar erros e tentar corrigi-los. Julgamos ter conseguido isso mesmo com a prescrição dos nossos *feedbacks*, pois esforçamo-nos sempre que eles fossem pertinentes e positivos. Recorremos, também, aos *feedbacks* positivos com o objetivo de conseguir um clima agradável em contexto de aula. Para além disso, tentamos estar sempre com a máxima atenção, para verificar se o *feedback* evidenciava o efeito pretendido, de forma a perceber se o aluno necessitava de um *feedback* novo ou se deveria, apenas, reformulá-lo de forma diferente.

2.1.2.2. Gestão

“Um professor eficaz dirige os seus alunos de modo a diminuir as perturbações e a aumentar o tempo consagrado à aprendizagem” (Siedentop, 1998 cit. por Silva, 2010).

Na nossa opinião, nesta afirmação reside um dos aspetos mais importante da gestão do tempo: o de aumentar o tempo consagrado à aprendizagem. Visto que o

número de aulas semanais de Educação Física não é o ideal, defendemos que uma das maiores preocupações do professor deve ser a de rentabilizar o tempo de aprendizagem.

Temos que admitir que, algumas vezes, não dispensamos os alunos da aula à hora que era suposto, o que fez com que eles tivessem menos tempo para se desequipar. No entanto, a aula foi sempre iniciada à hora prevista, porque tanto nós como os nossos alunos primamos pela pontualidade. No plano de aula construimos dois itens que nos auxiliaram na gestão do tempo: tempo de exercício (tempo parcial) e tempo total. Para além destes dois pontos, acrescentamos, ao tempo total, a hora real na qual o exercício deveria terminar, por forma a conseguir uma melhor perceção do tempo.

Desde o início do ano letivo utilizamos o apito, com o objetivo de prender a atenção da turma quando os queremos alertar para algo, quando os queremos reunir ou quando devem trocar de exercício ou de estação, pois consideramos que é um meio facilitador de instrução e gestão.

2.1.2.3. Clima/Disciplina

Logo nas primeiras aulas, entendemos prontamente que a turma apresentava um baixo grau de motivação para a atividade física e se mostrava muito passiva em relação aos assuntos da aula, ou seja, eram alunos muito sossegados e bem comportados, mas não demonstravam qualquer gosto pelas aulas. No entanto, este facto não pôde ser observado na avaliação diagnóstica de dança, porque nessa aula eles demonstraram-se bastante empenhados e motivados. Esta realidade levou-nos a refletir e a entender que a disposição dos alunos depende muito do tipo de exercícios que são realizados e das matérias abordadas.

Acreditamos, e temos consciência, que no início do ano adotamos uma postura muito rígida com os alunos, mas com o decorrer das aulas fomos nos apercebendo que essa não era a postura mais adequada para esta turma e, por isso, mudamos

de estratégia. Empenhamo-nos em ser mais compreensivos e usar mais vezes *feedbacks* positivos, para conseguir levantar a autoestima e motivação da turma.

De um modo geral, os alunos que constituem a turma, são muito bem comportados, mas existe um aluno que extrapola desse padrão. Requer que tenhamos outro tipo de postura, pois possui, algumas vezes, comportamentos desadequados, mas nada de muito grave.

Em suma, consideramos ter conseguido controlar o comportamento dos alunos, porque nunca tivemos a necessidade de usar castigos para que eles se comportassem corretamente.

Quanto ao clima de aula, consideramos que o mesmo foi melhorando gradualmente, na medida em que os alunos foram mostrando mais gosto pelas aulas e mais empatia por nós.

2.1.2.4. Decisões de ajustamento

Recorremos a situações de ajustamento e de alteração sempre que necessário. Procedemos a muitos ajustes durante as aulas, sempre que alunos faltavam. Como o planeamento da aula é realizado de forma explícita e específica, na medida em que era definido quantos alunos eram necessários em determinado lugar para realizar determinadas tarefas, tornava-se necessário recorrer a alterações e ajustes nos exercícios quando algum dos alunos faltava.

No plano anual de turma também realizamos importantes ajustes, devido à falta de água quente no início do ano letivo e devido às condições meteorológicas, que nos impediram de poder realizar as aulas práticas que tínhamos planeado. As aulas de Educação Física, na Escola Homem Cristo, são fortemente influenciadas pelas condições meteorológicas, pois o pavilhão da Escola é pequeno e só permite a lecionação a uma turma de cada vez. Isto significa que, em dias de chuva, muitas aulas de Educação Física passam a ser teóricas, em vez de práticas.

2.1.3. Avaliação

De acordo com Cardinet (1983) a avaliação possui três funções pedagógicas: a regulação dos processos de ensino/aprendizagem, a certificação das aprendizagens, e a seleção e orientação da evolução do aluno. Segundo o mesmo autor, estas funções devem implicar instrumentos específicos para a consecução de cada uma delas (cit. por Pinto, 2004).

No processo de ensino/aprendizagem, a avaliação deverá ter como principais funções situar o aluno em relação aos objetivos propostos. Por isso, consideramos, durante a nossa prática, os seguintes tipos de avaliação:

- Avaliação Diagnóstica;
- Avaliação Formativa;
- Avaliação Sumativa.

Os critérios de avaliação da disciplina de Educação Física, na Escola Secundária Homem Cristo, no ano letivo 2011/2012, são os seguintes:

- 50% para as atividades físicas;
- 20% para as atitudes e valores;
- 10% para a aptidão física;
- 20% para os conhecimentos.

Na generalidade, a avaliação dos alunos foi realizada com alguma tranquilidade, uma vez que na elaboração das unidades didáticas já estavam definidos todos os aspetos a avaliar nos diferentes momentos de avaliação, e também já tínhamos construído as respetivas grelhas com os critérios de avaliações.

Quanto aos momentos de avaliação, realizamos, no 1º Período, todas as avaliações diagnósticas, e a avaliação formativa e sumativa de badmínton; no 2º Período realizamos a avaliação formativa e sumativa de basquetebol, andebol e dança; e no último período, efetuamos a avaliação formativa e sumativa de ginástica acrobática e cicloturismo.

2.1.3.1. Avaliação Diagnóstica

Para Perrenoud (2001), a avaliação diagnóstica suporta as decisões, quer de seleção, quer de orientação, em função de uma antecipação do futuro das competências do aluno (cit. por Pinto, 2004).

Ribeiro (1999) também realizou uma abordagem sobre os três grandes tipos de avaliação. O autor afirma que a avaliação diagnóstica pretende essencialmente clarificar a situação do aluno em termos de aprendizagens anteriores que irão servir de base a novas aprendizagens, com a intenção de identificar as lacunas que possam existir, tentando superá-las, da melhor maneira possível.

Este tipo de avaliação é considerado um ponto de partida para a conceção e desenvolvimento de qualquer projeto curricular de turma, isto é, sempre que se pretenda identificar o ponto de partida em relação às características do contexto.

Servimo-nos da avaliação diagnóstica para identificar as competências dos alunos no início do ano letivo, com o objetivo de colocar cada aluno num nível de aprendizagem: nível introdutório, elementar ou avançado. Foi também definido que, os alunos que não executassem os critérios propostos, para o nível introdutório, se encontravam no nível não introdutório. O instrumento utilizado para estas avaliações foi uma grelha de observação, que obedecia a critérios definidos para cada nível. A partir da análise dessas grelhas, foi-nos possível definir os objetivos e realizar a extensão e sequência dos conteúdos.

A caracterização da turma também foi um dos instrumentos utilizados, na avaliação inicial, como meio de caracterização do perfil social, afetivo e psicomotor dos alunos.

No que diz respeito às avaliações diagnósticas, estas foram realizadas em situação de jogo nas matérias de basquetebol, andebol e badminton. Na avaliação de ginástica acrobática prosseguimos com a realização de um circuito e no cicloturismo com um pequeno percurso. Na avaliação da dança os alunos deveriam acompanharam-nos na realização de uma coreografia. Tivemos algumas dificuldades na realização destas avaliações e na definição dos níveis de aptidão de

cada aluno, uma vez que foi a primeira vez que realizamos uma avaliação e observação deste tipo.

No geral, conseguimos verificar qual o nível da turma e, ao mesmo tempo, verificar quais os alunos que tinham mais dificuldades.

2.1.3.2. Avaliação Formativa

Quanto à avaliação formativa pudemos observar, em Ribeiro (1999), que esta é designada como algo que desempenha um papel fundamental na aquisição do sucesso por parte dos alunos. Pretende, no fundo, perceber a posição do aluno ao longo da unidade de ensino, por forma a identificar as suas dificuldades, podendo assim o professor encontrar as melhores estratégias para solucionar as mesmas lacunas.

