

UNIVERSIDADE DE COIMBRA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA



ANA CLÁUDIA AMADO CANCELA

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
BÁSICA E SECUNDÁRIA DA QUINTA DAS FLORES JUNTO DA TURMA DO 7ºB
NO ANO LETIVO DE 2012/2013**

COIMBRA
2013

ANA CLÁUDIA AMADO CANCELA

2008020721

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA
BÁSICA E SECUNDÁRIA DA QUINTA DAS FLORES JUNTO DA TURMA DO 7ºB
NO ANO LETIVO DE 2012/2013**

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

Orientador FCDEF-UC: Mestre Paulo Nobre

COIMBRA

2013

Cancela, A. C. A. (2013). Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido na Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores junto da turma do 7ºB no ano letivo de 2012/2013. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

Eu, Ana Cláudia Amado Cancela, aluno nº 2008020721 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no art. 30.º do Regulamento Pedagógico da FCDEF.

11 de junho de 2013

Ana Cláudia Amado Cancela

**Aos meus pais por todo o
amor e apoio incondicional
que me deram ao longo da vida.**

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a algumas pessoas que tiveram um contributo indispensável para o desenvolvimento deste trabalho. Em primeiro lugar aos meus pais porque sem eles não seria possível este meu percurso académico, ao professor Paulo Furtado, pelo profissionalismo, pela disponibilidade e por todos os conselhos ao longo deste ano letivo, ao professor Paulo Nobre pela sabedoria transmitida, quer nas unidades curriculares que lecionou na licenciatura e mestrado quer agora no ano de prática pedagógica, e aos meus colegas e amigos de estágio pela entreaajuda e paciência.

RESUMO

Este documento representa uma reflexão e aprofundamento de alguns temas relativos ao ano de estágio pedagógico desenvolvido na Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores, em Coimbra. No final deste ano letivo de estágio é relevante a elaboração desta reflexão, incidindo sobre a aplicação da formação inicial durante o mesmo, sobre como foi elaborado o planeamento, se foi desenvolvida a diferenciação pedagógica necessária à melhoria do processo de ensino-aprendizagem, se se atingiram os objetivos propostos, quais foram os pontos fortes e fracos do meu desempenho e o que poderia melhorar nestes últimos. Para esta reflexão serão mobilizados não só os conhecimentos adquiridos ao longo das atividades letivas e não letivas, mas também a partilha de ideias e experiências dentro do núcleo de estágio e os conhecimentos transmitidos pelos professores orientadores, referindo o que ocorreu em cada tarefa cumprida, quanto à turma e quanto à minha execução. Este documento é constituído mais especificamente pela contextualização da prática de estágio, as minhas expectativas e objetivos definidos inicialmente, seguidos de reflexões sobre as decisões tomadas, o planeamento, a realização e a avaliação, tendo em conta as dificuldades sentidas e a evolução, tanto minha como da turma, e ainda pelo aprofundamento do tema “Estratégias para o controlo da disciplina”, que me acompanhou ao longo de todo este percurso.

Palavras-chave: Estágio pedagógico. Educação Física. Ensino-aprendizagem. Disciplina. Diferenciação.

ABSTRACT

This document represents a discussion and analysis of some issues related to the year of pre-service teaching practice developed in Primary and Secondary School of Quinta das Flores, at Coimbra. At the end of this year of practicum it is relevant that a reflection is made about the training along this year, about the planning process, the development of training along this year, on the planning, on the development of adaptive education necessary to improve the process of teaching and learning, about the achievement of initial goal and on the strengths and weaknesses of my performance, as well as on what can be improved. This reflection will mobilize knowledge acquired throughout the teaching and not teaching activities, the sharing of ideas and experiences with the internship partners and that one imparted by tutors, referring to what happened in each task accomplished, considering the class and my performance. This document is made specifically by the contextualization of the internship practice, my expectations and initially settled goals, followed by reflections on the decisions taken, the planning, conduct and evaluation, taking into account the difficulties and the progress, both mine and the class's, and also deepening the theme "Strategies for the discipline control," which accompanied me throughout this journey.

Key-words: Stage teaching. Physical Education. Teaching and learning. Discipline. Differentiation.

ÍNDICE

RESUMO.....	VI
ABSTRACT	VII
1.INTRODUÇÃO	1
2.CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA.....	2
2.1. EXPECTATIVAS INICIAIS.....	2
2.2. PLANO DE FORMAÇÃO INDIVIDUAL.....	3
2.4. CARATERIZAÇÃO DAS CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO.....	7
2.4.1. CARATERIZAÇÃO DA ESCOLA	7
2.4.2. CARATERIZAÇÃO DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA	8
2.4.3. CARATERIZAÇÃO DA TURMA	8
3.1. PLANEAMENTO E ESTRATÉGIAS.....	10
3.1.1. PLANEAMENTO ANUAL.....	10
3.1.2. PLANEAMENTO DAS MATÉRIAS	12
3.1.3. UNIDADES DIDÁTICAS	13
3.1.4. PLANO DE AULA	16
3.2. REALIZAÇÃO.....	17
3.2.1. INSTRUÇÃO	17
3.2.2. GESTÃO.....	19
3.2.3. CLIMA E DISCIPLINA.....	20
3.2.4. DECISÕES DE AJUSTAMENTO	21
3.2.5. REFLEXÕES PÓS-AULA.....	22
3.2.6. OBSERVAÇÕES DE AULA	22
3.3. AVALIAÇÃO	23
3.3.1. AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA.....	24
3.3.3. AVALIAÇÃO SUMATIVA	26
3.5. APRENDIZAGENS, DIFICULDADES E ESTRATÉGIAS DE RESOLUÇÃO DOS PROBLEMAS.....	31
3.6. ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL.....	35
4. APROFUNDAMENTO DO TEMA-PROBLEMA - ESTRATÉGIAS PARA O CONTROLO DA DISCIPLINA.....	37
4.1. INTRODUÇÃO	37
4.2. ESCOLHA DO TEMA E SUA RELEVÂNCIA.....	38

4.3. ENQUADRAMENTO TEÓRICO	38
4.4. PROBLEMA.....	39
4.5. DEFINIÇÃO DE OBJETIVOS.....	40
4.6. METODOLOGIA	40
4.6.1. INSTRUMENTOS.....	40
4.6.2. TÉCNICAS ESTATÍSTICAS.....	41
4.6.3. AMOSTRA.....	41
4.6.5. CRONOGRAMA DA PLANIFICAÇÃO DA METODOLOGIA DE RECOLHA DOS DADOS	42
4.7. ASPETOS ÉTICOS	42
4.8. RESULTADOS E DISCUSSÃO	43
4.9. CONCLUSÃO DO APROFUNDAMENTO DO TEMA/PROBLEMA.....	48
5. CONCLUSÃO.....	50
6. BIBLIOGRAFIA.....	52
7. ANEXOS.....	55

1.INTRODUÇÃO

O Relatório Final de Estágio Pedagógico surge no âmbito do Estágio Pedagógico em Educação Física realizado na Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores, no ano letivo 2012/2013, inserido no plano de estudos do 2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário e constitui uma reflexão do ano letivo de estágio.

Segundo Costa (1994), o período de formação inicial dos professores é entendido como período durante o qual o futuro professor adquire os conhecimentos científicos pedagógicos e as competências necessárias para enfrentar adequadamente a carreira docente. O ano de estágio representa o ponto fulcral deste percurso de formação, procurando aplicar os conhecimentos adquiridos nos anos anteriores, investigando formas de melhorar essa aplicação, diferenciando o processo de ensino e refletindo em cada dia sobre as decisões tomadas e suas consequências para o processo de ensino-aprendizagem.

Siedentop (1998) define pedagogia como “a organização ajustada de um contexto para permitir aos seus participantes realizar as aprendizagens desejadas” e é isto que cada estagiário deve fazer ao longo do ano de prática pedagógica.

Este documento edifica uma descrição e reflexão sobre o percurso desenvolvido na escola, sendo constituído mais especificamente pela contextualização da prática de estágio, as minhas expectativas e objetivos definidos inicialmente, seguidos de reflexões sobre as decisões tomadas, o planeamento, a realização, a avaliação, tendo em conta as dificuldades sentidas, a evolução, tanto minha como da turma e ainda pelo aprofundamento do tema “Estratégias para o controlo da disciplina”, que se tornou uma mais-valia na superação de dificuldades por mim sentidas neste campo. Este documento compila informações que serão úteis para consultar mais tarde e com estas reflexões pude verificar o que deverei corrigir no futuro e quais as melhores estratégias a aplicar.

2.CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

2.1. EXPECTATIVAS INICIAIS

Sendo o meu principal objetivo a nível profissional ser professora de Educação Física, no desempenho do papel de profissional da educação, neste ano de estágio procurei aplicar os conhecimentos adquiridos na formação de base, na expectativa de ver os alunos a evoluir nos seus níveis de desempenho devido à minha prestação. A par desta expectativa estava o facto de esperar adquirir imenso conhecimento desta profissão através dos professores orientadores, dos professores estagiários e através de investigação feita por mim.

Tinha noção do carácter complexo, imprevisível e diferenciado das aprendizagens e por isso imaginava a dificuldade de tentar adequar ao máximo o processo de ensino-aprendizagem para que todos tivessem oportunidade de evoluir. Sendo esta uma das minhas principais expectativas, esperava adquirir conhecimentos que me permitissem adaptar os exercícios e os feedbacks de forma a serem adequados ao desenvolvimento do aluno. A par do desenvolvimento a nível motor que pretendemos para os alunos, era minha intenção contribuir para o desenvolvimento a nível cívico através de chamadas de atenção ao longo das aulas. Além dos aspetos já referidos, pretendia ainda ter em conta a perspetiva inclusiva da escola, e deste modo, favorecer a inclusão social dos alunos.

Demonstrei vontade em auxiliar no que pudesse o grupo de professores de Educação Física a enaltecer a nossa área científica junto de alunos, professores, encarregados de educação e toda a comunidade escolar.

Foi com entusiasmo que iniciei o trabalho em grupo com os meus colegas estagiários e esperava que a troca de ideias e o trabalho em conjunto nos enriquecesse de conhecimentos e nos ajudasse a evoluir mutuamente. Para além do grupo de professores de Educação Física e do grupo de estágio, era minha intenção ter a capacidade de comunicar e relacionar-me com toda a comunidade escolar, sendo uma pessoa comunicativa e disponível.

Era meu objetivo descobrir/aprender formas e instrumentos para avaliar os alunos de forma rigorosa para que houvesse o mínimo erro possível da minha parte, sendo que se aprendesse a desempenhar corretamente esta tarefa seria mais fácil

desempenhar igualmente bem a tarefa de elaborar grupos de nível de desempenho na turma.

No âmbito da participação na escola, o professor é um agente ativo na comunidade escolar e não desempenha apenas funções de lecionação, por isto e segundo o Decreto-Lei n.º 240/2001, de 30 de Agosto de 2001, tinha a preocupação em ficar a par das intenções expostas no projeto educativo da escola, nos projetos curriculares e nas atividades de administração e gestão da escola, ou seja, aprender um pouco sobre toda a organização da escola e seus atores.

2.2. PLANO DE FORMAÇÃO INDIVIDUAL

No Plano de Formação Individual identifiquei as minhas fragilidades de desempenho, os objetivos de melhoramento e as estratégias de supervisão/formação previstas relativamente a cada área do estágio (planeamento, realização e avaliação), bem como as minhas expectativas, o que pretendia aprender e a definição das tarefas a realizar durante o ano de estágio.

Este documento que foi desenvolvido no início do ano letivo, servirá agora como instrumento de autoanálise e será interessante verificar quais os aspetos referidos como dificuldades em que fui progredindo ao longo do ano.

No quadro seguinte apresento um resumo das fragilidades, objetivos e estratégias previstas no Plano de Formação Individual para cada área da docência.

Quadro 1. Fragilidades, objetivos e estratégias do Plano de Formação Individual.

	Fragilidades	Objetivos	Estratégias
Planeamento	<p>Plano anual</p> <ul style="list-style-type: none"> •Realizar o estudo/análise do Programa Nacional de Educação Física e adequá-lo às características dos alunos. •A forma como é executada a rotação dos espaços na escola, como durante um tempo existe um certo espaço para a turma, trocando a meio de cada período, faz com que os alunos só possam praticar algumas matérias durante pouco tempo, uma vez por ano letivo. •Escolha das matérias para lecionar tendo em conta o desempenho geral da turma. <p>Realizar o estudo/análise do Programa Nacional de Educação Física e adequá-lo às características dos alunos.</p> <ul style="list-style-type: none"> •A forma como é executada a rotação dos espaços na escola, como durante um tempo existe um certo espaço para a turma, trocando a meio de cada período, faz com que os alunos só possam praticar algumas matérias durante pouco tempo, uma vez por ano letivo. •Escolha das matérias para lecionar tendo em conta o desempenho geral da turma. 	<ul style="list-style-type: none"> •Analisar o programa procurando soluções para na prática este ser seguido mas com atenção à adequação dos conteúdos aos alunos. •Adequar o planeamento da condição física ao longo do ano de acordo com os resultados dos testes de condição física. •É de extrema importância a caracterização da turma e penso que poderei melhorar na análise das suas características para realizar um planeamento mais adequado. 	<ul style="list-style-type: none"> •Reflexão com o núcleo de estágio e orientadores. •Pesquisa bibliográfica.
Unidades didáticas	<ul style="list-style-type: none"> •Definir os objetivos em articulação com o programa e com os vários grupos de níveis de desempenho tendo em conta a avaliação diagnóstica e os recursos disponíveis. •Realizar a extensão e sequência de conteúdos, sendo difícil prever a evolução dos alunos. 	<ul style="list-style-type: none"> •Adequar os objetivos e progressões pedagógicas aos vários grupos de níveis de desempenho. •Utilizar diferentes estratégias de ensino que favoreçam a evolução dos alunos. •Transferência dos dados recolhidos na avaliação diagnóstica para a extensão e sequência de conteúdos. 	<ul style="list-style-type: none"> •Reflexão com o núcleo de estágio, orientadores e professores de Educação Física da escola. •Pesquisa bibliográfica.

Realização	Plano de aula	<ul style="list-style-type: none"> •Utilizar diferentes estratégias de ensino que favoreçam a evolução dos alunos. •Seleção de exercícios adequados a cada nível de desempenho. •Gerir o tempo de cada exercício mentalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> •Utilizar estratégias de motivação. •Ter a noção do tempo adequado para cada exercício. •Tentar utilizar estratégias de ensino diferenciadas, procurando melhorar o desenvolvimento dos alunos. •Adaptar a extensão e sequência de conteúdos ao verificar que os alunos não estão a evoluir como previsto ou que estabeleci objetivos demasiado ambiciosos. 	<ul style="list-style-type: none"> •Observação de aulas dos colegas estagiários e de outros professores. •Utilização da ficha de observação de aulas. •Reflexão com o núcleo de estágio, orientadores e professores de Educação Física da escola. •Pesquisa bibliográfica.
	Instrução	<ul style="list-style-type: none"> •Demasiado tempo de instrução, principalmente em aulas de introdução de matéria. •Realização de balanço da aula e controlo da aquisição de conteúdos. •Concluir a aula de forma aos alunos terem o tempo definido para tomar banho. •Projeção de voz. 	<ul style="list-style-type: none"> •Ser mais diretiva. •Fechar ciclos de feedback. •Ser capaz de dar feedbacks coletivos e instruções para que toda a turma de ouça. •Utilizar mais vezes meios gráficos. 	<ul style="list-style-type: none"> •Reflexão com o núcleo de estágio, orientadores e professores de Educação Física da escola. •Pesquisa bibliográfica.
	Gestão	<ul style="list-style-type: none"> •Gestão do tempo de transição e organização. •Definição do tempo do exercício para que não seja desmotivante para os alunos estarem a realizar o mesmo durante demasiado tempo. 	<ul style="list-style-type: none"> •Diminuir tempo de colocação de material. •Definição do tempo adequado para cada exercício. 	<ul style="list-style-type: none"> •Reflexão com o núcleo de estágio, orientadores e professores de Educação Física da escola. •Pesquisa bibliográfica.

