



**UNIVERSIDADE DE COIMBRA**

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

**MARIA PEDRO CAIADO VENTURA**

**RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO**

**COIMBRA**

**2012**

**MARIA PEDRO CAIADO VENTURA**

**Nº2007021137**

## **RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO**

Relatório Final apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra com vista à obtenção do grau de Mestre no Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

**Professor Orientador:**

**Dr. Francisco Pinto**

**COIMBRA**

**2012**

Esta obra deve ser citada como:

Ventura, M.P.C.. (2012). *Relatório Final de Estágio*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

**Ao meu namorado, à minha mãe e aos  
meus avós maternos por todo  
o apoio, força e incentivo.  
Sem eles nada disto seria possível.**

## **AGRADECIMENTOS**

**Ao terminar uma etapa tão importante da minha formação é fundamental para mim mencionar a minha gratidão para com as pessoas que me ajudaram ao longo deste ano de estágio.**

**Agradeço ao Professor orientador Francisco Pinto por toda a disponibilidade e transmissão de conhecimentos prestados.**

**À Professora orientadora Luísa Mesquita por todo o tempo, acompanhamento, conselhos e ensinamentos disponibilizados.**

**Agradecer aos meus colegas de estágio pelo trabalho realizado ao longo do ano.**

**Agradecer aos meus colegas de curso que sempre me acompanharam.**

**Não poderia deixar de agradecer à minha mãe, avós e pais do meu namorado pelo apoio, paciência, dedicação e amor que sempre prestaram.**

**Finalmente, e mais importante, agradecer ao meu namorado António Fernandes pelo apoio e força que sempre demonstrou, pela dedicação e paciência que sempre teve para mim mas principalmente pelo amor que sempre me dedicou.**

**O meu sincero agradecimento a todos que tornaram tudo isto possível.**

**“A arte de ensinar consiste em começar  
ensinando primeiro a si mesmo.”  
*Carlos Bernardo González Pecotche***

## Resumo

No fim de mais uma etapa importante na minha formação é importante realizar uma reflexão acerca das experiências e conhecimentos adquiridos ao longo do estágio, realizado neste documento. Este ano foi repleto de experiências e vivências novas que moldaram a minha passagem de aluno para professor. O presente documento será então composto por uma análise e reflexão de todas as fases e trabalho realizado ao longo do ano sobre o meu desempenho enquanto professora. Será feita uma análise dos pontos fulcrais do ano que passou sendo sempre fiel, objetiva e clara tentando transparecer da melhor maneira o que ocorreu ao longo deste estágio pedagógico. Desta forma espero que o presente trabalho seja uma fiel representação das aprendizagens e dificuldades sentidas ao longo desta etapa servindo para uma melhoria da minha atuação futura.

Palavras-chave: estágio, aprendizagem, reflexão.

## **Abstract**

At the end of another important step in my training is important to make a reflection on the experience and knowledge acquired during the stage, carried out in this document. This year was full of new experiences and life experiences that shaped my transition from student to teacher. This document will then consist of an analysis and reflection of all phases and work over the year about my performance as a teacher. There will be an analysis of the focal points of the past year being always faithful, objective and clear trying to shine the best way what happened during this teaching practice. Thus I hope that this work is a faithful representation of learning and difficulties along this step to better serve my future action. Keywords: training, learning, reflection.



## SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO .....	11
2.	DESCRIÇÃO .....	12
2.1.	Expectativas e opções iniciais em relação ao Estágio .....	12
2.2.	Descrição das atividades desenvolvidas .....	17
2.2.1.	Planeamento.....	17
2.2.2.	Realização .....	19
2.2.3.	Avaliação .....	21
2.2.4.	Componente ético-profissional .....	22
2.3.	Justificação das ações tomadas.....	24
3.	REFLEXÃO .....	26
3.1.	Aprendizagens realizadas como estagiário .....	26
3.2.	Compromisso com as aprendizagens dos alunos .....	29
3.3.	Dificuldades sentidas e formas de resolução .....	31
3.4.	Dificuldades a resolver no futuro .....	34
3.5.	Capacidade de iniciativa e responsabilidade (ética profissional).....	36
3.6.	Questões dilemáticas .....	38
3.7.	Impacto do estágio na realidade escolar.....	39
3.8.	Experiência formal e profissional do ano de estágio .....	40
4.	Conclusão .....	41
5.	Tema a desenvolver: <i>Feedback</i> .....	42
5.1.	Introdução .....	42
5.2.	Desenvolvimento.....	42
5.3.	Conclusão .....	48
6.	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	49

**Compromisso de Originalidade do Documento**

Maria Pedro Caiado Ventura, aluna nº2007021137 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.

## **1. INTRODUÇÃO**

O presente trabalho insere-se no âmbito do Estágio Pedagógico do segundo ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Ao longo deste Estágio Pedagógico foi possível aplicar todos os conhecimentos que me foram transmitidos durante a minha formação.

O Estágio, sendo dividido num conjunto de tarefas diferentes, deu-me informação e preparação para o futuro como docente de Educação Física. Para além disso, as tarefas realizadas deram-me uma melhor noção da organização e estruturação do processo ensino-aprendizagem.

Nesta etapa tive a perceção da minha passagem da condição de aluno para a de professor, e as responsabilidades inerentes ao cargo de docente, tendo sido sempre devidamente acompanhado este processo de aprendizagem e descoberta.

Terminada esta etapa é de primordial importância realizar uma reflexão acerca de todo o trabalho realizado, a evolução e as dificuldades sentidas ao longo do estágio. Ao realizar esta análise tentarei ser clara e concisa relativamente a cada item abordado.

## **2. DESCRIÇÃO**

### **2.1. Expectativas e opções iniciais em relação ao Estágio**

Iniciei este ano com grande ansiedade e expectativa pois chegava o momento de aplicar todos os conhecimentos que até então aprendi ao longo da minha formação, passando da posição de aluno para a posição de professor pela primeira vez e através do estágio ter esse confronto entre a minha formação e a realidade do contexto escolar tal como refere Piéron (1996) *“o estágio de ensino no meio escolar é o verdadeiro momento de confrontação, entre a formação teórica e o mundo real de ensino, a fase mais importante e mais significativamente formação profissional”*.

Tendo isto em mente, tinha noção que pela frente se avizinhava um ano de muito trabalho mas também muita aprendizagem e evolução tanto a nível pessoal como profissional.

As diferentes vertentes deste Estágio Pedagógico adivinhavam-se grandes desafios dos quais poderia retirar grandes conhecimentos tanto a nível da prática como professor, assim como a nível científico.

Não posso negar ter-me sentido um pouco nervosa a princípio, visto esta ser a minha primeira experiência como professora, e o pensamento de poder formar e moldar indivíduos para o futuro da nossa sociedade acrescia as responsabilidades inerentes ao cargo.

Apesar disto, esperava um bom ambiente na escola, no grupo de Educação Física e no núcleo de Estágio, em que existisse ajuda e apoio entre todos, esperava também encontrar alunos motivados para a prática da atividade física.

Para o fim deste estágio esperava uma grande aquisição de conhecimentos relativamente aos diferentes momentos relativos ao processo de ensino-aprendizagem, sendo estes, o planeamento, a intervenção pedagógica e as avaliações, tendo assim adquirido conhecimentos para no futuro exercer as minhas funções de professora de forma competente independentemente de escola, ano ou turma.

Este Estágio Pedagógico foi encarado como o pináculo do meu percurso académico, sendo incontornável o empenho e dedicação que teria de dedicar ao longo do ano para cumprir os objetivos propostos.

### **Realidade encontrada**

O Colégio São Martinho surgiu no ano de 1998 em Fala, freguesia de São Martinho do Bispo. Iniciando a sua atividade no ano letivo de 1998/1999, o Colégio São Martinho tinha como base os alunos e as suas aprendizagens.

Inicialmente esta instituição era constituída por 200 alunos, 25 professores e 6 funcionários, com o passar do tempo estes números foram se alterando de forma a constituir a presente equipa educativa.