Perrenoud (2001) afirma que a avaliação formativa regula o ensino e a aprendizagem durante o período em que decorrer (cit. por Pinto, 2004) e, para ele, este tipo de avaliação é “a que ajuda o professor a ensinar e o aluno a aprender” (Perrenoud, 1992 cit. por Carvalho, 1994).

Isto significa que esta avaliação proporciona ao professor, e aos alunos, informações sobre as suas aprendizagens, de modo a permitir melhorar o processo de ensino/aprendizagem.

Para Carvalho (1994) a avaliação formativa pode ter duas vertentes diferentes, mas complementares: a avaliação contínua, presente em todas as aulas, nas tarefas propostas e interações entre todos os atores, e a avaliação de carácter formal, que nos permite realizar um balanço para comprovar a anterior ou realizar ajustamentos necessários.

Devido à importância destas duas vertentes na avaliação formativa realizamos uma grelha de avaliação contínua dos alunos, onde avaliamos os comportamentos e as participações em todas as aulas. Realizamos uma outra grelha de observação para

a vertente de carácter formal. Esta avaliação de carácter formal foi realizada a meio do 1º Período, ou seja, na quarta aula desta matéria, no sentido de verificar se os alunos já tinham atingido os objetivos de nível introdutório e quais as dificuldades que ainda possuíam, com a finalidade de proceder a melhorias significativas na prática de ensino-aprendizagem.

Segundo Cardoso (1994) a autoavaliação é uma das pedras basilares da avaliação formativa e para Abrecht (1994) esta permite operacionalizar a implicação do aluno no processo da sua aprendizagem, levá-lo ao domínio criativo do seu próprio caminho e fazer o ponto da situação dos seus saberes (cit. por Sarmiento, 2003). O processo de autoavaliação requer a explicação dos objetivos a atingir, a explicitação dos critérios da avaliação e que tudo isto seja compreendido pelos alunos (Barbosa & Alaiz, 1994 cit. por Sarmiento, 2003).

Como podemos observar a autoavaliação assume uma extrema importância, permitindo a consciencialização dos alunos. Por isso, deve ser feita mais ou menos a meio do período e, posteriormente, no final.

Para a aplicação da avaliação formativa, optamos por elaborar uma grelha em que, diariamente, vamos tirando notas relativas ao comportamento dos alunos nas aulas. Para além disso, realizamos uma avaliação formativa formal para cada matéria, que consistia em informar os alunos de que iam ser avaliados, para verificação das suas dificuldades.

2.1.3.3. Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa é definida por Perrenoud (2001) como o tipo de avaliação que sustenta a garantia social das aquisições feitas através do ciclo de estudos e esta deve ser realizada no fim do ciclo (cit. por Pinto, 2004).

Ribeiro (1999) diz que a avaliação sumativa pretende essencialmente ajuizar o progresso realizado pelo aluno no final de uma unidade de aprendizagem, de forma a confrontar os resultados recolhidos por avaliações de tipo formativo. Este tipo de

avaliação é um balanço final de aprendizagem, que complementa as restantes: diagnóstica e formativa. O teste sumativo presta-se mais à classificação, sendo uma avaliação de “produto” final, resultado do trabalho desenvolvido ao longo de um processo já enriquecido pela avaliação formativa.

Esta avaliação tem por objetivo aferir a progressão dos alunos na aprendizagem e a consolidação dos conhecimentos, permitindo a atribuição de uma classificação. Permite fazer o balanço final do processo de ensino/aprendizagem, informando tanto o professor como os alunos acerca dos objetivos efetivamente atingidos, relativamente às expectativas inicialmente formuladas, tornando-se muito importante para a reformulação de objetivos, no caso de ser necessário, após a concretização da respetiva unidade didática.

Este tipo de avaliação era realizado na última aula da unidade didática e representava 25% da nota final dos alunos. Estes 25% representam a aquisição, compreensão e aplicação de conhecimentos técnicos e táticos.

Para realizar esta avaliação elaboramos uma grelha de observação, que continha a listagem dos alunos e os parâmetros de avaliação. Optamos por resumir os parâmetros por forma a conseguir realizar uma avaliação correta, na medida em que, se os parâmetros fossem demasiadamente extensos, não iríamos ter tempo suficiente para observar cada um deles.

2.1.4. Componente ético-profissional

Somos da opinião que a componente ético-profissional se reveste de uma importância fundamental no desenvolvimento do estágio, visto que a sua presença é indispensável na carreira de um docente. Nesse sentido, preocupamo-nos bastante em conseguir um bom relacionamento com os vários agentes de ensino da Escola e com os nossos colegas de estágio.

Pensamos que atingimos o nível de Mestría ao nível de todos os seus parâmetros, pelas seguintes razões:

- apresentamos um domínio e uma mobilização contextualizada de conhecimentos gerais e específicos, no âmbito da profissão e da Educação Física;
- quanto à autoformação e desenvolvimento profissional, podemos afirmar que realizamos constantemente e incansavelmente pesquisas autónomas como elemento potenciador do nosso processo de aprendizagem profissional;
- ao nível da disponibilidade para com os alunos e para com a escola, somos da opinião que demonstramos estar sempre disponível a ajudar e a ouvir sugestões para as aulas, por parte dos alunos. Demonstramo-nos sempre disponíveis para ajudar nas práticas da área de Educação Física, do conselho de turma e dos projetos da Escola em geral, como por exemplo, o Dia do Patrono ou as Escoliadas;
- assumimos sempre o trabalho em equipa como uma responsabilidade coletiva e respeitamos as opiniões dos nossos colegas, tentando sempre chegar com eles a um consenso;
- possuímos um grande sentido de responsabilidade e respeito pelos compromissos assumidos. Cumprimos à risca as exigências inerentes à escola e ao estágio;
- quanto à inovação das nossas práticas pedagógicas, consideramo-las originais, principalmente no planeamento das aulas. Esforçamo-nos sempre para nos mantermos atualizados e procuramos estratégias de ensino e exercícios inovadores;
- durante o decorrer do estágio, criticamos de forma construtiva e refletimos de forma sucessiva e autónoma. Propusemos soluções credíveis para os problemas e recorremos constantemente à nossa própria autoavaliação e autoquestionamento;
- quanto ao compromisso com as aprendizagens dos alunos, podemos dizer que realizamos uma diferenciação dos mesmos e das suas aprendizagens, de forma a conseguir atender às necessidades de cada um;

- possuímos uma apresentação e conduta adequada perante os alunos, professores e funcionários. Fomos sempre assíduos, chegando sempre às aulas antecipadamente.

2.2. Justificação das opções tomadas

Ao nível do planeamento do plano anual de turma, as decisões tomadas foram baseadas no Programa Nacional de Educação Física, nas características da turma (habilidades e interesses) e no plano anual de Educação Física da Escola. Também tivemos em conta o regulamento interno da Escola, o seu Projeto Educativo, o inventário de material e o *roulement*.

Relativamente às unidades didáticas, baseamo-nos na análise dos resultados da avaliação diagnóstica, na composição curricular da Escola, no calendário anual e no *roulement* da Escola, e, novamente, no programa nacional de Educação Física, para definir os objetivos, a extensão e a sequência dos conteúdos. Também tivemos em atenção as características da turma na definição das estratégias a adotar em cada matéria.

Terminado este planeamento foi necessário realizar alguns ajustamentos, devido às condições meteorológicas. No entanto, esses ajustamentos consistiram apenas na troca de datas.

Para a construção do plano de aula modelo, baseamo-nos no modelo fornecido pela nossa orientadora, a Prof.^a Elsa Silva e aconselhamo-nos com os nossos colegas estagiários. Durante o estágio realizamos alguns ajustes, como por exemplo, o acréscimo nos objetivos de aula, nos objetivos cognitivos e afetivos.

Quanto à realização das aulas e à nossa ação como professores, podemos dizer que nos focamos principalmente em lecionar aulas que despertassem o entusiasmo e a motivação dos alunos, visto que inicialmente esta turma não demonstrava grande interesse pela aula.

No final de cada aula reunimo-nos com a nossa orientadora da Escola e, por vezes, com os colegas de estágio, para refletir sobre a mesma. Essa reflexão consistia na justificação das opções tomadas, na realização do balanço dos aspetos positivos e negativos e na receção de *feedbacks* por parte da orientadora ou dos colegas estagiários.

Para a construção das grelhas de avaliação, reunimo-nos com o núcleo de estágio, de forma a conseguirmos uma avaliação fiel aos objetivos e que fosse, ao mesmo tempo, simples de preencher.

2.3. Ensino aprendizagem

2.3.1. Aprendizagens realizadas como estagiária

A realização deste Estágio Pedagógico reverte-se numa importância inquestionável para a nossa formação e evolução como futuros docentes, pois são inúmeras as aprendizagens que adquirimos com os colegas de estágio, com as orientadoras, com os alunos e com os restantes agentes de ensino da Escola. Para além disso, é importante referir que esta foi a primeira oportunidade que tivemos para conhecer a verdadeira realidade escolar e para identificar os pontos que devemos melhorar na prática pedagógica.