Avaliação	Clima	<ul style="list-style-type: none"> •Dificuldades em controlar alguns alunos. •Dificuldade em realizar exercícios lúdicos no aquecimento devido ao comportamento dos alunos. 	<ul style="list-style-type: none"> •Definir estratégias eficazes de controlo dos alunos. •Melhorar a capacidade de controlar toda a turma. 	<ul style="list-style-type: none"> •Reflexão com o núcleo de estágio, orientadores e professores de Educação Física da escola. •Pesquisa bibliográfica sobre controlo da turma.
	Diagnóstica	<ul style="list-style-type: none"> •Realizar a avaliação e dar feedbacks ao mesmo tempo. •Desenvolver instrumento de observação que facilite o seu preenchimento. •Seleção dos exercícios para a avaliação. 	<ul style="list-style-type: none"> •Aperfeiçoar as estratégias de observação e simplificar a grelha de observação. 	<ul style="list-style-type: none"> •Reflexão com o núcleo de estágio e orientadores. Reflexão com o núcleo de estágio e orientadores. •Utilizar as indicações dos orientadores nas próximas avaliações. •Pesquisa bibliográfica.
	Formativa	<ul style="list-style-type: none"> •Preenchimento rápido das observações de desempenho. •Controlo da turma a par do registo da avaliação. 	<ul style="list-style-type: none"> •Melhorar a capacidade de ao mesmo tempo realizar a avaliação e lecionar uma aula com as características de uma aula normal. 	
	Sumativa	<ul style="list-style-type: none"> •Decidir em termos numéricos (de 1 a 5) a nota que se aplica melhor a certo desempenho. •Preenchimento rápido das observações de desempenho. •Controlo da turma a par do registo da avaliação. 	<ul style="list-style-type: none"> •Ser imparcial no registo da nota do desempenho prático 	

Enquanto algumas das fragilidades anteriormente expostas se revelaram mais fáceis de melhorar do que estava à espera, também sucedeu surgirem debilidades que inicialmente não tinha posto em causa. Por este motivo, este não foi um documento fechado pois foram surgindo alterações pertinentes ao longo da prática da docência e a cada nova tarefa.

2.4. CARATERIZAÇÃO DAS CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO

2.4.1. CARATERIZAÇÃO DA ESCOLA

A Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores encontra-se no vigésimo nono ano de funcionamento. Localizada no interior do tecido urbano, na freguesia de S. António dos Olivais, a Escola é hoje, pela sua posição geográfica, uma escola de cidade, situando-se numa das zonas de maior desenvolvimento e crescimento demográfico de Coimbra. A partir de 2010/2011, apresenta-se com uma nova estrutura graças à integração do Conservatório de Música de Coimbra no mesmo espaço físico, permitindo a articulação da componente específica artística com a componente de formação geral.

Nos últimos anos, como consequência da diminuição da população jovem, o número total de jovens matriculados nos estabelecimentos de ensino tem vindo a diminuir.

No município de Coimbra, entre os anos letivos de 2001/2002 e 2006/2007, essa diminuição foi de cerca de 10%, em termos globais e de 19% no ensino secundário prevendo-se que em 2015 haverá um decréscimo de 12,8% no 3º Ciclo e de 25,8% no ensino secundário.

Condições Físicas

A Escola Básica e Secundária da Quinta das Flores foi sujeita a obras de beneficiação para poder acolher nas suas instalações o Conservatório de Música de Coimbra.

É composta por cinco blocos, um bloco principal e quatro blocos de salas de aula, um pavilhão gimnodesportivo e campos desportivos cobertos e descobertos.

No bloco principal está situado um auditório com capacidade para trezentas e oitenta pessoas, a biblioteca, os serviços administrativos, os serviços de psicologia e orientação escolar, os apoios educativos (ensino especial), a cantina, o bar, a papelaria, a reprografia, os laboratórios de Física, Química, Biologia, Microscopia e Geologia, a sala de dança, a sala de orquestra e salas de música e ainda as salas da Associação de Pais e Encarregados de Educação e da Associação de Estudantes. Nos blocos de salas de aula há salas específicas de Informática, de

Educação Visual/Educação Tecnológica, de Eletrónica/Eletrotecnia, de Matemática e de Teatro.

Na escola existem três espaços cobertos e dois descobertos para a prática desportiva. Há ainda outro espaço desportivo, que embora destinado aos alunos fora de aula, sempre que necessário, o grupo de Educação Física, utilizará este espaço exterior, que se situa entre o Bloco e o Polidesportivo descoberto.

Quando as condições climatéricas se encontram adversas, não se lecionam aulas práticas, estando previsto, se exequível, a divisão do espaço 5 com outra turma.

2.4.2. CARATERIZAÇÃO DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O grupo de Educação Física faz parte do departamento de Expressões da escola. Os recursos humanos deste grupo são catorze professores de Educação Física da escola e quatro professores estagiários. Estes membros regem-se pelo regulamento da escola e de grupo.

O grupo de Educação Física trabalha em regime de rotação de espaços, a rotação é feita por semanas, com uma periodicidade, sensivelmente, de seis semanas mantendo-se durante todo o ano letivo. A rotação ocorre por ordem numérica dos espaços. A rotação dos espaços permite que cada turma esteja pelo menos uma vez em cada espaço da escola.

2.4.3. CARATERIZAÇÃO DA TURMA

A turma é composta por vinte e dois alunos, oito rapazes e catorze raparigas. A média de idades é de doze anos (catorze alunos), tendo ainda cinco alunos com onze anos, um com treze, dois com catorze e um com quinze anos. A maior parte dos alunos frequentava a Escola Básica 2,3 Dr.^a Maria Alice Gouveia no ano letivo anterior. Cerca de 60% dos alunos moram em Coimbra e conseqüentemente cerca de 60% deslocam-se a pé para a escola.

Existem dois grupos de alunos com média de classificações bem diferenciadas, cerca de nove têm média de nível “3” e outros nove têm média de nível “5”.

Nas disciplinas que os alunos preferem, destacam-se o Português e a Educação Física. Aquela em que têm mais dificuldades é Matemática e as que menos gostam é História e Matemática.

A maioria dos alunos tem dificuldades em concentrar-se. São seis os alunos que requerem mais atenção.

A moda de nota a Educação Física no ano anterior foi o nível “4”, existindo também alguns de nível “3” e seis alunos com nível “5”.

No que diz respeito a problemas de saúde que possam ter interferência na prática desportiva sensivelmente 80% responderam que não têm, os que responderam positivamente foi por doenças respiratórias. Na turma 40% dos alunos pratica desporto, na maioria futebol ou ginástica e 20% não praticam. As matérias que os alunos referem com mais preferência são o Futebol (52%) e a Ginástica (30%), as que os alunos menos gostam são o Basquetebol (36%) e o Atletismo (28%).

3. ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA

3.1. PLANEAMENTO E ESTRATÉGIAS

3.1.1. PLANEAMENTO ANUAL

Segundo Bento (2003), “A planificação é o elo de ligação entre as pretensões, iminentes ao sistema de ensino e aos programas das respectivas disciplinas, e a sua realização prática.”

A preparação do planeamento do ano letivo começou com a elaboração da caracterização do meio e com a análise do Programa Nacional de Educação Física. Este tem, segundo Bom, et al. (2001),

“carácter prescritivo e aberto (...) é permitido traçar a direcção do desenvolvimento dos alunos, considerando as suas características iniciais, deixando ao professor a possibilidade de escolher e organizar as actividades formativas mais adequadas à superação das dificuldades reais dos alunos (...)”

Através das tarefas referidas anteriormente foi possível começar a definir matérias a abordar e actividades a desenvolver, sendo que estas, após a avaliação inicial, se especificaram em objetivos, metodologias e estratégias, adequados às características da turma, relacionando entre si a caracterização da escola, da turma e a avaliação diagnóstica, ficando completo o plano anual da turma que leciono. Este documento orientou as actividades letivas durante todo o ano através da sua consulta sempre que se revelou pertinente, e incluía a seguinte estrutura: objetivos do documento, enquadramento teórico, caracterização do contexto (diretrizes do funcionamento da escola, calendário do plano anual (Anexo 1), projeto educativo, metas, dinâmica do sistema educativo, projeto da escola na comunidade, a organização escolar, caracterização do grupo de Educação Física, recursos, regulamento interno do grupo e finalidades da Educação Física), planificação anual, objetivos, estratégias e avaliação.

O “plano anual” é um documento em aberto, suscetível de sofrer alterações para a melhoria do processo de ensino.

Este documento constituiu uma mais-valia na construção de mais uma parcela da minha experiência profissional e pessoal. Fiquei ciente do esforço e da dedicação que são necessários para levar a cabo um trabalho integrado e

sustentado, num processo de ensino e de aprendizagem contínuo. Todavia, pode ainda assim concluir-se que, mesmo com uma organização detalhada, irão sempre existir falhas e por isso a existência de ajustes e mudanças que podem fazer toda a diferença no desenrolar de todo o processo.

Uma das expectativas que tinha era conseguir aplicar vários estilos de ensino estudados na formação base, estando estes referidos em todas as unidades didáticas. Apesar desta ambição, a aplicação de estilos de ensino diferenciados foi quase sempre impossível pelo facto da turma ter frequentemente comportamentos fora da tarefa, dar-lhes alguma autonomia podia piorar a situação. Os estilos de ensino mais usados foram alguns dos descritos por Mosston e Ashworth (1994), nomeadamente o “inclusivo”, o “recíproco” e por “comando”, tendo sido este último o predominante. O “ensino inclusivo” é aquele em que o aluno aprende a seleccionar um nível ou tarefa que é capaz de desempenhar e um aspeto que poderia ter melhorado neste estilo de ensino foi o facto de não reforçar a ideia de que os alunos podem mudar a sua escolha sempre que quiserem, fazendo com que alguns escolhessem erradamente um nível/tarefa e permanecessem neste. A aplicação deste estilo de ensino revelou-se muito positiva, por exemplo na unidade didática de ginástica, através de progressões de vários níveis de dificuldade os alunos puderam avançar ao seu ritmo e, na maioria, perder o medo do elemento gímico, etapa a etapa. No estilo de ensino recíproco, o aluno segue as instruções do professor para dar feedback ao seu parceiro e neste sentido, tendo a turma alguns problemas de relacionamento, receava que não corresse muito bem mas pelo contrário, nas aulas em que este estilo de ensino foi aplicado, houve melhoria dos relacionamentos e entreajuda. O estilo de ensino mais usado, por comando, foi imprescindível para conseguir o controlo da turma, dando-lhe menos autonomia e fazendo instruções curtas, dei menos hipóteses para dispersão da atenção dos alunos.

Segundo o Programa Nacional de Educação Física, a recomendação da distribuição da carga horária seria de três sessões semanais para aumentar regularidade de atividade física, logo três aulas de quarenta e cinco minutos, mas por facilidade na construção de horários para a escola, o tempo letivo de Educação Física, encontra-se dividido numa aula de quarenta e cinco e outra de noventa minutos.

No planeamento foram tidos em conta os objetivos definidos pelo Programa Nacional de Educação Física quanto ao desenvolvimento da condição física, sendo que vão ser aplicados no final de cada período testes *Fitnessgram*.

Na extensão e sequência de conteúdos das unidades didáticas, existem aulas de introdução de matéria com quarenta e cinco minutos. Embora seja mais aconselhável que esta função didática se aplique em aulas de noventa minutos, justifico este facto com o reduzido número de aulas de cada matéria, pretendendo assim introduzir os conteúdos próximo do início da unidade didática para que a partir daí possa exercita-los em contexto global, relacionando o objetivo de cada um na situação real do jogo ou prova. No geral penso que correu bem desta forma, apenas na unidade de Basquetebol tive que alterar este modo pelo facto de o conteúdo a introduzir era muito complexo.

3.1.2. PLANEAMENTO DAS MATÉRIAS

As matérias escolhidas para abordar ao longo do ano encontram-se no quadro abaixo e foi tido em conta o Programa Nacional de Educação Física, o historial da turma e orientações do grupo de Educação Física da escola.

Quadro 2. Unidades didáticas a lecionar.

Período	Início	Fim	Espaço	Unidade didática
1º	17.09.12	29.10.12	1	Ginástica
	05.11.12	12.12.12	2	Voleibol
2º	02.01.13	06.02.13	3	Atletismo
	25.02.13	13.03.13	4	Futsal
3º	01.04.13	02.05.13	5	Basquetebol
	06.05.13	14.06.13	1	Badminton

Quanto à organização do ano letivo, por decisão do grupo de educação física foi realizada por blocos, apesar de nos programas nacionais, ser preconizada a organização por etapas. Nesta última, a periodização das matérias é selecionada em função das características/nível dos alunos e das prioridades aferidas na avaliação inicial, o que possibilita a diferenciação das atividades e dos tempos de contacto com cada matéria, enquanto na organização que utilizámos, por blocos, trata-se de uma periodização que resulta numa sucessão de blocos de matérias, em função do espaço que a turma ocupa durante determinadas aulas e do que é permitido pelos

recursos materiais, trata-se de uma conceção tradicional. As vantagens possíveis de verificar nesta organização são o facto de, pela proximidade entre aulas, haver menos perdas na continuidade da lecionação por esquecimento dos alunos entre aulas e pode ser favorável ao desenvolvimento dos alunos que tenham a prática mais concentrada.

3.1.3. UNIDADES DIDÁTICAS

Segundo Serpa (2009), uma unidade didática corresponde a um conjunto ordenado de atividades, estruturadas e articuladas para a consecução de um objetivo em relação a um conteúdo proposto. “Os objectivos da unidade temática só podem ser alcançados gradualmente, requerendo por isso uma planificação bem inter-relacionada de todo o seu processo” (Bento, 2003), logo é fundamental existir um fio condutor entre todo o planeamento tendo sempre em conta as especificidades da turma como refiro de seguida.

Após a avaliação diagnóstica elaborei a primeira unidade didática (Ginástica), analisando as orientações do Programa Nacional de Educação Física, observando o nível de desempenho dos alunos, diferenciando os objetivos, a avaliação e as estratégias a aplicar. A estrutura deste documento foi: a caracterização da modalidade, os recursos disponíveis, as recomendações do Programa Nacional de Educação Física, as diferentes tipologias de avaliação e como vai ser utilizada (diagnóstica, formativa e sumativa), a extensão de sequência dos conteúdos (Anexo 4), os objetivos gerais e específicos, as estratégias, as progressões e, por fim, em anexo, as fichas de registo de avaliação, a ficha de avaliação escrita e os meios gráficos a utilizar. O processo de planeamento teve esta ordem em todas as unidades didáticas.