Atualmente o Colégio São Martinho rege-se pelos mesmos valores que estiveram na base da sua fundação e conforme pude confirmar ao longo do ano o Colégio tem um excelente ambiente de trabalho tanto no que respeita a professores como a alunos e todos os outros intervenientes na escola, este facto faz com que existam as condições perfeitas para um bom processo ensino-aprendizagem.

A relação próxima que existe entre todos os elementos da escola fez do Colégio de São Martinho uma excelente escola para o início da minha carreira como docente.

No início deste ano, ao conhecer as instalações disponíveis, os três principais espaços existentes são constituídos por um campo coberto e pista mega-sprint, dois campos descobertos e um pavilhão excelentemente equipado com material de ginástica. para a prática da Educação Física, constatei que o Colégio de São Martinho teria ótimas condições para o desenrolar das aulas.

Ao chegar ao Colégio São Martinho e ao deparar-me com as condições anteriormente referidas pensei que o ano que se avizinhava um ano desafiador mas com muito trabalho e empenho iria retirar muitas aprendizagens e conhecimentos que me seriam de grande utilidade para o futuro como professora de Educação Física. Estas expectativas posso dizer agora que foram correspondidas ao longo do ano.

### **O grupo de Educação Física**

O grupo de Educação Física é constituído por três professores, a professora Luísa Mesquita, a professora Margarida Santos e o professor Cláudio Pedrosa. Verifiquei ser um grupo muito unido e coeso sempre disponível para nos ajudar e apoiar em qualquer situação que surgisse, tal como se prontificaram em colaborar connosco nas atividades por nós realizadas na escola, mostrando sempre o seu apoio, dando-nos sempre importantes informações e transmitindo-nos conhecimentos provenientes da sua experiência como docentes de Educação Física, contribuindo para o enriquecimento da minha prática pedagógica.

Relativamente aos espaços dedicados ao ensino da Educação Física, pude constatar que o Colégio São Martinho oferecia condições para abordar todas as matérias nucleares do Programa Nacional de Educação Física, tendo disponíveis um campo reduzido, um campo de basquetebol, um campo coberto e um pavilhão. Para além do colégio oferecer condições para a prática das modalidades nucleares, tem ainda condições para a realização de multi-atividades. No que respeita ao material o colégio também oferece condições para a prática de grande parte das matérias nucleares.

### **O núcleo de Estágio**

O núcleo de Estágio constituído por mim e mais dois colegas estagiários teve sempre todo o apoio da parte dos professores orientadores assim como de toda a escola.

Ao longo do ano tentámos sempre trabalhar em conjunto e de forma a melhor orientar o trabalho do Estágio Pedagógico. Apesar disso muitas vezes existiram falhas de comunicação entre os elementos constituintes, assim como por vezes existiram discordâncias que tivemos que resolver. Tentámos sempre com as observações das aulas dar informações que pudessem ajudar a melhorar o desempenho uns dos outros.

Analisando, retrospectivamente, posso dizer que, através das dificuldades que tivemos que ultrapassar, aprendi a lidar melhor com situações de trabalhar em grupo e de tomada de decisões em grupo e aprendi também que é de primordial importância existir uma boa comunicação entre os elementos que trabalham num projeto. Esta experiência de trabalho no núcleo de Estágio concluiu ter sido muito enriquecedora na medida em que me forneceu ferramentas para no futuro conseguir trabalhar de melhor forma no seio de um grupo, não só na escola como também em qualquer outra situação.

### **Os professores orientadores**

Chegando à escola e após ter conhecido a orientadora Luísa Mesquita, fiquei mais à vontade, porque esta desde logo nos mostrou toda a disponibilidade e apoio para a realização do Estágio Pedagógico. Da mesma forma após ter conhecido o orientador Francisco Pinto, este mostrou do mesmo modo disponibilidade e acessibilidade para com o nosso núcleo de estágio.

As informações fornecidas pelos dois ao longo do estágio foram sempre tidas em consideração e mostraram ser um veículo importante para que pudesse melhorar o meu desempenho como professora estagiária.

### **A turma de estágio**

A turma que me foi atribuída para este estágio foi a turma A do 7º ano constituída por 28 alunos sendo 8 rapazes e 20 raparigas. Uma aluna foi transferida no início do ano.

A turma revelou ser muito numerosa com alunos bem educados mas muito faladores e brincalhões.

Desde cedo pude constatar que grande parte dos alunos praticava desporto extra-escola, existindo na turma uma grande diversidade de desportos praticados pelos alunos, o que revelou ser muito vantajoso, na medida em que muitos dos alunos que praticam desporto tinham grande aptidão para a prática de atividade física,

podendo assim utilizar os alunos como agente de ensino, não só através das demonstrações mas também através da ajuda que estes deram aos colegas com mais dificuldades, segundo SIEDENTOP (1976) “*Os alunos podem fazer um excelente trabalho como agentes de ensino. Oferecem frequentemente soberbas demonstrações que são bons modelos para os alunos porque o aluno-professor está mais perto a nível de idade e desenvolvimento dos alunos-aprendizes do que o professor. Um aluno-professor pode fornecer frequentemente feedback e correlacionar-se a um nível pessoal que não é possível a um professor devido às diferenças de idade, língua e perspetiva.*”. Esta situação também favoreceu a motivação dos alunos para as aulas de Educação Física e abordagem das diferentes modalidades.



## **2.2. Descrição das atividades desenvolvidas**

### **2.2.1. Planeamento**

Relativamente à rotação dos espaços, o grupo de Educação Física do Colégio São Martinho aborda as matérias de acordo com os espaços que estão atribuídos a cada um dos professores. Deste modo a planificação foi realizada de acordo com os espaços que nos estavam atribuídos nos diferentes momentos do estágio. Assim sendo em cada período abordámos três matérias excetuando o 3º período. Os espaços foram distribuídos de acordo com uma lógica interna do Colégio sendo primeiro distribuídos os espaços de acordo com as matérias nucleares de modo a que estas sejam garantidas em primeiro lugar. O pavilhão foi atribuído a cada um dos professores uma vez por período. Estando os espaços devidamente distribuídos cabe a cada um dos professores definir as modalidades a abordar em cada espaço. O grupo de Educação Física define ainda um conjunto de objetivos dos Programas Nacionais de Educação Física para cada ano adaptado às características do Colégio São Martinho.

Com o Plano Anual pretendi ter um melhor conhecimento relativamente à turma, ao meio escolar, aos espaços, com este tive então como objetivos a caracterização da turma e do meio escolar, definir à partida as diferentes modalidades a abordar na turma ao longo do ano letivo e de acordo com os espaços atribuídos, através da caracterização da turma conhecer melhor os alunos, os seus hábitos e preferências para assim adequar o ensino à turma que me foi atribuída.

No que respeita às Unidades Didáticas, o principal objetivo foi definir e organizar as matérias e os conteúdos a abordar para cada modalidade a abordar, definir também estratégias de ensino e a avaliação.

De acordo com Bento (2003), "as unidades temáticas ou didáticas, ou ainda de matéria, são partes essenciais do programa de uma disciplina. Constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem".

Com as Unidades Didáticas construídas tínhamos um grande apoio em termos das matérias e das aprendizagens a transmitir aos alunos, de forma a guiar a nosso desempenho como professores estagiários.

As Unidades Didáticas foram construídas de acordo com a rotação, acima explicada, atribuindo a cada espaço uma modalidade em cada período. As modalidades a abordar foram definidas em reunião do núcleo de estágio com a orientadora Luísa Mesquita.

Como as turmas atribuídas aos três professores estagiários eram todas do 3º ciclo e iríamos abordar as mesmas matérias, com apoio da orientadora Luísa Mesquita realizámos as Unidades Didáticas em conjunto.

Os conteúdos a abordar foram definidos tendo em conta os espaços, o material, sendo sempre baseados no Programa Nacional de Educação Física.