No entanto, temos a perfeita noção que este estágio não será a única, nem a última etapa da nossa formação, porque tal como afirma Jardim (2008): “o professor está em constante aprendizagem e o seu desempenho profissional é um processo caracterizado por uma reflexão contínua sobre a experiência diária; é uma aprendizagem profissional durante toda a vida, caracterizada por uma mudança constante. É necessário que todos os professores sejam investigadores, e que façam uma reflexão sobre a sua própria praxis”.

Durante este ano letivo investimos bastante tempo na investigação de estratégias, conteúdos e exercícios para aplicar nas nossas aulas. Para a investigação de estratégias, observamos primeiramente os comportamentos da turma, durante as aulas, e analisamos os resultados dos seguintes questionários:

- questionário de caracterização da turma, que aplicamos no início do ano letivo;
- questionário acerca da nossa prestação como professores e as nossas aulas, que aplicamos no fim do 1º Período.

A análise dos resultados do questionário, acerca da nossa prestação como professores e das nossas aulas, permitiu-nos reformular ou melhorar estratégias e métodos de ensino. Quanto ao aprofundamento dos nossos conhecimentos específicos, relativamente às matérias, recorremos a variados livros e sítios na Internet.

Para além das investigações e pesquisas, também aprendemos bastante com os inúmeros relatórios e reflexões que realizamos durante este ano, porque, tal como Jardim (2008) refere, o professor-investigador tem de ser um professor reflexivo, porque a reflexão leva-nos a agir autonomamente, fornecendo-nos informação sobre a nossa ação, as razões e consequências dessa ação.

No início do ano letivo tivemos algumas dificuldades na instrução dos exercícios aos alunos, porque não possuíamos experiência prática com alunos desta faixa etária. Anteriormente ao estágio tínhamos apenas experiência, de curta duração, com crianças do pré-escolar ou com adultos. No entanto, pensamos que a observação do comportamento dos restantes professores de Educação Física e das aulas dos nossos colegas de estágio e orientadora, nos levaram a melhoramentos significativos neste aspeto. Foi também com estas observações que conseguimos aumentar o nosso conhecimento de exercícios e construção de planos de aula.

Ao nível das matérias, podemos dizer que foi na dança onde nós mais evoluímos, porque antes de iniciar o estágio não possuíamos qualquer experiência nesta área. Confessamos que inicialmente estávamos com bastante receio, mas depois de proceder à aprendizagem de Salsa, através de um DVD, e de realizar uma vasta

pesquisa, conseguimos nos preparar para a sua lecionação. Neste momento, podemos afirmar que foi esta a matéria que mais gostamos de lecionar, pois foram as aulas onde denotamos uma grande evolução dos alunos.

Aprendemos, ao longo do ano, a melhorar os planos de aula, reformulando-os e adaptando-os à realidade da aula e das aprendizagens dos alunos. As nossas orientadoras foram as que mais contribuíram para esta aprendizagem, porque foi graças às reflexões que realizamos em conjunto que conseguimos melhorias.

Outro aspeto a salientar foi o conhecimento da organização, das normas e das regras de toda a escola. Alargamos a nossa bagagem de conhecimentos acerca do funcionamento da escola e das funções dos seus agentes, que não tivemos noção enquanto alunos.

Em suma, a nossa qualidade como docentes, assim como a nossa intervenção pedagógica, melhorou substancialmente com a realização deste estágio. Estamos certos da nossa evolução e da nossa capacidade pedagógica de refletir sobre a ação educativa, de planear as nossas aulas, de motivar os alunos, de gerir e organizar os recursos materiais e indivíduos.

2.3.2. Compromisso com as aprendizagens dos alunos

Todo o professor, no exercício pleno das suas funções, deve estar completamente comprometido com as aprendizagens dos seus alunos. Por isso, um dos princípios base, em que nos fundamentamos, para a lecionação das aulas, foi o de garantir que os alunos realizassem aprendizagens significativas.

Para garantir estas aprendizagens tivemos em atenção as duas condições referidas na teoria da aprendizagem por Ausubel (1982): a primeira condição é o aluno possuir disposição para aprender e a segunda condição é o conteúdo escolar ser potencialmente significativo. Para que o conteúdo seja potencialmente significativo tem que ser lógico e psicologicamente significativo. O significado psicológico diz

respeito à filtragem que os alunos realizam dos conteúdos que têm significado, ou não, para si próprios.

Para garantir uma boa disposição dos alunos para aprender e a leção de conteúdos psicologicamente significativos, realizamos, no início do ano letivo, um questionário para obter informações relativamente às matérias de interesse dos alunos e, no final de cada aula, colocávamos questões aos mesmos acerca dos conteúdos e o que achavam sobre a forma como estavam a ser lecionados.

Também tivemos em conta os quatro princípios fundamentais do programa nacional de Educação Física, porque somos da opinião que os mesmos permitem assegurar um processo de ensino/aprendizagem de sucesso e de qualidade:

- Garantia de atividade física corretamente motivada, qualitativamente adequada e em quantidade suficiente, indicada pelo tempo de prática nas situações de aprendizagem, isto é, no treino e descoberta das possibilidades de aperfeiçoamento pessoal e dos companheiros, e numa perspetiva de educação para a saúde;
- Promoção da autonomia, pela atribuição, reconhecimento e exigência das responsabilidades que podem ser assumidas pelos alunos, na resolução dos problemas de organização das atividades e de tratamento das matérias;
- Valorização da criatividade, pela promoção e aceitação da iniciativa dos alunos, orientando-a para a elevação da qualidade do seu empenho e dos efeitos positivos da atividade;
- Orientação da sociabilidade no sentido de uma cooperação efetiva entre os alunos, associando-a à melhoria da qualidade das prestações, especialmente nas situações de competição entre equipas, e também ao clima relacional favorável, ao aperfeiçoamento pessoal e ao prazer proporcionado pelas atividades.

De forma a permitir aos alunos um papel ativo na sua aprendizagem e conseguir a promoção da sua autonomia, informávamos no início de cada aula, os objetivos da aula e os critérios de êxitos dos exercícios. Para a promoção da cooperação entre os alunos, submetemos os mesmos, em praticamente todas as aulas, ao trabalho em grupos promovendo o espírito de grupo para a obtenção do sucesso.

Para além destes princípios, também vimos a avaliação como um método que contribuiu para o aperfeiçoamento do aluno e como um apoio na procura e alcance do sucesso. Avaliamos os alunos nas atividades físicas (matérias), na aptidão física, nos conhecimentos e nas suas atitudes e valores.

Mas, antes de iniciar cada processo de aprendizagem, realizávamos a avaliação diagnóstica para estipular os objetivos. De acordo com os resultados adquiridos desta avaliação, procedíamos ao planeamento das aulas e da seleção dos conteúdos. Mais ou menos a meio de cada unidade didática realizávamos a avaliação formativa, com o objetivo de verificar a qualidade do processo de ensino/aprendizagem e de proceder a alguns ajustes no planeamento ou nos métodos. No final de cada período procedíamos à avaliação sumativa de cada matéria, da condição física e dos conhecimentos.

Neste momento, podemos dizer que os alunos partiram sempre de um ponto inferior àquele que alcançaram no final das unidades didáticas e que cumpriram os objetivos mínimos estipulados pela área disciplinar da escola. Por fim, queremos referir que sempre nos esforçamos ao máximo para conseguir a melhoria dos alunos nos domínios psico-motor, cognitivo e sócio afetivo, porque partilhamos a opinião de que o mais importante é levá-los a evoluir e a fazê-los compreender a importância da Educação Física.

2.4. Dificuldades e Necessidades de Formação

2.4.1. Dificuldades sentidas e formas de resolução

No início do ano letivo percebemos que a nossa adaptação iria ser difícil, na medida em que esta era a nossa primeira experiência como professores. No entanto, também estávamos mentalizados para nos dedicar inteiramente nesta formação e conseguir superar todas as dificuldades.

Tal como Costa (1996) afirma, os bons professores são aqueles que possuem um espírito crítico sobre si mesmo, capazes de analisarem continuamente o seu ensino e o resultado do seu trabalho, e dispostos a promoverem as alterações que se mostrem necessárias (cit. por Silva, 2010). Por isso, passamos a citar as dificuldades que passamos no estágio, as possíveis origens destas dificuldades, e as formas e estratégias que encontramos para as solucionar.