Em todas as unidades didáticas os exercícios escolhidos foram maioritariamente gerais, sendo que nos jogos desportivos coletivos a diferenciação feita foi maioritariamente na complexidade de jogo, através da redução do número de jogadores por equipa ou na redução das dimensões dos campos. Por exemplo na unidade didática de basquetebol, os grupos de nível de desempenho mais baixos fizeram situação de jogo 3x3 e os mais aptos realizaram situação de jogo 5x5. Tentei implementar jogos mais complexos nos primeiros grupos mas apercebi-me que teria

que cumprir o planeado porque maior complexidade de jogo não ia trazer-lhes mais conhecimento.

Tal como era minha intenção, este facto revelou-se importante na motivação dos alunos e na perceção destes relativamente à situação de jogo. Desta forma apliquei a ideia de que se aprende a jogar, jogando, baseado no modelo curricular “Teaching games for understanding” que foi apresentado inicialmente por Bunker e Thorpe (1986), na Inglaterra. Neste modelo existe favorecimento da compreensão dos desportos e facilita a transferência da aprendizagem, o ensino da técnica é subordinado ao ensino da tática, onde prevalece o desenvolvimento da capacidade de jogo. Segundo Bunker e Thorpe (1986) os quatro princípios pedagógicos deste modelo são:

- Critério na escolha dos jogos para proporcionar variabilidade nas experiências vividas pelos alunos, facilitando a compreensão dos elementos táticos do jogo;
- A modificação por representação, que modifica a complexidade do jogo formal, tornando-o mais simples, através de alterações no espaço, tempo e materiais utilizados;
- A modificação por exagero, através do estabelecimento de regras de funcionamento do jogo que consideram situações específicas de determinados aspetos do jogo, colocando os alunos em situação de superioridade ou inferioridade numérica;
- A complexidade tática, que deve ser evidenciada progressivamente. Uma crítica realizada a este modelo é que o aluno entende mais sobre o jogo, porém não se pode afirmar que consiga executar aquilo que entende.

Esta última afirmação verificou-se nos grupos de nível de desempenho mais baixo, por exemplo no Voleibol, mesmo que entendessem a dinâmica de jogo, o seu nível técnico não lhes permitia sustentação de bola suficiente para aplicar esse entendimento.

Nas matérias de carácter individual a diferenciação de objetivos e avaliação tiveram em conta a complexificação dos exercícios, muitas vezes havendo grupos de alunos a realizar um exercício mais complexo e mais global do que os alunos com nível de desempenho motor menos eficiente.

Nas unidades didáticas, em termos gerais penso terem sido bem desenvolvidas, notando-se coerência entre o que foi idealizado e o que na prática

eram as necessidades dos alunos. Apesar destes objetivos serem traçados no início da unidade didática, na avaliação formativa tive que por vezes realizar ajustes.

Todos os conteúdos abordados foram introduzidos de forma progressiva, com uma sequência lógica de grau de dificuldade.

Através da vasta seleção de exercícios compilada nas unidades didáticas foi possível a cada aula variar as progressões, procurando o sucesso dos alunos. Esta variação de exercícios é vantajosa no que se refere à motivação dos alunos e na procura da progressão mais adequada, mas por outro lado a introdução de diferentes exercícios implica “perda” de mais tempo na instrução de cada aula, principalmente numa turma com alunos maioritariamente distraídos como esta. Apesar de privilegiar os exercícios globais, em alguns momentos verifiquei ser necessário mais tempo dedicado a exercícios analíticos, por existirem alunos de nível de desempenho “pré-introdução” e “introdução”, em que convém que haja uma grande variedade de exercícios para que não desmotivem pela monotonia.

A extensão e sequência de conteúdos foram desenvolvidas, na maioria das unidades didáticas tal como planeadas, mas com algumas exceções de que saliento:

- Aulas em que pela possibilidade de dar mais conteúdos do que os previamente estabelecidos, essa oportunidade foi aproveitada.
- Na unidade didática de Voleibol a situação de jogo reduzido não foi desenvolvida totalmente como planeado porque existindo um grupo de nível de desempenho “pré-introdução” e “introdução”, não faria sentido que estes avançassem até situação de jogo 4x4.
- Na unidade didática de Atletismo a extensão e sequência de conteúdos não foi desenvolvida tal como planeada pois devido às más condições climatéricas não foi possível lecionar o salto em comprimento. Este consta em alguns planos de aula mas pela impossibilidade de lecionação, a cotação desse foi distribuída pelos outros conteúdos técnicos.
- No início da unidade didática de Futsal, o espaço que lhe era destinado estava em obras, tendo que ocupar um espaço mais reduzido, então optei por realizar testes de condição física nessas aulas, que seriam só feitos no final do período, visto que se começasse logo não seria nas melhores condições para o aproveitamento máximo de espaços e materiais.
- Na unidade didática de Basquetebol, a introdução do gesto técnico “lançamento na passada” foi atrasada uma aula porque estava prevista para uma aula de quarenta e

cinco minutos e, pela sua complexidade, julguei ser melhor numa aula de noventa minutos pois alguns alunos ainda tinham dificuldade no lançamento em apoio e assim puderam praticar mais um pouco.

Nas primeiras aulas de cada unidade didática foi necessário criar novas rotinas pela mudança de matéria, sendo estas previamente planeadas para serem descritas aos alunos estas foram mais significativas nas matérias que envolviam muito material, tendo que repetir regras de segurança, relativas à integridade física dos alunos e do material e supervisionar a sua arrumação.

A diferenciação dos objetivos estabelecidos para cada grupo de nível foi executada a cada aula, com o intuito de consolidar passo a passo, as aprendizagens que estavam a ser adquiridas. Optei maioritariamente por criar grupos homogéneos em exercício motor com tarefas adequadas ao seu desempenho mas, por vezes, foi necessário criar grupos funcionais em termos de comportamento, ou ter os dois aspetos em conta para minimizar as perturbações da aula.

Das estratégias definidas em cada unidade didática, aquelas em que me foquei mais foram: o facto de sentar os alunos para dar instrução e observarem a demonstração, a proibição de os alunos mexerem em bolas enquanto eu estivesse a falar sendo assim mais fácil que estivessem atentos e que eu tivesse controlo dos seus comportamentos; outra estratégia seria no início da aula, a ativação geral ser feita através de jogos lúdicos mas devido aos comportamentos fora da tarefa da turma, algumas vezes deixei de o fazer, tendo comunicado aos alunos o porque dessa decisão; na maioria das aulas existiam meios gráficos para os alunos consultarem; e por último, a utilização dos alunos com melhor desempenho como agentes de ensino em cada estação, realizando ajudas e dando feedback, sempre com a minha supervisão.

3.1.4. PLANO DE AULA

A aula de Educação Física estrutura-se num esquema tripartido, tendo em conta a definição de Bento (2003): parte preparatória, parte principal e parte final.

Quanto ao planeamento das aulas, considero muito importante que este seja sempre feito atempadamente, revendo as progressões que serão mais adequadas, a forma mais segura e eficaz da colocação do material e a definição de estratégias para controlo de comportamentos durante a aula.

O plano deve contender informações que o tornem único e adequado às características dos alunos e à extensão de conteúdos definida em determinada unidade didática. Este documento contém a designação do nome do professor, identificação do ano e turma, data, hora, número de aula do planeamento anual, o número de alunos previstos, o local onde é dada aula, a duração da aula e o tempo útil desta, o número de aula referente ao número total de aulas na Unidade Didática, material necessário, função didática, as estratégias e estilos de ensino, os conteúdos e seus respetivos objetivos/critérios de êxito, bem como a descrição e organização destes e justificação das decisões tomadas (Anexo 3).

A justificação do plano de aula foi útil para explicar todas as escolhas tomadas para essa aula que não era possível acrescentar na estrutura acima referida ou o que foi necessário alterar de aulas anteriores por não funcionar. Será também uma mais-valia no futuro pois ao consultar estes documentos vou poder lembrar-me das estratégias e objetivos que estão ocultos no plano.

O plano de aula não é fechado pois durante a aula, sempre que necessário, o professor pode adequar o que planeou à circunstância real da aula, realizando ajustamentos igualmente adequados aos objetivos.

3.2. REALIZAÇÃO

3.2.1. INSTRUÇÃO

No início, uma das dificuldades que senti foi na projeção de voz, agravada pelo facto da turma no geral ser conversadora. Devido a isto, muitas vezes quando juntava os alunos para realizar a instrução, ainda demorava a conseguir ter a atenção de todos. Este problema melhorou com a estratégia de sentar os alunos para a preleção, o que facilita que me ouçam e que eu os possa controlar melhor.

Na explicação dos exercícios tentei ser objetiva e sucinta, focando os aspetos principais dos conteúdos a abordar. No início a explicação da organização dos exercícios demorava mais tempo do que eu gostaria, pois maioritariamente surgiam muitas dúvidas que podem ter como explicação falha minha ou porque não estavam atentos à explicação. Uma estratégia de diminuição do tempo de instrução que utilizei e que deu resultado foi o facto de usar meios gráficos auxiliares.

Realizei questionamento na maioria das aulas, no início, revendo a matéria da última aula e no final para verificar se adquiriram os objetivos. Tive a preocupação de realizar a pergunta e só depois nomear o inquirido, dar tempo para a resposta e valorizar a resposta. As questões foram maioritariamente recordatórias (requerendo níveis de memória) e divergentes (considerando aspetos exploratórios não conhecidos, resolução de problemas). Ao fazer este processo de questionamento todas as aulas, levou a que os alunos estivessem com mais atenção nos momentos de instrução para depois saberem responder.

Ao começar a dar aulas, são vários os aspetos que temos que controlar em simultâneo e penso que o que mais descuidei no princípio foi no feedback frequente, principalmente em aulas de avaliação ou quando era necessário estar mais atenta ao controlo da turma.

“O “feedback” resulta de uma competência de tomada de decisões oportunas com base numa selecção e processamento de informação pertinente recolhida durante uma observação formal (...) ou informal (...), envolvendo não só a análise da resposta motora do aluno mas, também, do ambiente em que ela se desenvolve.” (Rosado, 1997)

Penso que progredi bastante neste aspeto, dando feedbacks positivos, frequentes e de diversas dimensões, maioritariamente individual (poderia ter melhorado na frequência de feedback coletivo quando este se justificava), prescritivo, visual e auditivo, conseguindo simultaneamente controlar a turma e dar feedback oportuno. O aspeto que não consegui melhorar como gostaria foi a pouca verificação de alteração do comportamento após o feedback, muitas vezes não fechando ciclos de feedback.

Quanto à demonstração, antes de esta acontecer os alunos estavam todos em posição que permitisse a sua visualização, sempre que pertinente fui eu a demonstrar mas quando achei que um aluno seria mais apropriado deleguei essa tarefa. A demonstração, maioritariamente, foi constituída por uma execução lenta e parcial e, só por fim, uma à velocidade real. Um problema que por vezes surgiu foi o facto de o aluno estar com atenção mas não ter capacidade de transpor a imagem para o seu desempenho motor, nestes casos, por vezes, foi possível a sua resolução através de feedback quinestésico. De acordo com Schmidt (1991), “o professor deve suplementar as instruções verbais com a demonstração (modelo), vídeo, filme ou fotografia da ação a ser aprendida”. Ao longo das aulas fui

melhorando o facto de por vezes realizar a explicação e a demonstração em dissociado pois estas complementam-se.

3.2.2. GESTÃO

Quanto à organização e gestão das aulas, tentei sempre minimizar o tempo de transição entre exercícios e de colocação do material, fazendo a instrução de forma objetiva e económica e aumentando o tempo de empenhamento motor dos alunos. Uma gestão eficaz da aula implica que haja poucos epipódios de comportamentos fora da tarefa e uma boa utilização do tempo da aula.

No geral, consegui sempre cumprir os tempos definidos para cada tarefa, logo consegui cumprir o planeado para a aula e conseqüentemente foi mais fácil atingir os objetivos predefinidos na sequência de conteúdos.

Os grupos a formar na aula, quer por nível de desempenho, quer por comportamento, foram previstos no planeamento da aula.

Segundo Bento (2003),

“a «ordem» na aula diz respeito, por um lado, à organização favorável de todas as circunstâncias externas e, por outro lado, à estrutura interna da aula, dependendo esta dos objetivos (...)”.

Esta “ordem” é necessária para que a aula decorra de forma fluente, maximizando o aproveitamento do seu tempo. Para que isto seja possível, foram criadas rotinas gerais para as aulas de modo a ser mais fácil controlar a turma e maximizar o tempo de aula, os sinais definidos desde o início do ano foram que ao som do apito todos teriam que se calar e, caso houvesse bolas na aula, teriam que as parar, outro sinal foi que à minha contagem decrescente teriam que chegar ao pé de mim antes do zero, se não eram penalizados.

Algumas rotinas de aula sofreram alterações a cada matéria, sendo notória a diferença de tempo em episódios de gestão nas primeiras aulas de cada unidade didática, quando as rotinas ainda não estavam consolidadas. A partir do momento em que os alunos já aplicavam as rotinas sem ser necessária a minha intervenção, as aulas decorriam como mais tempo de empenhamento motor e aprendizagem.

Um aspeto menos positivo que aconteceu no início do ano foi alguns alunos chegarem atrasados à aula mas foi resolvido com a marcação de falta ao segundo atraso. A questão mais negativa relacionada com esta dimensão foi a colocação e arrumação do material, que muitas vezes demorou mais do que necessário pelo

facto dos alunos dispersarem. Esta questão melhorou com a aplicação de estratégias como: o tempo de colocação do material de cada grupo era contado, quem acabava mais rápido era beneficiado e o grupo que acabava de organizar o material mais tarde era penalizado; com o facto de que quem se portava pior na aula teria que arrumar o material e, sendo menos alunos na arrumação, também gerava menos confusão. Estas melhorias conseguidas através das estratégias aplicadas foram relevantes quanto ao correto fluxo de aula.

3.2.3. CLIMA E DISCIPLINA

Decidi agrupar as categorias “clima” e “disciplina” pois para mim não existe sentido em dissociar uma da outra, sendo que estas estão interligadas e essa forte ligação de influência mútua fez-se sentir ao longo do ano nas minhas aulas.

A turma no início do ano letivo demonstrou ter alguns conflitos entre alunos que tentei combater com interações positivas, exercícios de ensino recíproco em que tinham que interagir e responsabilizando-os enquanto turma, e esses comportamentos foram se tornando escassos.

As dificuldades no controlo da turma foram difíceis de superar mas foram desaparecendo ao longo do ano, tornando-se cada vez mais raras e menos importantes. A indisciplina é concebida como desvio à regra estabelecida (Estrela, 1994) e nesta turma apesar de haver comportamentos fora da tarefa com frequência, sendo um desvio das regras definidas, mas raramente surgiram comportamentos de indisciplina. Os comportamentos fora da tarefa devem ser ignorados sempre que possível mas no início talvez os tenha ignorado demasiado, o que poderá ter agravado o problema, e levou a que tivesse que começar a intervir quer de forma repreensiva como punitiva. Esta última foi a que melhor resultou mas não é fácil de se aplicar, tendo que ser pertinente, coerente e justa.

Eu penso que as razões para que o controlo se tivesse tornado mais demorado foram: ter dificuldade em ser rígida face a comportamentos que se revelavam longe da indisciplina mas que perturbavam a aula; nas primeiras aulas ignorava demasiados comportamentos para que houvesse menos interrupções nestas; e se tivesse conseguido desde início punir prontamente sempre que se justificasse, as aulas teriam corrido com menos incidentes, menos paragens para

correção de comportamento e conseqüentemente haveria mais tempo de empenhamento motor e de aprendizagem para os alunos.