Apesar disso, após constatar a realidade da turma fiz algumas adequações dos conteúdos à mesma. Como exemplo disto, na ginástica de aparelhos resolvi não abordar o salto de eixo no plinto longitudinal, tendo em conta que a turma apresentou muitas dificuldades na realização do mesmo salto com o plinto transversal e decidi focar-me em primeiro lugar em tentar que os alunos ultrapassassem as suas dificuldades de forma a que estes melhorassem a sua performance e experienciem o sucesso, sendo este um importante fator de motivação para as aulas de Educação Física.

Em cada Unidade Didática abordámos a história da modalidade, de forma a melhor caracterizar a modalidade e a sua evolução ao longo do tempo.

Os objetivos formulados tiveram como base os Programas Nacionais de Educação Física, os conteúdos definidos pelo grupo de Educação Física no início do ano letivo e a realidade particular de cada turma. Para uma melhor adaptabilidade do processo ensino-aprendizagem elaborámos uma tabela de extensão e sequência de conteúdos que organizava os conteúdos a lecionar em cada aula, sendo que durante a elaboração desta tabela surgiram algumas dificuldades no que respeita a decidir os conteúdos a abordar primeiro e quanto tempo demora a consolidação de cada conteúdo. Estas dificuldades foram melhor entendidas e resolvidas à medida que se construiu a Unidade Didática de cada modalidade a abordar, começando com os

conteúdos técnicos mais simples para os mais complexos, sob a forma de progressão, relativamente aos tempos de consolidação apenas pude constatar estes tempos ao longo das aulas, sendo que alguns conteúdos necessitaram de mais tempo do que outros para serem consolidados.

No que respeita à aula, todas as aulas foram realizadas de acordo com os conteúdos a abordar na turma tendo em conta o nível que esta apresentou aquando da avaliação diagnóstica de cada modalidade.

Para cada aula elaborei um plano de aula de acordo com a estrutura definida em reunião do núcleo de estágio com a aprovação da professora orientadora Luísa Mesquita, sendo este um dos mais importantes elementos para utilização dos docentes, então o plano de aula foi sempre tido como trabalho prioritário tendo em conta a sua importância e utilidade para o desenrolar das aulas.

É importante referir que no Colégio São Martinho os testes de cada disciplina são realizados à mesma hora para todas as turmas do ano independentemente da aula que for, condicionando assim a nossa planificação e também o número de aulas que tínhamos disponíveis, uma vez que algumas aulas foram passadas a vigiar testes da turma, quando estes coincidiam com alguma das nossas aulas.

O objetivo dos planos de aula era guiar e organizar de forma a melhor rentabilizar o tempo e as aprendizagens dos alunos.

Tendo tudo isto em conta, foi importante realizar uma reflexão diária para que melhor adaptássemos as aulas, os conteúdos a abordar, as estratégias de ensino, etc, aos alunos da turma.

### **2.2.2. Realização**

Este item de grande importância está relacionada com a intervenção pedagógica propriamente dita.

Deste ponto fazem parte os balanços realizados após o fim de cada Unidade Didática ao longo do ano letivo.

A sua realização é extremamente importante, na medida em que é através desta reflexão que analisamos, de forma igual, os pontos positivos e negativos da Unidade Didática em estudo, para deste modo podermos melhorar e adaptar o nosso desempenho.

Os balanços das Unidades Didáticas são desenvolvidos tendo como ponto de partida a avaliação diagnóstica. Mas, também a avaliação formativa e sumativa revelaram ser pontos importantes na sua realização, deste modo, com a avaliação diagnóstica podemos definir os objetivos e conteúdos a alcançar, com a avaliação formativa foram definidas decisões de ajustamento de acordo com o desempenho verificado nas aulas, com a avaliação sumativa podemos avaliar a evolução que os alunos tiveram ao longo da Unidade Didática. Assim sendo podemos constatar que a base fundamental para a elaboração destas reflexões foram as avaliações. Através de uma análise cuidada e aprofundada das mesmas podemos fazer os balanços de cada Unidade Didática.

Estes têm grande importância também devido a expormos a nossa opinião pessoal do que se passou ao longo da Unidade Didática, relativamente aos resultados obtidos, às estratégias de ensino utilizadas, para através desta reflexão podermos futuramente melhorar no que respeita ao processo de ensino-aprendizagem.

A observação de aulas dos colegas estagiários e da professora orientadora foram de vital importância para a minha evolução como professora estagiária.

Foi sempre observado pelo menos uma aula de cada um dos colegas por semana e uma da professora orientadora por mês.

Nestas observações consegui melhorar a minha capacidade de observação e de análise crítica, de forma a transportar os pontos fortes para a minha atuação e para as minhas aulas, de forma a minimizar e conseguir colmatar os pontos fracos.

Como podemos verificar a observação das aulas revelou-se um ponto muito importante na medida em que me deu instrumentos para que fosse mais crítica e observadora nas minhas aulas de forma a poder melhorar o meu desempenho como professora estagiária.

Na intervenção pedagógica propriamente dita, senti algumas dificuldades relativamente ao controlo da turma e na forma de melhor equilibrar ter uma boa relação com os alunos com a dificuldade em manter os alunos em silêncio e atentos (dificuldade que, de acordo com as reuniões de turma realizadas, foi sentida não só por mim mas por outros professores da turma), senti também ao longo do ano alguma dificuldade em gerir os *feedbacks* e fechar os ciclos dos mesmos. Como pontos fortes da minha atuação penso ser ter encontrado sempre estratégias para, sendo a turma numerosa, os alunos estarem sempre a realizar tarefas, também a utilização de demonstrações dos exercícios utilizando em grande parte das vezes os alunos e por outras vezes realizando eu, de forma a que os alunos melhor entendessem os exercícios a realizar.

Ao longo das aulas de cada Unidade Didática tentei implementar uma rotina de exercícios para cada modalidade de forma a que os alunos depois de aprenderem como realizar os exercícios se focassem em melhorar o seu desempenho e também desta forma potenciar o tempo útil de aula perdendo menos tempo com explicações, isto tendo sempre em conta a motivação dos alunos para a prática.

Utilizei sempre como auxiliar à aula um relógio para melhor controlar o tempo de aula e um apito que orientava os alunos de forma a que ao ouvirem o apito sabiam que tinham de estar em silêncio e a ouvir a instrução do professor e também para quando solicitado em conjunto com o apito estes se deslocarem e reunirem perto do professor ouvindo-o atentamente.

### **2.2.3. Avaliação**

De acordo com Siedentop & Tanehill (2000) citados por Siedentop, Hastie e Van Der Mars (2011) a avaliação é “*variedade de tarefas e configurações onde são dadas aos alunos oportunidades para demonstrar o seu conhecimento, habilidade, compreensão e aplicação dos conteúdos num contexto que permite aprendizagem e crescimento contínuo*”.

Como já foi referido anteriormente a avaliação é de importância primordial em todas as etapas do processo ensino-aprendizagem.

No primeiro dia de aulas no Colégio São Martinho é realizada uma reunião dos Diretores de Turma com os Encarregados de Educação da turma em que são fornecidas informações relativamente à escola, ao ano letivo, às regras de funcionamento do Colégio e é também entregue a cada um dos Encarregados de Educação um documento que contém informação relativa ao funcionamento e critérios de avaliação da disciplina de Educação Física definidos pelo grupo de Educação Física.

Deste modo a nossa avaliação foi sempre realizada tendo como base os critérios de avaliação definidos pelo grupo de Educação Física.

Ficou desde logo definido, em reunião do núcleo de Estágio, que a avaliação diagnóstica seria realizada no início de cada Unidade Didática. Esta avaliação diagnóstica era realizada nas primeiras aulas da Unidade de Didática e era feita através de grelhas que elaborei, tendo em conta os conteúdos e objetivos definidos para cada modalidade. Através desta avaliação diagnóstica podemos adequar as estratégias de ensino ao nível dos alunos para que estes pudessem evoluir da melhor forma.