Pensamos que a nossa primeira, e maior, barreira se deve ao facto da nossa língua materna não ser o português, mas sim o alemão. Tivemos algumas dificuldades em usar uma linguagem terminologicamente mais correta e realizar um discurso fluido e objetivo na instrução dos alunos. No entanto, pensamos ter conseguido melhorar neste aspeto graças às correções e sugestões da orientadora Olga Fonseca. Uma das estratégias que utilizamos para superar esta dificuldade foi o uso do plano de aula como instrumento de definição da nossa comunicação, ou seja, ao inserir, no plano de aula, a explicação da tarefa exatamente da mesma forma como nós a iríamos comunicar aos alunos e em forma de tópicos, foi-nos possível conseguir uma melhor memorização.

Ao nível da gestão do tempo, deparamo-nos com alguma dificuldade no controlo, de forma equilibrada, do tempo de aula. A consequência desta dificuldade era a redução do tempo para o balanço da aula ou à redução do tempo para os alunos se desequiparem. Para superar esta dificuldade começamos por disponibilizar mais tempo para a realização dos exercícios e acrescentamos, no planeamento da aula, o tempo real de finalização de cada exercício.

Outra das nossas dificuldades foi a elaboração dos instrumentos de avaliação sumativa, para que estas fossem de fácil preenchimento, assim como as situações de avaliação que relevassem todas as ações dos alunos que pretendíamos avaliar. Pensamos que esta dificuldade surgiu devido ao facto de nós não termos conseguido realizar um balanço correto daquilo que queríamos avaliar com aquilo que efetivamente conseguíamos avaliar. No entanto, depois de algumas reflexões com o núcleo de estágio, pensamos ter melhorado bastante este aspeto, na medida em que, uma das soluções que criamos, com o objetivo de nos aperfeiçoarmos, foi a elaboração de grelhas de avaliação, de forma conjunta. De salientar, também, que a

elaboração das grelhas, em grupo, permitiu assegurar uma maior coerência na avaliação entre as turmas.

A lecionação das matérias de dança e badmínton também fizeram parte das dificuldades sentidas neste estágio. Tal como já referimos anteriormente, não possuíamos qualquer experiência, quer ao nível da prática, quer ao nível da lecionação de aulas destas modalidades. No entanto, conseguimos colmatar a falta de conhecimento e experiência, realizando um estudo e pesquisa profundos acerca destas temáticas.

A análise dos questionários aos alunos acerca das aulas permitiu-nos melhorar a clarificação dos comportamentos visados e permitiu-nos ser mais compreensivos em contexto de aula. A clarificação dos comportamentos visados foi superada através da informação detalhada, aos alunos, dos critérios de êxito em cada exercício. Tentamos compreender melhor as dificuldades dos alunos utilizando mais frequentemente os *feedbacks* positivos.

Em suma, podemos referir que nos deparamos com inúmeras dificuldades, a maioria delas ao nível da realização das aulas. Portanto, foi necessário recorrer a variadas correções e melhorias durante o decurso deste estágio. Contudo, somos da opinião que estas dificuldades ocorreram no momento oportuno, pois o estágio é a altura ideal para que as dúvidas e inseguranças se dissipem.

2.4.2. Dificuldades a resolver no futuro ou formação contínua

Consideramos ser importante, para o nosso futuro profissional, continuar a expandir os nossos conhecimentos e práticas de ensino, porque tal como é enfatizado na teoria do construtivismo, nada está pronto e acabado, e o conhecimento não é dado, em nenhuma instância, como algo terminado (Becker, 1993).

A importância atribuída à formação contínua é também observada no ponto 2 do Artigo 16º do Estatuto da Carreira Docente, que cita o seguinte: “sem prejuízo do disposto no número anterior, deve ainda ser considerada na frequência das ações

de formação contínua a formação de iniciativa individual do docente que contribua para o seu desenvolvimento profissional”.

Para que esta formação contínua seja realizada, pensamos ser importante participar em ações de formação, que abordem temas como a didática, a lecionação ou treino de matérias/modalidades escolares. Referimos como exemplo a didática, porque somos da opinião que o aperfeiçoamento das técnicas de ensino e o conhecimento das estratégias inerentes a essas técnicas são uma mais-valia para a nossa realização pessoal e profissional. Quanto às ações de formação acerca da lecionação ou treino de matérias/modalidades escolares, pensamos que se tornam importantes para colmatar a falta de experiência sentida em algumas modalidades, como é o caso da dança e do badmínton.

Para além da participação em ações de formação é importante continuar a realizar as pesquisas, centradas em artigos científicos, livros e decretos-lei sobre a educação, porque, como já referenciamos anteriormente, o bom professor deve apostar na investigação, e num país em que as leis da educação estão em constante mutação, torna-se fundamental para o professor a procura de atualizações e informações.

2.5. Ética profissional

2.5.1. Capacidade de iniciativa e responsabilidade

Consideramos que uma das nossas virtudes na realização deste estágio se baseou no facto de sermos bastante responsáveis, e pensamos que esta é uma característica imprescindível que deve fazer parte da personalidade de qualquer professor. Um bom professor deve ser responsável na organização e realização das suas aulas e atividades, nas tarefas com as quais se compromete e, sobretudo, nas informações e aprendizagens que fornece aos seus alunos. Neste sentido,

considerámo-nos responsáveis, porque nunca faltamos às reuniões calendarizadas, nem a nenhuma aula, do mesmo modo que nunca faltamos à elaboração e realização de qualquer tarefa ou responsabilidade de estágio.

Para além de nos considerarmos responsáveis, também pensamos ter demonstrado uma boa capacidade de iniciativa, na medida em que fomos sempre interventivos nas reuniões e reflexões do núcleo de estágio, propondo várias sugestões. Centramo-nos em propor melhorias relativamente ao nosso método de ensino e ao planeamento das aulas, focalizando-nos no aperfeiçoamento da nossa ação como professores e nas aprendizagens dos alunos. A capacidade de iniciativa torna-se, desta forma, fundamental na formação, visto que, após a sua finalização, o docente deve ter a capacidade de autonomia e trabalho, centrado no objetivo de melhorar a sua prática.

2.5.2. Importância do trabalho individual e de grupo

Para executar, da melhor forma, o cargo de professor é necessário conseguir trabalhar em grupo com os restantes professores e nas mais variadas situações, e com os restantes agentes de ensino da escola. Ao longo do estágio, foram inúmeras as situações em que o trabalho de grupo, com os colegas de estágio e com a orientadora Olga Fonseca, foram um imperativo. No entanto, existiram determinadas tarefas, relativas à organização das atividades, que foram realizadas em conjunto com outros professores, nomeadamente os do departamento de expressões e os elementos da direção.

Os trabalhos realizados, conjuntamente, com os colegas de estágio cingiram-se à caracterização das matérias nas unidades didáticas, e nas grelhas e testes de avaliação, com a finalidade de assegurar a coerência da avaliação. Este trabalho também foi realizado para a conceção de algumas partes do plano anual, reflexões de aula e outros tópicos relacionados com a organização de atividades.

Neste momento, podemos dizer que estamos bastante satisfeitos por nos ter sido proporcionada a oportunidade de trabalhar em grupo, com os nossos colegas de

estágio, na medida em que estes se revelaram colegas exemplares, que possibilitaram a troca de experiências e aprofundamento de aprendizagens. Quanto ao trabalho em conjunto com a orientadora Olga Fonseca, devemos dizer que foram inúmeras as aprendizagens que adquirimos com a sua ajuda, nomeadamente, na realização das reflexões, grelhas de avaliação, planificações, entre outras. No geral, pensamos que o trabalho em grupo foi bastante importante e benéfico para a formação.

Relativamente ao trabalho individual, o mesmo centrou-se na elaboração dos planos de aula, parte das unidades didáticas e do plano anual, reflexões e relatórios, e datas das reuniões do núcleo de estágio (todos estes documentos podem ser consultados no nosso *dossier* de estágio). Sabendo da importância da nossa função enquanto professores, realizamos todos estes trabalhos com a devida antecipação e devoção.

De forma conclusiva, pensamos que participamos ativamente nos trabalhos de grupo, demonstrando a dinâmica, iniciativa e sugestões necessárias ao bom funcionamento que este tipo de trabalho exige. No que concerne ao nosso trabalho individual consideramos ter sido uns profissionais responsáveis e dedicados, trabalhando sempre para a realização das tarefas da melhor forma possível.

3. APROFUNDAMENTO DE TEMA

O tema que decidimos aprofundar, durante a realização deste estágio, baseou-se nas estratégias de motivação para as aulas de Educação Física, com o objetivo primordial de melhorar a nossa intervenção pedagógica.

A razão que nos levou a optar por este tema, foi o facto dos alunos apresentarem pouca motivação para as aulas de Educação Física e para o exercício físico em geral. Este facto pode ser observado no comportamento dos alunos nas aulas e no resultado dos questionários aplicados por nós e pela Diretora de Turma. Os resultados do questionário, feitos aos alunos, declaram que apenas 4 dos 21

elementos escolheu a disciplina de Educação Física como disciplina preferida, e que apenas 4 dos alunos praticam desporto fora da Escola.