Porém, ao longo do ano letivo, fui capaz de melhorar o controle da turma, através da aplicação de estratégias pesquisadas por mim ou sugeridas pelos orientadores, com uma supervisão mais eficiente, punindo assertivamente quando necessário e formando os grupos das aulas, tendo não só em conta o nível de desempenho motor, como também os seus comportamentos.

Como no início senti que as estratégias que aplicava para controlar a turma não estavam a surtir efeito, senti necessidade de investigar este assunto, e daí vem, a pertinência do meu “Tema-Problema” que será aprofundado mais adiante, tendo por base a minha experiência nesta dimensão de intervenção, demonstrando as minhas dificuldades, as soluções encontradas e o impacto positivo na qualidade do controle da turma.

Penso que o clima das aulas foi em geral positivo e motivador, demonstrando entusiasmo, sendo consistente e credível. Em algumas aulas o clima poderá não ter sido tão positivo por ter que ser mais rígida devido a comportamentos inapropriados.

Visto que muitos alunos da turma têm problemas familiares, por vezes foi necessário interagir com base em aspetos extracurriculares, tendo conversas com esses alunos antes ou depois da aula, ou reagindo menos austeramente quando era necessário repreendê-los.

Seja qual for a matéria, temos que saber transmiti-la aos alunos para que estes a apreciem, fiquem motivados e queiram aprender.

3.2.4. DECISÕES DE AJUSTAMENTO

As decisões de ajustamento realizadas nas aulas consistiram em mudanças de exercícios por verificar que os planeados não estavam a surtir o efeito pretendido, por haver redução ou aumento do espaço destinado à aula (ajustando os exercícios ao local, maximizando sempre os recursos materiais) ou por atraso no decorrer de um exercício planeado que afetasse o decorrer do restante tempo da aula.

Os grupos para cada aula eram definidos previamente por questão de diferenciação nos exercícios ou pelo comportamento dos alunos mas quando por faltarem alunos era necessário realizar ajuste, deveria ser capaz de o fazer mais rapidamente.

No início foi para mim complicado, em tempo real de aula, ser capaz de ajustar objetivos de exercícios e os grupos formados, mas com a experiência fui melhorando este aspeto. Para esta melhoria, foi significativa a investigação de vários exercícios e diferentes organizações para que durante o período da aula, pudesse ter ideias para ajustar.

3.2.5. REFLEXÕES PÓS-AULA

As reflexões feitas após o término da aula revelaram-se extremamente úteis para a minha evolução enquanto docente. Estas eram constituídas por várias fases, no final de cada aula havia uma reunião com o(s) orientador(es) e os meus colegas estagiários em que, primeiramente, falava eu sobre como tinha corrido a aula e depois os meus colegas e o(s) orientador(es) referiam aspetos que correram bem e menos bem, sendo feito posteriormente um relatório sobre a aula, em que para além destes dois pontos, incluía o que deveria melhorar e como.

Através destas reflexões foi possível projetar melhor os exercícios e estratégias a usar na aula seguinte, tendo em conta todas as melhorias sugeridas pelo orientador e pela minha pesquisa procurando respostas às minhas dificuldades.

3.2.6. OBSERVAÇÕES DE AULA

A observação é um processo cuja função principal é recolher informação sobre o objeto que se toma em consideração (Postic & De Ketele, 1992).

Nas tarefas a desempenhar pelos estagiários, estavam incluídas observações de aulas, do orientador ou de outro professor da escola, dos colegas estagiários do meu núcleo e de colegas de outro núcleo de estágio .

Estando fora da aula, sem a preocupação da lecionação, é muito mais simples ver tudo o que se passa na aula e pensar em estratégias para corrigir o que de menos bom se passa. Nestas aulas foi possível observar e registar aquilo que achei mais importante e os aspetos menos positivos das aulas, podendo reter o que não fazer, como solucionar problemas, ou estratégias que ainda não me tinha lembrado. A aplicação de ideias vistas noutras aulas mas adequadas à minha turma revelou-se muito proveitosa.

Pela importância que estas divulgaram, tanto eu como os meus colegas realizámos mais do que as observações mínimas.

3.3. AVALIAÇÃO

Segundo Álvarez e Buendia (2004), “a avaliação responde a um interesse intrínseco da natureza humana, conhecer o resultado ou consequências das próprias ações.” Avaliar é mais do que o senso comum de «dar notas». É necessário valorizar a dimensão formativa da avaliação. No entender de Perrenoud (1999), “...a função nuclear da avaliação é ajudar o aluno a aprender e ao professor, ensinar”. Os professores não ensinam para avaliar, mas avaliam para ensinar melhor e garantir a qualidade das aprendizagens. A avaliação é um meio, não um fim e o modo como os professores avaliam condiciona o modo como os alunos aprendem.

Segundo o Despacho nº 1/2005 revisto pelo Despacho n.º14/2011, “a avaliação é um elemento integrante e regulador da prática educativa, permitindo uma recolha sistemática de informações que, uma vez analisadas, apoiam a tomada de decisões adequadas à promoção da qualidade das aprendizagens”.

A avaliação é um processo de determinação da extensão com que os objetivos educacionais se realizam. Trata-se de recolher informação e de proceder a um juízo de valor, muitas vezes, com o sentido de conduzir a uma tomada de decisão.

Para que a avaliação possa ser realizada de forma correta, é necessário que o professor tenha conhecimento pleno dos gestos técnicos a observar, e ter definido várias características específicas a observar, pois se tentarmos observar todos os pormenores de cada gesto não vamos ser eficientes na recolha de informação.

De acordo com Cardinet (1983), a avaliação tem três funções distintas, regular o processo ensino-aprendizagem (fornecer informações úteis para uma maior eficácia), certificar (validação das aprendizagens) e selecionar/orientar (prognóstico sobre a evolução futura). Estas funções remetem-nos para diferentes tipos de avaliação: diagnóstica, formativa e sumativa.

A avaliação teve em conta três domínios, sócio afetivo, psicomotor e cognitivo, sendo os critérios de avaliação entregues aos alunos. No primeiro domínio aqui referido, são tidas em conta as atitudes e valores, em que se insere, por

exemplo a assiduidade (Anexo 2), pontualidade, participação e respeito pelas normas.

Para todos os momentos de avaliação, construí grelhas de registo dos comportamentos observado, adequadas aos objetivos pré-definidos.

Os alunos realizaram ainda autoavaliação (Anexo 9), com o objetivo de eu ter conhecimento da auto percepção dos alunos, estando a concordância desta inserida na componente socio afetiva dos critérios de avaliação definidos no grupo de educação física da escola.

Segundo o Despacho Normativo n.º1/2005, “No início do ano letivo, compete ao conselho pedagógico da escola ou agrupamento, de acordo com as orientações do currículo nacional, definir os critérios de avaliação”, logo, desde o início do processo, estive em contacto com a realidade da avaliação e preocupei-me em utilizar a avaliação, nas suas diversas modalidades e usando-a como componente reguladora e de melhoria do processo ensino-aprendizagem. Tal como preconizado anteriormente, os critérios de avaliação foram definidos pelo grupo de Educação Física, foram aprovados em conselho pedagógico e entregues aos alunos.

3.3.1. AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA

A avaliação inicial, inserida numa primeira fase do planeamento, é caracterizada por uma avaliação diagnóstica de forma a identificar o nível inicial da turma e de cada aluno em relação a uma determinada matéria de ensino. Identifico este tipo de avaliação como fundamental para que seja recolhida a informação respeitante à formação de grupos de aprendizagem e definidas as suas bases de diferenciação, definição dos objetivos anuais, prioridades formativas, objetivos prioritários e objetivos secundários.

Sendo o objetivo desta avaliação averiguar o nível dos alunos e traçar objetivos adequados, para cada unidade didática tive em consideração os critérios técnicos de cada elemento, segundo o Programa Nacional de Educação Física, registando “Executa”, “Não executa” e “Executa com dificuldades”, numa grelha de registo elaborada para o efeito (Anexo 5). Depois deste registo, foi feita uma análise que demonstrei em quadros e gráficos. Através da análise dos resultados da avaliação diagnóstica, formei sempre grupos de nível de desempenho que tiveram diferenciação tanto de objetivos como na avaliação prática. Esta formação de grupos

foi sempre tida em conta em cada plano de aula, tendo apenas por vezes influência dos comportamentos dos alunos. Em nenhuma unidade didática realizei os grupos por género, só aconteceu em algumas por coincidência. Tive em conta o desempenho motor e o fator de motivação evidente nas aulas por serem grupos heterogéneos em género.

Nas matérias de jogos desportivos coletivos, a avaliação diagnóstica desenvolveu-se com exercícios analíticos e situação de jogo reduzido. O único caso em que apliquei apenas situação de jogo foi no Voleibol e verifiquei que com este nível de execução é difícil avaliar estes elementos em jogo, pela escassa sustentação de bola.

Nas matérias individuais a avaliação foi realizada através de exercícios critério, seguindo as indicações do Programa Nacional de Educação Física. Em Atletismo, houve elementos que não verifiquei na aula de avaliação diagnóstica por já ter conhecimento do desempenho dos alunos, nos testes de condição física executados anteriormente.

Em todas as unidades didáticas criei subgrupos aos níveis designados no Programa Nacional de Educação Física, como por exemplo “Pré-introdução” e “Introdução”, por verificar que se justificava a diferenciação de lecionação entre esses dois grupos.

3.3.2. AVALIAÇÃO FORMATIVA

Segundo Ribeiro (1999), “A avaliação formativa pretende determinar a posição do aluno ao longo de uma unidade de ensino, no sentido de identificar dificuldades e de lhes dar solução.”

A avaliação formativa surge no contexto educativo como uma avaliação que visa informar o aluno sobre a qualidade do processo educativo e de aprendizagem, bem como o estado do cumprimento dos objetivos.

É uma avaliação realizada ao longo do processo ensino-aprendizagem, quer de forma formal através de registo na grelha de avaliação formativa (Anexo 6), quer de forma informal ao longo das aulas com registos pontuais. Para que seja possível que os encarregados de educação quando vão à escola tenham informações da avaliação formativa dos seus educandos, entreguei à Diretora de Turma, a meio de cada período, uma avaliação intercalar da turma (Anexo 10).

Ao longo das aulas foi realizada avaliação formativa, com uma aula específica para registo da evolução dos alunos e verificação da adequação das estratégias (caso não existisse melhoria do desenvolvimento dos alunos seriam alteradas as estratégias).

De seguida refiro as adaptações necessárias que a avaliação formativa me permitiu verificar para cada unidade didática.

Na Ginástica: revelou-se necessária a apresentação de meios gráficos, tanto para os alunos poderem rever em cada estação o que era suposto fazer como para agilizar a colocação do material; foi necessário punir os grupos que demoravam mais ou não cumpriam as regras de segurança.

No Voleibol: o facto de não completar os ciclos de feedback, podia estar a contribuir para menor evolução dos alunos; alguns alunos continuavam a ter muitas dificuldades nos gestos técnicos básicos, o que fez com que adaptasse a situação de jogo, condicionando os elementos técnicos usados.

No Atletismo: a frequência de feedback devia ser aumentada, sem descuidar do controlo da turma; em muitas aulas, preocupei-me mais em supervisionar os comportamentos dos alunos e em corrigir o seu comportamento do que na correção de gestos técnicos.

No Futsal, os exercícios mais complexos nos grupos de nível de desempenho mais baixos não eram benéficos para o seu desenvolvimento, com isto diminuí o número de elementos por equipa na situação de jogo destes grupos.

No Basquetebol, optei por sentar os alunos antes da preleção como prevenção de comportamentos fora da tarefa e a implementação de ensino recíproco.

3.3.3. AVALIAÇÃO SUMATIVA

A avaliação sumativa, “ (...) traduz-se num juízo globalizante sobre o desenvolvimento dos conhecimentos e competências, capacidades e atitudes dos alunos, tendo lugar, ordinariamente, no final de cada período letivo, no final de cada ano e de cada ciclo de ensino, podendo, também, ter lugar no final de uma ou várias unidades temáticas que interessa avaliar globalmente.” (Rosado, 1997).

O mesmo autor referencia a importância deste tipo de avaliação de forma a fornecer um balanço de resultados em cada momento de ensino relativamente a uma determinada matéria.

A avaliação sumativa foi constituída por uma componente teórica e outra prática.

Na componente teórica, foi entregue uma ficha de matéria de cada unidade didática e entregue com antecedência para os alunos estudarem para a avaliação escrita.

A componente prática consistiu na execução dos gestos técnicos isolados e em situação de prova real, sendo registados na grelha de avaliação sumativa (Anexo 7). Para além da avaliação de cada matéria já designada a cima, no final de cada período houve avaliação da condição física, através de testes *Fitnessgram*, verificando se se encontram na zona saudável de aptidão física e contando estes para a classificação final dos alunos. Foi construída uma grelha de registo da avaliação da condição física (Anexo 8).

Em cada unidade didática a avaliação sumativa foi adequada aos objetivos traçados no início de cada unidade didática, exceto em Basquetebol que os objetivos finais foram alterados por serem exigentes demais para a capacidade de evolução dos alunos.

A percentagem de nota atribuída a cada elemento técnico foi adaptada consoante a importância desse gesto técnico para o desenvolvimento mínimo dessa matéria, por exemplo, no Voleibol, esses gestos técnicos são o “passe” e a “manchete”, e de acordo com as especificidades da turma.

A situação de jogo foi sempre privilegiada com mais cotação, pois o objetivo principal foi aproximar ao máximo a prática das aulas à prática real.

Nos jogos desportivos coletivos, a diferenciação de avaliação feita foi maioritariamente na complexidade de jogo, através da redução do número de jogadores por equipa ou na redução das dimensões dos campos. Enquanto que nas matérias individuais essa diferenciação foi feita com outros critérios de complexidade, como por exemplo no Atletismo que na corrida de barreiras, a altura destas era menor para o grupo de nível de desempenho mais baixo.

3.4. PRESTAÇÃO GLOBAL DOS ALUNOS

O meu principal objetivo enquanto docente é conseguir que o processo de ensino-aprendizagem se realize com a maior taxa de sucesso possível, e por isso, é importante refletir sobre as competências que os alunos adquiriram e a sua margem de progressão.

Para favorecer o desenvolvimento motor da turma, os grupos de nível formados através da avaliação diagnóstica foram sofrendo alterações justificadas pela avaliação formativa.

De seguida realizo uma conclusão sobre as aprendizagens dos alunos para cada unidade didática.

Na Ginástica, como apreciação geral, na maioria dos alunos foi notória alguma evolução ao longo das aulas mas para outros tal não se verificou. As hipóteses que podem ter levado a esta situação são: falta de aptidão do aluno e/ou falha na transmissão dos conteúdos da minha parte.

Foi notória grande discrepância de motivação entre dois grandes grupos de alunos. Sendo que a maioria tinha preferência à ginástica de aparelhos, relativamente à ginástica de solo.

Os alunos do grupo de nível de desempenho “introdução” foram os que senti mais dificuldades em motivar pois para além dos défices na realização dos elementos gímnicos, a maior parte tinha medo de realizar os exercícios. Neste último problema, foram importantes as progressões para que os alunos fossem tomando consciência de que não correriam perigo, quer pela disposição do material quer pelas ajudas executadas por mim.

Nas aulas surgia o problema de que alguns alunos com mais dificuldades eram os que demonstravam menos esforço para progredir e seguir os feedbacks dados. Outro problema foi o de existirem alunos interessados em evoluir mas o mau comportamento dos colegas prejudicou-os.

No geral, a turma poderia ter melhores resultados se o seu comportamento fosse melhor, visto que mesmo assim os níveis são bastante aceitáveis.