A avaliação formativa revelou ser de primordial importância uma vez que era realizada em todas as aulas de forma a dar-nos informações constantes para que fossemos adaptando as matérias, os conteúdos e os objetivos para que fossem de encontro a uma melhor aprendizagem dos alunos. Todos os registos relativos a esta dimensão de avaliação estão constantes nos relatórios de avaliação formativa.

A avaliação sumativa era realizada nas últimas aulas de cada Unidade Didática de acordo com a matéria lecionada utilizando grelhas de avaliação para cada modalidade, realizadas em Excel. Para a avaliação final de período o grupo de Educação Física tinha definida uma grelha, também em Excel, que continha todos os parâmetros de avaliação e respetivos pesos, que foi também por nós utilizada.

#### **2.2.4. Componente ético-profissional**

A função de professora estagiária acarreta várias responsabilidades, uma delas é ter um comportamento exímio para toda a comunidade escolar.

Ao longo do estágio tentei sempre ser justa e correta para com os alunos e todos envolvidos no processo ensino-aprendizagem, dei sempre as mesmas oportunidades a todos os alunos, tentando sempre dar todas as informações aos alunos.

No trabalho realizado tive sempre em conta valores como a ética, a responsabilidade, assiduidade, pontualidade, análise crítica, auto-crítica e iniciativa e o profissionalismo, sendo estes parte fundamental da função de professor.

Tive sempre as atitudes mais apropriadas para com toda a comunidade escolar.

Senti desde o início dificuldades relacionadas com o comportamento dos alunos visto estes serem muito faladores, e aliado a isto uma dificuldade em equilibrar da melhor forma conseguir que estes estivessem calados e um bom clima de aula.

Ao longo do estágio tentei lidar e encontrar estratégias para ultrapassar tais dificuldades, tais como a utilização de tarefas para que os alunos estivessem sempre ocupados de forma a minimizar as conversas laterais, utilizei também “castigos” realizando exercícios físicos (flexões, abdominais, corrida, etc) que os alunos menos gostam para conseguir equilibrar o clima da aula tentei utilizar reforço positivo e ligar-me à turma através de assuntos que lhe interessassem e conversas mais em “tom de brincadeira” e claro através da lecionação das modalidades que estes mais gostam. Penso poder dizer agora ter melhorado bastante relativamente a este ponto.

### **2.3. Justificação das ações tomadas**

A minha atuação como professora, as unidades didáticas, as grelhas de avaliação, de extensão e sequência de conteúdos, os planos de aula, os objetivos e as tarefas a realizar foram sempre devidamente justificadas e apresentadas perante os orientadores.

A avaliação como parte fundamental do processo ensino-aprendizagem foi sempre devidamente justificada. Deste modo, e tendo em conta a subjetividade da avaliação, como já foi referido anteriormente, a avaliação formativa, realizada em todas as aulas, teve na base da justificação das adaptações e regulação do processo ensino-aprendizagem, pois através desta observação e análise diária consegui melhor adequar o ensino e as estratégias de ensino aos alunos e às suas aprendizagens.

Neste contexto é importante referir que a avaliação diagnóstica foi um dos veículos mais importantes ao longo do ano letivo pois foi através dela que defini as estratégias e objetivos para que os alunos pudessem evoluir.

Com a utilização da avaliação como forma de regular o processo ensino-aprendizagem pude melhor adequar as estratégias às dificuldades da turma para que assim estes pudessem experienciar o sucesso e assim manterem-se mais motivados e empenhados para a prática. Como exemplo disto temos na ginástica de aparelhos o salto ao eixo no boque que alguns alunos não conseguiam realizar e que no final da Unidade Didática praticamente todos o faziam fora algumas exceções.

A decisão de criar grupos heterogéneos que eram constituídos por alunos com vários níveis de desempenho em praticamente todas as modalidades foi realizada com base em os alunos poderem ajudar-se mutuamente a evoluir as suas capacidades e criar equipas e grupos equilibrados. Analizando agora posso dizer que penso que esta estratégia resultou, uma vez que em muitas ocasiões pude observar alguns alunos com mais capacidades para a prática de determinada



modalidade ajudar os alunos com mais dificuldades a melhor entender como estes poderiam melhorar o seu desempenho.

Grande parte dos alunos da turma realiza prática desportiva fora da escola o que demonstrou ser um fator facilitador, permitindo deste modo utilizar estes alunos como modelo o que levou, sem dúvida, a uma melhoria dos desempenhos dos alunos e a uma motivação extra pela parte dos alunos.

No que respeita à intervenção pedagógica e como foi anteriormente referido, os pontos fortes foram a forma que encontrei para que os alunos não tivessem à espera parados através da utilização de exercícios para esses alunos, também a utilização de demonstrações dos exercícios recorrendo principalmente à prática dos alunos para que os alunos melhor entendessem os exercícios a realizar, ainda a utilização de rotinas de exercícios em cada Unidade Didática é justificada com a potenciliação do tempo útil de aula e das aprendizagens dos alunos.

### **3. REFLEXÃO**

Com o culminar desta etapa de formação, torna-se necessário realizar uma reflexão relativamente ao ano letivo. Para isso, neste ponto irei analisar as experiências mais relevantes ao longo do estágio.

#### **3.1. Aprendizagens realizadas como estagiário**

Ao longo deste estágio pedagógico tentei sempre cumprir os objetivos traçados no Guia de Estágio.

Desta forma posso afirmar que ao longo do ano letivo com as observações das aulas dos outros professores estagiários e da professora orientadora Luísa Mesquita consegui retirar informações que pude adaptar à minha turma, e com isso consegui resolver muitos dos problemas que me deparei inicialmente. Por exemplo na modalidade de Voleibol ao observar a aula da professora orientadora concluí que a distribuição dos alunos pelas redes poderia adequar-se à turma que me foi atribuída, assim como alguns exercícios.

A informação dada pelos colegas e professores orientadores no final das aulas foi parte muito importante das minhas aprendizagens uma vez que com estas foram sublinhados os pontos essenciais de cada aula e estratégias para melhorar e solucionar alguns problemas.

A existência de uma constante reflexão acerca do trabalho desenvolvido revelou-se numa importante aprendizagem ao longo das minhas atividades como professora estagiária. Esta constante reflexão ao longo do ano, em conjunto com a flexibilidade do planeamento, deu origem a que em algumas aulas pudesse fazer adaptações de acordo com o decorrer da aula, por exemplo houve aulas que suprimi exercícios que achei não terem interesse no contexto dessa aula, utilizei campos reduzidos em praticamente todas as modalidades coletivas de forma a aumentar o tempo de prática e de contacto com o jogo em si.

Os ajustamentos realizados em algumas situações revelaram-se, em grande parte das vezes, acertadas pois foram realizados tendo em conta o decorrer de cada aula e as aprendizagens dos alunos, desta forma em cada decisão que tomei penso terem sido feitas da melhor maneira, tendo em conta as condições e material disponíveis.

Sendo a turma numerosa aprendi e utilizei estratégias para que, desde o início, não houvesse alunos em espera parados. Também relativamente ao grande número de alunos na turma aprendi e utilizei estratégias de forma a conseguir que estes ficassem em silêncio, que nem sempre foi fácil. Como exemplo destas estratégias e tal como já referi anteriormente, tentei que os alunos se mantivessem sempre focados em tarefas de forma a reduzir as conversas laterais, também os “castigos” realizando atividades físicas que os alunos menos gostam para que estes se mantivessem calados para podermos voltar aos conteúdos da aula. Penso que estas estratégias resultaram em grande parte das vezes, fazendo por isso um balanço positivo, tendo noção que melhorei relativamente a este ponto ao longo do ano mas que ainda tenho muito que aprender e situações em que tenho que melhorar.

Sendo esta a minha primeira experiência no ensino como professora penso ter evoluído principalmente no que respeita à condução das aulas.

A utilização de jogos lúdicos para o aquecimento aprendi ser uma forma de motivação para a aula.