Quanto ao comportamento dos alunos nas aulas, observamos que as raparigas, que constituem a maior parte da turma (16 numa turma de 21 alunos), não demonstraram grande prazer na realização das tarefas, nem vontade de ganhar nos jogos, quer sejam eles jogos desportivos individuais, quer sejam coletivos ou lúdicos. Esta falta de interesse leva conseqüentemente ao pouco empenho por parte delas.

Desde o início do estágio que nos confrontamos com esta realidade e, por isso, dedicamo-nos desde cedo à utilização de vídeos motivacionais e variadas conversas com os alunos, tentando levá-los a praticar desporto fora das aulas, como por exemplo, nos intervalos ou nas horas livres. Para além disso, questionamos os alunos, em determinadas aulas, se tinham realizado desporto durante o fim-de-semana ou nas férias.

Apesar de nos termos apercebido de algumas melhorias no final do 1º Período, consideramos que era necessário melhorar a nossa intervenção e aprofundar os conhecimentos nesta área, porque, do nosso ponto de vista, a motivação é um dos elementos mais importantes que deve estar presente no processo de ensino-aprendizagem.

No que diz respeito às estratégias, Costa (1984) afirma que: “uma estratégia de ensino é uma forma de organizar as condições de ensino-aprendizagem com o objetivo de facilitar a movimentação do aluno de um estado potencial de capacidade para um estado real”.

Para Piéron (1996) as estratégias de ensino são os procedimentos e atividades que os professores utilizam para alcançar os objetivos do programa de formação.

A organização estratégica do ensino tem como sentido fazer alguém aprender, sendo que não são as técnicas que constituem a estratégia, mas é a estratégia global planeada que as estrutura numa ação coerente e orientada para o sucesso, face às finalidades visadas naquela situação (Roldão, 2009 cit. por Silva 2010).

Segundo Silva (2010) não existe uma estratégia de ensino ideal, mas a utilização de uma ou de outra será mais ou menos adequada conforme os objetivos a alcançar. Jesus (2008) partilha a mesma opinião e afirma que: “o que é importante é o professor ter uma perspectiva global das hipóteses de trabalho ou estratégias possíveis para poder decidir por aquela que considere mais adequada num determinado momento, em sintonia com o seu estilo pessoal e as situações com que se confronta”. Isto significa que, para selecionar e aplicar corretamente uma estratégia, devemos ter em atenção a situação e o contexto onde a vamos aplicar e quais os objetivos que ambicionamos.

Quanto à motivação, ela possui um papel importante na realização de tarefas de forma bem-sucedida, porque, tal como Dassel e Haag (1977) afirmam, a sua ausência leva o aluno a sentir-se impelido, o que conseqüentemente pode levar à decadência da disposição para realizar algumas atividades.

A mesma opinião é partilhada por Boruchovitch & Bzuneck (2001) que afirmam que: “a motivação tornou-se um problema de ponta na educação, pela simples constatação de que, em paridade de outras condições, a sua ausência representa queda de investimento pessoal de qualidade nas tarefas de aprendizagem” (cit. por Moraes e Varela, 2007).

Segundo Moraes e Varela (2007), a motivação é a energia para a aprendizagem, o convívio social, os afetos, o exercício das capacidades gerais do cérebro, da superação, da participação, da conquista, da defesa, entre outros. Afirmam que a motivação tem um papel muito importante nos resultados que os professores e alunos ambicionam. Defendem que a motivação deve receber especial atenção e ser mais considerada pelas pessoas que mantêm contato com as crianças, realçando a importância desta esfera no seu desenvolvimento. Para além disso, também afirmam que a desmotivação interfere negativamente no processo de ensino-aprendizagem, e entre as causas da falta de motivação, o planeamento e o desenvolvimento das aulas realizadas pelo professor são fatores determinantes.

Depois de se verificar a importância da motivação, torna-se importante analisar estudos da motivação entre o sexo feminino e sexo masculino, de forma a conseguir entender a desmotivação da maioria das alunas. Em estudos feitos por Arbinaga e

García, Chantal et al. 1996; Fortier et al. 1995; Miller 2000; Pelletier et al. 1995 e Recours et al. 2004, utilizando grande parte deles a Escala de Motivação Desportiva, acharam que as meninas pontuavam mais alto na motivação intrínseca e mais baixo na motivação extrínseca, do que os meninos, ou seja, as meninas teriam mais motivos sociais para praticar desporto do que os meninos, e estes estavam mais excitados por motivos extrínsecos ou instrumentais como a competição e o exibicionismo (cit. por Rocha, 2009).

Peiró e Gimeno (2004) chegaram as mesmas conclusões com um estudo que realizaram, onde também verificaram que são os meninos que apresentam valores mais elevados na orientação ao ego que as meninas. Estes resultados, segundo os autores, confirmam os dados obtidos em outros estudos, os quais, no âmbito da Educação Física, também verificaram que os meninos estão mais orientados ao ego que as meninas e que consideram a Educação Física como um meio para adquirir *status* social, mostrar que são melhores que os demais e, portanto, superiores (cit. por Rocha, 2009).

López (2000) apresenta na sua investigação os seguintes resultados de alguns estudos sobre os motivos dos que praticam desporto e sobre as razões subjacentes à sua participação (cit. por Rocha, 2009):

- Bielefeld (1989) questionou 418 estudantes de ambos os sexos, os quais mencionaram como motivos o desempenho, a autodeterminação, a saúde, e a afiliação;
- Bloss (1991) investigou 160 estudantes de ambos os sexos, os quais mencionaram a alegria, o prazer, a boa forma física, a compensação, a saúde e a afiliação como motivos para praticar um desporto;
- Gabler (1991) investigou 154 nadadores de alto nível de ambos os sexos com idades variando de 12 a 26 anos. Os resultados encontrados evidenciam que o prazer intrínseco da natação, a concorrência, a necessidade de contacto social, necessidade de demonstrar habilidade e saúde, foram os principais motivos que os guiavam à prática da natação;

- Robertson (1981) investigou 2261 crianças de ambos os sexos com aproximadamente 12 anos de idade. Mencionaram motivos de gratificação intrínsecos (prazer, animação, "sentir bem", e de desempenho);
- Sabath (1992) realizou uma investigação sobre os motivos para praticar um desporto a 218 estudantes do sexo feminino e elas responderam que o prazer intrínseco, a saúde e a boa forma física eram os motivos principais para desenvolver o desporto de forma constante.

Isto significa que, para conseguir melhorar a motivação dos alunos na prática desportiva devemos ter em atenção que, na maioria dos casos, as meninas tem mais motivos sociais para praticar desporto, e os meninos tem mais motivos como a competição e o exibicionismo.

Rocha (2009) afirma que: “dos fatores que influenciam para que a Educação Física escolar seja considerada como uma disciplina altamente motivadora, o professor de Educação Física constitui, sem dúvida, um dos elementos mais importantes, devido a ser o elemento que vai pôr em prática esse processo”.

Castuera (2004) crê que as aulas de Educação Física devem contemplar como essencial uma programação focada à saúde, em que devemos envolver os alunos na tarefa, fomentando a participação, a aprendizagem, o disfrute e a autoconfiança dos mesmos, onde se inclua uma grande variedade de atividades motivantes para os adolescentes e que a metodologia aplicada favoreça a autonomia, a consciência crítica, a disciplina e a igualdade de trato necessária para que os discentes possam desenvolver comportamentos e atitudes quanto à prática de atividades físicas, assim como a incorporação de hábitos saudáveis ao seu estilo de vida (cit. por Rocha, 2009).

Marante e Ferraz (2006) declaram que, para a obtenção dos objetivos da Educação Física na escola, considerando o educador como elemento fundamental no processo de ensino e aprendizagem, é necessário entender que o clima motivacional nas aulas de Educação Física será determinado através do comportamento e das atitudes do educador durante a sua prática, através daquilo que está subordinado à conceção de Educação e da Educação Física, que o mesmo assumiu, e consequentemente da maneira que utiliza instrumentos didático-pedagógicos, como

por exemplo, os objetivos, os conteúdos, as estratégias e a avaliação (cit. por Rocha, 2009).

Segundo Jesus (2008) uma das possíveis razões que influencia negativamente a motivação dos alunos e conseqüentemente, o processo de ensino-aprendizagem, é a existência de um “mal-entendido” na relação entre os professores e os alunos. “Mal-entendido” na medida em que, o docente privilegia na sua representação dos alunos os aspetos cognitivos, enquanto estes privilegiam na sua representação de professores os aspetos afetivos e relacionais (Gilly, 1976 cit. por Jesus, 2008). Devido a isso, considera que é importante os professores se aproximarem das necessidades relacionais e de desenvolvimento dos alunos, no sentido de os conseguir influenciar ou motivar para o alcance dos objetivos da educação. Afirma que, atualmente o professor deve procurar ir ao encontro dos interesses e da linguagem dos alunos, sendo flexível (de acordo com o provérbio “professor, se eu não aprendo como tu me ensinas, ensina-me de forma que eu aprenda”).