O que mudaria no planeamento para tentar que existisse maior evolução dos alunos seria aumentar o número de aulas de ginástica de solo em detrimento das aulas de ginástica de aparelhos porque os alunos revelaram mais dificuldades na primeira.

No Voleibol, um grupo considerável de alunos, cujo grupo de nível de desempenho denominei “pré-introdução”, revelava grandes dificuldades coordenativas, sendo notória a falta de prática de qualquer desporto que implique o manuseamento da bola. Estes alunos tiveram maioritariamente que realizar exercícios analíticos para que construíssem bases para a situação de jogo reduzido. Os restantes grupos, introdução e pré-elementar já tiveram uma maior componente de jogo nas aulas.

Penso que nesta unidade didática não surgiu o problema que tinha surgido na anterior, a desmotivação de alguns alunos. Na maioria dos alunos foi notória evolução ao longo das aulas, o que pode ter sido ajudado pelo facto de toda a turma ter demonstrado grande motivação para esta matéria e por ser uma matéria que domino melhor que a anterior e pude dar mais feedbacks.

Apesar de, ao longo destas aulas, também ter sido notado o comportamento nem sempre adequado à sala de aula, talvez devido ao gosto da turma por esta matéria, o esforço comum para evoluir sobrepôs-se a isso.

No geral, a turma tem notas razoáveis e na minha opinião têm uma grande margem de progressão.

No Atletismo, um grupo considerável de alunos, cujo grupo de nível de desempenho denominei “introdução”, revelava grandes dificuldades coordenativas. Estes alunos tiveram maioritariamente que realizar exercícios em que os gestos técnicos eram segmentados, para só depois executarem o gesto na sua totalidade.

Nesta matéria, muito poucos alunos estavam motivados e muitos tinham dificuldades na execução dos exercícios, principalmente quando exigiam mais coordenação. Para contornar isto, motivei a turma com o fator competição, todas as aulas havia uma prova de velocidade, em que registava os tempos de cada aluno e na aula seguinte dava a conhecer o “ranking” da turma.

Na maioria dos alunos foi notória alguma evolução ao longo das aulas, o que pode ter sido ajudado pelo facto de toda a turma estar entusiasmada com a questão do “ranking” semanal.

Nesta matéria a turma obteve níveis classificativos um pouco mais baixos do que nas unidades didáticas anteriores, o que talvez pudesse ter sido combatido com o aumento do número de aulas desta matéria, com mais feedback da minha parte e com a introdução de exercícios específicos de coordenação.

No Futsal, o grupo de alunos de nível de desempenho “introdução”, revelava grandes dificuldades, pelo que foi necessário aliar exercícios analíticos com jogos de complexidade muito baixa. Os restantes grupos, tiveram uma maior componente de jogo nas aulas e com maior complexidade.

Algumas alunas de desempenho menos positivo revelaram alguma desmotivação e pouca evolução ao longo das aulas, pelo que tentei motivá-las pela parte lúdica do jogo e definindo objetivos para elas a cada aula.

No geral, a turma teve notas razoáveis, e na minha opinião, uma parte dos alunos, tem uma grande margem de progressão. As alunas que tiveram nota negativa nesta matéria necessitariam de mais tempo de prática para evoluírem, o tempo que tivemos disponível para esta matéria não foi suficiente para superarem as suas dificuldades.

No Basquetebol, os grupos de nível de desempenho foram formados através da avaliação diagnóstica, sendo possível diferenciar quatro grupos que denominei como “Nível pré-introdução”, “Nível introdução”, “Nível pré-elementar” e “Nível elementar”. Entre os dois primeiros grupos e os dois segundos grupos existe grande discrepância de desempenho, por este facto foram diferenciados os objetivos e avaliação. Tais objetivos foram cumpridos, apesar de no grupo de nível de desempenho “pré-introdução”, a margem de progressão ter sido muito escassa. Para resolução deste problema talvez só aumentando o número de aulas da matéria, incidindo mais com feedback nestes alunos, ou utilizando outros alunos mais aptos como agentes de ensino.

Os grupos desenvolvidos nas aulas, por vezes sofreram alterações justificadas pela avaliação formativa ao longo das aulas e pela componente comportamental dos alunos face a determinados colegas.

Os alunos, mesmo os que tinham mais dificuldades revelaram-se empenhados e motivados.

No geral, a turma teve classificações razoáveis. Três alunos tiveram nota negativa, o que se pode dever a necessitarem de mais tempo de prática para evoluírem para a positiva.

3.5. APRENDIZAGENS, DIFICULDADES E ESTRATÉGIAS DE RESOLUÇÃO DOS PROBLEMAS

No início do ano letivo, a perceção que tive foi de que as minhas prioridades seriam a transmissão eficiente de conteúdos e a segurança dos alunos. É necessário estabelecer um conjunto de regras e rotinas para que tudo corra pelo melhor.

Nas primeiras aulas, penso que as rotinas não foram impostas com o rigor necessário, o que me dificultou um pouco o controlo da turma, mas depois com ajuda das reflexões pós-aula, esta situação foi ultrapassada.

Em grande parte do ano letivo tive dificuldades no controlo da turma, o que se revelou prejudicial tanto para mim relativamente à minha confiança como docente, como para os alunos, tendo em conta as desvantagens deste facto para o correto processo de ensino-aprendizagem. Através da pesquisa e aprofundamento deste tema, bem como da ajuda dos dois orientadores, foi possível que o impacto deste facto, fosse diminuindo e que no final do ano a turma estivesse controlada e com muito melhores condições para a aprendizagem.

Como formação complementar, ao longo da maior parte do ano letivo, participei semanalmente em aulas de dança, desenvolvidas por um professor de Educação Física da escola, a fim de adquirir conhecimentos sobre a matéria de dança compreendida no Programa Nacional de Educação Física.

O que me deu mais motivação ao longo desta etapa de aprendizagem foi a constante procura da melhor organização da aula, para que todos tivessem tempo de empenhamento motor significativo, o facto de verificar que com o feedback certo, no momento oportuno, é possível verificar melhorias no desempenho dos alunos, mesmo com o reduzido número de aulas de cada matéria e verificar que conseguia aplicar estratégias para motivação dos alunos, demonstrando até interesse em experimentar a modalidade fora da escola.

Por sugestão do orientador da escola e por pertinência para a nossa formação, dentro do núcleo de estágio trocámos de turma a lecionar durante uma semana, tendo sido esta experiência enriquecedora e elevando a evidência da importância de todo o processo-aprendizagem ser ajustado às características de cada turma.

No quadro a baixo refiro quais as minhas maiores dificuldades na lecionação e quais as estratégias que desenvolvi para aprender a contorná-las.

Quadro 3. Pontos fortes, dificuldades e estratégias de resolução destas.

	Pontos fortes	Pontos a melhorar	Estratégias
Planeamento	<ul style="list-style-type: none"> • O planeamento foi adequado às possibilidades da turma e às orientações do Programa Nacional de Educação Física. • Nos planos de aula existiu diferenciação de exercícios para os diferentes grupos de nível de desempenho. • Os estilos de ensino planeados tiveram em conta as características da turma o que penso ter contribuído para o aumento da sua eficiência. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tentar implementar mais inovação pedagógica a fim de melhorar o processo de ensino-aprendizagem e aumentar a motivação dos alunos. • Realizar a diferenciação de grupos a partir das diretrizes do Programa Nacional de Educação Física. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar estudo intensivo dos conteúdos. • Ter a noção de que quase sempre os objetivos do programa são demasiado ambiciosos, necessitando de adequação à turma.
Realização Instrução	<ul style="list-style-type: none"> • Consigo realizar instrução de forma económica. • Ao longo do ano fui aumentado a frequência e pertinência de feedback durante as aulas. • Sou capaz de reformular a informação se os alunos não percebem. 	<ul style="list-style-type: none"> • Devo melhorar na colocação de voz, principalmente em aulas dentro do pavilhão com várias turmas. • Devia ter mais cuidado em fechar ciclos de feedback. • Conseguir conciliar a supervisão da turma com o feedback frequente e/ou a avaliação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ter conhecimento pleno dos conteúdos. • Realizar exercícios de treino de projeção de voz. • Não tentar falar mais alto do que os alunos enquanto estes falam durante a instrução, tentar corrigi-los com o olhar, ficando em silêncio à espera que estes se caíem e por fim reprende-los.

Gestão	<ul style="list-style-type: none"> • Sou capaz de controlar os tempos da aula conforme planeado. • No planeamento promovi ao máximo o tempo de empenhamento motor e de aprendizagem e reduzi o tempo de organização. • Procurei estratégias para uma eficiente colocação do material (sendo rápida e tentando não variar muito a disposição do material ao longo da aula). 	<ul style="list-style-type: none"> • Os grupos para cada aula são definidos previamente por questão de diferenciação nos exercícios ou pelo comportamento dos alunos mas quando por faltarem alunos é necessário realizar ajuste, deveria ser capaz de o fazer mais rapidamente. 	
Clima/Disciplina	<ul style="list-style-type: none"> • Transmiti entusiasmo aos alunos, com um clima positivo, em que todos estavam à vontade para tirar dúvidas. • Com a diferenciação pedagógica foi possível maior motivação para as aulas. • Através de pesquisa e das reflexões pós aula, consegui reunir estratégias que me permitiram controlar a turma. • É gratificante sentir que os alunos, quando têm algum problema sentem confiança para falar comigo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Deverei ser assertiva na correção de comportamentos fora da tarefa desde o início do ano letivo. • Mesmo sendo uma pessoa simpática, se a turma “não o merecer” deverei sê-lo de forma controlada e só se o comportamento melhorar é que mostrarei essa faceta. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nunca deixar de ter presente a noção de que é necessário existir controlo da turma e clima favorável para que o processo de ensino-aprendizagem se desenvolva convenientemente. • Ter algumas regras gerais, sucintas mas diretas, que são repetidas nas aulas e cujo incumprimento tem consequências conhecidas pelos alunos. • Aplicação de estratégias de vários cariz, preventivo ou punitivo, mas tendo noção de que cada turma terá a sua forma específica para ser controlada.

Decisões de ajuste	<ul style="list-style-type: none"> • Em quase todas as matérias foi necessário realizar ajustes, ou por faltarem alunos ou por mudança do local da aula devido às condições meteorológicas. Pesquisei uma grande variedade de exercícios para escolher o mais adequado a cada situação. Assim, consegui fazer sempre ajustes adequados. • O facto de ter conhecimento sobre o material disponível na escola, facilitou a minha capacidade de adaptar exercícios. • Por vezes alterei exercícios planeados por me aperceber que estes não estavam a surtir o efeito pretendido. 	<ul style="list-style-type: none"> • Os grupos para cada aula eram definidos previamente por questão de diferenciação nos exercícios ou pelo comportamento dos alunos mas quando por faltarem alunos era necessário realizar ajuste, deveria ser capaz de o fazer mais rapidamente. • Conseguir auxiliar todos os alunos em cada dificuldade em executar corretamente os gestos técnicos através de adaptação momentânea do exercício. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conhecer grande diversidade de progressões para aplicar a mais adequada à dificuldade do aluno.
Avaliação	<ul style="list-style-type: none"> • Em todas as unidades didáticas (exceto na primeira) houve diferenciação na avaliação, dependendo dos objetivos traçados para cada grupo de nível de desempenho. • As grelhas de registo de avaliação foram adaptadas aos objetivos da turma. • Consegui ultrapassar uma dificuldade que tinha no início do ano letivo, já que agora sou capaz de avaliar e controlar a turma simultaneamente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Diferenciação de grupos de nível de desempenho. • Na primeira unidade didática, apesar de nas aulas terem sido usadas medidas de diferenciação pedagógica, na avaliação não houver qualquer diferença. • Poderia ainda melhorar na capacidade de dar mais feedback durante a avaliação. 	<ul style="list-style-type: none"> • Construir uma grelha de avaliação diagnóstica diferente, tendo igualmente as principais determinantes técnicas mas de mais fácil preenchimento.

Observando este quadro e tendo em conta as dificuldades previstas no Plano de Formação Individual, é possível encontrar algumas semelhanças com as dificuldades que eu previa mas penso que o mais importante a salientar é a minha

capacidade de melhorar em muitos aspetos e o facto de não deixar de ter presente que ainda tenho muito a aprender no futuro.

Ao longo deste ano letivo, aumentou a minha confiança como sendo capaz de lecionar aulas de Educação Física e motivou-me para o que o professor deve ser também, um investigador, procurando várias opções para transmitir a mesma matéria e qual a melhor forma para auxiliar os alunos a progredirem.

Em relação às metodologias de trabalho, de forma a melhorar atividade didática e os resultados das aprendizagens dos alunos, procurei aplicar os conhecimentos adquiridos anteriormente, ter atenção às sugestões dos orientadores, aos objetivos estabelecidos para os alunos, as suas necessidades e possibilidades, sem dissociar isto do contexto em que se insere a escola.

Com estas considerações feitas, julgo ser notória evolução na minha qualidade docente, procurando combater as falhas que existiam, tendo noção de que muitos aspetos ainda terão que ser melhorados e que o percurso formativo de um professor é infinito.

3.6. ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL

“A ética profissional constitui uma dimensão paralela à dimensão intervenção pedagógica e tem uma importância fundamental no desenvolvimento do agir profissional do futuro professor. A ética e o profissionalismo docente são os pilares deste agir e revelam-se constantemente no quadro do desempenho diário do estagiário (...).” (Silva, Fachada & Nobre, 2012)

A profissão docente exige um conjunto de comportamentos de cariz ético-profissional, indispensáveis para o bom desempenho das suas funções. Estes comportamentos devem ser centrados no respeito, rigor e profissionalismo perante toda a comunidade escolar e no desempenho da função que foi atribuída.

Todos os elementos do núcleo de estágio demonstraram comportamentos adequados para o cargo que estava a desempenhar, cumprindo com todas as tarefas que nos foram atribuídas e revelando atitudes responsáveis e coerentes de acordo com a minha posição.

Ao longo do ano letivo, sempre que solicitado pela escola, ou pelo professor orientador, contribuí com a minha participação e apoio em diversas atividades, estando presente em atividades mesmo que não fossem organizadas pelo núcleo.

Durante todo o percurso decorrido este ano letivo, cumpri sempre os horários e tratei com respeito e cordialidade toda a comunidade escolar.

Obedeci também às diretrizes de observações mínimas, tanto de professores estagiários como professores da escola e professores de outro núcleo de estágio.

Um professor deve ser um exemplo para os alunos, como tal deve inculcar-lhes valores morais e cívicos, participando na sua formação não só como alunos, mas também como pessoas, como futuros adultos, regidos por uma série de padrões socialmente aceites. Desta forma a própria conduta pessoal do docente, deve ir de encontro aos valores referidos, transmitindo mas também respeitando estes no seu dia-a-dia.

4. APROFUNDAMENTO DO TEMA-PROBLEMA - ESTRATÉGIAS PARA O CONTROLO DA DISCIPLINA

“Obter níveis óptimos de disciplina não resulta de capacidades pedagógicas excepcionais ou de alunos particularmente dóceis; não se trata sequer de utilizar truques ou receitas infalíveis.”

Piéron (1985, citado por Brito, 1989)

4.1. INTRODUÇÃO

No âmbito da unidade curricular Relatório de Estágio, inserida no quarto semestre do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, mais precisamente na tarefa “Relatório Final de Estágio Pedagógico”, foi proposta a escolha de um tema para aprofundamento do mesmo no enquadramento dos domínios de intervenção da Educação Física escolar. A minha escolha recaiu sobre o tema “Estratégias para o controlo da disciplina”.