Tentei utilizar na instrução uma linguagem clara e simples, perdendo o menos tempo possível tentando ser concisa em cada momento de instrução.

Consegui entender melhor a importância do *feedback* tentando melhorar tanto a qualidade como a quantidade dos mesmos, sendo que na modalidade de Voleibol senti uma melhoria relativamente a este ponto devido à disposição dos alunos nos campos permitir uma melhor análise e observação da minha parte.

Olhando para trás e analisando posso dizer que no que diz respeito às aprendizagens realizadas ao longo deste ano de estágio posso dizer que evolui muito de forma a chegar ao ponto que me encontro agora com novos conhecimentos e experiências, tendo como foi referido em cima alguns obstáculos que tentei

ultrapassar, posso dizer que sinto muito mais rica de saberes mas, apesar disso sei que ainda tenho muito que aprender e melhorar no futuro.

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

A turma que me foi atribuída era muito numerosa e por isso com vários níveis de desempenho nas diferentes modalidades e por isso tentei sempre que os alunos tivessem todos as mesmas oportunidades de aprendizagem. Para isto defini objetivos gerais para a turma que todos os alunos pudessem atingir, defini também objetivos específicos que iam sendo adaptados de acordo com o desempenho dos alunos aquando da avaliação diagnóstica, com a avaliação formativa pude também adequar estes objetivos às aulas e desempenho dos alunos. Isto mais uma vez demonstra a importância destes dois tipos de avaliação no processo ensino-aprendizagem. No final, e através da comparação entre a avaliação diagnóstica e sumativa constante nos balanços, pude verificar que os alunos conseguiram ultrapassar algumas das suas dificuldades.

Como já referi anteriormente decidi utilizar grupos heterogéneos, em praticamente todas as Unidades Didáticas principalmente de Andebol, Ginástica de Solo e Aparelhos e Basquetebol, com alunos de diferentes níveis de desempenho para que se pudessem ajudar mutuamente e criar equipas equilibradas.

Tentei também evoluir relativamente à instrução para que desta forma os alunos pudessem melhorar o seu desempenho. Neste sentido tentei ser cada vez mais clara e precisa na instrução verbal e tentei utilizar cada vez mais a demonstração dos exercícios recorrendo sobretudo ao aluno para este fim. Exemplo disto é, na modalidade de Basquetebol, após avaliação inicial da turma, tendo encontrado um aluno que tinha um desempenho muito bom utilizei-o em algumas demonstrações para que os colegas melhor visualizassem e entendessem o que era para fazer.

Em grande parte das aulas utilizei como estratégia os jogos lúdicos no aquecimento para uma maior motivação para a aula.

Refletindo penso que as estratégias utilizadas e os objetivos selecionados contribuíram para o melhor funcionamento das aulas e deste modo conseguir potencializar as aprendizagens dos alunos. O meu principal objetivo desde o início deste ano foi focar-me nos alunos e nas suas aprendizagens, sendo que deste modo

poderia contribuir para a minha formação e experiência como professora de Educação Física.

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

Como já vem sendo descrito e analisado ao longo do presente relatório no decorrer da minha atividade de estágio foram surgindo algumas dificuldades que tentei sempre ultrapassar.

Ainda ligado ao ponto anterior uma das dificuldades sentidas foi a capacidade de inovar nas aulas de forma a potenciar as aprendizagens dos alunos, como resolução desta dificuldade penso que uma investigação ainda mais aprofundada neste tema seria a solução certa tendo sempre em conta as características da turma.

Outra dificuldade que senti foi no manter o silêncio dos alunos, visto a turma ser muito grande qualquer conversa lateral perturba o normal funcionamento da aula, neste sentido tentei ter “mão mais pesada” de forma a que quando estes faziam barulho, através de tarefas por mim definidas, iriam ser “repreendidos”. Penso que a utilização desta estratégia funcionou algumas vezes mas, apesar disso começou a tornar-se rotina para os alunos deixando de surtir efeitos, alterando a tarefa estes foram respondendo à estratégias, penso que esta estratégia terá que ser revista no futuro de forma a melhor funcionar de acordo com as características da turma.

Relacionado com o fator anterior o equilíbrio entre a situação anterior e um bom clima de aula nem sempre foi conseguindo, tendo eu tentado sempre corrigir esta dificuldade através de reforços positivos após o “castigo” e conversas mais em “tom de brincadeira” e sobre assuntos que lhe interessassem. Analizando, penso que sempre me esforcei para que existisse um bom clima de aula, sendo que algumas vezes não fui bem sucedida devido ao comportamento dos alunos na aula, posso apontar esta dificuldade como um ponto a melhorar no futuro para me tornar uma melhor professora de Educação Física.

O número elevado de alunos na turma constituiu não tanto uma dificuldade mas um desafio que tentei sempre ultrapassar utilizando tarefas para os alunos não estarem parados, realizando os jogos em campo reduzido tendo sempre a preocupação de dar as mesmas oportunidades de aprendizagem a todos os alunos. Neste ponto penso ter conseguido um balanço bastante positivo na medida em que através da

utilização destas estratégias consegui que os alunos estivessem sempre empenhados em alguma tarefa otimizando assim o tempo de prática.

No início do ano senti dificuldade em realizar as avaliações devido a ainda não estar familiarizada com os alunos e não saber ainda os nomes de todos. Ao longo do ano melhorei neste aspeto, sendo que no final da primeira unidade didática consegui conhecê-los melhor sabendo os nomes de cada um, através, principalmente, da realização da chamada no início da aula. Mas como já foi referido a turma é numerosa e deste modo senti algumas dificuldades em conseguir observá-los a todos apesar de o ter conseguido, baseando-me nos conhecimentos adquiridos no meu percurso académico, principalmente na cadeira de Avaliação Pedagógica em Educação Física, construí grelhas de avaliação bem estruturadas de forma a simplificar a avaliação da turma. Penso que através da realização da chamada no início de cada aula consegui conhecer cada aluno de forma a conseguir ter uma relação mais próxima com os alunos e também diminuir as dificuldades na realização das avaliações.

Senti também dificuldade em que os alunos chegassem todos a tempo nas aulas de 45 minutos uma vez que tinham aula teórica nos 45 minutos anteriores na sala de aula.

Para cada aula a elaboração do plano de aula veio colmatar algumas dificuldades relativas ao planeamento da aula e definição dos objetivos para a mesma. Analizando agora verifico que este é um dos pontos principais para que muitas das dificuldades que temos no início se vão desvanecendo à medida que vamos ganhando confiança nas nossas capacidades enquanto professor.

Senti no início alguma dificuldade de relacionamento com os alunos devido a estar muito agarrada ao plano de aula e preocupada com o tempo, a pouco e pouco fui tentando melhorar relaxando mais nas aulas focando mais nos alunos e no seu desempenho.

A realização de um registo diário do desempenho e comportamento dos alunos, mesmo sendo de uma forma simples, penso que seria um aspeto a melhorar no futuro.



Refletindo acerca das dificuldades que senti ao longo do ano, acima referidas, posso dizer que através da formação académica dos anos anteriores sempre tentei ultrapassar estas dificuldades no estágio. Algumas delas foram colmatadas ao longo do estágio através de conselhos e orientações dadas tanto pelos meus colegas estagiários como os professores orientadores, tal como diz Piéron (1996) “Observar um professor na sua ação, fornecer-lhe dados que obtivemos e ajudá-lo a utilizá-los, constituem os diversos componentes de um feedback que facilita a aprendizagem a todo o formando...”, também através das aulas a que assisti e outras através

### 3.4. Dificuldades a resolver no futuro

Apesar de muitas dificuldades terem visto resolução neste ano de estágio, penso que ficaram aspetos que podem ainda ser melhorados e por isso ser importante referir.

Com a minha inexperiência penso que poderia melhorar no que respeita à relação com os alunos, tentar desde logo preocupar-me com esse aspeto, visto que como pude confirmar ao longo deste ano uma boa relação com os alunos é fundamental para um bom clima de aula e assim no seio de um bom clima de aula poder potenciar da melhor forma as aprendizagens dos alunos.