Jesus (2008) refere que, para potencializar a criação de “laços” com os alunos e a motivação destes, os professores devem evitar o distanciamento, a “neutralidade afetiva” e o autoritarismo, devendo, pelo contrário, fomentar uma “relação de agrado” (Ribeiro, 1991), alimentada pelo diálogo, pela negociação e pelo respeito mútuo.

Numa investigação conduzida por Lens (1994), verificou-se que a maioria dos professores considera que mais de metade dos seus alunos se encontram desmotivados para o estudo, sentindo que, mesmo que queiram, não conseguem resolver este problema. Com base nestes resultados, Jesus (2008) defende que é fundamental analisar algumas estratégias que o professor pode utilizar para se confrontar, de forma mais autoconfiante e com sucesso, perante as situações de desinteresse dos seus alunos.

Campos (1986) partilha a mesma opinião e afirma que a aprendizagem depende acima de tudo do interesse de aprender do aluno e para que isto ocorra, cabe ao professor motivá-lo para que ele se sinta capaz de realizar as atividades propostas. Neste sentido, é fundamental que o professor/estagiário encontre meios, locais, métodos de fazer com que os alunos sintam-se sempre satisfação durante as aulas. (cit. por Teixeira e Moletta, 2011).

Em suma, as estratégias de ensino possuem um papel fundamental para facilitar ao aluno a realização de aprendizagens, e a motivação torna-se fundamental na medida em que, a sua ausência leva à queda de investimento pessoal de qualidade nas tarefas de aprendizagem. Neste sentido, realizamos uma pesquisa sobre estratégias de motivação e, neste momento, podemos dizer que utilizamos as seguintes estratégias para o bom funcionamento das aulas, visando o incremento da motivação da turma, citadas por Jesus (2008):

- mostramo-nos entusiasmados pelas atividades realizadas com os alunos;
- explicamos, no início do ano letivo, o “porquê” da sequência dos conteúdos programáticos da disciplina;
- explicamos o “para quê” das matérias, em termos da sua relevância para o futuro dos alunos;
- fizemos com que os alunos estipulassem objetivos de futuro, como por exemplo, a entrada na faculdade ou a escolha de determinada profissão;
- realçamos os benefícios que poderão vir a ter se estudarem;
- soubemos quais são os interesses dos alunos e o nome próprio de cada um deles;
- escolhemos as matérias e tarefas juntamente com os alunos;
- permitimos aos alunos um papel ativo na aula;
- interpelamos os alunos mais motivados, e com maior sucesso nas aprendizagens, para apresentarem os conteúdos;
- usamos metodologias de ensino diversificadas, que tornassem a explicação das matérias mais compreensível e interessante para os alunos;
- realizamos momentos de avaliação formativa, levando os alunos a sentir satisfação por aquilo que já conseguiram aprender e motivação para aprenderem as matérias seguintes;
- admitimos o progresso escolar dos alunos, levando-os a perceberem as melhorias ocorridas e a acreditar na possibilidade de poderem melhorar ainda mais;
- demonstramos confiança e otimismo nas capacidades dos alunos para a realização das tarefas;
- utilizamos vídeos motivacionais.

Ao nível da estratégia do entusiasmo, Santos (2001) defende que o segredo do bom ensino é o entusiasmo pessoal do professor, que vem do seu amor à ciência e aos alunos. Esse entusiasmo pode e deve ser canalizado, através de planejamentos e metodologias adequadas, sobretudo para estimular o entusiasmo dos alunos pela realização, por iniciativa própria, dos esforços intelectuais e morais que a aprendizagem exige. Para a realização das nossas aulas, tentamos sempre ser dinâmicos, estar entusiasmados com as aprendizagens realizadas pelos alunos e nunca ter uma instrução com um tom monótono.

No que diz respeito as estratégias de identificação do “porquê?” e do “para que?”, Jesus (2008) clarifica que, se os alunos souberem o “porquê?” da sequência dos conteúdos programáticos da disciplina, leva os alunos a aperceberem-se da coerência interna entre as matérias e a adquirirem uma perspectiva global dessas aprendizagens. Explicitar o “para quê?” das matérias do programa da disciplina, permite aos alunos perceber as matérias em termos da sua ligação à realidade fora da escola e da sua relevância para o futuro.

A estratégia de definição de objetivos futuros, como a entrada na faculdade ou a escolha de determinada profissão, é muito importante, porque obriga o aluno a refletir sobre o seu futuro e, se a sua situação presente lhe permite o alcance desses objetivos. Segundo Jesus (2008) isto contribui para que os alunos não se limitem a uma atitude imediatista e consumista face às alternativas facultadas pela sociedade atual.

Quanto a identificação dos interesses dos alunos e a escolha das matérias juntamente com os mesmos, compreende-se a sua importância ao analisar a ideologia da educação progressiva. Esta defende que, se as situações escolares versam sobre assuntos de interesse para o aluno, ele participará ativamente nessas situações e aprenderá, assim, a lidar eficientemente com elas (Tyler, 1976). Quanto ao uso do nome próprio de cada aluno, pensamos que melhora o relacionamento entre professor-aluno.

A importância da estratégia de permitir aos alunos um papel ativo na aula, pode ser compreendida ao analisar o ponto de vista construtivista: o conhecimento não é dado nem pelo objeto, nem na bagagem hereditária, o conhecimento é uma

construção onde o sujeito age com as estruturas que já possui, sobre o meio físico e/ou social. Nesse pressuposto o aluno só construirá um novo conhecimento agindo e problematizando a sua ação, isso acontece quando ocorre assimilação e acomodação. Quando o professor concebe o conhecimento do ponto de vista construtivista, percebe que o aluno é um sujeito ativo com necessidade de realizar os processos de assimilação e acomodação. O professor não deve aceitar que o aluno fique passivo nas aulas, ouvindo apenas as explicações do professor. O professor deve tornar o aluno num cidadão crítico e participativo (Daher, 2008).

Para tornar o aluno num individuo participativos e critico nas aulas, realizou-se no final de cada aula uma reflexão juntamente com eles. Questionava-se os alunos acerca do gosto deles pelas aulas e se estavam de acordo com a importância das tarefas. No decorrer das aulas os alunos demonstravam-se cada vez mais participativos e críticos acerca dos exercícios, propondo varias ideias de exercícios ou de modificações.

Para o uso de metodologias de ensino diversificadas, utilizamos, por exemplo, a demonstração de vários vídeos e fotocópias com imagens da tarefa e os seus objetivos, visando tornar a explicação das matérias mais compreensível e interessante para os alunos.

Ao usar a estratégia de realização de momentos de avaliação formativa, fizemos com que os alunos se sentissem satisfeitos com aquilo que aprenderam e se sentissem motivados para a aprendizagens das matérias seguintes. Tal como Ribeiro (1999) defende, a avaliação formativa é algo que desempenha um papel fundamental para os alunos poderem obter sucesso. Pretende no fundo perceber a posição do aluno ao longo da unidade de ensino, de forma a poder identificar as suas dificuldades, podendo assim o professor encontrar as melhores estratégias para solucionar as mesmas lacunas.

A mesma opinião é partilhada por Perrenoud (1991), que designa a avaliação formativa como algo que, regula o ensino e a aprendizagem durante o período em que esta a decorrer e para ele este tipo de avaliação é a que ajuda o professor a ensinar e o aluno a aprender.

Quanto a utilização de vídeos motivacionais, demonstrou-se estes vídeos aos alunos no final de cada aula teórica e no geral estes vídeos demonstravam o prazer de praticar desporto e os sacrifícios enormes de alguns praticantes, para entenderem que para realização de aprendizagens e aperfeiçoamentos é preciso ter algum espírito de sacrifício.

Pudemos verificar com a análise dos resultados do questionário acerca das aulas, que a maioria dos nossos alunos atribuiu a classificação máxima (5 – Muito Bom) à motivação nas aulas e ao gosto que possuem na realização das aulas (maioria de 58%). A segunda classificação mais assinalada pelos alunos foi de 4 pontos, correspondente à classificação de Bom.

A nosso ver a utilização destas estratégias foi bastante benéfica para fomentar um ambiente agradável nas aulas e para motivar o empenhamento dos alunos na realização das tarefas propostas. Com a utilização destas estratégias conseguiu-se criar um bom relacionamento com os alunos, o que se tornou benéfico para o bom funcionamento do processo de ensino-aprendizagem, e conseqüentemente para o aumento da qualidade da prática educativa.