O meu objetivo é que através do aprofundamento deste tema possa progredir e favorecer a aprendizagem dos meus alunos. Na investigação deste tema os métodos usados são na maioria qualitativos com especial valorização da observação direta e da entrevista. Primeiramente, mobilizei bibliografia sobre o tema, e posteriormente criei meios de observação específicos para registo de dados reais em aulas lecionadas por mim.

Através da pesquisa teórica, pude encontrar causas e estratégias que vão ao encontro à resolução das dificuldades sentidas por mim. Com a ajuda dos professores estagiários do meu núcleo de estágio, foi feito registo de dados (em ficha de observação desenvolvida para o efeito) durante a minha prática pedagógica em aulas antes da aplicação destas estratégias e em aulas aquando da aplicação dessas estratégias, procurando evidências de efeitos das mesmas, com consequências na melhoria do meu desempenho como docente no controlo da turma e benefício no processo de ensino aprendizagem da turma. A estes dados acrescentei também um questionário de recolha de opiniões dos alunos sobre os comportamentos da turma em cada aula.

4.2. ESCOLHA DO TEMA E SUA RELEVÂNCIA

A minha escolha sobre o tema “Estratégias para o controlo da disciplina”, adveio do facto de a turma a que leciono Educação Física ter constantemente comportamentos fora de tarefa que destabilizam a aula. Esta destabilização provocada pelos comportamentos fora da tarefa leva a dificuldades na lecionação, devido ao número de interrupções que o professor é obrigado a fazer para corrigir os alunos e traduz-se, conseqüentemente, em menos tempo de aprendizagem tanto para os alunos autores desses comportamentos como para os restantes alunos. Nas aulas que lecionei até ao momento, vi mais comportamentos deste tipo do que seria aceitável para o correto desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem e apesar de ter implementado algumas estratégias que melhoraram o desenrolar das aulas, ainda há muitos pontos a melhorar na minha prática pedagógica de controlo da turma. Por estes motivos, penso que este tema seja pertinente e que tenha relevância tanto para a minha evolução enquanto docente como para os alunos, através da melhoria das condições de aprendizagem.

4.3. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Segundo Amado (2000), “a indisciplina é um problema que muito contribui para uma crescente imagem negativa da escola”, ao longo dos anos foi se tornando cada vez mais evidente e cabe aos docentes procurar formas de ultrapassar este obstáculo ao normal desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem.

Siedentop (1983) citando Rosado (1990), define disciplina como um conjunto de comportamentos definidos por determinadas regras.

“A indisciplina é um fenómeno relacional e interativo que se concretiza no incumprimento das regras que presidem, orientam e estabelecem as condições das tarefas na aula, e, ainda, o convívio entre pares e a relação com o professor, enquanto pessoa e autoridade”. Amado (1998)

A influência do microsistema social faz-se sentir no sistema familiar através de políticas económicas e sociais. Muitas influências deste microsistema levam ao desvio de jovens para caminhos menos próprios mas leva também a que famílias trabalhem cada vez mais para que possam sobreviver, tendo em conta o atual estado do país, o que leva à redução do tempo de contacto entre familiares.

É importante mencionar que não se pode desculpabilizar tudo com os problemas familiares, o desempenho destes alunos depende também do ambiente na escola e do desempenho do professor.

Citando Amado (1998),

“Não é novidade afirmar que a indisciplina escolar se tornou num dos problemas que mais aflige os professores. O volume de textos jornalísticos ou de opinião sobre o tema cresce consideravelmente, e a investigação acompanha esse movimento concluindo, também, que se trata de uma das questões mais sensíveis e de maior impacto nos primeiros anos da profissão docente”.

Durante as aulas, a intervenção do professor deve ter em conta técnicas como reforço positivo (reforço da autoestima e confiança pessoal), o treino, a prática e o ensino da resolução de problemas. Como ajuda aos alunos, os professores podem desenvolver atividades nas aulas cujo intuito para além dos conteúdos programáticos seja também desenvolver o nível dos alunos levando-os, sem se aperceberem, a enfrentar e resolver conflitos.

Relativamente aos comportamentos dos alunos na sala de aula, Siedentop (1983), refere dois tipos de comportamentos inapropriados, o comportamento fora da tarefa, em que o aluno está desatento, não cumpre ou modifica a tarefa, considerado de pequena gravidade que perturba pouco a aula, e o comportamento de desvio em que o aluno realiza uma ação, relacionado ou não com a tarefa que impeça a continuação da atividade por parte de um ou vários alunos. São de maior gravidade em que os alunos demonstram comportamentos de natureza antissocial.

Na abordagem a cada aluno deve-se ter em conta os contextos sociais que fazem parte do quotidiano desse indivíduo para que possa ser possível o estabelecimento de uma interação eficaz e mutuamente satisfatória. Isto previne dispensáveis e desgastantes conflitos, utilizando as estratégias mais adequadas.

4.4. PROBLEMA

A destabilização provocada pelos comportamentos fora da tarefa leva a dificuldades na lecionação, devido ao número de interrupções que o professor é obrigado a fazer para corrigir os alunos e traduz-se, conseqüentemente, em menos tempo de aprendizagem tanto para os alunos autores desses comportamentos como para os restantes alunos. Este problema levou à questão central deste estudo: Quais as estratégias de controlo da disciplina que favorecem o seu sucesso?

4.5. DEFINIÇÃO DE OBJETIVOS

Com a elaboração deste estudo, pretendo conseguir respostas aos seguintes objetivos:

- a) Conhecer estratégias eficazes de controlo da disciplina na literatura.
- b) Identificar os tipos de comportamentos desviantes dos alunos desta turma.
- c) Identificar o tipo de estratégias com mais consequências na melhoria do comportamento desta turma:
 - c.1) Através da média da frequência de comportamentos fora da tarefa nas aulas com as diferentes estratégias.
 - c.2) Através da opinião dos alunos sobre o comportamento da turma nas aulas com as diferentes estratégias.

4.6. METODOLOGIA

4.6.1. INSTRUMENTOS

Foram definidas nove aulas de quarenta e cinco minutos para realizar esta investigação. Utilizando a categorização de Santos (2002), nas três primeiras, na lecionação não seriam usadas estratégias específicas para controlo da disciplina, depois três com estratégias preventivas e, por fim, três com estratégias punitivas. Ao longo destas aulas, os professores estagiários observaram as aulas, registando comportamentos inapropriados e anotaram se eu apliquei as estratégias pretendidas para cada aula. Além disto, os alunos no final de cada aula preencheram um questionário para dar a sua opinião sobre o comportamento da turma.

O primeiro instrumento de observação a ser elaborado foi a tabela de registo de comportamentos fora da tarefa ou de indisciplina, a ser preenchida pelos observadores (Anexo 11).

Construí tabelas com as estratégias a aplicar em cada aula para que os observadores pudessem registar se eu apliquei as estratégias pretendidas.

Por último, foi elaborado um questionário com perguntas sobre o comportamento da turma a aplicar em cada aula para que observar se os alunos sentiram diferenças consoante as estratégias aplicadas (Anexo 12).

Relativamente à recolha de dados através deste inquérito por questionário, segundo Foddy (1996), uma das críticas mais comuns a estes, é o facto de utilizarem um conjunto de respostas antecedentes, que os inquiridos terão que optar, condiciona as respostas dos mesmos, mas neste caso, penso que as respostas possíveis são suficientes para o aluno poder responder fielmente. Outras desvantagens deste processo são não ter a certeza que o que os inquiridos respondem é realmente o que sentem e ao não dar esclarecimentos no momento de preenchimento pode levar a erros por má interpretação. As vantagens deste método são a possibilidade de recolha de numerosas respostas em simultâneo, são pouco dispendiosas em termos monetários, existe uma rápida recolha de informação e maior facilidade na análise dos dados.

A recolha de dados é referente a todo o tempo de aula e o questionário foi aplicado aos alunos após a aula.

A metodologia aplicada teve em conta um dos princípios subjacentes à ciência, sendo sistemática e controlada, pressupondo que os dados sejam revelados com base nos significados estatísticos e não sujeitos à minha interpretação, recusando explicações do senso comum. As limitações desta metodologia que adotei são a impossibilidade de controlar as validades internas dos sujeitos.

4.6.2. TÉCNICAS ESTATÍSTICAS

A metodologia selecionada para o desenvolvimento deste estudo é predominantemente quantitativa, isto justifica-se pelo facto dos principais objetivos poderem ter resposta através da comparação da média de registos de cada três aulas com estratégias específicas. Os dados que referi são valores mensuráveis, logo justifica-se a utilização de metodologia quantitativa, pela sua validade e fidedignidade.

4.6.3. AMOSTRA

A amostra é constituída por mim, professora estagiária de Educação Física e a turma que leciono (7º ano), constituída por vinte e dois alunos (8 indivíduos de sexo masculino e 14 do sexo feminino). Destes alunos, três indivíduos do sexo masculino e dois do sexo feminino encontram-se referenciados por comportamentos

que destabilizam o normal funcionamento das aulas, sendo que três destes já se encontram nesta situação desde o ano letivo anterior.

4.6.5. CRONOGRAMA DA PLANIFICAÇÃO DA METODOLOGIA DE RECOLHA DOS DADOS

Quadro 4. Planificação da metodologia - Adaptado de Diagrama de Gantt.

Mês/Tarefas	
Dezembro	<ul style="list-style-type: none"> • Escolha do problema a solucionar. • Revisão de alguma literatura.
Janeiro e fevereiro	<ul style="list-style-type: none"> • Revisão da literatura. • Definição da metodologia. • Elaboração das grelhas de registo dos comportamentos (a serem usados pelos professores estagiários). • Elaboração dos questionários (a serem preenchidos pelos alunos).
Março	<ul style="list-style-type: none"> • Explicação do protocolo experimental aos participantes, após o qual não são feitas mais explicações salvaguardando a influência nos resultados. • Realização de aulas observadas (recolha de dados).
Abril	<ul style="list-style-type: none"> • Análise dos dados, ordená-los, categorizá-los, torná-los interpretáveis. • Interpretação dos resultados e verificar se respondem aos problemas iniciais.
Maio	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega do Tema/Problema.

4.7. ASPETOS ÉTICOS

Relativamente aos aspetos éticos da investigação, estes têm por base a Declaração de Helsínquia, esta compreende um conjunto de princípios que regem a pesquisa com seres humanos. A par disto foram dados esclarecimentos como: cada sujeito pode escolher participar ou não na investigação, são conhecidos os benefícios, neste estudo não existem danos, são tiradas dúvidas e, relativamente à privacidade, todos os participantes têm o direito de permanecer anónimos.

4.8. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para tentar retirar conclusões deste estudo, procurando responder aos meus objetivos iniciais, de seguida analisarei os resultados da observação das aulas feita pelos professores estagiários e dos questionários entregues aos alunos:

a) Conhecer estratégias eficazes de controlo da disciplina na literatura.

A recolha de estratégias específicas a utilizar na sala de aula encontra-se nos quadros seguintes, segundo Santos (2002).

Quadro 5. Estratégias preventivas - adaptado de Santos (2002).

Estratégias	Preventivas
	<ul style="list-style-type: none"> • Motivação e manutenção do interesse do grupo turma. • Evitar a saturação e aborrecimento dos alunos, evita correr riscos de os alunos desmotivados se tornarem desviantes. • Manutenção do ritmo da aula, minimizar tempos mortos e retomar rapidamente a sequência no caso de ter havido uma interrupção. • Transmitir uma imagem de autoridade e organização, consubstanciada em atitudes de firmeza, segurança e consistência. • Intervenção pronta face a comportamentos de indisciplina. • Postura séria e que não admite brincadeira. • Estabelecimento de regras que regulem aspetos diversos da vida da aula como as deslocações, a comunicação, as relações interpessoais e o material. • Organização da planta da sala que facilite a localização dos alunos. • O professor deve demonstrar domínio dos conteúdos. • Estruturar e encurtar período de transição através de rotinas. • Dar feedback frequente para motivar, com a preocupação de não centrar a comunicação apenas em alguns alunos, mas de distribuí-la por todos. • Definir objetivos e enfatizá-los ao longo da aula. • Estimular comportamentos adequados, reforço de comportamentos adequados, falar baixinho com o aluno ou uma conversa particular, ou ainda de um diálogo com toda a turma. • Estabelecer relações interpessoais positivas como ouvir os alunos, ser

afetuoso, empático, inspirar confiança, mas também ter humor, ser calmo na abordagem dos problemas, respeitar o aluno, isto é, confiar nele e não o humilhar.

- Restrição da presença de muitos alunos à sua volta.
- Praticar vigilância e controlo permanente, circulando pela aula, evitando estar de costas para alunos, ter a capacidade de prestar atenção em simultâneo a mais do que um acontecimento da aula.

Quadro 6. Estratégias punitivas - adaptado de Santos (2002).

Estratégias

Punitivas

- Recorrer a tarefas desagradáveis como exercícios que o aluno não gosta ou arrumação do material.
- Mudança do local onde o aluno se encontra, o que pode incluir a expulsão da sala e comunicação ao diretor de turma.
- Fazer com que perca tempo de intervalo.
- Ameaçar, por exemplo, com o efeito destes comportamentos na nota final de período.
- Chamar o aluno à atenção através da aproximação e/ou usar contacto físico, olhar fixamente o aluno, utilizar linguagem gestual, mudar o tom de voz ou fazer silêncio, ironizar com a situação.
- Exigir trabalho complementar a realizar sobre da sala de aula.

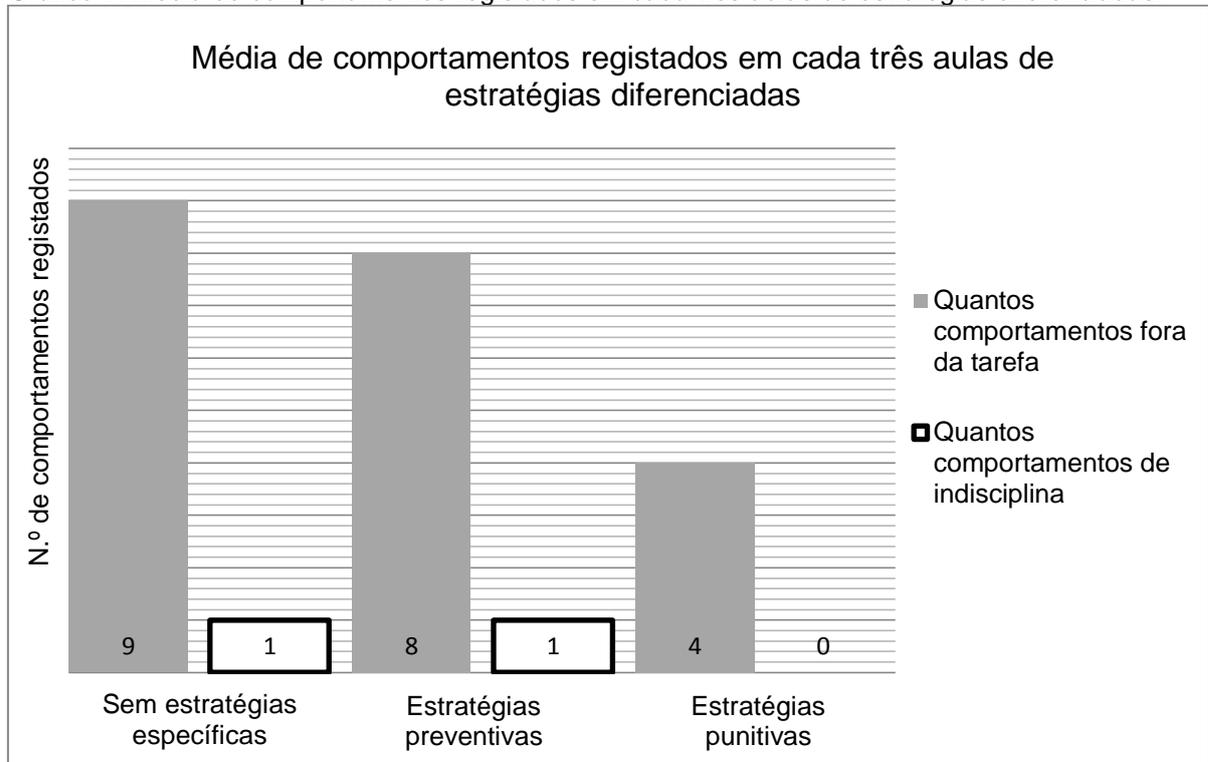
b) Identificar os tipos de comportamentos desviantes dos alunos desta turma.