Ter sempre em conta os objetivos adaptando-os da melhor maneira aos alunos e às suas idades. Penso que neste ponto tentei sempre melhorar ao longo do ano, conseguindo muitas vezes adaptar os objetivos ao desempenho da turma, mas considero que no futuro será um ponto no qual me terei de focar mais profundamente.

Relativamente à idade dos alunos tentar ter mais calma e paciência com alguns comportamentos dos alunos naturais em algumas idades. Tendo em conta este ponto e olhando agora para trás, penso que em algumas situações tenho que tentar ser mais compreensiva relativamente a alguns comportamentos dos alunos tendo em conta a sua idade e energia e irrequietude inerente à mesma.

A utilização de um registo diário em que aponte os pontos fortes e fracos de cada aula para poder ir sempre melhorando, conforme pude verificar a utilização constante de um registo diária acerca dos pontos mais importantes de cada aula, tanto no que respeita ao desempenho dos alunos como do meu, é um grande apoio para que possa melhorar sempre e adaptar cada aula à turma e às suas capacidades.

No futuro tentar sempre aumentar a quantidade e a qualidade de *feedbacks* nas aulas e tentar fechar os ciclos do mesmo de forma a melhor orientar o desempenho dos alunos, pois como pude observar ao longo deste ano tive algumas dificuldades neste ponto e verifiquei que o *feedback* é fundamental para que os alunos tenham

perceção dos seus erros, dificuldades e formas de melhorar o seu desempenho para que a partir daí possam ultrapassar os seus obstáculos o que também vai melhorar a sua autoestima e motivação para a prática desportiva.

### 3.5. Capacidade de iniciativa e responsabilidade (ética profissional)

Relativamente a este item penso que este é importante não só na vida profissional mas também na pessoal. É com valores como estes que guio a minha vida passando estes valores para a minha prática educativa. Penso que relativamente a este ponto domino estas características, tentando sempre adequar com os meus conhecimentos relativamente à Educação Física.

Com o material e os espaços tive sempre a preocupação em mantê-lo em boas condições e bem arrumado de forma a que todos pudessem usufruir dos mesmos, tendo a preocupação de passar estes valores aos alunos. Penso que foi importante, ao longo do ano, tentar inculcar aos alunos os cuidados a ter com o material para que estes entendessem não só que o material tem que ser bem cuidado para que possa ser utilizado por todos mas que pudessem transportar estes ensinamentos para a sua vida para cuidarem melhor dos seus pertences.

Sinto que seria necessária formação mais aprofundada em algumas áreas tais como a ética profissional, a observação das aulas, os *feedback's* e sua utilização, tendo tentado sempre realizar pesquisa sempre que senti alguma dificuldade. Apesar disso vou tentar, tendo em conta o ano que passou, sempre procurar respostas, através de investigação e formação, para colmatar estas dificuldades e lacunas que pude identificar neste ano de estágio.

O trabalho no seio do núcleo de estágio nem sempre foi o mais eficaz devido a diferenças de opinião e de personalidade que no futuro deveriam ser melhorados, apesar disso sinto que com esta situação aprendi a lidar melhor com esta situação. Levei sempre o trabalho de grupo a sério e com responsabilidade. Mas com este ano pude aprender que o trabalho de grupo nem sempre é fácil devido às diferenças entre os elementos do grupo mas penso ter sido uma importância enriquecedora em que aprendi com os erros que cometemos no trabalho em grupo, para que no futuro possa ter uma prestação mais eficaz no trabalho realizado em grupo.

No que respeita a este ponto penso ter um balanço positivo sendo que a experiência do trabalho de grupo vai servir para no futuro melhorar na realização de tarefas com a colaboração de outros professores e/ ou intervenientes no ambiente escolar. Pode

também identificar que existem algumas lacunas, no que me diz respeito, relativamente à formação ética que vou tentar no futuro aprender mais relativamente a esta dimensão de grande importância no contexto escolar.

### 3.6. Questões dilemáticas

No início do ano senti algumas dificuldades sendo esta a minha primeira experiência como professora.

Em primeiro lugar penso ser importante referir o número de alunos por turma. No meu ponto de vista é um fator importante pois tendo a turma 28 alunos torna-se mais complicado conseguir “chegar” a todos de igual forma. Encarei, desde o início, como um desafio que penso ter ultrapassado tentando ter sempre todos os alunos em atividade sendo por vezes difícil, devido ao material e ao espaço. Penso que é um ponto importante a ser analisado e alterado para não influenciar negativamente as aprendizagens dos alunos.

No Colégio São Martinho, tal como já foi referido, os testes são realizados por todas as turmas ao mesmo tempo sendo o mesmo teste para todas elas. Tendo isto em conta algumas aulas foram afetadas por esta situação. Apesar destes estarem previamente marcados existiram algumas alterações inesperadas que fizeram com que algumas aulas que à partida seriam de prática destinaram-se à vigilância de testes. Penso que este seria um aspeto a refletir para que a realização dos testes não afete as aulas de outras disciplinas.

Por fim, e como já foi referido, os tempos de 45 minutos imediatamente após uma aula prática condiciona as aulas de Educação Física uma vez que diminui o tempo disponível para a prática devido a os alunos terem de se deslocar desde a sala até aos balneários.

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

Ao longo do estágio tentámos desde sempre criar uma boa relação com todos os envolvidos na comunidade escolar.

Sempre que possível colaborámos em atividades levadas a cabo pelo grupo de Educação Física, ressaltando o Corta-mato escolar em que participámos ativamente na organização, montagem e controlo da prova, tendo acompanhado posteriormente os alunos ao Corta-mato Distrital em Góis.

O núcleo de estágio organizou duas atividades tendo grande afluência na primeira mas nem tanto na segunda. A primeira atividade foi realizada no segundo período tentando motivar os alunos para a prática desportiva, que penso ter sido conseguido, e tentar implementar esta atividade na escola para que esta continuasse a ser realizada se o grupo de Educação Física assim o desejar, a segunda atividade foi realizada no terceiro período com o mesmo objetivo, motivar os alunos para a prática desportiva, nesta atividade talvez devido a uma pobre divulgação não tivemos muitos alunos inscritos.

Relativamente a este ponto sinto que sempre me empenhei ao máximo tendo, o núcleo de estágio, realizado toda a planificação e organização das atividades atempadamente, tentei sempre aprender com todas as situações que surgiram.

### **3.8. Experiência formal e profissional do ano de estágio**

Sendo esta a minha primeira experiência a lecionar verifiquei várias dificuldades que senti ao longo do estágio pedagógico.

Tentei sempre colmatar estas dificuldades com pesquisas acerca dos aspetos que senti mais dificuldades e através das informações e sugestões dadas tanto pelos outros professores estagiários como pelos orientadores.

Este ano considero terem-me sido fornecido ferramentas de importância primordial para o meu futuro como docente de Educação Física.

O papel importante dos restantes professores estagiários mas principalmente da professora orientadora em guiar a minha formação como docente foi primordial com todas as experiências e conselhos provenientes do tempo de exercício da função de docente foram um ponto importantíssimo de aprendizagem.

Deste ano, olhando para trás, retiro o grande crescimento que tive não só no que respeita ao cargo de professor mas também a nível pessoal, podendo afirmar que o ano de estágio é uma experiência muito enriquecedora a todos os níveis contribuindo para o nosso crescimento tanto profissional como pessoal.



#### **4. Conclusão**

Com o concluir desta etapa da minha formação profissional e académica penso ter concluído uma das etapas primordiais para o meu futuro como docente de Educação Física.

Todos os documentos elaborados ao longo do ano fiz sempre com profissionalismo e rigor, tendo sempre em conta as normas vigentes do ensino da Educação Física.

Ao longo deste ano tentei sempre ir ao encontro dos objetivos que defini para a turma, tendo por vezes realizado algumas alterações para uma melhor aprendizagem da parte dos alunos.

O facto de ter-me sido atribuída uma turma de 28 alunos revelou ser um desafio que penso ter ultrapassado da melhor maneira podendo melhorar relativamente a alguns aspetos do controlo da turma.

Tentei sempre que achei necessário realizar investigação para aprofundar os meus conhecimentos relativamente a determinado assunto em que sentisse mais dificuldade e melhorar assim o meu desempenho e a minha atuação como professora.

Considero que, realizando um balanço do ano que passou, este é positivo. É positivo pois penso ter cumprido os meus objetivos de início e ter melhorado o meu desempenho em vários níveis de forma a melhor potenciar as aprendizagens dos alunos.

Termino este ano com o sentimento de dever cumprido e principalmente uma “bagagem” académica e profissional muito vasta.

## **5. Tema a desenvolver: *Feedback***

### **5.1. Introdução**

O presente trabalho insere-se no Estágio Pedagógico do 2ºano do Mestrado em Ensino da Educação Física no Ensino Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra e tem como objetivo o estudo de um tema que nos tenha causado dificuldades ou tenha despertado o nosso interesse ao longo deste Estágio Pedagógico.

Na minha breve experiência no ensino a partir do Estágio Pedagógico pude constatar algumas dificuldades que tive até este momento estão ligadas com o fornecimento de *feedbacks*.

Penso por isso, e por ter constatado que é uma dificuldade que seja exclusivamente minha, ter muita pertinência abordar este assunto de forma a ficar com o melhor entendimento acerca do *feedback* e da sua importância.

### **5.2. Desenvolvimento**

Ao longo deste ano letivo, analisando a minha prestação, pude constatar que o *feedback* é um importante instrumento para o desenvolvimento de habilidades motoras, sendo que a qualidade da informação fornecida pelo *feedback* ao indivíduo está dependente da formação dos profissionais.

Aprofundando este tema, torna-se então importante definir *feedback*.

Segundo MARTIENIUK (1986) “o *feedback* é uma resposta produzida pelo movimento realizado, obtendo informações cinéticas e cinemáticas do mesmo”. SCHMIDT (1993) afirma que *feedback* “é qualquer tipo de informação sensorial sobre o movimento, não exclusivamente com referência a erros”. Através das definições dadas pelos autores e através da minha experiência ao longo deste ano letivo, posso dizer que o *feedback* é uma das formas mais importante de dar

informação aos alunos relativamente ao seu desempenho não tendo necessariamente de ser focado apenas nos erros.

O *feedback* é um dado importante na atividade pedagógica pois este pode guiar e influenciar a atividade do aluno, sendo por isso uma variável importante na eficácia do ensino, o ano de estágio veio reforçar esta ideia que já tinha sido referida por várias vezes ao longo da minha formação académica, mas que pude constatar através do contato com a realidade do ensino. Como já foi referido várias vezes ao longo do presente documento senti dificuldade ao longo do estágio no que respeita ao *feedback*, por isso, analisando o meu percurso até agora penso ser importante distinguir os diferentes tipos de *feedback* de forma a melhor entender as suas dimensões.

Para SCHMIDT (1993) e FRANCO (2002) existem dois tipos de *feedback*: o *feedback* intrínseco e o *feedback* extrínseco.

O *feedback* intrínseco é a informação fornecida como consequência natural da realização de uma ação. Todos os aspetos dos movimentos intrínsecos à tarefa podem ser percebidos mais ou menos diretamente, sem métodos ou aparelhos, ou seja, através dos órgãos sensoriais e propriocetivos.

O *feedback* extrínseco é constituído por informação do resultado medido da performance, que é a resposta informada ao executante por algum meio artificial, seja verbal, visual ou sonoro. Deste modo, o *feedback* extrínseco é fornecido após o *feedback* intrínseco.

Assim sendo, de acordo com as distinções feitas anteriormente e adaptando à realidade escolar, posso dizer que o *feedback* intrínseco está relacionado com a percepção dos alunos relativamente ao seu próprio desempenho, isto é, o que estes percebem através dos seus órgãos sensoriais e propriocetivos do seu desempenho relativo a certo movimento, posso concluir, tal como o nome indica, que é uma reflexão interior que os alunos fazem do movimento que acabaram de executar. Refletindo neste tipo de *feedback* concluo que o professor não pode ter qualquer influência sobre ele uma vez que este é interno a cada aluno.

No que respeita ao segundo tipo de *feedback* abordado, o *feedback* extrínseco, é através deste tipo de *feedback* que o professor pode dar informações ao aluno

relativamente à sua performance, visto este tratar-se da informação dada através da medição do resultado do desempenho pela parte do professor, e este pode ser dado não só verbalmente mas recorrendo também aos meios visual e sonoro.

Depois de distinguidos e analisados estes dois tipos de *feedback*, podemos então retirar que para os professores é importante o segundo tipo de *feedback* pois é sobre este que podem ter influência e alterar o comportamento do aluno.

Sendo este o *feedback* com mais importância no conteúdo deste estudo irei analisá-lo mais profundamente.

Desta forma é importante entender que este *feedback* é aquele sobre o qual o professor pode ter controlo.

Sendo assim o *feedback* extrínseco pode ainda ser dividido em dois géneros que são o “Conhecimento de Resultado” e o Conhecimento de “Performance”.

O “Conhecimento de Resultado” é segundo, CHIVIAKOWSKI e TANI (1993), “*um tipo de informação que pode tomar muitas formas no ambiente de aprendizagem, capaz de informar o aprendiz sobre o resultado ou eficiência de um movimento, durante ou após a sua execução*”.

O “Conhecimento de Resultado” é então importante pois permite-nos fornecer informação sobre os erros de performance quando o *feedback* intrínseco não fornecer essa informação. Este é dado de acordo com a constatação do erro pela parte do professor que fornece a informação ao aluno para que este possa tentar melhorar a sua performance. Isto vai permitir uma melhoria rápida da performance do aluno.

O “Conhecimento de Resultado” é importante no que diz respeito ao ensino pois conforme pude verificar ao longo deste ano como professora estagiária através da observação do erro pelo professor informando o aluno do mesmo, vai resultar que o aluno vai com a informação que lhe é fornecida tentar melhorar a sua performance. Este tipo de *feedback* serve como guia a performance do aluno.

Quanto ao “Conhecimento de Performance” diz-nos SCHMIDT (1993) “*é a informação verbalizada sobre a natureza do padrão de movimento apresentado após a resposta*”.

Este tipo de *feedback* em comparação com o anterior parece ter mais utilidade no ensino, uma vez que o professor fornece a informação, verbalmente, não do sucesso do movimento mas do padrão que o aluno reproduziu. Desta forma o aluno consegue, através da informação do sucesso ou insucesso do movimento que realizou, mais facilmente entender o que precisa de alterar para que o seu movimento se torne mais perfeito.

O *feedback*, na sua generalidade, pode ter três tipos de influências principais sendo muito difícil de individualizá-las na prática, de acordo SCHMIDT (1993); MOTA (1989); PÉREZ e BAÑUELOS (1997), estas são:

- Motivação
- Reforço
- Informação

O *feedback* como **motivação** segundo MOTA “*tem um papel estimulador de atividade dos seus alunos, salientando os procedimentos corretos, os êxitos, os sucessos de seus alunos e o encorajamento pós-erro, pode ser muito importante*”.

Refletindo sobre o *feedback* como motivação constato que na escola pode ter impacto positivo motivando o aluno para a prática, mas também pode ter um impacto negativo relativamente ao relacionamento com os outros pois pode-se sentir embaraçado devido à sua performance não ser a mais correta, tendo o professor de conseguir entender e afastar-se dessa fina linha que divide o resultado ser motivante ou pelo contrário desmotivante para o aluno.

O *feedback* como **reforço** recorrendo a SCHMIDT (1993), o reforço tende a fazer com que o aluno repita ou não determinada ação, recorrendo ao reforço positivo o aluno tenderá a repetir aquela ação, pois o fator motivacional oferecido pelo professor incentivará nova tentativa da mesma ação, pelo contrário o reforço negativo inibe qualquer tentativa futura, que o aluno possa vir a fazer, analisando este tipo de reforço retiro que este tem grande importância e quando utilizado pode ter resultados positivos mas, tal como o anterior, deve ser utilizado com muita moderação devido ao fator desmotivacional associado.

O *feedback* como **informação** é importante porque para se obter sucesso na aprendizagem deve-se estabelecer o que é essencial e necessário, o que é recomendado é a informação acerca da resposta, que em habilidades motoras é importante que esta informação ajude o aprendiz a realizar determinados ajustes antes de executar a habilidade novamente. Este tipo de *feedback* é importante na medida que transmite informação ao aluno relativamente à sua performance de forma a que este da próxima vez que realizar o movimento saiba o que alterar de forma a melhorar.

O *feedback* pode e deve ser utilizado na aprendizagem de acordo com a **estruturação da informação, quantidade da informação, variedade de informação e programação da informação**.

Para que se consiga uma **estruturação da informação**, segundo SCHMIDT (1993) é necessário ter em conta os seguintes princípios:

- O conteúdo do *feedback* deve-se igualar e estar ao alcance do que o executante, o aluno ou o atleta pode controlar. Uma informação poderia causar uma alteração na execução do movimento. De qualquer forma o *feedback* sobre os aspetos do programa é difícil para os alunos ou atletas utilizarem, mas é muito importante na modificação de programas motores incorretos.
- O *feedback* sobre as variáveis e sequências do programa motor, a organização temporal, promove modificações na estrutura fundamental deste programa.
- Especificar os parâmetros como velocidade, distância ou força de um determinado padrão de movimento, contribuindo para a aprendizagem.
- Fornecer o *feedback* do programa motor antes do *feedback* do parâmetro.

Posso então concluir que é importante que o *feedback* seja fornecido de acordo com o que o aluno pode controlar para poder alterar o movimento, é também importante que dê informação sobre a sequência do movimento de forma a que o aluno possa entender e desta forma melhorar a sua performance, é ainda importante dar informação relativamente aos diferentes parâmetros do movimento (como a

velocidade, força, etc), por fim, e tendo em conta o que foi referido anteriormente, é importante dar informação relativamente ao padrão motor em primeiro lugar e só depois acerca dos parâmetros dos movimento.

De acordo com o que foi citado anteriormente, a **quantidade da informação** é um aspeto importante a ter em conta na utilização de *feedbacks*. Segundo SCHMIDT (1993) “*a atenção deve ser focalizada, a princípio, nas deficiências do aluno no padrão fundamental do movimento. Desta forma, deve-se concentrar no máximo duas fontes de feedback de cada vez para evitar a sobrecarga no processamento de informação e nas capacidades de memória do atleta ou do aluno*”.

Para McGOWN (1991) os pontos principais são:

- Concentrar informação.
- Reduzir o número de palavras, diminuindo assim as exigências levantadas ao processamento da informação.
- Focalizar a atenção do praticante na informação mais relevante.
- Auxiliar a memória.

Neste ponto retiro que é importante que a informação fornecida não seja muito extensa, ou seja, tem que ser clara e concisa de forma a que o aluno se foque no que é realmente importante.

Para a **variedade de informação** ZAKHAROV (1992) diz que “*na análise dos erros, não se deve acentuar a atenção em mais de 1-2 erros cometidos. Seria desejável evitar observações que assinalem apenas os defeitos, devendo-se também ressaltar os aspetos positivos, incutir no atleta segurança nas suas forças e no êxito do ensino*”.

Tendo agora informações acerca de como e qual a informação a fornecer com o *feedback* resta-nos averiguar quando dar ou não o *feedback*, ou seja, a **programação da informação**.

De acordo com SCHMIDT (1993) esses tipos são:

- frequência absoluta de *feedback*, que se refere ao número de apresentações de *feedback* dadas ao atleta ao longo de um conjunto de tentativas de prática;
- frequência relativa de *feedback*, que se refere à percentagem de tentativas que estão recebendo *feedback*.

Por fim, penso que é ainda importante referir o momento em que após a execução do movimento deve ser fornecido o *feedback* que, de acordo com SCHMIDT (1993); PÉREZ; BAÑUELOS (1997), deve ser fornecido “no máximo cinco segundos após a execução para aproveitar a memória que o desportista tem de sua execução e tenha tempo suficiente para processar seus erros”. Ou seja, é importante que o *feedback* seja dado logo após a execução do movimento de forma a que o aluno recorrendo à memória recente que tem do movimento possa processar e entender os seus erros de forma a melhorar a sua performance.

### **5.3. Conclusão**

Penso com este estudo ter cumprido os objetivos a que me propus inicialmente de forma a melhorar as minhas atuações futuras como docente, para além de ter contribuído para o aumento dos meus conhecimentos académicos relativamente ao *feedback* e à sua utilização, sendo este um elemento de importância primordial no processo ensino-aprendizagem.

Este estudo revelou ser fundamental para a compreensão do *feedback* e forma de utilizá-lo para poder potenciar as aprendizagens dos alunos. Posso concluir que no futuro, através deste estudo, me sinto mais preparada para o fornecimento de informação aos alunos acerca do seu desempenho, tendo sido este o principal motivo que me levou ao aprofundamento deste tema.



## 6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bento, J.O. *Planeamento e Avaliação em Educação Física* (3rd ed.) Lisboa: Livros Horizonte, 3ª Edição. 2003.
- CHIVIACOWSKY, S.; TANI, G. Efeitos da frequência do conhecimento de resultados na aprendizagem de uma habilidade motora em crianças. *Revista Paulista de Educação Física*. São Paulo, v. 7, n. 1, p. 45-57, jan./jun. 1993.
- FCDEF-UC (2011). *Diretrizes e Normas para a apresentação de trabalhos académicos – Dissertações e Teses*. Documento não editado.
- FCDEF-UC (2011). *Guia das Unidades Curriculares do 3º e 4º Semestres 2011-2012*. Documento não editado.
- FRANCO, F. J. F. [El tratamiento de la información: la necesidad del feedback](http://www.efdeportes.com). Disponível em: <http://www.efdeportes.com>. Revista Digital. Buenos Aires, ano 8, n. 50, jul. 2002.
- MARTENIUK, R. G. Information Processes in Movement Learning: Capacity and Structural Interference Effects. *Journal of Motor Behavior*. v. 18, n. 1, p.55-75, 1986.
- MCGOWN, C. O ensino da técnica desportiva. *Treino Desportivo*. II série, n. 22, p. 15-22, dez. 1991.
- MOTA, J. As funções do *feedback* pedagógico. *Horizonte*. Lisboa, v. 6, n. 31, p. 23-26, mai./jun. 1989.

- PÉREZ, L. M.; BAÑUELOS, F. S. *Rendimiento Deportivo: Claves para la Optimización de los Aprendizajes*. Madrid: Gymnos, 1997.
- Piéron, M. Formação de Professores. *Aquisição de Técnicas de Ensino e Supervisão Pedagógica*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana. 1996.
- SCHMIDT, R. A. *Aprendizagem e Performance Motora: dos princípios à prática*. Tradução Flávia da Cunha Bastos; Olívia Cristina Ferreira Ribeiro. São Paulo: Movimento, 1993. Cap. 19, p. 227-259: *feedback* para Aprendizagem de Habilidade.
- SIEDENTOP, D. *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Boston: Houghton Mifflin Company, 1976.
- SIEDENTOP, D.; HASTIE, P.; VAN DER MARS, H. *Complete Guide to Sport Education*. Human Kinetics, 2ª Edição.
- ZAKHAROV, A. *Ciência do Treinamento Desportivo*. Adaptação científica Antonio Carlos Gomes. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 1992. Cap. 2, p. 79-232.