CONCLUSÃO

No que diz respeito ao impacto do estágio no contexto escolar, pensamos que a sua realização não passou, de todo, despercebida à comunidade escolar. Foram vários os trabalhos realizados, troca de ideias e experiências entre os estagiários e os agentes de ensino. Tratou-se de uma formação que implicou um convívio, quase diário com os alunos, funcionários e professores da escola. Geraram-se benefícios para a escola, para os alunos e para os docentes. No entanto, os intervenientes que mais beneficiaram com esta formação, fomos nós, pois tivemos a oportunidade de evoluir e melhorar bastante a nossa ação educativa.

No que aos alunos diz respeito, proporcionamos-lhes variadas aprendizagens, nomeadamente, a aquisição de conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades motoras e de saúde, a obtenção de competências práticas relativas às atividades físicas expressivas e desportivas (individuais e coletivas), e a aquisição da capacidade de trabalhar em grupo, promovendo a entreajuda, favorecendo o aperfeiçoamento e satisfação própria e do grupo.

No que concerne o grupo docente de Educação Física, consideramos que a presença dos estagiários promoveu, de forma positiva, o bom ambiente dos pares e possibilitou a troca de conhecimentos e experiências dentro deste.

Quanto aos restantes docentes e funcionários da escola consideramos que foi graças às disciplinas, Projetos e Parecerias Educativas e Organização e Gestão Escolar, que se realizou grande parte dos trabalhos em grupo e a troca de conhecimentos e experiências.

Quanto à supervisão da prática pedagógica, agradecemos à Prof.^a Olga Fonseca e à Prof.^a Elsa Silva, pelas orientações proporcionadas, que sem dúvida permitiram a realização do estágio da melhor forma possível.

A Prof.^a Olga Fonseca, orientadora da escola e principal responsável pelo nosso desempenho neste estágio, esteve presente em todos os momentos preponderantes no decurso desta etapa, e mostrou-se sempre disponível para nos fazer evoluir,

dissipando as nossas dúvidas e contribuindo para a melhoria das nossas práticas educativas, aos mais variados níveis. Apoiou-nos na concretização de todas as funções e trabalhos que um professor de Educação Física deve realizar, e devemos referir que valorizamos, sistematicamente, todas as correções e críticas propostas, porque aspirávamos a nossa melhoria e evolução.

A Prof.^a Elsa Silva, orientadora da Faculdade, também prestou o auxílio pretendido na realização das tarefas deste estágio e na lecionação das aulas. Contribuiu, positivamente, para a nossa prática educativa, através de correções e sugestões visando o nosso melhoramento. Transmitiu-nos todas as informações necessárias e esclareceu todas as nossas dúvidas colocadas. Tal como aconteceu com a Prof.^a Olga, também neste caso, levamos em consideração todas as sugestões e correções transmitidas.

Relativamente à nossa experiência pessoal e profissional, devemos dizer que este estágio se tornou bastante benéfico para a nossa evolução, visto que aprendemos imenso com os colegas de estágio, com as orientadoras e com os agentes de ensino da escola. Consideramos que esta experiência marcará toda a nossa vida profissional, na medida em que foi aqui que desempenhamos, pela primeira vez, as funções de professor e foi também aqui que aprendemos mais acerca do papel real do professor. Para além disso, sentimos que esta foi uma experiência inesquecível pelo facto de ter sido o primeiro ano letivo a realizarmos o nosso sonho de lecionar aulas. Tal como afirmamos na carta de motivação para ingresso neste mestrado, o nosso sonho é de lecionar aulas de Educação Física com o objetivo de contribuir para a educação e bem-estar físico das crianças e dos jovens deste país.

As experiências profissionais que realizamos foram a 4 níveis: planeamento do ensino, realização do ensino, avaliação do ensino e ética-profissional. No planeamento do ensino aperfeiçoamos a capacidade de elaboração de planos anuais, de unidades didáticas e de planos de aula. Na realização do ensino adquirimos variadas competências acerca da lecionação de aulas, como por exemplo, formas de instrução, formas de controlar os alunos e estratégias de ensino. Aprendemos, da mesma forma, a refletir, aprofundadamente, acerca das nossas ações e das ações dos alunos. Ao nível da avaliação conseguimos aprofundar os conhecimentos relativamente à avaliação diagnóstica, formativa e sumativa e ao

nível da construção de grelhas de avaliação. Quanto à ética-profissional, aperfeiçoamos a nossa capacidade de relacionamento com as pessoas que constituem esta escola, a capacidade de trabalhar em grupo e o grau de responsabilidade perante as tarefas que nos são atribuídas.

Somos da opinião que realizamos um trabalho bastante satisfatório, tendo em conta que esta foi a nossa primeira experiência como professores. No entanto, também fomos capazes de enumerar os pontos que necessitamos de melhorar.

Quanto aos alunos, reconhecemos que foram, no geral, bem comportados e que os níveis motivacionais incrementaram de forma acentuada. Em suma, as aulas correram sem grandes perturbações e com um clima bastante agradável.

Terminamos referindo que este estágio foi o momento mais importante da nossa vida académica e consideramos que, todo o trabalho e tempo despendidos nele, valeram cada segundo. Neste momento, sentimos uma enorme realização por ter finalizado mais uma etapa da nossa evolução, mas, por outro lado, é com enorme tristeza que nos despedimos da escola e de todas as pessoas com as quais nos envolvemos, para a concretização deste estágio.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bento, O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.

Tyler, R. (1976). *Princípios Básicos de Currículo e Ensino*. 3ª edição, Porto Alegre.

Ministério da Educação (2002). *Programa Nacional de Educação Física do Ensino Básico e Secundário*. Lisboa.

Nobre, P. (2010). *Documentos de Apoio à Disciplina de Estudos Avançados Em Desenvolvimento Curricular*. FCDEF-UC.

Damião, M. (1996). *Pré, inter e pós acção. A planificação e avaliação em pedagogia*. Coimbra: Minerva.

Guia do Estágio Pedagógico (2012). Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física – Universidade de Coimbra.

Silva, E. (2010). *Documentos de Apoio à Disciplina de Didática da Educação Física e Desporto Escolar*. FCDEF-UC.

Arques, F. (2009) *Influência da Instrução do Professor e da Visualização Mental numa Prova de Velocidade*. Monografia da Licenciatura em Desporto e Educação Física. Faculdade de Desporto - Universidade do Porto. Porto.

Carvalho, L.(1994). Avaliação das aprendizagens em Educação Física (pp.135-151).

Pinto, J. (2004). A avaliação em Educação. Escola Superior da Educação de Setúbal (documentos policopiado).

Ribeiro, L. (1999). Tipos de Avaliação. (pp.72-92).

Jardim, L. (2008). *Supervisão do Ensino da Gramática no 1º CEB por Dois Métodos Distintos*. Dissertação do Mestrado em Supervisão. Universidade de Aveiro. Aveiro.

Ausubel, D. (1982). *A aprendizagem significativa: a teoria de David Ausubel*. São Paulo: Moraes.

Decreto-Lei Nº 139/90, de 28 de Abril, alterações introduzidas pelo decreto-lei 75/2010, de 23 de Junho (Estatuto da Carreira Docente).

Moraes, C. e Simone, V. (2007). *Motivação do aluno durante o processo de ensino-aprendizagem*. Revista Eletrônica de Educação. Ano I, No. 01.

Barreto S. Franchin, F. (s/d). *Motivação nas aulas de educação física: um enfoque no ensino médio*.

Rocha, C. (2009). *A motivação de adolescentes do ensino fundamental para a prática da Educação Física escolar*. Dissertação com vista à obtenção do grau de Mestre em Psicologia do Desporto. Universidade Técnica de Lisboa - Faculdade de Motricidade Humana.

Costa, F. (1984) *O que é um ensino eficaz das actividades físicas no meio escolar*. In Horizonte N.º 1.

Piéron, M. (1996). *Formação de professores: aquisição de técnicas de ensino e supervisão pedagógica*. Lisboa: FMH.

Jesus, S. (2008). *Estratégias para motivar os alunos*. Porto Alegre, v. 31, n. 1, p. 21-29.

Teixeira, F. & Moletta, A. (2011). *Motivação nas aulas de Educação Física*. Universidade Católica do Paraná.

Santos, S. (2001). *O processo de ensino-aprendizagem e a relação professor-aluno: aplicação dos “sete princípios para a boa prática na educação de ensino superior”*. São Paulo, v.08, nº1,p. 70.

Daher, A. (2008). *Aluno e professor: protagonistas do processo de aprendizagem*. Campo Grande.

Perrenoud, P. (1999). *Avaliação: da exlencia à regulação das aprendizagens entre duas lógicas*. Porto Alegre: Artes Médicas.