Durante as observações realizadas, foram registados todos os comportamentos inapropriados, sendo especificado se eram comportamentos fora da tarefa ou de indisciplina. Ocorreram ambos os tipos de comportamento mas com clara predominância dos comportamentos fora da tarefa, como é possível verificar no gráfico n.º1, com o título “Média de comportamentos registados em cada três aulas de estratégias diferenciadas”.

c) Identificar o tipo de estratégias com mais consequências na melhoria do comportamento desta turma.

c.1) Através da média da frequência de comportamentos fora da tarefa nas aulas com as diferentes estratégias.

Gráfico 1. Média de comportamentos registados em cada três aulas de estratégias diferenciadas.

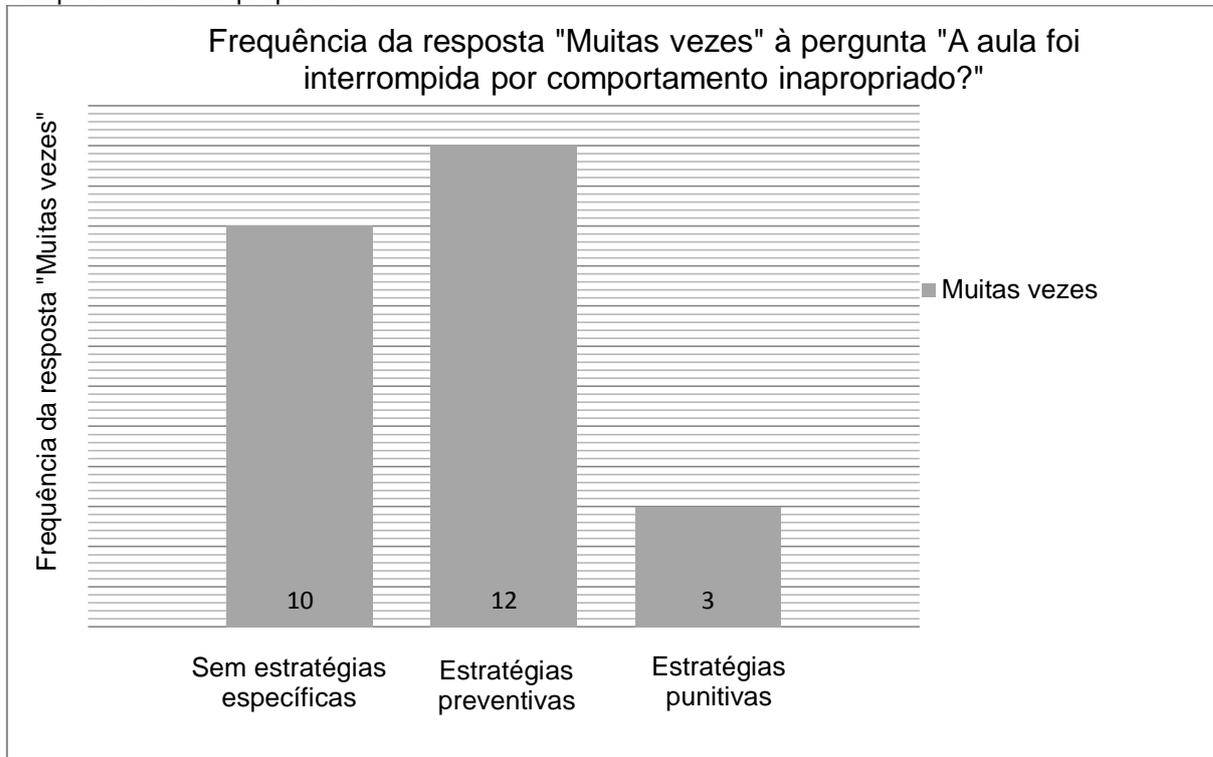


O que se pode verificar relativamente ao gráfico anterior é que entre as aulas sem estratégias específicas e as aulas com estratégias preventivas não existe diferença significativa quanto à frequência de comportamentos inapropriados. Já se compararmos estes dois últimos às aulas com estratégias punitivas, a frequência de comportamentos de indisciplina é nula e de comportamentos fora da tarefa baixa para metade.

O desfecho possível de se tirar da análise deste gráfico é o objetivo principal deste estudo e posso concluir que, nesta turma, as estratégias que têm mais consequências na melhoria do comportamento desta turma são as estratégias punitivas.

c.2) Através da opinião dos alunos sobre o comportamento da turma nas aulas com as diferentes estratégias.

Gráfico 2. Frequência da resposta "Muitas vezes" à pergunta "A aula foi interrompida por comportamento inapropriado?"



Analisando este gráfico posso dizer que, confirmando o que referi na interpretação do gráfico anterior, os alunos também notaram diferenças significativas na melhoria do comportamento da turma nas aulas com estratégias de punição, havendo decréscimo significativo da frequência da resposta "Muitas vezes" à pergunta "A aula foi interrompida por comportamento inapropriado?".

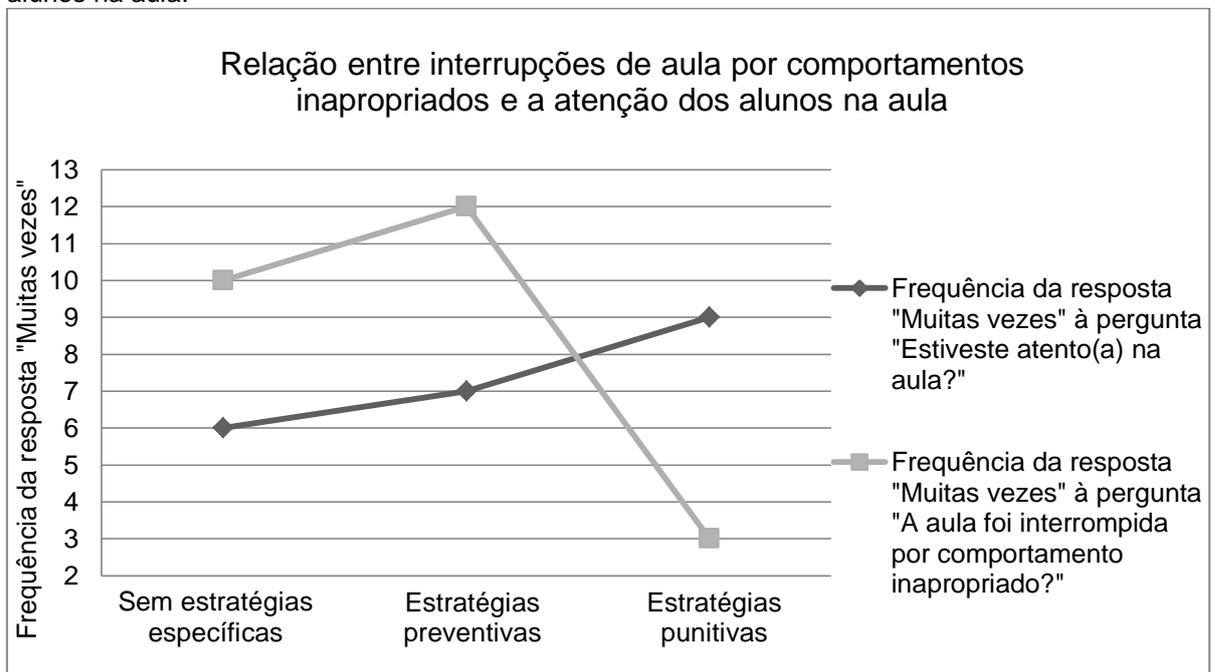
d) Outras questões pertinentes.

Gráfico 3. Frequência da resposta "Muitas vezes" à pergunta "Estiveste atento(a) na aula?".



Apesar de não ser um aumento muito significativo, pode identificar-se alguma relação entre a diminuição de comportamentos fora da tarefa e o aumento da resposta "Muitas vezes" à pergunta "Estiveste atento(a) na aula?", estabelecendo-se uma relação inversamente proporcional, como mostra o gráfico seguinte.

Gráfico 4. Relação entre interrupções de aula por comportamentos inapropriados e a atenção dos alunos na aula.



4.9. CONCLUSÃO DO APROFUNDAMENTO DO TEMA/PROBLEMA

Numa parte deste meu percurso como professora estagiária, tive dificuldades em melhorar o controlo da turma, facto que tinha referido como sendo uma possível fragilidade minha no Plano de Formação Individual.

Com este estudo tinha intenção de conseguir encontrar respostas a estas dificuldades e melhorar este aspeto que tanta diferença pode fazer no meu desempenho como docente e no processo de aprendizagem dos alunos.

Após uma pesquisa bibliográfica sobre o tema principal do estudo, o controlo da disciplina, as possíveis estratégias a usar e através da utilização da observação direta e da recolha de dados com questionários, foi possível obter respostas aos objetivos que defini no início. O objetivo de conhecer estratégias eficazes no controlo da disciplina foi o primeiro a ser cumprido e imprescindível para o bom desenvolvimento deste estudo. Através da observação direta e registo, foi evidente que maioritariamente, os comportamentos desviantes da turma são comportamentos fora da tarefa. No último, e principal objetivo, interessava saber quais os tipos de estratégias com mais consequências na melhoria do comportamento desta turma. Sendo que através da média da frequência de comportamentos fora da tarefa e da opinião dos alunos, em cada grupo de aulas com estratégias diferentes, foi possível chegar à conclusão de que, nesta turma, as estratégias que suscitam melhoria mais significativa nos comportamentos inapropriados são as estratégias de carácter punitivo.

Algumas limitações que reconheço neste estudo são:

- A discussão de resultado foi pobre relativamente a bibliografia de fundamento dos resultados pois a escassez de estudos nesta área, aplicados ao ensino da Educação Física não permitiu.
- Relativamente à recolha de dados através deste inquérito por questionário, segundo Foddy (1996), uma das críticas mais comuns a estes, é o facto de utilizarem um conjunto de respostas antecedentes, que os inquiridos terão que optar, condiciona as respostas dos mesmos.
- O facto de cada turma e cada aluno ser detentor de especificidades, não permite generalizar este estudo a outras turmas.

Penso que pode justificar-se que em qualquer turma, no início do ano letivo, o professor faça um estudo semelhante a este, a fim de verificar quais as estratégias

que mais funcionam nessa turma e em determinados alunos, registando-as no plano anual e unidades didáticas e assim pode haver controlo da turma o mais cedo possível.

Citando Siedentop (1998),

“a disciplina é importante porque os alunos aprendem melhor numa turma disciplinada. Não há nenhuma dúvida que um sistema de organização eficaz e boas estratégias disciplinares criam uma atmosfera na qual é mais fácil aprender”.

Com este estudo, pude comprovar estas palavras de Siedentop, pois com a adaptação à turma e a cada aluno das estratégias a aplicar e com o aperfeiçoamento do meu desempenho no controlo da turma, é muito significativa a melhoria no processo de ensino-aprendizagem, através da diminuição de interrupções da aula para correção de comportamentos, mais oportunidade do professor dar *feedback*, maior atenção dos alunos na aula e conseqüente melhoria do clima.

5. CONCLUSÃO

No início do ano letivo, por um lado comecei um pouco apreensiva, mas tentando sempre não transparecer isso para os alunos e, por outro lado, comecei extremamente motivada por poder fazer aquilo que sempre foi o meu desejo, dar aulas de Educação Física. Um dos meus objetivos era procurar aplicar os conhecimentos adquiridos na licenciatura, na expectativa de ver tanto eu como os alunos a evoluir, contando com a ajuda dos professores orientadores, dos professores estagiários, de outros professores da escola e através de investigação feita por mim.

A importância do sentido de responsabilidade e de autonomia imposto nas aulas, trouxe normas e regras que aumentaram a qualidade do processo de ensino-aprendizagem. A qualidade deste processo, em conformidade com as capacidades psicomotoras dos alunos, permitiu fazer um trabalho com maior abrangência, transmitindo a perceção dos hábitos desportivos, como meio essencial para fomentar o bem-estar no dia-a-dia do futuro dos alunos da turma.

Em relação ao comportamento dos alunos, ao longo do ano letivo foi notória evolução da minha parte no controlo da turma, podendo ainda alguns pontos terem sido melhorados se tivesse conseguido ser mais diretiva nas regras e nas punições desde o início do ano. Com esta experiência sinto-me preparada como docente, no caso de a turma ter problemas de comportamento como esta.

Para melhorar nos pontos fracos que referi anteriormente, devo investigar estratégias e tentar aplica-las nas oportunidades de lecionação que me surjam.

Neste processo tive em conta que o aluno é o elemento central do processo ensino-aprendizagem e não descuidar as características heterogéneas dos alunos, usando estratégias pedagógicas diferenciadas que vão de encontro aos objetivos individuais e tendo em atenção a deteção de alunos com necessidades educativas especiais.

Refletindo sobre as dificuldades e conquistas referidas a cima, penso que a maioria das fragilidades referidas no Plano de Formação Inicial foram ultrapassadas quase por completo, através da experiência, da aplicação de estratégias pesquisadas por mim e sugeridas tanto pelos meus colegas de estágio como pelos orientadores.

Desde sempre tento superar todos os desafios a que me proponho com empenho, responsabilidade e persistência e assim tenciono continuar depois do estágio pedagógico, bem como a complementar o meu currículo com formações nesta área como tenho feito até à data.

Ao longo da prática educativa o professor estará em constante formação, por isto, ao longo do meu desenvolvimento profissional irei procurar aplicar o que aprendi, enquanto vou “reciclar” os meus conhecimentos e adquirir novos conhecimentos que irão melhorar o ensino aos alunos.

Vou ter em consideração que este processo faz parte da formação inicial, formação essa que não é finita, com o desempenho da docência vai-se consolidando e sem esquecer a importância da formação contínua. O professor é, diz Formosinho (1992), um profissional que promove a instrução, a socialização e o desenvolvimento de outrem, tendo uma formação inicial de nível superior e procura formar-se continuamente de modo permanente.

6. BIBLIOGRAFIA

- Álvarez, H., Buendía, V. (2004). *La evaluación en educación física. Investigación y práctica en el ámbito escolar*. Barcelona: Graó.
- Amado, J. (1991). *Indisciplina na sala de aula: algumas variáveis de contexto*.
- Amado, J. (1998). *A Indisciplina e a Formação do Professor Competente*. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação. Universidade de Lisboa.
- Amado, J. (2000). *A construção da disciplina na escola*. Suportes teórico-práticos. Porto: ASA.
- Amado, J. (2001). *Interação pedagógica e indisciplina na aula*. Porto: ASA.
- Bento, J. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Coleção Horizonte de Cultura Física.
- Bom, L., Costa, F., Jacinto, J., Cruz, S., Pedreira, M.; Rocha, L., et al. (2001): *Programa Nacional de Educação Física (Reajustamento) – Ensino Básico 3º Ciclo*.
- Brito, M. (1989), *A indisciplina nas aulas de educação física*. Revista Horizonte, N.º 30.
- Bunker, B. & Thorpe, R. (1986). *The curriculum model. Rethinking Games Teaching*. Loughborough University Of Technology, p.7-10, 05 out. 1986. Disponível em: <<http://www.educ.uvic.ca/Faculty/thopper/index.htm>>.

- Cardinet, J. (1986). *Linhas de desenvolvimento dos trabalhos actuais sobre a avaliação formativa*. In: Allal, L; Cardinet, J; Perrenoud, O. A avaliação formativa num ensino diferenciado. Coimbra: Livraria Almedina.
- Costa, C. (1994). F. A. A. *Formação de professores, objectivos, conteúdos e estratégias*. Revista da Educação Física/UEM, 5(1): 26-39.
- Despacho Normativo n.º 1/2005 redigido pelo Despacho 6/2010.
- Estrela, M. (1994). *Relação Pedagógica, Disciplina e Indisciplina na sala de aula*. Porto: Porto Editora.
- Foddy, M. (1996). *Como Perguntar: Teoria e Prática da Construção de Perguntas em Entrevistas e Inquéritos*. Oeiras: Celta Editora.
- Formosinho, J. (1992). *O dilema organizacional da escola de massas*. Revista Portuguesa de Educação.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (1994). *Teaching physical education* (4th ed.). New York: Macmillan.
- Perrenoud, P. (1999). *Avaliação: da excelência à regulação das aprendizagens, entre duas lógicas*. Porto Alegre: Artmed.
- Piéron, M. (1985) *Análise de tendências na formação dos professores das actividades físicas*. Revista Horizonte, N.º 5.
- Postic, M., De Ketele, J. (1992) *Observer las situaciones educativas*. Madrid: Narcea.

- Ribeiro, L. (1999). *Tipos de Avaliação - Texto de Apoio*. FCDEF-UC.

- Rosado, A. (1997). *Observação e Reação à Prestação Motora*. Cruz Quebrada, Lisboa: Edições FMH.

- Santos, B. (2002). *Gestão da sala de aula para prevenção da indisciplina: a importância da formação inicial*. In: Estrela, A.; Ferreira, J. (Orgs.). *Indisciplina e violência na escola*. XI Colóquio na AFIRSE.

- Schmidt, R. (1991). *Motor learning & performance: from principles to practise*. Champaign, Human Kinetics.

- Serpa, C. D. (2009). *Planejamento por unidades didáticas*.

- Siedentop, D. (1983). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mayfield: Palo Alto.

- Siedentop, D. (1998). *Aprender a ensinar la educación física*. Barcelona: INDE.

- Silva, E., Fachada, M., Nobre, P. (2012). *Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º Semestres 2012-2013*. FCDEF-UC.

- http://pt.wikipedia.org/wiki/Diagrama_de_Gantt

- <http://www.ebivgama.pt/PDF/Dec-Lei-240-2001.pdf>

- <http://www.tgfu.info/>

7.ANEXOS

Anexo 1 - Calendário do plano anual.

Mês /Dia	SET	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN
2ª		1 Gin						1		
3ª		2			F			2		
4ª		3 Gin			2			3 Basq	F	
5ª		4	F		3			4	2	
6ª		5	2		4	1	1	5	3	1
Sáb	1	6	3	F	5	2	2	6	4	1
Dom	2	7	4	2	6	3	3	7	5	2
2ª	3	8 Gin	5 Volei	3 Volei	7 Atle	4 Atle	4 Fut	8 Basq	6 Bad	3 Bad
3ª	4	9	6	4	8	5	5	9	7	4
4ª	5	10 Gin	7 Volei	5 Volei	9 Atle	6 Atle	6 Fut	10 Basq	8 Bad	5 Bad
5ª	6	11	8	6	10	7	7	11	9	6
6ª	7	12	9	7	11	8	8	12	10	Fim 6º, 9º, 11º, 12º
Sáb	8	13	10	F	12	9	9	13	11	8
Dom	9	14	11	9	13	F	F	14	12	9
2ª	10	15 Gin	12 Volei	10 Volei	14 Atle	11	11 Fut	15 Basq	13 Bad	F
3ª	11	16	13	11	15	12	12	16	14	11
4ª	12	17 Gin	14 Volei	12 Volei	16 Atle	13	13 Fut	17 Basq	15 Bad	12 Bad
5ª	13	18	15	13	17	14	14	18	16	13
6ª	14 Início	19	16	14	18	15	15	19	17	Fim 5º, 7º, 8º, 10º
Sáb	15	20	17	15	19	16	16	20	18	19
Dom	16	21	18	16	20	17	17	21	19	16
2ª	17 Gin	22 Gin	19 Volei	17	21 Atle	18 Fut	18	22 Basq	20 Bad	17
3ª	18	23	20	18	22	19	19	23	21	18
4ª	19 Gin	24 Gin	21 Volei	19	23 Atle	20 Fut	20	24 Basq	22 Bad	19
5ª	20	25	22	20	24	21	21	F	23	20
6ª	21	26	23	21	25	22	22	26	24	21
Sáb	22	27	24	22	26	23	23	27	25	22
Dom	23	28	25	23	27	24	24	28	26	23
2ª	24 Gin	29 Gin	26 Volei	24	28 Atle	25 Fut	25	29 Basq	27 Bad	24
3ª	25	30	27	Natal	29	26	26	30	28	25
4ª	26 Gin	31 Gin	28 Volei	26	30 Atle	27 Fut	27		29 Bad	26
5ª	27		29	27	31	28	28		30	27
6ª	28		30	28			F		31	28
Sáb	29			29			30			29
Dom	30			30			31			30
2ª				31						

Legenda: F - Férias e feriados; Cor - cada cor corresponde a uma matéria/rotação (1ª Rotação Ginástica de Solo, Ginástica de Aparelhos; 2ª Rotações Voleibol; 3ª Rotação Atletismo; 4ª Rotação Futsal; 5ª Rotação Basquetebol; 6ª Rotação Badminton).

Anexo 2 - Modelo de folha de registo de assiduidade.

Turna: 7ºB		Professora: Ana Canela															Período Letivo: 2º e 3º																							
Nº	Nome	Aulas																																						
		Janeiro					Fevereiro					Março					Abril			Mado			Junho																	
		7	9	14	16	21	23	28	30	4	6	18	20	25	27	4	6	11	13	3	8	10	15	17	22	24	29	6	8	13	15	20	22	27	29	3	5	12		
1																																								
2																																								
3																																								
4																																								
5																																								
6																																								
7																																								
8																																								
9																																								
10																																								
11																																								
12																																								
13																																								
14																																								
15																																								
16																																								
17																																								
18																																								
19																																								
20																																								
21																																								
22																																								
23																																								
24																																								
25																																								

Legenda: P – presente; F – faltou; A – atraso.

Anexo 3 - Exemplo de plano de aula.

Plano de Aula

Professor: Ana Cancela	Período:	Data:
Aula(s) n.º:	Ano/Turma:	Nº de alunos previstos:
Local/Espaço:	Hora:	Duração da aula: Tempo útil:
Aula nº __ dum total de __ da Unidade Didática _____		Função didática:

Competências a desenvolver:

Recursos materiais:

Tempo		Tarefas/ Situações de aprendizagem	Condições de realização e organização	Objetivos específicos / Critérios de Êxito	Estratégi as e Estilos de Ensino
T	P				
Parte inicial					
Parte fundamental					
Parte final					
Justificação					

Anexo 6 - Exemplo de grelha de avaliação formativa (Basquetebol).

N.º	Nome	(1) Passe	(2) Recção	(3) Drible	(4) Lançamento em apoio	(5) Lançamento na passada	(6) Situação de jogo	Observações
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								

Legenda: 1 - Não executa; 2 - Executa com muitas dificuldades; 3 - Executa com algumas dificuldades; 4- Executa bem; 5- Executa muito bem.

7 - Exemplo de grelha de avaliação sumativa (Badminton).

N.º	Nome/ Nível	(1) Clear	(2) Lob	(3) Drive	(4) Amorti	(5) Smash/Remate	(6) Serviço	(7) Situação de jogo	Observações
1									
2									
3									
4									
6									
7									
8									
10									
11									
12									
13									
14									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									

Legenda: 1 - Não executa; 2 - Executa com muitas dificuldades; 3 - Executa com algumas dificuldades; 4- Executa bem; 5- Executa muito bem.

Anexo 8 - Exemplo de grelha de avaliação da condição física.

N.º	Nome	Velocidade (segundos e centésimos)	Força inferior (cm)		Força superior (n.º de rep.)	Força intermédia (n.º de rep.)	Resistência (minutos e segundos e centésimos)	Flexibilidade (cm)		Massa Corporal (kg)	Estatura (cm)	IMC	Observações
			1.º Salto	2.º Salto				Esq.	Dir.				
1													
2													
3													
4													
6													
7													
8													
10													
11													
12													
13													
14													
16													
17													
18													
19													
20													
21													
22													
23													
24													
25													

Anexo 10 - Exemplo de avaliação intercalar.

EDUCAÇÃO FÍSICA - Avaliação intercalar do 1º Período
Unidade didática de Ginástica

N.º	Nome	Avaliação intercalar
1		A aluna demonstra interesse nas aulas, é assídua, pontual e nesta unidade didática obteve boa classificação tanto escrita como prática.
2		A aluna, por vezes, demonstra desinteresse na aula, distraíndo-se e criando conflitos com os colegas. Poderia ter melhores resultados tanto escritos como práticos se se esforçasse mais.
3		A aluna é assídua e pontual, porém poderia estar com mais atenção nas aulas.
4		A aluna demonstra bastante interesse nas aulas, procurando progredir, é assídua e pontual. Nesta unidade didática obteve muito boa classificação tanto escrita como prática.
6		O aluno demonstra interesse e bom desempenho motor nas aulas mas não é pontual e tem comportamentos fora da tarefa, distraíndo os colegas.
7		O aluno demonstra interesse nas aulas, é assíduo e pontual.
8		O aluno demonstra interesse nas aulas, é assíduo e pontual, mas distrai-se facilmente e necessita esforçar-se mais pois obteve apenas nível “Satisfaz” tanto na componente escrita como prática.
10		A aluna demonstra bastante interesse nas aulas, procurando progredir, é assídua, pontual e nesta unidade didática obteve boa classificação tanto escrita como prática.
11		O aluno demonstra bastante interesse nas aulas, procurando progredir, é assíduo, pontual e nesta unidade didática obteve boa classificação tanto escrita como prática.
12		O aluno demonstra interesse nas aulas, é assíduo e pontual mas distrai-se facilmente e necessita melhorar tanto a componente escrita como prática.
13		A aluna demonstra interesse nas aulas, é assídua e pontual.
14		A aluna demonstra interesse nas aulas, é assídua, pontual e nesta unidade didática obteve boa classificação tanto escrita como prática.
16		A aluna demonstra interesse nas aulas, é assídua e pontual.
17		A aluna demonstra bastante interesse nas aulas, procurando progredir, é assídua, pontual e nesta unidade didática obteve boa classificação tanto escrita como prática.
18		A aluna demonstra bastante interesse nas aulas, procurando progredir, é assídua e pontual. Nesta unidade didática obteve muito boa classificação tanto escrita como prática.
19		A aluna demonstra bastante interesse nas aulas, procurando progredir, é assídua e pontual. Nesta unidade didática obteve excelente classificação tanto escrita como prática.
20		A aluna demonstra bastante interesse nas aulas, procurando progredir, é assídua e pontual. Nesta unidade didática obteve muito boa classificação tanto escrita como prática.
21		O aluno demonstra interesse nas aulas, é assíduo, pontual e nesta unidade didática obteve boa classificação tanto escrita como prática, podendo progredir se estiver mais concentrado durante os exercícios.
22		A aluna demonstra bastante interesse nas aulas, procurando progredir, é assídua, pontual e nesta unidade didática obteve boa classificação tanto escrita como prática.
23		O aluno é assíduo e pontual, demonstra pouco interesse nas aulas, distrai-se facilmente e é pouco obediente, já tendo sido avisado de que se o seu comportamento não melhorar será encaminhado para o “GMD”.
24		A aluna demonstra interesse nas aulas, é assídua, pontual e nesta unidade didática obteve boa classificação tanto escrita como prática.
25		O aluno demonstra interesse nas aulas, é assíduo e pontual mas distrai-se facilmente, perturbando os colegas. Se estivesse mais concentrado nas aulas poderia obter melhores resultados.

Anexo 11 - Grelha de registo de comportamentos.

Registo de observação de aula – Controlo da disciplina

Observador: _____	Observado: _____	Data: ___ / ___ / ___	Ano/Turma: _____
Local/Espaço: _____	Nº de alunos previstos: _____	Nº de alunos dispensados: _____	Nº de alunos a faltar: _____
Aula nº _____ dum total de _____ da Unidade Didática _____		Função didática: _____	
Tempo útil: _____	Hora: h _____ m _____	Duração da aula: _____	
Condicionante da aula: <input type="checkbox"/> sem estratégias específicas <input type="checkbox"/> com prevenção <input type="checkbox"/> com punição			

Comportamentos	N.º	Quem?	F/M	
Fora da tarefa	São ignorados pela professora?			
	1			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	2			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	3			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	4			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	5			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	6			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	7			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	8			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	9			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
10			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____	
De desvio/Indisciplina	A professora interveio?			
	1			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Se sim: repreensiva (verbal) <input type="checkbox"/> ou punitiva (castigo) <input type="checkbox"/> Reação da professora foi eficaz? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	2			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Se sim: repreensiva (verbal) <input type="checkbox"/> ou punitiva (castigo) <input type="checkbox"/> Reação da professora foi eficaz? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
	3			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Se sim: repreensiva (verbal) <input type="checkbox"/> ou punitiva (castigo) <input type="checkbox"/> Reação da professora foi eficaz? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____
4			Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Se sim: repreensiva (verbal) <input type="checkbox"/> ou punitiva (castigo) <input type="checkbox"/> Reação da professora foi eficaz? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Observações: _____	

Anexo 12 - Questionário para os alunos.

Questionário sobre a aula

1. Gostaste dos conteúdos da aula?
Nunca Poucas Vezes Muitas Vezes Sempre
2. Sentiste-te motivado(a) para participar?
Nunca Poucas Vezes Muitas Vezes Sempre
3. A professora motiva a participação dos alunos?
Nunca Poucas Vezes Muitas Vezes Sempre
4. Estiveste atento(a) na aula?
Nunca Poucas Vezes Muitas Vezes Sempre
5. Estás mais atento quando a matéria te interessa?
Nunca Poucas Vezes Muitas Vezes Sempre
6. Tiveste comportamento inapropriado nesta aula?
Nunca Poucas Vezes Muitas Vezes Sempre
7. A turma no geral teve comportamento inapropriado nesta aula?
Nunca Poucas Vezes Muitas Vezes Sempre
8. A aula foi interrompida por comportamento inapropriado?
Nunca Poucas Vezes Muitas Vezes Sempre
9. Consideras que sem esses comportamentos aprendias mais?
Nunca Poucas Vezes Muitas Vezes Sempre