Anexos

ANEXO I – CALENDÁRIO ANUAL

ANEXO II – PLANEAMENTO ANUAL: DISTRIBUIÇÃO DAS MATÉRIAS

ANEXO III – PLANO DE AULA

Calendário 2011/2012

	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO
S		1 Proj. OG/C.E								
D		2			1			1		
2ª F		3			2			2		
3ª F		4	1		3 INÍCIO 2ªP			3	1 Dia do Trabalhador	
4ª F		5	2		4	1		4	2	
5ª F	1 Início de Estágio	6	3	1	5	2	1	5	3	
6ª F	2	7	4	2	6 Fim do cargo OG	3	2	6	4	1
S	3	8	5	3	7	4	3	7	5	2
D	4	9	6	4	8	5	4	8 Páscoa	6	3
2ª F	5	10	7	5	9	6	5	9	7	4
3ª F	6	11	8	6	10	7	6	10 INÍCIO 3ªP	8	5
4ª F	7	12	9	7	11	8	7	11	9	6
5ª F	8	13-	10	8	12	9	8	12	10	7
6ª F	9	14	11	9	13	10	9	13	11	8 FIM 3ªP
S	10	15	12	10	14	11	10	14	12	9
D	11	16	13	11	15	12	11	15	13	10
2ª F	12	17	14	12	16	13	12	16	14	11 Relatório Estágio
3ª F	13	18	15	13-	17	14	13	17	15 Final Estágio	12
4ª F	14	19	16	14	18	15	14	18	16	13
5ª F	15 INÍCIO 1ªP	20	17	15	19	16	15	19	17	14
6ª F	16	21	18	16 FIM 1ªP/B&F	20	17 Dança	16	20	18	15 FIM 3ªP
S	17	22	19	17	21	18	17	21	19	16
D	18	23	20	18	22	19	18	22	20	17
2ª F	19	24	21	19	23	20	19	23	21 Dossier Estágio	18
3ª F	20	25	22	20	24	21 Carnaval	20	24	22	19
4ª F	21	26	23 M. Atletismo	21	25	22	21	25	23	20
5ª F	22	27	24	22	26 SKI	23	22	26	24	21
6ª F	23	28	25	23	27 SKI	24	23 FIM 2ªP/Voleibol	27	25	22
S	24	29	26	24	28	25	24	28	26	23
D	25	30 PFI	27	25	29	26	25	29	27	24
2ª F	26	31 C. Escola e do meio	28	26	30	27	26	30	28	25
3ª F	27		29	27	31 Rel. OG	28	27		29	26
4ª F	28 Surf		30	28		29	28		30	27
5ª F	29			29			29		31 Relatório Estágio	28
6ª F	30			30			30			29
S				31			31			30

ANEXO II – PLANEAMENTO ANUAL: DISTRIBUIÇÃO DAS MATÉRIAS

Número de aulas

Períodos	Nº de aulas
1º Período	26
2º Período	22
3º Período	17
Total	65

Matérias

Desportos Coletivos: Basquetebol e Andebol.

Ginástica: Ginástica Acrobática.

Dança e Salsa.

Desportos Alternativos: Badmínton e Cicloturismo.

Matérias	Nº de aulas
Basquetebol	7
Andebol	7
Ginástica Acrobática	9
Dança	11
Cicloturismo	8
Badmínton	8
Condição Física	4
Teste teórico	3
Aulas teóricas	7
Autoavaliação	3
Aula de apresentação	1

Período	Mês	Dia	Matéria	Aula nº	Nº U.D.	Local
1º Período	Setembro	16	Apresentação	1	0	Exterior
		21	Condição física geral	2	1	Exterior
		23	Av. diagnóstica andebol e voleibol	3	1	Exterior
		28	Av. diagnóstica badminton	4	1	Pavilhão
		30	Av. diagnóstica patinagem	5	1	Pavilhão
	Outubro	7	Av. diagnóstica futebol, basquetebol e ciclismo	6	1	Exterior
		12	Av. diagnóstica Fitnessgram	7	1	Pavilhão/Exterior
		14	Av. diagnóstica ginástica de solo	8	1	Pavilhão
		19	Aula teórica	9	1	Sala
		21	Aula teórica	10	2	Sala
		25	Aula teórica	11	3	Sala
	Novembro	28	Aula teórica	12	4	Sala
		2	Aula teórica	13	5	Sala
		4	Basquetebol e Andebol	14	2/2	Exterior
		9	Av. diagnóstica Acrobática e dança	15	1	Pavilhão/Exterior
		11	Badminton	16	2	Pavilhão
		16	Badminton	17	3	Pavilhão/Exterior
	2º Período	Dezembro	18	Basquetebol/Andebol	18	2/2
23			Meeting de atletismo/ Badminton	19	4	Pavilhão/Exterior
25			Badminton	20	5	Pavilhão
30			Condição física/ Teste escrito	21	2 e 1	Pavilhão/Exterior
2			Basquetebol e Andebol	22	3/3	Exterior
7			Badminton/Acrobática	23	6/2	Pavilhão/Exterior
9			Badminton/Acrobática	24	7/2	Pavilhão
14			Badminton/Acrobática	25	8/2	Pavilhão/Exterior
2º Período	Janeiro	16	Torneio de basquetebol e futsal/Autoavaliação	26	1	Exterior
		4	Dança	27	2	Pavilhão/Exterior
		6	Dança	28	3	Pavilhão
		11	Dança	29	4	Pavilhão/Exterior
		13	Basquetebol e Andebol	30	3/3	Exterior
		18	Dança	31	5	Pavilhão/Exterior
		20	Competição de Dança	32	6	Pavilhão
		25	Dança	33	7	Pavilhão/Exterior
	Fevereiro	27	Basquetebol e Andebol	34	4/4	Exterior
		1	Dança	35	8	Pavilhão/Exterior
		3	Dança	36	9	Pavilhão
		8	Basquetebol e Andebol	37	4/4	Pavilhão/Exterior
		10	Basquetebol e Andebol	38	5/5	Exterior
		15	Dança	39	10	Pavilhão/Exterior
		17	Dança	40	11	Pavilhão

		24	Basquetebol e Andebol	41	5/5	Exterior
		29	Basquetebol e Andebol	42	6/6	Pavilhão/Exterior
	Março	2	Aula teórica	43	6	Pavilhão
		7	Basquetebol e Andebol	44	6/6	Pavilhão/Exterior
		9	Dia do Patrono			Exterior
		14	Basquetebol e Andebol	45	7/7	Pavilhão/Exterior
		16	Condição física/Teste escrito	46	3 e 2	Pavilhão
		21	Voleibol/Autoavaliação	47	2	Pavilhão/Exterior
		23	Torneio de voleibol	48	2	Exterior
		3ºPeríodo	Abril	11	Acrobática	49
13	Acrobática			50	3	Pavilhão
16	Acrobática			51	4	Pavilhão/Exterior
18	Acrobática			52	5	Pavilhão/Exterior
20	Teste escolar – troca para dia 16/4 15:10h					Exterior
27	Teste escolar – troca para dia 8/5 10:10h					Pavilhão
Maio	2		Acrobática	53	6	Pavilhão/Exterior
	4		Cicloturismo	54	2	Exterior
	8		Aula teórica	55	7	Fora da escola
	9		Acrobática	56	7	Pavilhão/Exterior
	11		Cicloturismo	57	3	Pavilhão
	16		Acrobática	58	8	Pavilhão/Exterior
	18		Teste escolar – troca para dia 21/5 15:10h			Exterior
	21		Cicloturismo	59	4	Pavilhão/Exterior
	23		Condição física/ Teste escrito	60	3	Pavilhão/Exterior
	25		Acrobática avaliação	61	9	Pavilhão
	30		Cicloturismo (Bioria)	62 e 63	5/6	Pavilhão/Exterior
	Junho		1	Autoavaliação /Cicloturismo	64	7
6			Permuta	-		Pavilhão/Exterior
8			Cicloturismo ou rever matérias	65	8	Pavilhão



Plano de Aula Nº

Nome das Professoras		Período		Ano e Turma	
Data		Hora		Duração	
U.D./Nº		Nº de Alunos		Local	
Recursos Materiais					
Conteúdos					
Objetivos de aula	<u>Domínio Afetivo:</u> <u>Domínio Cognitivo:</u> <u>Domínio Psicomotor:</u>				
Sumário					

Tempo		Objetivos Pedagógicos	Condições de Realização e Organização	Critérios de Êxito	Estratégias e Estilos de Ensino
T e Real	p				
Parte Inicial					
7' 11:57h	7'	O aluno equipa-se.	Todos os alunos entram nos balneários e estão devidamente equipados 7 minutos após o toque.	Equipar-se com o material adequado, em 7 minutos.	Estilo de Ensino Por Tarefa.
Parte Fundamental					
Parte Final					
90' 13:20h	10'	O aluno toma duche.	Todos os alunos abandonam a aula 10 minutos antes do toque e entram nos balneários para tomar duche.	Ter todo o material necessário para tomar duche e efetivamente tomar duche.	Estilo de Ensino Por Tarefa.

Observações:

Reflexão Crítica:

