

UNIVERSIDADE DE COIMBRA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA



ANA CRISTINA MARTINS FERNANDES

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE OLIVEIRINHA, JUNTO
DA TURMA DO 8ºB, NO ANO LETIVO DE 2012/2013

ESTRATÉGIAS A ADOTAR EM EDUCAÇÃO FÍSICA COM ALUNOS QUE
SOFREM DE TRANSTORNO DE DÉFICE DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE

COIMBRA

2013

ANA CRISTINA MARTINS FERNANDES

N.º 2011108898

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO
DESENVOLVIDO NO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE OLIVEIRINHA, JUNTO
DA TURMA DO 8ºB, NO ANO LETIVO DE 2012/2013**

**ESTRATÉGIAS A ADOTAR EM EDUCAÇÃO FÍSICA COM ALUNOS QUE
SOFREM DE TRANSTORNO DE DÉFICE DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE**

Relatório Final de Estágio apresentado à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, para obtenção do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Orientadora: Professora Dr.ª Elsa Silva
Coorientador: Professor Fernando Leite

COIMBRA

2013

Esta obra deve ser citada como: Fernandes, A. (2013). *Relatório de Estágio Pedagógico Desenvolvido no Agrupamento de Escolas de Oliveirinha, junto da Turma do 8ºB, no Ano Letivo de 2012/2013. Estratégias a adotar em Educação Física com alunos que sofrem de Transtorno de Défice de Atenção com Hiperatividade*. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

**Aos meus pais e ao meu namorado,
pelo carinho, compreensão
e incentivo que me deram
ao longo desta etapa
da minha vida.**

AGRADECIMENTOS

Para o desenvolvimento do presente trabalho, foi crucial a colaboração de várias pessoas, que sem o seu apoio, não seria possível a sua realização. Sem menosprezar outras contribuições gostaria de referir aquelas que contribuíram para a realização do mesmo.

Assim sendo, agradeço à Orientadora de Estágio Professora Dr.^a Elsa Silva e ao Coorientador Professor Fernando Leite, pelo apoio e incentivo que me deram ao longo do Estágio pedagógico.

Gostaria também de agradecer aos restantes professores da escola, particularmente aos de Educação Física: José Carlos, José Teixeira, Paula Soeiro e Lúcia Rocha. Um especial apreço à Professora Ana Oliveira, diretora de turma, do 8º B, a qual me ajudou a integrar devidamente na unidade curricular de Organização e Gestão Escolar, facultando todo o material e informação necessária.

Quero também agradecer aos restantes estagiários, pertencentes ao Núcleo de Estágio do Agrupamento de Escolas de Oliveirinha, assim como todos os alunos do 8º B, com os quais desenvolvi o Estágio, possibilitando-me um enorme conjunto de aprendizagens e experiências, que já mais esquecerei.

A todos um muito obrigado.

**“O professor só pode ensinar,
quando está disposto a aprender.”**

Janoí Mamedes

RESUMO

O presente documento, intitula-se como Relatório de Estágio Pedagógico com o qual pretendo apresentar uma reflexão descritiva do trabalho desenvolvido ao longo do Estágio pedagógico, que decorreu no Agrupamento de Escolas de Oliveirinha, no ano letivo de 2012/2013, inserido no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra. O presente documento, visa ainda, discorrer sobre uma necessidade de aprendizagem profunda sobre o “transtorno de défice de atenção/hiperatividade”, visto que no decorrer do Estágio foram detetadas duas situações, com as quais senti carência de conhecimento e me obrigaram a aprofundar a situação, assim como a forma de lidar com esta patologia. Assim, para estes alunos, ao longo das aulas de Educação Física foi necessário a adoção de um conjunto de estratégias específicas, com as quais se constatou que estes alunos melhoram o seu aproveitamento em Educação Física, estando mais focados nas situações de aprendizagem e mais controlados face a certos comportamentos. O Estágio pedagógico, apresentou-se como o elemento fulcral no processo da minha aprendizagem, proporcionando a aquisição de um conjunto de experiências e competências fundamentais ao desenvolvimento e integração no mercado de trabalho como futura docente de Educação Física.

Palavras-Chave: Estágio Pedagógico. Processo Ensino-Aprendizagem. Planeamento. Realização. Avaliação. Hiperatividade.

ABSTRACT

This document is entitled Internship Pedagogical Report though which I intend to present a descriptive reflection about the work developed throughout my teaching training which took place in “Agrupamento de Escolas de Oliveirinha”, during the school year of 2012/2013, part of the Masters of Physical Education Teaching for Elementary and Secondary Schools, from the Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (Faculty of Sport and Physical Education Sciences), from University of Coimbra. In this document I also describe the deep need of apprenticeship on the subject “attention deficit disorder with hyperactivity”, considering that during my training I was faced with two situations, which I felt lacking in knowledge and required me to research further into this topic, as well as ways to cope with this pathology. Thus, for students with this pathology, it was necessary to adopt a set of specific strategies during the physical education classes, with which those students were verified to improve their performance in physical education, being more focused on learning situations and more controlled from certain behaviors. The pedagogy training process represented an essential element in the process of my apprenticeship, allowing me to acquire a set of fundamental experiences and skills, which are indispensable to my development and integration in the labor market as a future physical education teacher.

Keywords: *Pedagogical internship. Teaching/Learning Process. Planning. Implementation. Assessment. Hyperactivity.*

DECLARAÇÃO DE HONRA

Eu, Ana Cristina Martins Fernandes, aluna nº 2011108898, do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, venho declarar por minha honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da minha autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no art. 30.º do Regulamento da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (versão de 10 de Março de 2009).

Data e Assinatura.

ANA CRISTINA MARTINS FERNANDES

ÍNDICE

RESUMO.....	VI
ABSTRACT.....	VII
I. INTRODUÇÃO.....	1
II. CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA.....	2
2.1. Espectativas Iniciais	2
2.2. Enquadramento do Meio Escolar.....	3
2.2.1. Escola	3
2.2.2. Professores Orientadores de Estágio.....	4
2.2.3. O grupo de Educação Física/Núcleo de Estágio	5
2.2.4. Alunos	5
2.2.5. Participação na Escola.....	6
III. ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA.....	8
3.1. Planeamento	8
3.1.1. Plano Anual.....	9
3.1.2. Unidades Didáticas	10
3.1.3. Planos de Aula	12
3.2. Realização.....	14
3.2.1. Intervenção Pedagógica.....	14
3.2.1.1. Instrução	14
3.2.1.2. Gestão	17
3.2.1.3. Clima e Disciplina	18
3.2.1.4. Decisões de Ajustamento	20
3.3. Avaliação	21
3.3.1. Avaliação Diagnóstica.....	22
3.3.2. Avaliação Formativa.....	23
3.3.3. Avaliação Sumativa.....	24
3.3.4. Avaliação Sinal.....	25
3.4. Componente Ético – Profissional.....	25
3.5. Justificação das Opções Tomadas	28
IV. ENSINO – APRENDIZAGEM	33
4.1. Aprendizagens Realizadas com o Estágio Pedagógico.....	33
4.2. Compromisso com as Aprendizagens dos Alunos	35

4.3. Inovação das Práticas Pedagógicas.....	38
V. FORMAÇÃO.....	40
5.1. Dificuldades Sentidas e Formas de Resolução/Dificuldades a Resolver no Futuro ou Formação Contínua.....	40
VI. QUESTÕES DILEMÁTICAS.....	44
VII. CONCLUSÕES REFERENTES À FORMAÇÃO INICIAL	46
7.1. Impacto do Estagiário na Realidade Escolar	46
7.2. Experiência Pessoal e Profissional.....	46
VIII. APROFUNDAMENTO DO TEMA	47
8.1. Contextualização do Tema	47
8.2. Contextualização de Conhecimentos de Caracter Científico.....	48
8.2.1. Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade	48
8.2.2. Definição de Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade	49
8.2.3. Fatores de Risco para o Desenvolvimento do Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade.....	51
8.2.4. Problemas Associados ao Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade..	51
8.2.5. Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade e as Implicações no Ambiente Escolar	52
8.2.6. Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade e a Educação Física.....	53
8.2.7. Estratégias de Aprendizagem para Alunos com Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade.....	54
8.2.8. Estratégias Desenvolvidas nas Aulas de Educação Física e Resultados Obtidos.....	57
IX. CONCLUSÃO.....	59
X. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	61
XI. ANEXOS.....	66

LISTA DE TABELAS

Tabela 1; Critérios de Desatenção.....	49
Tabela 2; Critérios de Hiperatividade.....	50
Tabela 3; Critérios de Impulsividade.....	50
Tabela 4; Critérios Gerais.....	50

LISTA DE ANEXOS

Anexo I – Plano de aula (Exemplo).....	67
Anexo II – Plano de aula (Descrição do seu conteúdo).....	71
Anexo III – Teste sóciométrico	73

LISTA DE ABREVIATURAS

A: Avançado

AD: Avaliação Diagnóstica/Avaliações Diagnósticas

AF: Avaliação Formativa

AS: Avaliação Sumativa

E: Elementar

FB: *Feedback(s)*

I: Introdutório

PI: Parte Introdutório

PNEF: Programa Nacional de Educação Física

TDAH: Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade

TGFU: *Teaching Games For Understanding*

UD: Unidade(s) Didática(s)

I. INTRODUÇÃO

“O Estágio é um processo de aprendizagem indispensável a um profissional que deseja estar preparado para enfrentar os desafios de uma carreira”. (Pinheiro, A., 2008).

O Relatório Final de Estágio encontra-se inserido no 3º e 4º semestre da Unidade Curricular de Estágio pedagógico, do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. O qual foi efetuado no Agrupamento de Escolas de Oliveirinha, em Oliveirinha, Aveiro, no ano letivo de 2012/2013. Sendo o principal objetivo a aplicação e integração dos conhecimentos teóricos e práticos adquiridos ao longo do 1º e 2º semestre do Mestrado, formando-nos como futuros docentes da disciplina da Educação Física.

O Estágio pedagógico, foi um elemento fulcral no processo de aprendizagem como futura docente, permitindo-nos a aquisição de um conjunto de experiências e competências ao lidar com a situação real. Sendo assim, será uma mais-valia no futuro, uma vez que iremos com preparação, para encarar facilmente a profissão de docência.

O presente documento encontra-se estruturado em sete partes, nomeadamente: contextualização da prática desenvolvida; análise reflexiva sobre a prática pedagógica; ensino-aprendizagem; formação; questões dilemáticas; conclusões referentes à formação inicial e, aprofundamento do problema/tema.

Para finalizar o documento, serão apresentadas as principais conclusões referentes a todo o desenvolvimento do Estágio pedagógico.

Assim sendo, este documento traduz todo o trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo, trabalho fundamental, para a nossa aprendizagem enquanto estagiários, uma vez que possibilitou a aquisição de inúmeras competências técnicas e profissionais.

II. CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

2.1. ESPECTATIVAS INICIAIS

Como foi referido anteriormente, o Estágio pedagógico é uma das etapas fundamentais para a formação de qualquer docente, uma vez que é nesta fase que se aplicam todos os conhecimentos adquiridos e desenvolvemos novas competências, fundamentalmente quando se trata do primeiro contato com o ensino.

Como estagiária que nunca tinha lecionado, as expectativas iniciais eram imensas. Inicialmente sentia que iria ser complicado lecionar, face à falta de experiência, não me apresentando preparada para o desafio.

Com a aproximação do início do Estágio, fui sendo invadida por um conjunto de sensações, tais como: receio, insegurança, ansiedade e, ao mesmo tempo felicidade pela concretização de um sonho. O receio e a insegurança, eram provenientes, essencialmente, da consciência de me apresentar com experiência e conhecimento insuficiente sobre as inúmeras matérias que iria lecionar. Pensando assim, não estar altura de transmitir as aprendizagens fundamentais aos alunos, uma vez que os conteúdos anteriormente realizados na licenciatura, nada tinha a ver com a área de ensino escolar. Assim sendo, e ao ter uma turma à minha responsabilidade desde o início do ano, teria a total responsabilidade sobre o planeamento, realização e avaliação, pensando que não iria conseguir desenvolver com total eficiência as diversas tarefas. Contudo, onde senti maiores dificuldades foi no parâmetro referente ao planeamento e à avaliação, e para tal efeito sentia que era necessário um elevado conhecimento sobre as matérias a lecionar. Assim, perspectivava a realização de formações extra mestrado que colmatassem as insuficiências da minha aprendizagem, como futura docente na área da Educação Física.

Ao saber que iria confrontar-me com diversas situações, visto que era enorme a possibilidade de encontrar alunos com comportamentos inadequados, sentia-me extremamente receosa com a possibilidade de não apresentar capacidade de solucionar a situação.

Previamente, não tive qualquer conhecimento do contexto no qual me iria inserir, ou seja, no que se refere à escola, Coordenador de Estágio, professores de

Educação Física e alunos, o que provocou receio se teria ou não dificuldade em me adaptar.

Face a todas as questões anteriormente apresentadas, e para que pudesse concretizar os objetivos, considerei que o essencial seria a interação com ambos orientadores (o Orientador da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física e o Coorientador do Agrupamento de Escolas de Oliveirinha), assim como restantes professores de Educação Física e estagiários, para que se partilhássemos vivências, conhecimentos e sugestões, com intuito de melhorar a intervenção pedagógica.

Desta forma, e para que conseguisse ensinar todos os alunos da melhor forma, considerei em consultar bibliografia que me pudesse auxiliar na minha intervenção pedagógica. Neste sentido, e porque pretendia encarar o Estágio como o meio para melhorar e desenvolver os conhecimentos adquiridos, achei que, face ao esforço que pretendia realizar, acabaria por, facilmente, resolver qualquer problema que surgisse.

Como conclusão, e por ser a maior espetativa com o Estágio pedagógico, acreditava que, aquando a conclusão do mesmo, teria todos os instrumentos para desenvolver o papel de professor de Educação Física eficientemente.

2.2. ENQUADRAMENTO DO MEIO ESCOLAR

2.2.1. ESCOLA

Atualmente e, de desde 91/92, a escola EB 2/3 de Oliveirinha ocupa as suas instalações definitivas, na rua Professora Justa Dias, em Oliveirinha. Porém teve a sua origem em regime provisório na escola Jaime Magalhães Lima (Esgueira) em 88/89, e posteriormente no Centro Paroquial de Oliveirinha.

Trata-se de uma escola de tipologia C+S24, ou seja, destinada ao funcionamento de 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico, com uma capacidade prevista para 24 turmas em regime de funcionamento normal. A partir do ano letivo de 1999/2000, formou-se o Agrupamento de Escolas de Oliveirinha, que tem a sua sede na Escola Básica Castro Matoso, na qual me encontro a realizar Estágio pedagógico e integra na sua estrutura vertical jardim-de-infância (ensino pré-escolar) e escolas de 1º ciclo de diversos lugares e freguesias vizinhas da vila de Oliveirinha.

O Agrupamento de Escolas de Oliveirinha, além da Escola Básica dos 2º e 3º Ciclos Castro Matoso, é constituída por várias escolas do 1º ciclo. Sendo elas as escolas de Oliveirinha, Quintãs, Costa do Valado, Póvoa do Valado, Mamodeiro, Nariz e Verba e os estabelecimentos do Pré-escolar de Oliveirinha, Quintãs, Costa do Valado, Póvoa e Nariz (Projeto Educativo da Escola, 2009-2013).

Neste momento, é constituída por cerca de 74 docentes e 26 funcionários e 742 alunos, distribuídos por todo o agrupamento.

Relativamente à escola, mais concretamente ao que se refere à Educação Física, a escola apresenta vários espaços desportivos para a lecionação da mesma nomeadamente: o pavilhão gimnodesportivo (Espaço 1, no qual se pode abordar modalidades, como: Futebol, voleibol, andebol, basquetebol, badminton, ténis de mesa e patinagem), ginásio (Espaço 2, o qual encontra-se equipado com inúmeros aparelhos/materiais gímnicos, no qual se podem abordar matérias como: ginástica de solo, aparelhos, dança e atletismo [salto em altura]) e o exterior (Espaço 3, no qual se podem abordar matérias, como: futebol, andebol, basquetebol e atletismo), espaços estes que garantem condições para a abordagem de todas as matérias nucleares.

2.2.2. PROFESSORES ORIENTADORES DE ESTÁGIO

O Orientador de Estágio da faculdade foi a Dr.^a Elsa Silva, que conheceu no 1º ano de faculdade, e a qual mostrou sempre disponibilidade para esclarecer qualquer dúvida que surgisse. Todas as considerações feitas pela Dr.^a Elsa foram tidas em conta, assim como as críticas construtivas, que permitiram o melhorar da minha intervenção pedagógica, corrigindo, assim, os aspetos menos positivos que levaram à melhoria do processo ensino-aprendizagem.

O Orientador do Agrupamento de Escolas de Oliveirinha, foi o professor Fernando Leite, do qual saliento a sua elevada experiência e o acompanhamento interessado pelo meu trabalho enquanto estagiária. Desde de início que o professor deu-me a total liberdade na condução do processo ensino-aprendizagem, desde que garantisse a aprendizagem e segurança dos alunos, ou seja, o professor só iria intervir no decorrer das aulas, se alguma situação no decorrer das mesmas colocasse em causa a integridade física dos alunos. Estando sempre presente, no final de cada aula transmitiu-me as suas considerações, apontando quer as

limitações, quer as situações em que agia corretamente, ajudando assim a melhorar a minha prestação na intervenção pedagógica, e estimulando a reflexão sobre as minhas capacidades e no que tinha que melhorar e/ou aprender. Foi importante que todo o Estágio fosse supervisionado, pois desta forma pude rapidamente perceber as minhas limitações na prática da docência, e encontrar solução para as mesmas.

2.2.3. O GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA/NÚCLEO DE ESTÁGIO

O grupo de Educação Física foi constituído por cinco professores bastante unidos e disponíveis para auxiliar os estagiários. Um grupo compreensivo com os estagiários, já que muitas vezes fora necessário chegar a acordo com os espaços desportivos disponíveis e estiveram sempre prontos a ceder em seu detrimento, para que os estagiários pudessem cumprir o planeado do seu Estágio. Foram ainda importantes para nos ajudarem com a organização das atividades delineadas pelos estagiários.

O Núcleo de Estágio foi constituído por 4 elementos, que, ao longo do ano letivo, desenvolveram documentos e projetos em equipa: um grupo coeso, capaz de ultrapassar os diversos obstáculos que foram surgindo e, mesmo que a opinião divergisse, conseguiu-se sempre chegar a um consenso. Em conjunto, melhoramos o processo ensino-aprendizagem, pois no fim de cada aula observada reuníamos-nos para trocar ideias, opiniões, métodos e estratégias usadas na abordagem de cada matéria.

2.2.4. ALUNOS

A turma que me foi designada, pertencia ao 8º ano da turma B a qual era constituída por 26 alunos: 15 raparigas e 11 rapazes, com idades compreendidas entre 12 e 15 anos. Uma turma onde existiam 3 alunos repetentes e 2 alunos com necessidades especiais que, ao nível da Educação Física, não se justificava a definição de objetivos diferentes.

Tratava-se de uma turma média relativamente ao domínio das várias matérias. Contudo, em algumas apresentou inúmeras limitações, como foi o caso da ginástica de solo. Porém, foi uma turma empenhada, de onde se pode salientar alunos dedicados e aplicados que evoluíram no decorrer do ano letivo. Esta turma

apresentou, também, um grupo de alunos que não conseguiram evoluir como desejava, muito por falta de empenho dos mesmos.

No que se refere ao comportamento, era uma turma razoável, havendo porém alguns alunos problemáticos e outros bastante conversadores, sendo no geral uma turma fácil de trabalhar.

Apesar do receio inicial, fui conseguindo estabelecer com a turma uma afinidade muito forte, o que fez com que me sentisse à vontade com a mesma, sabendo, nos momentos certos, impor a minha posição como tutora da presente turma. Essa afinidade fez que em certos momentos, fora das aulas, conseguisse interagir com eles, conhecendo-os, assim, um pouco mais. Ao verificar como se relacionavam uns com os outros, fator que em conjunto com a aplicação do teste sociométrico, pude perceber o modo como deveria de formar grupos/equipas, tendo em conta as suas características e as relações interpessoais.

2.2.5. PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA

Ao longo do período de Estágio, tentei integrar-me ao máximo na instituição de forma ativa, para que pudesse perceber melhor o seu funcionamento. Para tal, tentei participar ativamente em várias tarefas e atividades desenvolvidas pela mesma.

É de salientar que algumas das atividades, promovidas na escola, foram desenvolvidas pelo Núcleo de Estágio de Educação Física. O qual, em trabalho de equipa, conseguiu desenvolver um conjunto de atividades que contribuíram para o alcance dos objetivos do presente Estágio e dos objetivos da escola, nomeadamente: a contribuição positiva para a importância da atividade física para a saúde e a aproximação dos pais/encarregados de educação na vida educativa do seu educando. Com as mesmas, consegui desenvolver um conjunto de competências que são fundamentais para a promoção de atividades deste género, principalmente no que se referia à parte organizativa e às questões burocráticas necessárias para o seu desenvolvimento. As competências adquiridas ser-me-ão úteis como futura docente, uma vez que fico com uma maior preparação, quanto à promoção e conceção de atividades do género

No decorrer do Estágio, assessoriei o cargo de diretor de turma. Acompanhei-o e participei ativamente em grande parte das suas tarefas, onde pude

averiguar o trabalho real que um diretor de turma realiza. Particpei nas reuniões de conselho de turma e nas do departamento das expressões. Nesta participação, apesar de não ter intervindo tão ativamente como desejaria, consegui perceber o trabalho desenvolvido pelos professores, que exercem cargos de gestão intermédia.

III. ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA

No Estágio pedagógico foram desenvolvidas inúmeras competências fundamentais para a condução de todo o processo de ensino-aprendizagem e para a formação como futura docente, as quais foram desenvolvidas e aperfeiçoadas com o desenrolar do Estágio. Apresentei sempre, o intuito de melhorar a aprendizagem dos alunos, neste caso da turma na qual me encontrei a lecionar.

Assim sendo, o planejamento, a realização, a avaliação, e a componente ético-profissional, foram as quatro competências, da prática docente, desenvolvidas e aperfeiçoadas ao longo de todo o Estágio, que passo a descrever.

3.1. PLANEAMENTO

“Planeamento é um processo de previsão de necessidades e racionalização de emprego dos meios materiais e dos recursos humanos disponíveis a fim de alcançar objetivos concretos em prazos determinados e em etapas definidas a partir do conhecimento e avaliação científica da situação original”. (Martinez & Oliveira, 1977, citado por Oliveira *et al.*, 2011).

Segundo Piéron (1996), uma planificação criteriosa e refletida é um componente basilar na qualidade do ensino e para Moretto (2008), planejar é organizar ações.

Embora aparentem descrições simples, mostram a importância do ato de planejar, pois o planejamento irá facilitar o trabalho do professor e do aluno, visto que as suas ações estarão organizadas. Posso afirmar que o planejamento é essencial e conduz o processo de ensino-aprendizagem, o qual não poderá ser estagnado para que se adapte a toda a realidade encontrada, adequando as aprendizagens às necessidades dos alunos. De certa forma, o planejamento é uma antevisão do que se pretende implementar. E, ao nortear as atividades pedagógicas, o planejamento foi uma das tarefas mais complexas e exigentes do Estágio, o qual deverá ser um todo coerente, constituído por diversas partes que se encadeiam numa sequência lógica. Ou seja, o plano anual, as unidades didáticas e os planos de aula, deverão estar interligados, de forma que todo o processo ensino-aprendizagem possa

desenvolver nos alunos as suas capacidades, habilidades e conhecimentos essenciais para o desenvolvimento da sua personalidade. Neste sentido, e para que pudesse transmitir aos alunos as principais aprendizagens necessárias ao seu desenvolvimento, foram elaborados diversos documentos, do geral ao particular, que serviram de suporte ao longo do Estágio: plano anual; unidades didáticas; e plano de aula. Os quais passo a detalhar:

3.1.1. PLANO ANUAL

Segundo Bento (2003), o plano anual, consiste num plano de perspectiva global que procura situar e concretizar o programa de ensino no local e nas pessoas envolvidas. Ainda segundo este autor, no ensino deve-se traçar e implementar um plano global, integral e realista, para um longo período de tempo, sendo a partir do mesmo que se definem e estipulam os pontos e momentos nucleares, enfatizando o conteúdo. Assim, o plano anual deverá ser exequível, didaticamente exato e rigoroso, de forma que o professor seja orientado para o essencial, tendo em conta as indicações programáticas, quer em análise de uma situação na turma ou na escola.

A partir deste documento, regulamentamos os restantes: unidades didáticas e planos de aula. E assim sendo, para a sua elaboração, foi essencial o conhecimento do meio envolvente, da realidade escolar onde a turma estava inserida e das capacidades gerais da turma em cada uma das matérias a abordar, especificamente de cada aluno, para que se pudesse ir ao encontro das suas necessidades, no sentido de promover um ensino que fosse o mais globalizante possível e, ao mesmo tempo, individualizado, respeitando as dificuldades e as diferenças de cada um.

No caso do plano anual para a turma B do 8º ano, foi essencial o conhecimento prévio de alguns aspetos: o contexto escolar, os recursos espaciais e os recursos materiais. Porém, foram considerados, para além de tudo referido anteriormente, os seguintes documentos: o Programa Nacional de Educação Física (PNEF), Plano Anual de Educação Física do Agrupamento de Escolas de Oliveirinha, assim como o *roulement* (plano de rotação das turmas pelos espaços existentes).

Para um maior conhecimento da turma e das suas necessidades, foi

aplicado um questionário na primeira aula, no sentido de se conhecer melhor a turma. Posteriormente, realizou-se a sua caracterização, o que me ajudou a desenvolver o processo de ensino-aprendizagem integrado, ou seja, tendo em conta as necessidades e interesses da turma. Porém, foi ainda necessário realizar uma avaliação diagnóstica (AD) de cada matéria a abordar, no sentido de conhecer as necessidades reais da turma e poder implementar as melhores estratégias possíveis que ajudassem a colmatar as necessidades e dificuldades existentes na mesma. Ou seja, tentei traçar objetivos adequados à realidade da turma.

Com base nos documentos supracitados e após o conhecimento do contexto escolar, dos recursos existentes e das características da turma, ficou-se com todos os requisitos para a elaboração do plano anual.

O planeamento anual da disciplina teve por base as AD, pois estas permitiram definir as prioridades a desenvolver na turma, orientando a distribuição do número de aulas pelas diferentes unidades didáticas e a sua distribuição ao longo do ano letivo. Porém, foi ainda necessário ter em consideração o *roulement* de modo a selecionar os espaços face às condições meteorológicas. Assim, não foi possível planear a abordagem de unidades didáticas de forma massiva.

Em forma de conclusão, posso referir que a elaboração do plano anual foi um documento no qual senti algumas dificuldades, devido à elevada mobilização de documentos e conhecimentos necessários logo no início do ano letivo. Devido à falta de experiência e também pela natureza do documento, este foi sofrendo alterações e reajustes ao longo do ano letivo, uma vez que estabelece um conjunto de linhas orientadoras que norteiam o professor em todo o processo de ensino-aprendizagem desde as unidades didáticas a abordar, os objetivos (gerais, específicos e mínimos) a atingir, critérios de avaliação, assim como as competências a atingir no final de ciclo, tendo como objetivo principal o satisfazer das necessidades dos alunos, tendo em conta as suas características.

3.1.2. UNIDADES DIDÁTICAS

Segundo Bento (2003), *“as unidades temáticas ou didáticas, ou ainda de matérias, são partes essenciais do programa de uma disciplina, uma vez que constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico, e apresentam aos professores e alunos etapas claras e distintas de ensino e*

aprendizagem”. Este autor refere ainda, que o objetivo fundamental da unidade didática (UD), consiste numa preparação do ensino que conduza a um maior grau de generalização e, deste modo, a uma redução a pormenores. Assim, o volume de matéria a transmitir será menor, mantendo as linhas e conteúdos essenciais que suportam a concretização dos objetivos de ensino.

A UD é fundamental e constitui uma ramificação do plano anual, uma vez que especifica os conteúdos a abordar em cada uma das matérias. Ao estar inserida no plano anual, a mesma é estruturada sequencialmente, o que orienta o professor na sua intervenção. Neste sentido, para cada UD abordada, foi elaborada uma caracterização da matéria: a sua origem; a sua importância no meio escolar; os gestos técnicos e táticos (modalidades coletivas); os recursos existentes; os objetivos da matéria; a caracterização dos níveis; os diferentes tipos de avaliação; as estratégias a adotar no seio da realidade da turma atribuída; o planeamento; os estilos de ensino; as progressões pedagógicas. Por fim, foi realizada uma reflexão do trabalho desenvolvido aquando a abordagem de cada UD.

Com a AD dos alunos (realizada no início do ano letivo), foi elaborado o planeamento das UD, a partir da qual se definiu o nível geral da turma em cada matéria, delineando assim o ponto de partida para a sua elaboração. Com o resultado da AD foram estruturadas as UD nos seguintes pressupostos: o número de aulas referente a cada uma das UD; os conteúdos a abordar em cada uma das matérias (de forma que todos eles pudessem ser introduzidos, exercitados, consolidados e avaliados); a estruturação de objetivos a atingir nos vários domínios (psicomotor, cognitivo e socio-afetivo). É de referir que as matérias em que os alunos apresentaram maiores dificuldades foram privilegiadas em relação às restantes, para que os mesmos pudessem adquirir e desenvolver as principais capacidades propostas, para o seu nível. Porém, a sequência e extensão de conteúdos, no âmbito do planeamento da UD, é o seu ponto crucial, pois guiará o decorrer das aulas de acordo com cada matéria. Ou seja, é na extensão e sequência de conteúdos que se relacionam as matérias a abordar com o número de aulas disponíveis, e ainda com as funções didáticas a realizar em cada aula, podendo assim incutir um contributo visível para o desenvolvimento dos alunos, em cada aula. Foi neste aspeto que durante a produção das UD, senti mais dificuldades, pois a organização dos conteúdos a lecionar e o tempo necessário para que cada um seja devidamente abordado, não foi tarefa fácil, principalmente para quem apresenta

um nível de experiência bastante reduzido.

Segundo Bento (2003), *“na estruturação didática da matéria é preciso refletir. Em primeiro lugar sobre quais são os conhecimentos e capacidades a desenvolver, e que elementos da matéria devem ser forçosamente apropriados e dominados por todos os alunos”*. Ou seja, só posteriormente ao conhecimento completo da matéria a lecionar e das capacidades dos alunos, é que podemos estruturar a UD, indo ao encontro das reais capacidades e necessidades dos mesmos.

Assim, cada UD constitui um guia para o professor, facilitando toda a sua ação pedagógica, sem prejuízo da estruturação autónoma de cada uma, baseada nas capacidades e necessidades dos alunos. Desta forma, facilita-se o atingir dos objetivos proposto por parte dos mesmos, com vista o sucesso do processo ensino-aprendizagem.

3.1.3. PLANOS DE AULA

O plano de aula, segundo Piletti (2001), citado por Castro *et al.* (2008), consiste na sequência do que vai ser desenvolvido numa aula e na sistematização das atividades que se desenvolvem no período de tempo em que o professor e o aluno interagem, numa dinâmica de ensino-aprendizagem.

Após elaboração do plano anual e das UD, o plano de aula é o culminar de todo o planeamento, no qual fazemos a transposição do previsto para a sua concretização, sendo este a última etapa. A elaboração dos planos de aula foi a tarefa na qual despendi mais tempo e atenção, devido à inexperiência e receio de não conseguir adequar os exercícios às capacidades dos alunos e aos conteúdos a abordar, e por ser através dos planos de aula que colocamos em prática o que queremos ensinar, sendo de grande responsabilidade o planeamento da mesma. Na elaboração dos planos de aula, para além de se ter em conta o referido anteriormente, é necessário adequar os exercícios aos alunos, proporcionando-lhes desafio e superação, com o intuito que todos possam alcançar sucessos em todas as tarefas propostas. Ou seja, o bom ensino depende de um bom planeamento.

A estrutura base do plano de aula, foi elaborado pelo Núcleo de Estágio, o qual seguiu as recomendações do Guia de Estágio Pedagógico (ver Anexo I) nomeadamente: informações gerais e específicas sobre a aula; o tempo (parcial e

total de cada tarefa); descrição das tarefas/situações de aprendizagem, fazendo referência aos objetivos específicos a atingir com determinada tarefa; as estratégias de organização; os objetivos comportamentais; as componentes críticas; os critérios de êxito. Cada aula deve ainda, conter três momentos bem distintos, que devem estar totalmente evidenciadas no plano de aula, sendo eles: a parte inicial, parte fundamental e a parte final (ver Anexo II).

No início do Estágio, foram sentidas imensas dificuldades na elaboração dos planos de aula, principalmente na escolha dos exercícios mais adequados aos objetivos que se pretendiam alcançar, assim como na definição do tempo para cada uma das tarefas. Com o avançar do mesmo as dificuldades foram-se dissipando progressivamente, ficando cada vez mais confiante, devido à experiência que ia adquirindo. Porém, devo salientar que, também, surgiram incertezas na distinção dos diferentes tipos de objetivos constantes no plano de aula e que se pretendiam alcançar como os alunos nessa determinada aula, as quais foram sendo esclarecidas pelo Coorientador de Estágio.

Após a concretização de cada plano de aula, foi elaborada uma reflexão dessa mesma aula, tanto individualmente como em conjunto com o Coorientador de Estágio e, ainda, com os colegas pertencentes ao Núcleo de Estágio. O principal objetivo das reflexões era o de averiguar os aspetos positivos e negativos de cada aula, atendendo às formas mais adequadas para a resolução dos aspetos negativos, tentando melhorar o processo ensino-aprendizagem. Após esta reflexão e no final de cada aula, foi produzido um documento escrito com a mesma, no sentido de melhorar a minha intervenção pedagógica.

Os planos de aula, à imagem das UD, também não são documentos estanques, sendo flexíveis e passíveis de serem alterados, já que no decorrer das aulas acontece ter que se realizar ajustes para uma melhor adequação das tarefas aos alunos. É neste sentido, que a natureza do plano de aula é muito complexa e exige um conhecimento elevado sobre inúmeras variáveis, exigindo que o professor conheça bem os recursos existentes e a turma em causa, para poder potencializar o sucesso do processo ensino-aprendizagem.

3.2. REALIZAÇÃO

Após toda a fase de planejamento, passou-se efetivamente à prática que consiste, na operacionalização do planejado.

Para Bento (2003), a aula consiste realmente no ponto de convergência do pensamento e da ação do professor.

3.2.1. INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA

De acordo com Aranha (2004), as técnicas de intervenção pedagógica apresentam-se como a sistematização de um conjunto de comportamentos referentes à intervenção do professor, que condicionam a atividade do aluno. Assim sendo, a intervenção pedagógica foi, sem dúvida, o maior desafio do Estágio, porque foi o colocar em prática do aprendido ao longo do mestrado e demonstra a verdadeira capacidade na lecionação da disciplina.

Tal como o referido por Siedentop (1983), citado por Aranha (2004), refere que *“a competência pedagógica é desenvolvida à medida que o professor vai exercendo a sua profissão, pois ela é o domínio da atividade do professor no processo pedagógico”* e, inicialmente, este parâmetro não foi fácil, isto porque me apresentava com inexperiência, o que pude desenvolver e aprimorar com o desenrolar do Estágio. Ora, o mesmo autor, refere quatro dimensões fundamentais no processo ensino-aprendizagem: Instrução; Gestão; Clima de aula; Disciplina; as quais devem estar sempre presentes ao longo da intervenção pedagógica, e que o professor deve dominar e operacionalizar em simultâneo em qualquer episódio de ensino, uma vez que elas interagem entre si de uma forma dinâmica, funcionando como um todo.

3.2.1.1. INSTRUÇÃO

A instrução pode ser caracterizada como *“um conjunto de comportamentos, verbais e não-verbais, que constam do repertório do professor para comunicar informação substantiva”*, ou seja, diretamente relacionada com os conteúdos e objetivos de aprendizagem (Siedentop, 1991). Na minha opinião é uma das dimensões mais importantes, porque é através dela que os alunos conseguem

percecionar o que têm de executar e como. Neste sentido é necessário que esta seja o mais objetiva possível e obtenha a informação mais importante, para que facilmente possa ser captada pelo aluno, porque dela depende o sucesso da aprendizagem do mesmo em determinada tarefa.

A instrução é um aspeto fundamental da aula decorrendo ao longo da mesma e, segundo Siedentop (1998), é eficaz quando os alunos escutam e compreendem a informação, e quando esta lhes permite empenhar-se na atividade descrita. Assim sendo, ao longo do Estágio a instrução foi uma das dimensões sobre a qual mais me debrucei, visto que dela depende o sucesso das aprendizagens dos alunos. Face ao facto de ser o primeiro contacto com o ensino e não estar familiarizada com grande parte das matérias a lecionar, fui obrigada a dedicar-me arduamente a um trabalho profundo de pesquisa. Porém, e segundo a minha perceção, com o decorrer do Estágio consegui melhorar ao nível da qualidade da instrução, isto porque à medida que me familiarizava com as matérias e com os alunos, ia estando cada vez mais à vontade. Assim, consegui seleccionar e transmitir a informação de um modo sucinto e objetivo, no que diz respeito à informação indispensável a ser transmitida na instrução de determinada tarefa.

A escolha da informação a transmitir é muito importante, pois deverá ser adequada ao nível dos alunos e conter o essencial de modo a evitar tempos inatividade, de forma que os alunos se foquem no essencial sem adotarem comportamentos desviantes que possam afetar as restantes dimensões. Assim, a instrução, para além da comunicação da informação sobre a matéria de ensino, contempla também a demonstração, o *feedback* e o questionamento.

No que se refere à demonstração, no decorrer do Estágio, foi sendo uma constante em todas as aulas e representou uma forma bastante eficaz de instrução, uma vez que se apresentou como um meio facilitador da compreensão, conduzindo à aprendizagem dos alunos através da observação. E neste sentido, e como meio eficaz da aprendizagem por parte dos alunos, muitas dessas demonstrações foram executadas por mim, principalmente no âmbito das matérias de ginástica de solo, ginástica de aparelhos e dança (matérias em que me encontrava mais à vontade). Com o conhecimento das capacidades dos alunos nas diversas matérias, os mesmos foram sendo utilizados como agentes do ensino. Neste sentido, foram escolhidos os alunos com maiores capacidades para apresentarem à turma o modelo correto, para que facilmente os restantes pudessem perceber o pretendido e

o reproduzissem corretamente.

A utilização da demonstração mostrou ser muito eficiente no processo de ensino-aprendizagem, uma vez que a apresentação de um modelo correto fazia com que os alunos facilmente e rapidamente retivessem o essencial, e executassem o pretendido. Foi ainda necessário escolher o melhor modelo de demonstração, para além de outros aspetos, como por exemplo a posição em que este era executado, pois seria essencial que toda a turma o pudesse observar nas devidas condições. Para além do uso da demonstração física, recorreu-se também ao uso dos meios gráficos, que foram fundamentais na transmissão de informação de determinadas tarefas mais complexas, como as tarefas referentes aos desportos coletivos, o que conduziu a uma explicação mais precisa, objetiva e, acima de tudo, de fácil compreensão.

Relativamente ao *feedback* (FB), segundo Sarmiento *et al.* (1993), consiste na informação de retorno em função do comportamento do aluno. Quina *et al.* (1995), acrescenta que o FB pedagógico proporciona aos alunos informações relativas à execução de um determinado movimento, permitindo constituir um referencial fundamental, quer para a avaliação da execução do movimento, quer para eventuais correções. Ainda referente ao FB, Pestana (2006) menciona que este constitui uma das variáveis capazes de influenciar o sucesso pedagógico, logo é um elemento essencial para a modificação do comportamento e prestação motora dos praticantes. Neste sentido, uma vez que o FB influencia o sucesso do processo ensino-aprendizagem, foi um dos aspetos com que mais me preocupei durante o Estágio. É certo que inicialmente a sua qualidade, frequência e pertinência era reduzida, devido à pouca experiência, e estes eram essencialmente avaliativos, onde emitia apenas uma apreciação da prestação motora do aluno, sem realizar referência à sua forma. Com o passar do tempo, fui-me preocupando com a diversificação quanto ao objetivo (prescritivos, descritivos e interrogativos), forma, direção e, também, quanto à afetividade.

Outro aspeto referente ao FB, é que ao longo do Estágio a evolução tanto na sua frequência como na pertinência foi notória. Em muitas das situações, pude observar que grande parte dos alunos melhoravam a sua prestação motora, isto também devido à importância que dei ao fecho do ciclo de FB, que é de enorme importância, uma vez que permitiu melhorar a prestação motora dos alunos. As matérias de ginástica de solo, ginástica de aparelhos e voleibol, foram as matérias

nas quais consegui fechar mais ciclos de FB, pois estava mais à vontade com estas matérias.

Para aumentar a motivação dos alunos foram privilegiados os FB de reforço de cariz positivo, de forma que se melhorasse o desempenho motor dos mesmos. Afinal, a emissão frequente de FB pedagógicos positivos apresenta implicações com as outras dimensões: o clima, uma vez que favorece um ambiente de trabalho positivo; a gestão, porque existe maior disponibilidade e receptividade dos alunos em relação às tarefas e conteúdos; a disciplina, pois os alunos estão mais empenhados existindo menor probabilidade de comportamentos inapropriados.

Ao longo das aulas, foi utilizado o questionamento como método de ensino, uma vez que este permite envolver o aluno ativamente na aula, estimulando assim a sua capacidade reflexiva, para além de ser uma forma de verificar a assimilação dos conteúdos transmitidos. Contudo, não foi uma constante em todas as aulas devido aos poucos conhecimentos que apresentava inicialmente, manifestando dificuldades em questionar os alunos sobre as diversas matérias. À medida que me fui sentindo familiarizada com as matérias, o questionamento foi usado como método de ensino.

3.2.1.2. GESTÃO

Segundo Siedentop (1983), citado por Aranha (2004), a gestão refere-se à promoção de estruturas de organização e dos comportamentos do professor, que visam a produção de elevados índices de envolvimento dos alunos com a matéria de ensino. E o professor é um gestor por natureza, pois tem de possuir a capacidade de gerir inúmeras situações numa aula, nomeadamente: o tempo de instrução; tempo de tarefa; tempo de organização da tarefa; tempo de transição. E é através de uma eficaz gestão que depende o processo de ensino-aprendizagem e o seu sucesso, afinal as aulas com o tempo mal gerido são propícias a situações de indisciplina e, é neste sentido que o professor deve incidir, diminuindo os tempos de gestão e aumentando o tempo efetivo de prática.

A gestão do tempo de aula depende dos recursos espaciais, temporais e materiais, assim como das características da turma, dos alunos e das tarefas a desenvolver em cada aula. Assim sendo, a eficácia de uma boa gestão do tempo disponível de aula, inicia-se antes da mesma, onde se realizam tarefas como a verificação de todo o material necessário e, em caso disso, prepará-lo no espaço

respetivo da aula, para que assim não se perca tempo útil de aula em questões de organização. E foi um dos aspetos que foi tido em consideração em todas as aulas, mas principalmente nas aulas de ginástica de solo, aparelhos e patinagem, que requeriam um tempo extra para a verificação das condições do material e da sua montagem devido às suas características.

Ainda para promover o tempo de prática, nas primeiras aulas foram implementadas regras e rotinas, que se mostraram uteis na rentabilização do tempo de aula (locais de reunião, sinais de atenção e de transição e, também, a manutenção dos grupos durante a aula). Como sinal de atenção foi utilizado o apito, o qual nem sempre teve sucesso, porque nem sempre os alunos executavam o pretendido com o sinal de atenção pelo apito, o que me obrigava a reformular o objetivo do mesmo. Sempre que reformulei a informação relativa ao objetivo do apito, os alunos perceberam com facilidade o que se pretendia.

No que se refere aos tempos de instrução, organização e transição de tarefa, estes foram diminuindo à medida que o Estágio evoluía, pois inicialmente apresentei uma desorientação face ao tempo de cada tarefa e, também, da interação na aula com os alunos, acontecendo, por diversas vezes, a aula prolongar-se para além do tempo regulamentar. Por isso, surgiram dificuldades em realizar o balanço final em cada aula, o que foi sendo colmatado com o decorrer do Estágio. Devido a estes cuidados no tempo de gestão da aula, fui conseguindo controlar a turma relativamente ao seu comportamento, porque como já se constatou anteriormente, tempo excessivo em questões de gestão potenciam os comportamentos inapropriados.

3.2.1.3. CLIMA E DISCIPLINA

“Uma atitude positiva em relação às atividades físicas, só se desenvolve se o aluno as praticar com sucesso e que essa prática lhe seja agradável, num clima de apoio e encorajamento da parte do professor, criando assim o desejo de prosseguir a prática”. (Silva, 2012. In documento de apoio).

Siedentop (1983), citado por Aranha (2004), refere que a dimensão clima baseia-se nos procedimentos relacionados com a promoção de um ambiente positivo e que este propicia uma melhoria do processo ensino-aprendizagem, uma

vez que, se os alunos estiverem envolvidos num clima de aula favorável, estarão mais motivados e predispostos para a prática motora, logo um clima favorável na sala de aula poderá influenciar a aquisição e o sucesso das aprendizagens dos alunos. Assim, as duas dimensões estão interligadas, uma vez que o clima da aula depende da disciplina (conduta apropriada e ordem na sala de aula) e estas poderão influenciar a gestão e, por sua vez, a qualidade da instrução. Ou seja, se o professor promover um clima de aula favorável à promoção das atividades, os alunos estarão mais integrados nas mesmas, diminuindo assim a probabilidade de comportamentos inapropriados (indisciplina), o que levará à diminuição do tempo de gestão de aula. E, desta forma, não será necessário estar tanto tempo em instrução e constantemente a interromper a aula para chamar a atenção dos alunos, ou para reformular a informação. Afinal, alunos motivados rapidamente se envolverão nas atividades propostas.

A turma era, maioritariamente, imatura e muito conversadora, mas não apresentou grandes problemas de indisciplina, apenas alguns comportamentos inapropriados (fora da tarefa) sem grande gravidade. Embora que, em algumas situações, foi necessário a adoção de determinada postura perante os alunos, para que estes mantivessem o respeito pelo professor. Contudo, os alunos, maioritariamente, nunca ultrapassaram os limites com comportamentos indisciplinados ou desviantes, facto que se deveu à minha postura ao longo do ano letivo, pois consegui, desde logo, estabelecer uma relação de cumplicidade, mostrando toda a minha personalidade (compreensiva, comunicativa e extrovertida), fator que os deixou mais motivados para as aulas. Ou seja, para a manutenção do clima favorável e disciplina, é essencial a postura positiva e motivante do professor relativamente à matéria em causa e aos alunos, pois da nossa postura perante a matéria e os alunos depende todo o sucesso do processo ensino-aprendizagem.

No que diz respeito à realização das atividades de ensino-aprendizagem, mais concretamente às dimensões anteriormente mencionadas, consegui ir melhorando em todas elas, isto porque fui ficando, cada vez mais, à vontade, tanto com as matérias como com os alunos, e porque, tanto os meus colegas do Núcleo de Estágio como o Coorientador de Estágio, foram-me dando indicações preciosas que permitiram ir evoluindo de forma que as imensas limitações fossem ultrapassadas e que este Estágio pudesse decorrer com sucesso.

3.2.1.4. DECISÕES DE AJUSTAMENTO

O processo de ensino-aprendizagem caracteriza-se por ser dinâmico e flexível, podendo estar dependente de vários fatores internos e externos. Assim, é necessário que o professor possua um conjunto de competências que lhe permita, facilmente, adaptar as suas decisões às situações específicas, pois mesmo com o melhor planeamento possível pode ser falível face às diversas ocorrências extra. Aquando alguma eventualidade extra, o professor deverá demonstrar a sua capacidade de ajustar as suas decisões em função da mesma, em função das características da turma e de cada aluno em particular. Muitas vezes é fácil detetar o que está errado, difícil é tomar as decisões corretas em função de determinada situação, e é esta capacidade de decisão que faz de nós docentes competentes.

Durante o Estágio pedagógico foram necessários realizar alguns ajustes, os quais se prenderam, essencialmente, com o planeamento. À imagem de outros componentes do Estágio, também senti dificuldades nas decisões de ajustamento, mas que foram sendo minimizadas com a prática pedagógica.

Relativamente ao plano anual foi inevitável realizar alguns ajustes, devido a alguns fatores extrínsecos, como as condições meteorológicas e atividades que foram surgindo ao longo do ano, onde foi necessário ajustar todo o planeamento de forma a não prejudicar a aprendizagem dos alunos.

No que se refere às UD foi necessário efetuar alguns ajustes, em função do nível e desempenho demonstrado pelos alunos, onde foram efetuadas algumas alterações relativamente ao número de aulas, principalmente na UD de ginástica de aparelhos e de andebol.

Já no caso da intervenção pedagógica os ajustes foram no âmbito do tempo das tarefas. Caso se observasse que os alunos estavam motivados e a ter sucesso na atividade proposta, prolongava-se o tempo estipulado, e quando se observava que o exercício não resultava era sugerido outro que levasse os alunos ao total empenho dentro dos objetivos da aula. Como estagiária, foi importante pensar nos diversos cenários antes da aula, pois, facilmente, me adaptei sem perder tempo efetivo de prática, o que diminuiu a probabilidade de situações de indisciplina.

Ainda relativamente às aulas, foi sendo uma constante a tomada de decisões de ajustamento de cariz organizativo (grupos de trabalho; número de alunos por tarefa [por exemplo quando faltavam alunos e era necessário pensar

rapidamente na melhor forma de organizar determinada tarefa]; posicionamento; deslocação durante a aula, com maior acompanhamento dos alunos com maiores dificuldades em determinada tarefa ou com comportamento menos próprios). O sucesso da intervenção pedagógica depende das decisões e da sua qualidade, e por isso, inicialmente, face à inexperiência no ensino, muitas das questões de ajustamento iam pensadas de casa, para que assim, facilmente, as pudesse colocar em ação.

3.3. AVALIAÇÃO

“A avaliação consiste no processo regulador das aprendizagens, orientador do percurso escolar e certificador das diversas aquisições realizadas pelos alunos, e tem como objetivo a aferição de conhecimentos, competências e capacidades dos alunos e a verificação do grau de cumprimento dos objetivos”. (Decreto-Lei 74/2004, Capítulo III, art.10º).

A avaliação constitui uma operação indispensável em qualquer sistema escolar e esta, segundo Ribeiro (1999), caracteriza-se como sendo um processo que pretende acompanhar o progresso do aluno, ao longo do seu percurso de aprendizagem, identificando o que já foi conseguido e o que está a levantar dificuldades, procurando encontrar as melhores soluções, com o intuito na melhoria da qualidade do ensino. Já Tyler (1949), encara a avaliação como a comparação constante entre os resultados dos alunos, o seu desempenho e objetivos, previamente definidos. A avaliação é, assim, o processo de determinação da extensão com que os objetivos educacionais se realizam.

Assim sendo, a avaliação recai sobre o desempenho do aluno e de que forma este está em consonância com os objetivos propostos, servindo de meio auxiliar para o aperfeiçoamento de todo o processo de ensino-aprendizagem.

Em função da finalidade da avaliação Bloom, Hastings e Madaus (1971) e Ribeiro (1999), consideram três tipos de avaliação: a avaliação diagnóstica (uma preparação inicial para a aprendizagem), a avaliação formativa (verificação da existência de dificuldades por parte do aluno durante a aprendizagem) e a avaliação sumativa (controlo sobre se os alunos atingiram os objetivos fixados previamente).

3.3.1. AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA

Segundo Ribeiro (1999), a AD consiste em averiguar a posição do aluno face a novas aprendizagens que lhe vão ser propostas e as aprendizagens anteriores que servem de base, no sentido de observar as dificuldades futuras e em certos casos resolver as situações presentes. Para Cardinet (1993), a AD caracteriza-se pela obtenção de informações relativamente ao nível de ensino dos alunos, permitindo determinar quais as medidas mais adequadas face aos objetivos pretendidos.

Assim, o presente Estágio iniciou-se com a realização de todas as AD referentes às matérias a abordar durante o ano letivo, no sentido de recolher o maior número de informação possível sobre as capacidades da turma em geral e de cada um dos alunos, para adequar todo o planeamento tendo em conta as suas capacidades e necessidades. Como estagiária, este foi um dos parâmetros da avaliação em que tive muitas dificuldades, por ser inexperiente, estar pouco familiarizada com as matérias em causa e porque a avaliação exige um grande rigor por parte do professor, e porque é a partir desta que o planeamento e estruturação dos conhecimentos se baseiam.

Para a recolha de dados referentes à AD, em todas as matérias abordadas foram elaboradas grelhas de avaliação simples (elaboradas pelo Núcleo de Estágio), de maneira a facilitar a nossa recolha (observação direta), para que esta fosse rápida e objetiva, observando o essencial de cada nível de desempenho em cada uma das matérias (Pré-introdutório (PI), Introdutório (I), Elementar (E) e Avançado (A)), para verificar em que nível geral se encontra a turma, a partir do qual será regido o planeamento. Após toda a recolha da informação dos alunos referente às AD, elaborou-se o respetivo relatório facilitando a elaboração das respetivas UD.

Conclui-se então, que a AD permite ao professor conhecer as características iniciais dos alunos da turma, dando-lhe a facilidade de decisões de planificação do processo de ensino-aprendizagem, criando as condições necessárias para os alunos iniciarem a aprendizagem nas melhores condições. Ferreira (2007), citado por Fernandes (2009), acrescenta ainda, que essas decisões consistem na adequação inicial aos alunos das estratégias, conteúdos, atividades e objetivos, para se criarem condições pedagógicas iniciais que proporcionem condições para o sucesso educativo dos alunos.

3.3.2. AVALIAÇÃO FORMATIVA

Segundo Allal (1986), a avaliação formativa (AF) pode ser definida, como *“uma componente essencial na realização de uma estratégia de pedagogia de mestria ou de qualquer outra tentativa de individualização do ensino”*. Refere ainda, que toda a avaliação tem uma função de regulação. Enquanto na AD (que tem lugar no início de um ciclo de formação) e na avaliação sumativa (que tem lugar no fim), a função de regulação visa adaptar as características dos alunos às exigências do sistema de ensino, na AF a função de regulação procura que os meios de formação sejam adequados às características dos alunos. Por sua vez Ribeiro (1999), refere que a AF pretende assim determinar *“a posição do aluno durante uma unidade de ensino, no sentido de identificar obstáculos e de lhes dar solução”*.

Ou seja, a AF, deve ocorrer ao longo de todas as aulas, devendo ser praticada de forma sistemática, com o intuito de perceber se o aluno está ou não a atingir os objetivos pré-estabelecidos, se está ou não a identificar as dificuldades, e assim estabelecer um conjunto de estratégias que possam restaurar o processo de ensino-aprendizagem.

Allal (1986), identifica três etapas essenciais que o professor deve ter em consideração e que caracterizam a AF: (1) recolher informações relativas aos progressos e dificuldades de aprendizagem dos alunos; (2) interpretar estas informações numa perspetiva de referência criterial, procurando diagnosticar os fatores na origem das dificuldades de aprendizagem observadas; (3) adaptar as atividades de ensino e de aprendizagem de acordo com a interpretação das informações recolhidas, procurando flexibilizar e diversificar as estratégias pedagógicas, de forma a responder à especificidade de cada situação educativa. Allal (1986) identifica, ainda, dois tipos de AF: a avaliação contínua, que é de regulação interativa, uma vez que permite *“identificar as dificuldades logo que apareçam, diagnosticando assim os fatores que estão na origem das dificuldades de cada aluno e formula de forma consequente, adaptações individualizadas das atividades pedagógicas”* e a avaliação pontual, que é de regulação retroativa, uma vez que acontece quando *“as dificuldades encontradas pelo aluno não são detetadas durante a aprendizagem, e a identificação dos erros exige a realização de atividades de remediação destinadas a superar, posteriormente as dificuldades, ou a corrigir os erros detetados”*.

No decorrer do Estágio, foram realizados os dois tipos de avaliação: a avaliação formativa contínua, realizada ao longo de todas as aulas e onde foram observadas as capacidades motoras, as competências sócio afetivas (a assiduidade e pontualidade, autonomia, participação e empenho, domínio cognitivo que era observado no decorrer de toda a aula, através do recurso do questionamento); e a avaliação formativa pontual realizada em dias específicos, nomeadamente a meio de cada UD, assumindo uma importância acrescida por servir para ajustar o planeamento se necessário.

Para a realização do tipo de avaliação formativa pontual, foram criadas grelhas para o efeito, muito semelhantes à de avaliação sumativa (AS), mas de cariz qualitativo. Posso referir, que na realização deste tipo de AF, consegui estar mais segura, uma vez que já estava familiarizada com as matérias e com as capacidades dos alunos, sendo por isso fácil o registo da mesma. Devo dizer, também, que à medida que era efetuada a AF, fui acompanhando as observações feitas aos alunos, com o devido FB, com o intuito do aluno perceber de que forma realizou a tarefa e como poderia melhorar. Esta estratégia foi eficaz, principalmente, na matéria de ginástica de solo e aparelhos, em que se observou que muitos dos alunos, após o FB, conseguiram melhorar em muito a sua prestação em determinada tarefa.

3.3.3. AVALIAÇÃO SUMATIVA

A AS, segundo Ribeiro (1999), complementa os restantes momentos de avaliação e pretende apreciar o progresso realizado pelo aluno no final de cada unidade de aprendizagem (UD), com o intuito de verificar os resultados já recolhidos por avaliações do tipo formativo e obter indicações que permitam o aperfeiçoamento do processo de ensino. É de salientar que este tipo de avaliação presta-se à classificação, pois reflete uma apreciação global de todo o trabalho desenvolvido pelo aluno nessa unidade de aprendizagem, integrando todos os aspetos de evolução ou não dos alunos, tendo por base os objetivos previamente determinados.

Assim sendo, a AS foi efetuada no final de cada UD, onde o objetivo principal foi o de classificar os alunos quanto ao seu desempenho motor ao longo de toda a UD, permitindo não só dar a conhecer ao aluno a sua prestação, mas também dar a conhecer informações ao professor de como os objetivos propostos foram atingidos pelos alunos, tendo em conta o pré-estabelecido no início da UD. E

para esta avaliação, à semelhança da AF, foi criada também uma grelha de avaliação onde estavam representados todos os elementos constituintes de cada UD (elementos técnicos e táticos) a avaliar, mas com a particularidade de se prestar à classificação onde o desempenho de cada aluno foi classificado numa escala numérica de cinco níveis (1 a 5), em conformidade com os critérios de avaliação definidos pelo grupo de Educação Física. No que se refere ao domínio cognitivo, de maneira a averiguar as aprendizagens dos alunos, para além do questionário efetuado ao longo das aulas, foram realizados testes de avaliação sumativa, em algumas das matérias.

3.3.4. AVALIAÇÃO FINAL

Ao longo do presente Estágio, no que se refere ao 1º e 2º período, foi necessário a realização da avaliação final relativa a cada um dos períodos e, para esta avaliação foi necessário ter em consideração o definido pelo grupo de Educação Física. A cada uma das componentes (psico-motora, cognitiva e socio-afetiva) foi atribuída uma cotação diferente, 55%, 15% e 30% respetivamente.

Para a obtenção da avaliação final de cada um dos alunos, foi construída uma base de dados em folha *Excel*, que permitiu obter as classificações finais, através da análise dos dados recolhidos ao longo de cada período em cada uma das componentes.

3.4. COMPONENTE ÉTICO – PROFISSIONAL

“Necessitamos de conceber o professor de Educação Física como um especialista com um conhecimento científico e pedagógico profundo, um profissional que realiza uma atividade técnica e reflexiva, que atua de uma forma crítica respeitando princípios éticos e morais, e que apresenta a disposição e capacidade para continuamente desenvolver e melhorar a eficácia do seu trabalho, perseguindo a dignidade profissional. Professores que atuam de acordo com princípios éticos e morais”. (Costa et al. (1996), citado por Silva (2012), In documento de apoio).

A componente ético-profissional ocorre em paralelo com a dimensão intervenção pedagógica e tem uma importância fundamental no desenvolvimento do

agir profissional do futuro professor. O saber agir corresponde à forma como o docente interage com todo o processo de ensino-aprendizagem e engloba a sua relação com a disciplina à sua intervenção pedagógica, o relacionamento com o meio escolar e com os restantes intervenientes existentes no meio escolar. Por isso, tentei sempre realizar várias pesquisas e, até recorrer a outros professores, no sentido de aumentar o meu leque de conhecimentos, para assim poder transmitir aos alunos de uma forma correta.

À semelhança do que sucedeu no 1º e 2º período, continuei a ter algumas dificuldades referentes à intervenção pedagógica, visto ter tido formação numa área distinta e, também, porque em cada período foram introduzidas matérias novas, com as quais não estava familiarizada. Apesar de ter o conhecimento resultante da realização das UD, só com a prática efetiva é que pude perceber as verdadeiras dificuldades. Contudo, como a “fome” de conhecimento sempre foi muita, e como tinha uma turma sobre a minha responsabilidade, tentei sempre procurar e tentar responder a todas as dúvidas. Assim, penso que consegui ao longo deste ano letivo, adquirir conhecimentos que me ajudaram a dominar as várias matérias que lecionei. É certo que existiram matérias nas quais estava à vontade: voleibol, ginástica de solo, aparelhos e dança; por esse motivo estive mais confiante e segura, o que não invalidou a procura incessante de conhecimento sobre as matérias que dominava.

No final de cada aula foi sendo produzido o respetivo relatório, que ajudou a melhorar toda a minha intervenção nas aulas seguintes. É de salientar que, para além de realizar as devidas reflexões no final de cada aula, foi essencial as reflexões dos colegas e Coordenador que observavam a aula, pois ajudaram muitas vezes a perceber as minhas principais lacunas, que foram sendo corrigidas nas intervenções seguintes. São estas reflexões que nos permitem crescer como docentes, tornando-nos mais eficazes e competentes ao nível do ensino, sempre com o intuito de melhorar todo o processo de ensino-aprendizagem, tal como o referido por Costa *et al.* (1996) citado por Silva (2012), *in* documento de apoio, que refere que os professores eficazes e competentes são aqueles que apresentam, *“espírito crítico sobre si mesmo, capazes de analisarem continuamente o seu ensino e o resultado do seu trabalho, e dispostos a promoverem as alterações que se mostrem necessárias”*.

Na área da Educação Física, tal como em qualquer área, é necessário realizar frequentemente atualizações, pois as matérias e as suas regras vão-se

alterando, assim como o ensino se altera devido aos alunos serem diferentes. Neste sentido, é importante realizar frequentes pesquisas, de forma a se evoluir e ir ao encontro das necessidades reais dos alunos. As pesquisas, para além de serem realizadas em livros, internet, *etc.*, foram feitas, também através da interação com os colegas de Estágio e, também, com os outros professores. Através da partilha de conhecimento e experiência, ajudaram-me a melhorar toda a intervenção pedagógica.

Ainda referente a este aspeto, a procura de formação (formações, colóquios, palestras, *etc.*) é extremamente essencial. Porém, só me foi possível a sua realização praticamente na reta final do Estágio, onde estive presente no II Fórum Internacional das Ciências da Educação Física. Esta participação foi fundamental para a minha formação, porém se tivesse ocorrido logo no início do Estágio poderia ter contribuído para a melhoria da intervenção pedagógica, embora a contribuição tenha sido útil para a futura docência.

No que se refere ao relacionamento com o meio escolar, ao longo do período de Estágio a integração foi total, pois consegui conhecer toda a escola, a sua estrutura interna, assim como, consegui estabelecer contato com os professores da presente turma e ter, também, uma relação próxima com a turma no sentido de conhecer melhor os alunos e ir ao encontro das suas carências.

Outro aspeto fundamental foi a total integração no Núcleo de Estágio, onde se estabeleceram laços de confiança e amizade, que foram bastante benéficos para a elaboração conjunta de alguns trabalhos. Afinal, foi necessário um bom trabalho de equipa, nomeadamente, no que se refere a todo o planeamento (com exceção do referente em particular com cada uma das turmas) e, também, na realização de todas as atividades referentes ao Núcleo de Estágio que só trabalhando em equipa é que seria possível a produção dos excelentes resultados que obtivemos com cada uma das atividades por nós produzidas. Relativamente ao Núcleo de Estágio, fui mostrando sempre: dinamismo na promoção e realização das atividades promovidas pelo grupo; capacidade de iniciativa; respeito pelas opiniões dos restantes elementos do núcleo nunca faltando às minhas obrigações.

Mostrei-me, também, interessada e responsável, tanto a nível dos restantes elementos da comunidade educativa, como a nível dos alunos e do compromisso estabelecido com as aprendizagens dos mesmos. Conseguindo, assim, criar uma relação de confiança com os alunos, uma vez que estava constantemente na escola

e disponível para os ouvir e ajudar a resolver os seus problemas. Com a permanente disponibilidade para as aulas de educação para a cidadania, pude interagir de outra forma com os alunos, conhecendo-os um pouco mais e porque me foi possível o desenvolvimento de alguns temas que se revelaram fundamentais para a sua formação.

Assim, consegui estabelecer uma ótima relação com todos os atores pertencentes à comunidade escolar, o que se deveu à minha atitude responsável, comportamento que foi mantido ao longo de todo o Estágio.

3.5. JUSTIFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS

Durante o Estágio foram tomadas decisões importantes e necessárias ao mesmo, e que foram sendo mencionadas e justificadas no presente documento. Porém, e porque tiveram um peso preponderante no Estágio, passo a pormenorizar as decisões que se mostraram fundamentais para a intervenção pedagógica.

A AD é a base de toda a intervenção pedagógica, e por esse fator serão justificadas as decisões tomadas relativamente a este parâmetro. Por decisão do grupo de Educação Física e do Coorientador de Estágio, e após o primeiro contacto com os alunos, planearam-se as AD de todas as matérias, para, conseqüentemente, o planeamento fosse de fácil execução. Apesar das dificuldades referentes a algumas matérias, com uma árdua pesquisa conseguimos ultrapassar as lacunas pré-existentes. Posto isto, em conjunto com os restantes colegas do Núcleo de Estágio, começamos por, em cada uma das matérias, seleccionar o essencial, para que assim, facilmente, se pudesse observar as capacidades de cada um e, posteriormente, inseri-lo no nível de matéria correspondente, assim como o nível médio da turma. Ao seleccionar o essencial de cada matéria, permitiu, e apesar da nossa inexperiência observar rápido e objetivamente as capacidades reais dos alunos, estabelecer um conjunto de objetivos orientados de acordo com as necessidade e dificuldades inerentes a cada aluno, assim como à generalidade da turma.

Após as AD e respetiva reflexão, procedeu-se à realização do planeamento: plano anual, que consistiu, numa primeira fase, na caracterização do meio envolvente (realizada antes do início do período de aulas), para ter conhecimento das condições existentes para a lecionação da Educação Física, e, numa segunda

fase, no planeamento das atividades para todo o ano letivo (distribuição do número de aulas pelas diferentes UD, tendo por base AD), sendo privilegiadas as matérias onde os alunos apresentaram maiores dificuldades, concedendo-lhes mais tempo para a concretização dos objetivos estabelecidos.

Para além dos dados obtidos das AD, o plano anual teve em consideração outros documentos como o PNEF, o Plano Anual de Educação Física da Escola para o 8º ano, o *roulement* e as características dos alunos, e todos estes aspetos influenciaram e encaminharam todo o planeamento.

O *roulement* foi algo que orientou muitas das decisões tomadas, relativamente ao planeamento anual, uma vez que este continha toda a rotação semanal dos três espaços existentes pelos diferentes professores de Educação Física, ao longo de todo o ano letivo. O facto de ter em consideração o *roulement*, por vezes, condicionou o planeamento, já que em certo espaço só se poderia abordar certa matéria, o que levou ao prolongamento de algumas matérias, tendo prós e contras. O contra prendia-se por se prolongar pelo tempo certas aprendizagens, levando ao esquecimento das aprendizagens anteriormente efetuadas, por outro lado, mostrou-se mais motivante para os alunos, uma vez que iam variando de estímulos e abordando diferentes matérias ao mesmo tempo. Após o conhecimento prévio das características do meio, da população alvo, *roulement*, para o planeamento teve-se em consideração, também, as condições climatéricas e o tempo de cada aula.

Após elaboração do plano anual, procedeu-se à elaboração das UD, que foram baseadas nas características dos alunos através dos dados recolhidos na AD, guiando a definição de objetivos, a extensão e sequência dos conteúdos e, posteriormente, a definição das progressões pedagógicas a adotar, no sentido de melhorar o desempenho dos alunos.

Em relação à intervenção pedagógica, foram tomadas inúmeras decisões, com vista na melhoria da qualidade do processo ensino-aprendizagem, nomeadamente:

- Reforço das questões de segurança referenciadas nas aulas, para que assim se evitassem situações que pudessem por em causa a segurança dos alunos.
- Criação de rotinas (locais de reunião para a instrução, sinais de reunião, questões de organização [turma, tarefas, material e sua arrumação]).
- Controlo ativo da prática dos alunos, através de uma observação global de

toda turma, levando à adoção de posições estratégicas e deslocções periféricas, que me permitiram intervir quando necessário e interagir com eles de forma a fornecer os FB adequados.

- Utilização frequente de FB pedagógicos, variando o seu objetivo, sendo eles: descritivos, prescritivos, avaliativos e interrogativos, alterando, também, a sua forma.

- Ainda relativamente aos FB, estes, eram essencialmente individuais, para conduzir o aluno à pratica correta, embora que, por vezes, dirigisse a grupos específicos para corrigir o erro comum a todos os elementos ou motivando esse mesmo grupo pela sua prestação, ou mesmo a toda a turma.

- Utilização de FB com afetividade positiva, com o intuito de elogiar e encorajar a prestação do praticante. Esta prática mostrou-se eficaz porque, para além de motivar os alunos para a prática, permitiu que estes se empenhassem mais e, por sua vez, fosse melhorado o clima de aula e diminuídos os episódios de indisciplina.

- Foi, ainda, efetuado o devido acompanhamento da prática consequente ao FB, onde se tentou, sempre que possível, o fecho do ciclo de *feedback* (emitia um FB, seguindo com interesse a execução do aluno, intervindo de novo através da emissão de novo FB). Uma estratégia bastante utilizada, que permitiu observar a melhoria do aluno em determinada tarefa. E isto, comprovou-se, principalmente, na abordagem da UD de ginástica de solo e aparelhos, em que alguns do alunos melhoraram a sua prestação motora, devido à constante emissão de FB e acompanhamento da prática após essa emissão.

- Relativamente à instrução, tentou-se que fosse realizada utilizando uma linguagem cuidada e adaptada à faixa etária em questão, e que fosse o mais breve possível e sendo objetiva, para não potenciar situações de indisciplina e para que os alunos rapidamente se colocassem em atividade.

- No início da aula, como forma de aquecimento, utilizaram-se tarefas lúdicas para motivar os alunos, de acordo com o objetivo da aula.

- As tarefas das aulas, assim como as aulas de cada UD, foram sendo estruturas com uma sequência lógica, ou seja, partindo de exercícios/conteúdos mais simples para o mais complexo, para que os alunos pudessem perceber o encadeamento dos mesmos.

- Na organização dos grupos de trabalho, tentou-se manter a mesma ao longo

da aula, para não se perder tempo em questões de reorganização;

- Fui também, ao longo das aulas, trabalhando tanto com grupos homogêneos como heterogêneos, com o intuito de melhorar as aprendizagens dos alunos e também para motivá-los para o alcance de objetivos mais ambiciosos, fomentando sempre o trabalho cooperativo. Como por exemplo, nas aulas da UD de badminton os alunos que apresentavam maiores capacidades, desenvolveram um trabalho distinto, com o intuito de ajudarem a melhorar as capacidades dos alunos de menor potencial.

- Em muitas das aulas, principalmente nas referentes à UD ginástica de solo e aparelhos, utilizou-se o trabalho por estações, para promover constantemente estímulos diferentes e para que os alunos não passassem muito tempo seguido na mesma tarefa. Desta forma motivava-os, o que mostrou ser muito eficaz, porque os alunos apresentavam-se mais empenhados nessa tarefa.

- Relativamente às demonstrações, em muitas das situações foram efetuadas por mim, porque me sentia com potencial para o efetuar corretamente. Os alunos foram também utilizados como agentes de ensino, onde foi solicitado aos que apresentavam maiores capacidades para demonstrarem o pretendido.

- Recorreu-se também inúmeras vezes ao uso de meios auxiliares (quadro), para, rapidamente, explicar o pretendido e para que, em seguida, pudesse ser efetuada a devida demonstração pelos alunos.

- Nas aulas foram utilizados os estilos de ensino por comando e por tarefa, porque me permitiram, como docente, colocar os alunos rapidamente em tarefa e porque a turma apresentava pouca capacidade de autonomia. Porém, em algumas das aulas, para as diversificar e para estimular a capacidade reflexiva dos alunos, recorreu-se também ao estilo de ensino inclusivo (UD de ginástica de solo) e de descoberta guiada na UD de dança.

- Foi, sempre, concretizado tanto na parte fundamental da aula com na fase final o objetivo de cada uma das UD, designadamente, a realização de jogo reduzido (no caso das modalidades desportivas coletivas), realização de sequência gímnica (UD de ginástica de solo e aparelhos), a realização dos gestos técnicos (UD de atletismo, patinagem) e a realização de coreografia (UD de dança). Estratégia que serviu, para além de motivar os alunos e proporcionar um ótimo clima de aula e uma competição saudável, que colocassem em prática o já aprendido, permitindo-me

averiguar a aquisição das aprendizagens dos alunos em contexto de jogo/sequência.

- Outra opção prendeu-se com a abordagem de duas matérias na mesma aula, principalmente nas aulas de 90 minutos, para motivar o aluno e para que aula não se tornasse exaustiva e cansativa para o aluno.

As diversas opções tomadas, foram fundamentais para o desenvolvimento de todo o Estágio pedagógico e, em concreto, na minha intervenção pedagógica, tendo sido satisfatórias, pois atingi os objetivos a que me propus. Saliento que, as algumas das opções tomadas, foram em conformidade com as informações que iam sendo dadas pelo Coorientador de Estágio no final de cada uma das aulas.

IV. ENSINO – APRENDIZAGEM

4.1. APRENDIZAGENS REALIZADAS COM O ESTÁGIO PEDAGÓGICO

As aprendizagens realizadas englobam um conjunto de conhecimentos adquiridos no contexto escolar, o qual era, totalmente, desconhecido, já que o meu nível de experiência com o ensino era diminuto e o meu percurso académico distinto. Assim, o presente ano foi o grande ano da minha vida, pois concretizei um dos grandes sonhos da minha vida e consegui crescer, tanto a nível pessoal como profissional.

No primeiro ano do mestrado adquiri um conjunto de competências, que permitiram encarar esta experiência de forma satisfatória e acima de tudo sustentada, desenvolvendo competências relativamente aos três domínios da prática docente: o planeamento, a realização e a avaliação.

Inicialmente, apresentei dificuldades no domínio do planeamento, devido à realidade ser diferente da que estava à espera. Porém, foi a fase que considero ser mais importante e que me fez debater, pois a partir da mesma desenvolvi o trabalho para o ano letivo. E assim, no início do ano letivo em conjunto com os colegas de Estágio e Coordenador, foi executada uma vasta recolha de informação: caracterização do meio; AD; caracterização da turma; *etc.* Esta recolha permitiu planear e perceber a complexidade do trabalho desenvolvido, antevendo, assim, a intervenção pedagógica. Ainda no início, e de forma a preparar-me para a intervenção pedagógica, aprofundei e atualizei os saberes sobre as matérias a desenvolver e, assim, adquiri um conjunto de aprendizagens que levaram a um ensino coerente e completo aos alunos, tendo em consideração, sempre, as suas capacidades e necessidades.

Ainda no âmbito do planeamento, consegui também adquirir competências de reflexão e ajustamento, que me permitiram facilmente adequar as situações às capacidades reais dos alunos.

No que concerne à realização, as principais aprendizagens foram:

- A instrução, em que é necessário selecionar a informação a transmitir aos alunos, devendo esta ser objetiva e o mais breve possível, realizada em locais estratégicos para potencializar as aprendizagens dos alunos. É importante *a priori*

criar regras, para que não se perca tempo em questões de organização das tarefas.

- As aulas deverão ser estruturadas coerentemente e com uma sequência lógica entre os exercícios, possuindo poucos exercícios, que se deverão repetir de aula para aula e de matéria para matéria, criando rotinas que o aluno identifique e transfira facilmente o exercício de matéria para matéria, diminuindo o tempo de organização (transição) e que tenha tempo suficiente para o exercitar de forma a adquirir as principais aprendizagens.

- Relativamente ao FB, fui-me familiarizando, gradualmente, com as suas diferentes formas, diversificando-as ao longo do Estágio. Percebi, também, que a constante emissão e fecho do seu ciclo, beneficia todo o processo de ensino-aprendizagem, promovendo a melhoria da execução das tarefas dos alunos.

- A importância da observação ativa da turma ao longo de todas as aulas, através da adoção de uma posição estratégica ou deslocação pelo espaço de aula, permitiu observar as tarefas realizadas pelos alunos e intervir sempre que necessário, com emissão de FB ou como forma de controlo do comportamento dos alunos e possibilitou adaptar a minha ação pedagógica rapidamente, assim que detetasse irregularidades nas aprendizagens dos alunos.

- Aprendi a ouvir os alunos, a aconselha-los e a reforçar positivamente a sua execução, levando-os a superar as suas limitações e a motivá-los, o que é importante por potencializar o sucesso das aprendizagens dos alunos.

- A promoção de uma ótima relação entre professor e aluno, baseada no respeito mútuo é essencial para a promoção de um bom clima de aula.

- A utilização da autoridade, como professora, para impor o devido respeito;

- A capacidade de lidar com tantos alunos, o que resultava em batalhar com personalidades distintas ao mesmo tempo.

- O controlo e a disciplina da turma são os elementos base, para que todo o processo de ensino-aprendizagem possa ser implementado com sucesso e os alunos possam tirar partido das aprendizagens. Neste sentido, tentei controlar a turma de forma a potencializar toda a minha intervenção. É certo que, em certos momentos, não foi fácil, mas percebi que para manter a turma disciplina não é necessário o recurso de ações coercivas.

- A capacidade organizativa para conseguir gerir tantos alunos nos variados exercícios e matérias. Neste âmbito superei-me em relação às expectativas, pois fui

capaz de gerir o número elevado de alunos nas diferentes matérias e espaços diferentes com facilidade.

- A importância da alternância entre grupos homogêneos e heterogêneos, para facilitar e melhorar o processo ensino-aprendizagem;
- A adoção dos exercícios aos diferentes alunos, pois cada aluno tem as suas limitações e é necessário trabalhar tendo em conta as mesmas, para que todos possam experimentar o sucesso. Nesse sentido, fui tendo a capacidade de rapidamente adotar os exercícios às dificuldades dos alunos.

Por fim, em relação à dimensão avaliação aprendi que é importante o conhecimento aprofundado das matérias a lecionar, e que este conhecimento deve ser constantemente atualizado.

A avaliação dos alunos deverá ser realizada diariamente para nos apercebermos das limitações dos mesmos, adaptando os exercícios às limitações dos alunos. Deverá ser o mais imparcial e justa possível, o que se mostrou como grande dificuldade por ter uma experiência nula, o que fui melhorando com o decorrer das aulas lecionadas. Porém, a nossa avaliação também é importante, pois através de uma reflexão diária e realização de relatórios, averigui as minhas limitações, realizei novas aprendizagens, melhorando a minha intervenção pedagógica.

Assim sendo, fui realizando um conjunto de aprendizagens e adquiri um conjunto de experiências, as quais me permitiram evoluir e progredir, e que me permitirão encarar a carreira de docência com naturalidade, uma vez que o Estágio proporcionou experiências que me ajudaram a estar mais preparada.

4.2. COMPROMISSO COM AS APRENDIZAGENS DOS ALUNOS

O docente é um dos principais responsáveis pela ação educativa do aluno e, por isso, desde de início tive que assumir um compromisso com as suas aprendizagens. Porém, e porque tinha noção das minhas fragilidades e responsabilidades no processo ensino-aprendizagem da turma atribuída, as principais preocupações com a aprendizagem dos alunos foram:

- Pesquisar incessantemente o conhecimento para ultrapassar as lacunas de formação, com o intuito de aperfeiçoar o saber das diversas matérias a abordar, aumentando o leque de conhecimentos sobre as mesmas e, assim, transmiti-los com

clareza e segurança a toda a turma;

- O planejamento e a realização de toda a ação pedagógica tiveram como base as capacidades, necessidades e dificuldades dos alunos, observadas nas avaliações diagnósticas. Sendo o principal objetivo o de proporcionar um conjunto de situações de aprendizagem adequadas ao seu nível de desempenho;

- Com o conhecimento das características da turma e observação diária, foram necessárias diversas alterações no processo ensino-aprendizagem, tendo em conta a sua progressão;

- A observação diária permitiu um constante ajuste nas tarefas, pois foram sendo detetadas situações irregulares relativas às aprendizagens desejadas, sendo necessário realizar os devidos ajustes, de forma a promover superação a esses alunos;

- Promoção de desafio e superação em todas as situações de aprendizagem, no sentido de todos os alunos experimentarem o sucesso nas tarefas;

- Em cada atividade, para que os alunos pudessem evoluir e realizar o pretendido, foi dado o tempo suficiente para a sua exercitação. Porém, em algumas tarefas esse tempo não foi tão evidente como o desejado, sendo ajustado com a repetição do exercício na aula seguinte.

- As aulas de Educação Física não passam apenas pelo mero desenvolvimento do domínio psicomotor, ou seja, o domínio cognitivo e sócio-afetivos são, também, desenvolvidos e pertencem ao compromisso que o professor apresenta em relação aos alunos, pois é necessário que os alunos percebam bem as regras impostas para que a aula corra nas devidas condições;

- Relativamente ao domínio cognitivo, fui estimulando a capacidade reflexiva do aluno e, à medida que abordava cada matéria, fazia-se uma apresentação da mesma, referindo as principais características e fomentando a participação dos alunos;

- Na preparação e na realização das aulas, o professor deve ter sempre em consideração as questões relativas à segurança dos alunos, não colocando esta em causa e explicando, desde o início, as principais regras a adotar pelos alunos na aula de Educação Física;

- Fomentei ao longo das aulas o trabalho de colaboração, cooperação, de equipa e a competitividade entre os alunos, inculcando a autonomia, a

responsabilidade, a sociabilização e o respeito pelas diferenças, principalmente no que respeita à inclusão dos alunos com necessidades educativas especiais;

- Para que todos os alunos se sentissem integrados e motivados nas aulas realizou-se trabalho com grupos homogêneos e heterogêneos, alternando-os, para que todos tirassem partido das aprendizagens desejadas e proporcionar a superação das suas dificuldades, melhorando, assim, a sua execução motora (como foi o caso da abordagem da UD de badminton);

- Em algumas matérias a turma apresentou níveis bastante distintos, onde foi possível a constituição de grupos de nível, para os quais foi necessário uma intervenção pedagógica diferenciada, como foi no caso da abordagem das UD de ginástica de solo, ginástica de aparelhos, andebol e voleibol.

- No final da abordagem de cada UD, os alunos conseguiram alcançar um nível superior relativamente ao seu nível inicial, ou seja, conseguiu promover a evolução dos alunos em todas as UD, embora não tenha sido evidente em todos os alunos. Porém, essa evolução só foi possível porque a intervenção foi sempre em consideração das capacidades e dificuldades da turma e do aluno individualmente.

- A motivação dos alunos, através do reforço positivo em resposta à sua prestação motora e do acompanhamento ativo dos mesmos com a emissão constante de FB, foi essencial para o sucesso do processo ensino-aprendizagem. Os alunos, ao serem motivados e frequentemente estimulados, sentiam-se predispostos para as tarefas a realizar. Inicialmente, não foi tarefa fácil, pois estava preocupada com a instrução, o que foi melhorando com o familiarizar das matérias.

- As aulas foram sempre organizadas com o intuito de manter todos os alunos em tarefa ao mesmo tempo, e com o intuito de usufruírem do benefício das aulas de Educação Física;

Os compromissos indicados tiveram como finalidade a melhoria das aprendizagens dos alunos, garantido todo o sucesso do processo-aprendizagem. E assim, tenho consciência que no decorrer do Estágio esforcei-me para atingir a meta estipulada de que todos os alunos dessem o seu melhor e, assim, conseguissem alcançar os objetivos propostos em cada UD.

4.3. INOVAÇÃO DAS PRÁTICAS PEDAGÓGICAS

As práticas pedagógicas, segundo Filha (2010), definem-se como um conjunto de *“estratégias pedagógicas que sejam efetivas na produção do conhecimento e que estejam em consonância com as diretrizes educacionais da educação básica, não devendo de ser centradas e compreendidas apenas na sala de aula, mas sim numa educação concebida com aprendizagem constante, que investe na aquisição de novos conhecimentos, novas estratégias, e de uma forma contínua que melhore as aprendizagens dos alunos”*. Assim sendo, para a minha formação pessoal e para melhorar a minha intervenção pedagógica, fui recolhendo o máximo de informação (pesquisa bibliográfica) sobre as diversas matérias, tentando aplicar novas práticas pedagógicas, para potencializar as aprendizagens dos alunos, que passo a indicar:

- Criei aulas diferentes, apesar de se utilizarem exercícios semelhantes de aula para aula e de matéria para matéria (importância da criação de rotinas), com nível de exigência diferenciado, mas tendo em consideração os objetivos pré-estabelecidos;
- O aquecimento realizado nas aulas teve um cariz mais lúdico (jogos), tendo em vista os objetivos a desenvolver na parte fundamental da aula, aumentando a pré-disposição dos alunos para a aula;
- Em algumas matérias realizou-se trabalho diferenciado, utilizando exercícios distintos, para cada grupo de nível, nomeadamente nas UD: badminton, ginástica de solo e aparelhos, andebol e voleibol;
- Desenvolvimento de tarefas de cooperação entre alunos com diferentes níveis de desempenho;
- Desenvolvimento de multimatérias dentro da mesma aula, principalmente nas aulas de 90 minutos, motivando os alunos com o aligeirar da aula;
- Utilizei meios gráficos auxiliares (quadro) para complementar a instrução inicial, o que se mostrou eficaz no decorrer das aulas, pois permitiu aos alunos perceberem o pretendido rapidamente e de forma objetiva;
- Realização de relatórios pelos alunos que não realizavam a parte prática da aula, focando a sua atenção para a mesma, fomentado a sua capacidade reflexiva;
- Fomentação da criatividade dos alunos na UD de dança, onde os mesmos

criaram uma coreografia;

- Utilização de trabalho por estações para manter os alunos motivados e em prática constante de atividade física, não só nas matérias mais usuais (UD ginástica de solo e aparelhos), como nas UD de: badminton, voleibol e atletismo;

- Realizei exercícios tanto *“analíticos quanto necessários e tão globais quanto possíveis”*, onde, nos desportos coletivos (andebol e voleibol), optei por aplicar o modelo TGFU (*Teaching Games for Understanding*) adaptado de Bunker e Thorpe (1982), que tem como principal objetivo o de perfeccionar a compreensão e execução de cada um dos elementos técnicos e/ou táticos e, ao mesmo tempo, que os mesmo beneficiem desses elementos numa situação de jogo, conseguindo adequar as suas decisões a cada uma das situações, pois a tomada de decisão durante uma situação de jogo elevará, progressivamente, a performance do aluno;

- Relativamente à UD de ginástica de solo, a inovação nas aulas passou pela execução de uma sequência de ginástica de solo em todas as aulas, adicionando os elementos que iam sendo abordados, consciencializando o aluno do objetivo principal da matéria;

- Ainda na UD ginástica de solo, foi utilizado o estilo de ensino inclusivo, que permitiu aos alunos a autoavaliação do seu desempenho, refletindo e escolhendo a tarefa mais adequada ao seu nível de desempenho, o que permitiu ao mesmo tempo averiguar o nível de autonomia da turma.

Estas práticas pedagógicas inovadoras foram fundamentais, pois permitiram aos alunos o desenvolvimento das suas competências. Contudo, a falta de experiência, mostrou ser um obstáculo no que se refere às práticas inovadoras, pois em certos momentos inibi-me de aplicar novas práticas pedagógicas por não saber o resultado das mesmas e por poder colocar em causa as aprendizagens dos alunos. Assim, a inovação das práticas pedagógicas implementadas nas aulas foi através da criação de novas situações de aprendizagem, e não da criação de algo complementarmente inovador.

V. FORMAÇÃO

5.1. DIFICULDADES SENTIDAS E FORMAS DE RESOLUÇÃO/DIFICULDADES A RESOLVER NO FUTURO OU FORMAÇÃO CONTINUA

O Estágio foi o momento de novas experiências e aquisição de competências fundamentais para o meu futuro como docente. Mas, foram surgindo inúmeras dificuldades, que foram ultrapassadas com o decorrer do mesmo. Para superar as dificuldades, para além do trabalho árduo referente ao conhecimento profundo das diversas matérias a abordar, contei com a colaboração dos restantes colegas do Núcleo de Estágio e com a orientação do professor Fernando Leite, o qual me ajudou a ultrapassar as principais dificuldades, não dizendo as formas de resolução, mas orientando-nos para a resolução das mesmas.

Inicialmente as dificuldades prenderam-se com o planeamento, pois englobava a integração e articulação de inúmeros documentos e tarefas que deveriam ser realizadas, para que se pudesse adequar o planeamento às características dos alunos. Esta foi uma das dimensões mais trabalhosa e difícil, visto ter não ter experiência. Contudo, para que se superasse estas dificuldades, foi necessária dedicação e capacidade organizativa, elaborando as partes do planeamento num todo coerente. Outra dificuldade foi a definição de objetivos a serem alcançados pelos alunos e a escolha dos exercícios mais adequados para a sua concretização. Com o conhecimento da turma, das matérias e com a orientação do Coorientador, esta dificuldade foi superada.

Ainda no planeamento, mas nas questões mais particulares referentes aos planos de aula, as dificuldades prenderam-se com a organização de determinadas situações, relacionadas com avaliações e/ou exercícios, superando-as através de pesquisa bibliográfica, da observação de aulas de outros colegas de Estágio.

Depois da fase inicial do planeamento, outra dificuldade foi a realização, mais concretamente com a dimensão instrução, por não estar habituada com grande parte das matérias, não tendo a certeza da informação mais pertinente a transmitir aos alunos, de forma breve e objetiva. Por isso, aprofundei o meu conhecimento através de pesquisa bibliográfica (autoformação) para assim conseguir escolher o

essencial a transmitir.

No que se refere à intervenção pedagógica, as dificuldades sentidas tiveram a ver com o controlo à distância da turma em algumas das aulas da UD de ginástica de aparelhos, já que em determinados momentos (nas primeiras aulas da UD), estava demasiado centrada nas ajudas prestadas aos alunos, principalmente nas estações que pudessem causar maior perigo, desleixando-me um pouco nesse aspeto. Mas, para colmatar esta dificuldade, tentei não focalizar a minha atenção só nessas estações, mas sim a toda a turma, algo que fui adquirindo ao longo das aulas desta UD. Contudo, para ter capacidade de um controle ativo da turma e emitir os devidos FB, nas estações mais exigentes, coloquei alunos responsáveis a auxiliar os colegas na realização da tarefa.

Inicialmente, apresentei dificuldades no controlo do tempo de aula, pois estava tão integrada nas atividades que me esquecia do tempo. Esta dificuldade ultrapassou-se através de um melhor controlo do mesmo e, também, através de uma melhor estruturação do plano de aula, não colocando demasiados exercícios, para que se cumprissem todas as tarefas da aula.

Durante o decorrer das aulas, a dificuldade fixou-se com a emissão de FB, e no início do ano letivo não foi uma prática tão regular como o desejável, pois não estava à vontade com os alunos e nem com as matérias. Após o 1º período, a emissão de *feedbacks* foi sendo uma constante, devido a um conhecimento mais profundo sobre a turma e as matérias, o que deu maior liberdade para me centrar na emissão e na qualidade dos mesmos, assim como, no fecho do seu ciclo de forma a promover as suas aprendizagens.

Ao longo do Estágio, dois alunos demonstraram alguma desmotivação nas aulas, o que causou algumas dificuldades na minha intervenção pedagógica. Assim, para motivar os alunos e superar este problema, tentei relacionar-me com eles, tentando perceber os seus problemas e o porquê da sua desmotivação. Quando percebi, encontrei um conjunto de estratégias que me ajudaram e os ajudaram a melhorar a sua prestação durante as aulas. Uma das formas encontradas para os motivar, foi a sua integração mais ativa na aula e a sua participação nas questões de organização, para além da constante motivação através de reforço positivo, valorizando o seu esforço.

Quanto à avaliação, também foram encontradas inúmeras dificuldades, principalmente na inicial, pois possuía pouco conhecimento das matérias e todos os

movimentos eram executados rapidamente, o que dificultava a observação (objetiva) e o registo dos dados recolhidos. Porém, fui ultrapassando as mesmas e as restantes avaliações já ocorreram de forma natural, face ao conhecimento adquirido das diversas matérias.

Apesar do aprofundamento dos conhecimentos em todas as matérias abordadas ao longo do ano letivo, senti que seria importante, também, o conhecimento das matérias não lecionadas, porque futuramente seria essencial, e assim, tentei aumentar os conhecimentos em todas as áreas, para um dia, como docente, estar capacitada na abordagem de qualquer matéria sem receios.

No futuro terei que resolver alguns aspetos relacionados com a avaliação, porque apesar de ter sido realizado um enorme conjunto de aprendizagens neste domínio, ainda não sinto que o dominei. No decorrer do ano, penso que o fiz da forma mais coerente e justa possível com os alunos, nos momentos de avaliação existentes. Mas, especialmente na AS, senti dificuldades na valoração das aprendizagens realizadas pelos alunos, devido à minha inexperiência, e senti receio de poder estar a ser injusta com alguns deles. Porém, como os vários momentos de avaliação foram complementados com a avaliação contínua, esse receio foi sendo ultrapassado. Ainda referente à avaliação sumativa, aquando a sua realização senti que me centrei demasiado no registo dos dados, ficando assim a emissão de FB um pouco aquém do que seria suposto, mas com o avançar do ano letivo fui-me sentindo mais à vontade para o realizar. Porém, e para que o realize naturalmente, pretendo aprofundar o meu conhecimento nas diversas matérias, para que, para além de avaliar, consiga emitir o devido FB nos momentos de avaliação, não me centrando, assim, apenas na valoração do aluno e no seu registo.

Inicialmente, senti ainda dificuldades na realização da reflexão da aula, pois não detetava os erros e, assim, não conseguia propor soluções, o que foi solucionado com a reflexão conjunta com o Coordenador de Estágio.

Todas estas dificuldades e conseqüente superação foram indispensáveis, porque me permitiram evoluir ao longo do percurso, preparando-me e tornando-me apta para encarar a carreira de docente. É de salientar que, segundo Siedentop e Eldar (1989), citado por Silva (2012), *in* documento de apoio, “*para ensinar com competência tem de se conhecer afundo a matéria de ensino*”, o que mostrou ser uma premissa fundamental para ultrapassar todas as minhas dificuldades.

Tentei, arduamente, ultrapassar qualquer dificuldade que surgisse no decorrer do Estágio, contudo, todas as competências adquiridas necessitam de aperfeiçoamento e de serem consolidadas. Será, assim, extremamente importante a atualização constante dos mesmos, tal como o referido por Siedentop e Eldar (1989), citado por Silva (2012), *in* documento de apoio, “*O verdadeiro professor é um investigador e a sua investigação tem íntima relação coma sua função de professor*”. Ou seja, é da nossa competência profissional percebermos que a formação deve ser contínua e que devemos-nos manter atualizados, em constante procura de conhecimento, para que possamos dar aos nossos alunos o melhor de nós, sempre com o intuito de melhorar o processo de ensino-aprendizagem.

VI. QUESTÕES DILEMÁTICAS

Ao longo do Estágio pedagógico surgiram diversas questões dilemáticas, sobre as quais procurei refletir, embora não encontrasse resposta para algumas.

O primeiro dilema, com que o Núcleo de Estágio se deparou, foi com a forma mais correta de elaborar e estruturar o planeamento anual, tendo em conta os vários documentos necessários e os recursos existentes. Contudo, foi resolvido com a ajuda do Coorientador de Estágio, recolha de dados e pesquisa bibliográfica.

Outra questão com que nos debatemos, foi a avaliação inicial dos alunos, ou seja, como deveria ser. A principal dúvida prendeu-se com a altura a diagnosticar os conhecimentos, se deveria ser realizada no início do ano letivo ou no início de cada UD. A presente dúvida surgiu por a avaliação inicial concentrada num momento apresentar um pró e um contra: o pró era a facilidade que oferecia na elaboração do plano anual, e o contra era o facto de os estagiários carecerem de conhecimento em determinadas matérias que suscitavam receios e dúvidas. Contudo, optou-se por realizar toda a avaliação no início do ano letivo, o que facilitou o planeamento, uma vez que tínhamos também de ter em consideração todo o *roulement*.

Ainda com a avaliação, houve a dúvida de que forma se deveria organizar a turma face às diversas matérias, como isso facilitaria a observação dos elementos e dos alunos em pouco tempo e como ajudaria a mantê-los em atividade física. Nisto contei com a colaboração do Coorientador de Estágio e dos colegas estagiários, pois na troca de experiências conseguiu-se encontrar a melhor solução para o dilema.

Face ao ambicioso PNEF, debati-me como o concretizaria, pois este parte do pressuposto que todos os alunos tenham adquirido, em anos anteriores, as competências definidas. Facilmente me apercebi que tal situação não é possível, pois os alunos apresentavam aptidões físicas diferenciadas, eram diferentes uns dos outros quanto às capacidades, necessidades e dificuldades. Por isso, tive dificuldades em cumprir integralmente o proposto pelo PNEF, uma vez que nem todos os alunos apresentaram bases para o cumprimento de certos objetivos mais ambiciosos em determinadas matérias.

Outro dilema surgiu na estruturação das aulas, se seria ou não vantajoso o trabalho de multimatérias, ou seja, na mesma aula abordar diversas matérias. Por

um lado, achamos que nas aulas de 90 minutos seria uma ótima estratégia, pois beneficiaria na transição de uma matéria para a outra (matérias com estruturas semelhantes), nas questões de organização dos exercícios, na aquisição das situações de aprendizagem, iria reduzir o tempo de instrução e, conseqüentemente o tempo de gestão. Uma aula de multimatérias promoveria a motivação dos alunos, em comparação a aulas de 90 minutos com apenas uma matéria. Mas questionamos se as aulas de multimatérias seriam benéficas para o desenvolvimento de certos elementos técnicos/táticos, pois o tempo de exercitação seria reduzido.

A seleção do estilo de ensino mais adequado às características da turma também foi questionado (estilo de ensino por comando, por tarefa, recíproco, autoavaliação, inclusivo *etc.*). Com o decorrer das aulas e com o conhecimento da turma encontrou-se a solução, ou seja, recorri ao estilo de ensino por comando e por tarefa, pois a turma não apresentava grande capacidade de autonomia e, também, porque nas aulas se pretendiam repostas rápidas aos estímulos. Contudo, para que se promovesse autonomia aos alunos foram utilizados outros estilos de ensino (inclusivo e descoberta guiada).

A formação de grupos de nível apresentou-se como dúvida, pois não se conhecia qual o que beneficiaria o trabalho, se com grupos homogêneos ou com grupos heterogêneos, ou ainda ambos. Assim, no decorrer do Estágio e em algumas das UD alternei o trabalho com grupos homogêneos e heterogêneos, mantendo motivada a turma e potenciando as aprendizagens dos alunos com maiores dificuldades, e que os alunos com maiores capacidades pudessem promover as aprendizagens dos restantes alunos.

Os dilemas e as suas soluções permitiram-me ampliar o leque de conhecimentos, o que me será útil como futura docente. Todavia, para que isto acontecesse, foi essencial a troca de experiências entre colegas do Núcleo de Estágio, assim como com o Coordenador de Estágio, para além da incessante busca bibliográfica.

VII. CONCLUSÕES REFERENTES À FORMAÇÃO INICIAL

7.1. IMPACTO DO ESTAGIÁRIO NA REALIDADE ESCOLAR

A presença dos alunos estagiários, em qualquer escola, é considerado uma mais-valia, porque a escola beneficia com a sua presença, o que foi notório nesta escola pelo constante acolhimento de estagiários. A escola, com o acolhimento, tem a possibilidade de ultrapassar algumas dificuldades que são impostas pela situação atual do sistema educativo, e porque o estagiário pode apresentar-se como uma “lufada de ar fresco”, pois traz consigo um conjunto de ideias que podem ser implementadas: novas metodologias de ensino; práticas inovadoras; atividades diferentes das implementadas. Ou seja, podem contribuir para o sucesso do processo ensino-aprendizagem, o que beneficia a entidade que os acolhe.

7.2. EXPERIÊNCIA PESSOAL E PROFISSIONAL

Este ano letivo foi um ano de grandes aprendizagens, mas que resultaram, em muito, de um trabalho árduo, da busca de conhecimento, do descobrir soluções às dificuldades iniciais e do adquirir o maior número de conhecimento possível sobre o ensino e das matérias abordadas, para transmiti-lo da melhor forma aos alunos. Devido ao empenho e persistência em atingir os objetivos a que me propus, consegui superar todas as expectativas iniciais, dificuldades e receios. Muitas destas dificuldades foram ultrapassadas devido à colaboração imprescindível do Coorientador que ao longo de todo o Estágio incentivou e contribuiu para a consistência das aprendizagens.

A experiência profissional e pessoal foi extraordinária, porque concretizei um sonho, alarguei os horizontes e realizei um conjunto de aprendizagens e experiências, que serão essenciais na prática da docência. Para que fosse uma experiência única, foi essencial o contributo de toda a comunidade escolar, com a qual mantive uma boa relação e consegui estabelecer laços de amizade. Este foi um ano de grandes aprendizagens, e tenho consciência que estou em plenas condições para me integrar no contexto escolar, como futura docente e que, apesar da conjectura atual, acredito que em breve aplicarei os conhecimentos adquiridos.

VIII. APROFUNDAMENTO DO TEMA

Tema: “Estratégias a adotar em Educação Física com alunos que sofrem de Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH)”.

8.1. CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA

Neste capítulo será desenvolvido o estudo do Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) e adoção de estratégias que potencializem as aprendizagens dos alunos, face a uma situação destas. Na turma que lecionei existiam dois casos de alunos com o problema (um já diagnosticado [Caso A]) e outro diagnosticado por mim, em conjunto com a psicóloga da escola e diretora de turma [Caso B]), com os quais apresentei algumas dificuldades em lidar.

O Caso A encontrava-se medicado, mas nas aulas ainda eram evidentes manifestações do problema, principalmente nos momentos em que o aluno deixava de tomar a medicação ou em que as doses eram reduzidas. O Caso B foi diagnosticado recentemente, apesar de já ter sido referenciado pelos pais. Contudo, até à data do Estágio nunca fora devidamente diagnosticado pela entidade competente. Este aluno apresenta problemas sérios no que se refere à atenção e capacidade de se manter quieto por alguns instantes, o que colocou alguns obstáculos face à minha intervenção pedagógica.

Assim, o objetivo deste estudo prendeu-se com o aprofundamento do conhecimento sobre este assunto, para identificar as consequências que este transtorno tem sobre a vida escolar dos alunos e apresentar possíveis estratégias, que possam facilitar o trabalho enquanto docente de Educação Física e como melhorar a integração destes alunos nas mesmas, contribuindo para o sucesso escolar e melhoria da autoestima. Com este estudo, pretendeu-se adotar nas aulas de Educação Física um conjunto de estratégias específicas de trabalho com estes alunos, potencializando e facilitando as suas aprendizagens de forma inclusivista.

8.2. CONTEXTUALIZAÇÃO DE CONHECIMENTOS DE CARACTER CIENTÍFICO

8.2.1. TRANSTORNO DE DÉFICE DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE

Segundo Schellin e Oliveira (2009), na sala de aula é possível encontrar muitas vezes alunos excessivamente agitados, que não se conseguem manter concentrados em atividades que exigem maior grau de concentração durante muito tempo, ou terminam as atividades antes dos restantes alunos perturbando a aula. Contudo, também se podem observar nas salas de aulas alunos que são extremamente bem comportados, ficando quietos no “seu mundo” durante as aulas, não transtornam o professor e não se relacionam com os restantes colegas. Poderíamos ser levados a pensar que o aluno mais agitado é um “aluno com problemas”, enquanto que o aluno extremamente bem comportado é um “exemplo de aluno”, mas ambos podem apresentar o mesmo problema, o TDAH.

Reis (2006), refere que a prática docente tem revelado que não é fácil distinguir uma simples distração e a dificuldade real em manter a concentração, assim como, é difícil identificar um comportamento inadequado de hiperatividade. Refere, ainda, que o termo transtorno de défice de atenção com hiperatividade é, por vezes, empregue de forma incorreta, pois existem crianças que apresentam problemas relacionados à oscilação de atenção, impulsividade e/ou hiperatividade que ficam sem tratamento adequado.

Ultimamente tem-se abordado muito o tema (TDAH), mas existem poucos profissionais, na área de educação, que conhecem as dificuldades relacionadas com a atenção, hiperatividade e impulsividade, descobertos em alguns alunos. Assim sendo, um dos principais desafios colocados à escola e aos professores é o descobrir estratégias para trabalhar com tais alunos, respeitando-lhes a sua individualidade e diversidade, estimulando-os a se tornarem seres humanos plenos. Por este motivo, seguidamente será abordado o tema, para o entender e ser capaz de usar estratégias que atenuem os problemas associados a este transtorno.

8.2.2. DEFINIÇÃO DE TRANSTORNO DE DÉFICE DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE

O TDAH, é um transtorno do desenvolvimento de influência neurobiológica, sendo comum o seu desenvolvimento durante a infância, afetando cerca de 3 a 7% das crianças do mundo (Pediatrics, A. A. (2000); Lopes *et al.* (2005)).

Cypel (2007), citado por Moreira e Barreto (2009), refere que TDAH é um conceito bastante genérico e diagnosticado puramente por critério clínico, sendo marcado pela descrição de um conjunto de sinais e sintomas. Em geral, baseia-se na avaliação de alterações comportamentais relacionadas com a desatenção, a hiperatividade e a impulsividade (DSM-IV, 1996). Ainda segundo o DSM-IV (1996), é indicado uma série de critérios para diagnóstico do TDAH, diferenciando os critérios de desatenção, hiperatividade, impulsividade e critérios gerais de diagnóstico, como se poderá verificar nas tabelas seguidamente apresentadas (Tabela 1; 2; 3 e 4 respetivamente), que foram baseados principalmente em manifestações durante a infância, que são os seguintes:

Crítérios de Desatenção
a) Não consegue prestar atenção a detalhes e comete erros por descuido;
b) Mostra dificuldade em manter atenção na tarefa ou na brincadeira;
c) Com frequência não ouve quando lhe dirigem diretamente a palavra;
d) Frequentemente não segue instruções e não termina os seus trabalhos escolares, tarefas domésticas ou deveres profissionais;
e) Com frequência tem dificuldade para organizar tarefas e atividades;
f) Evita frequentemente envolver-se em tarefas que exijam um esforço mental constante (trabalhos de casa escolares);
g) Perde frequentemente coisas necessárias para suas tarefas e atividades (brinquedos, lápis, livros e outros materiais);
h) Facilmente é distraído por estímulos alheios à sua tarefa;
i) Com frequência mostra esquecimento das atividades diárias.

Tabela 1; Critérios de Desatenção.

Cr�terios de Hiperatividade
a) Frequentemente agita as m�os e os p�s e fica contorcendo-se na cadeira;
b) Frequentemente abandona sua cadeira na sala de aula ou em outras situa�es em que se espera que permane�a sentado;
c) Frequentemente encontra-se em situa�es impr�rias;
d) Com frequ�ncia tem dificuldade em brincar ou se envolver silenciosamente em atividades de lazer;
e) Est� frequentemente agitado;
f) Fala em demasia frequentemente.

Tabela 2; Cr terios de Hiperatividade.

Cr�terios de Impulsividade
a) Frequentemente d� respostas precipitadas antes que tenham sido reformuladas completamente as perguntas;
b) Tem dificuldade em aguardar pela sua vez;
c) Interrompe frequentemente ou intromete-se em assuntos alheios.

Tabela 3; Cr terios de Impulsividade.

Cr�terios Gerais
a) Alguns dos sintomas de desaten�o ou hiperatividade-impulsividade estavam presentes antes dos sete anos de idade;
b) Presen�a de seis (ou mais) sintomas de desaten�o e/ou seis (ou mais) sintomas de hiperatividade-impulsividade, que persistiram por pelo menos seis meses, em grau mal adaptativo, e inconsistente com seu n�vel de desenvolvimento;
c) Algum comprometimento causado pelos sintomas est� presente em dois ou mais contextos (por exemplo, na escola, no trabalho e em casa);
d) Deve haver clara evid�ncia de preju�zo clinicamente significativo no funcionamento social, acad�mico ou ocupacional;
e) Os sintomas n�o ocorrem exclusivamente durante o transcurso de outros transtornos: Transtorno Global do Desenvolvimento; Esquizofrenia ou outro Transtorno Psic�tico, Transtorno do Humor, Transtorno Dissociativo, Transtorno de Ansiedade, nem s�o mais bem explicados por esses outros transtornos mentais.

Tabela 4; Cr terios Gerais.

Como se constatou anteriormente, não é necessário que a pessoa apresente todos os sintomas citados, mas pelo menos seis deles devem estar presentes para ser diagnosticado o TDAH e, principalmente, necessita que ocorra com frequência durante seis meses (mínimo), em dois espaços distintos, pelo menos, frequentados pelo indivíduo, como o ambiente familiar e escolar (Facion, 2004).

8.2.3. FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DO TRANSTORNO DE DÉFICE DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE

As causas que conduzem ao aparecimento do TDAH são em grande parte desconhecidos e inconclusivas. Contudo, são muito variáveis e, provavelmente, dependerão de outros fatores. Vários autores mencionam uma evidência crescente para uma hipótese multifatorial, sendo a opinião que as condutas neuropsiquiátricas parecem ser resultado de uma complexa combinação de fatores genéticos, ambientais e biológicos/neurológicos (Giacomini & Giacomini (2006); Rohde & Halpern (2004); Monteiro, 2011).

8.2.4. PROBLEMAS ASSOCIADOS AO TRANSTORNO DE DÉFICE DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE

A criança ou adolescente que manifeste este tipo de transtorno apresenta maior probabilidade de apresentar outros problemas associados, nomeadamente no que se refere ao comportamento e às relações sociais, assim como também associados à aprendizagem (Serra & Leal, 2008).

Relativamente às questões relacionais, através da aplicação do teste sociométrico, aplicado um mês após o início do ano letivo (tempo para que os alunos se pudessem conhecer), constatou-se que estes dois alunos, nas três questões colocadas (Ver Anexo III), foram classificados no grupo dos mais “rejeitados”, ou seja, nas atividades propostas à turma, os colegas selecionaram-nos como alunos que não escolheriam para interagir, o que leva a pensar que esta dificuldade relacional poderá estar associada a este transtorno.

No que se refere às dificuldades de aprendizagem, podem surgir problemas ao nível do desenvolvimento intelectual e realização académica, desenvolvimento da linguagem e do discurso, memória e outros processos cognitivos (Serra & Leal,

2008).

Segundo Gomes *et al.* (2007), o TDAH é um problema de saúde, cujas implicações afetam diretamente o desempenho escolar, podendo gerar problemas psicológicos e sociais aos seus portadores.

8.2.5. TRANSTORNO DE DÉFICE DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE E AS IMPLICAÇÕES NO AMBIENTE ESCOLAR

As crianças passam a maioria do tempo na escola, ambiente onde as regras são uma característica essencial. Nesta é requerido às crianças que ouçam, sigam as instruções, respeitem os outros, aprendam o que lhes é ensinado, se empenhem na aprendizagem e, sobretudo, que passem muitas horas sentadas, ouvindo mais do que falando. As manifestações clínicas da TDAH, podem ser muito precoces, mas é sobretudo na escola que as alterações da atenção e a excessiva atividade das crianças afetadas, constituem um problema grave. A desatenção constante, a incapacidade de estar quieto e o insucesso escolar são sinais que alertam os pais e os levam a consultar um médico ou um psicólogo (Monteiro, 2011).

Segundo Moreira e Barreto (2009), a maioria das crianças com TDAH ambicionam ter um bom rendimento escolar, como as restantes crianças, no entanto, a dificuldade de concentração e motivação, aliada a uma estrutura escolar inadequada para esses alunos, dificultam o seu desempenho, levando-os, normalmente, a conflitos com professores e colegas de turma.

Reis (2006), afirma que o professor, tendo em conta a forma como conduz a aula, é determinante no progresso e êxito escolar do aluno portador de TDAH. Ou seja, a forma como ele envolve o aluno na aula e como se relaciona com ele é imprescindível para o progresso e sucesso das aprendizagens.

8.2.6. TRANSTORNO DE DÉFICE DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE E A EDUCAÇÃO FÍSICA

A escola é um espaço educativo, aberto e diversificado, no qual as crianças e adolescentes encontram respostas individualizadas, tendo em conta as suas características (diversificadas de aluno para aluno).

Elias (2008), refere que a disciplina de Educação Física precisa ser reconhecida como uma instância de valorização e aperfeiçoamento das potencialidades dos alunos (autonomia, cooperação, participação social, e consolidação de valores morais e éticos), e não como uma oportunidade de seleção entre os indivíduos aptos e inaptos para a prática. É da competência do professor estimular o desenvolvimento dos alunos em todas as suas dimensões: cognitiva, corporal, afetiva, ética, estética e social, e deve proporcionar a inclusão dos alunos com necessidades especiais, sem provocar a sua exclusão. E assim, é importante conhecer os alunos, as suas dificuldades e limitações, para que o trabalho pedagógico seja inclusivo, pois a exclusão poderá também ocorrer pelo desconhecimento das diferenças, neste caso dos alunos com TDAH. Ainda Elias (2008), diz que a Educação Física é uma área privilegiada, na qual se pode desenvolver aspetos comportamentais, emocionais e psicológicos dos alunos, permitindo um melhor desenvolvimento biopsicossocial. Refere também, que nas aulas de Educação Física existe a possibilidade destes alunos extravasarem as suas energias, as quais ficam, muitas vezes, confinadas às cadeiras das salas de aula das restantes disciplinas. Assim sendo, é importante que os professores aproveitem essas energias, tornando-as aliadas na procura do envolvimento efetivo de alunos com TDAH nas aulas de Educação Física.

Tendo o diagnóstico do TDAH, o profissional de Educação Física pode elaborar estratégias de ensino que tenham aproveitamento individual, respeitando as limitações de atenção e comportamento desses alunos. E, por isso, é pertinente a pesquisa de estratégias para que alunos com este tipo de transtorno não se sintam excluídos, adotando formas de trabalho que os conduza a uma melhor aprendizagem.

8.2.7. ESTRATÉGIAS DE APRENDIZAGEM PARA ALUNOS COM TRANSTORNO DE DÉFICE DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE

Vasconcelos e Praia (2004), referem que as estratégias de aprendizagem são processos que servem de base para a realização de tarefas intelectuais e que conferem ao aluno a capacidade de examinar as tarefas, respondendo em consonância.

As crianças passam a maior parte do seu tempo na escola, partilhando no seio escolar a maior parte das suas atividades diárias. Assim, os docentes desempenham um papel fundamental junto dos alunos portadores de TDAH, na medida em que podem fazer a diferença na vida destas crianças. Não é fácil lidar com alunos com este transtorno, principalmente em turmas com elevado número de alunos. Contudo, para facilitar o nosso trabalho como docente e melhorar o processo de ensino-aprendizagem, é necessária a implementação de estratégias que possam ser utilizadas com alunos com TDAH, indo ao encontro das suas necessidades dos alunos.

Ora, Sosin e Sosin (2006), citado por Silva (2012), assim como Serafim *et al.* (2010); Giacomini e Giacomini (2006), referem que, de acordo com vários estudos, existem inúmeras estratégias que podem ser aplicadas pelos professores em sala de aula, com alunos portadores desta problemática, de modo a ajudá-los a tirarem o partido possível da escola.

Após análise das estratégias mencionadas pelos autores referidos, e como a lista de estratégias a adotar com estes alunos em sala de aula é infindável, foram selecionadas o conjunto que se deve adaptar às aulas de Educação Física, e que deverão ser tidas em consideração, para que se melhore as aprendizagens realizadas pelos alunos que apresente este transtorno:

- Manter uma relação próxima com a criança, aceitando o aluno tal como é, compreendendo a sua problemática e mostrar-se disponível para o ajudar;
- Trabalhar em equipa com os pais e os profissionais de saúde, dando a conhecer os progressos do aluno e os pontos a melhorar;
- Utilizar o reforço positivo;
- Adaptar as práticas educativas às características e necessidades do aluno;
- Dar tempo extra para que o aluno realize as tarefas da sala de aula, sem o

penalizar;

- Ser inovador e utilizar material didático e/ou lúdico;
- Utilizar uma linguagem clara e certificar-se que está a ser compreendido pelo aluno;

penalizar;

- Não ser monocórdico, deslocando-se pela sala de aula enquanto expõe a matéria;

- Usar, sempre que possível, exemplos concretos;

concentração;

- Sentar o aluno na primeira fila ou junto de alunos sossegados, longe de elementos de distração (janelas, portas, etc.);

- Manter a área de trabalho do aluno livre de materiais desnecessários;

sempre reagem positivamente a situações novas;

- Criar rotinas na sala de aula;

- Negociar com o aluno as regras a cumprir, assim como as recompensas e penalizações do cumprimento ou do não das mesmas;

troca dos comportamentos adequados;

- Evitar castigos desnecessários ou injustificados;

- Evitar humilhá-lo;

- Interromper exposições longas com pequenos intervalos;

- Utilizar uma música de fundo como forma de relaxamento;

períodos de tempo sentado;

- Propor tarefas definidas e de curta duração, que não ultrapassem 10 minutos ou, após esse tempo, modificar algo na tarefa, como por exemplo, alterar alguma regra ou dificultar a tarefa, pois as crianças TDAH não conseguem ficar muito tempo focadas numa só coisa;

alguma regra ou dificultar a tarefa, pois as crianças TDAH não conseguem ficar muito tempo focadas numa só coisa;

- Negociar com o aluno os limites de tempo para a realização de cada tarefa;

também corretivo quando necessário;

- Seguir de perto o trabalho do aluno;
- Promover atividades que desenvolvam a responsabilidade: fazer recados, distribuir materiais pela turma, arrumar o material escolar, *etc.*;
- Desenvolver momentos de autoavaliação;
- Evitar testes de escolha múltipla, uma vez que tende a confundi-los;
- Promover primordialmente atividades lúdicas de entreajuda (cooperação) entre estas crianças e os restantes alunos, reduzindo o número de atividades de carácter competitivo, pois estas podem estimular atitudes que geram má execução das atividades propostas, além de conflitos e discussões entre colegas (Schellin & Oliveira, 2009).

No que se refere ao último aspeto, Elias (2008,) salienta que as atividades cooperativas, são consideradas como um instrumento fundamental na Educação Física, pois possibilitam o uso de atividades com carácter coletivo, onde se pode desenvolver valores como a cooperação, o respeito às regras e à individualidade, além de desenvolver aspetos cognitivos, motores e a própria integração desses alunos na turma.

De acordo com o referido por Serafim *et al.* (2010), acredita-se que, se o professor de Educação Física utilizar nas suas aulas as estratégias e recursos propostos para a intervenção com crianças com TDAH, conseguirão obter um melhor aproveitamento no que se refere aos aspetos de ensino-aprendizagem dos seus alunos, face ao tempo diminuto que é disposto à Educação Física Escolar, e proporcionarão maiores possibilidades que os alunos se superem.

Tendo em conta o supracitado, tive em consideração estas estratégias e apliquei-as no contexto da disciplina de Educação Física, melhorando o processo ensino-aprendizagem dos alunos com esta problemática. Contudo estas estratégias estenderam-se a todos os alunos, mas em particular aos portadores do problema em estudo.

8.2.8. ESTRATÉGIAS DESENVOLVIDAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA E RESULTADOS OBTIDOS

Ao longo do presente ano letivo, e porque a turma com que desenvolvi o Estágio apresentava casos de transtorno de déficit de atenção com hiperatividade, diagnosticado clinicamente (Caso A), aprofundei os conhecimentos sobre o mesmo, o que me ajudou a identificar o outro caso da turma, que ainda estava por ser diagnosticada clinicamente (Caso B).

O Caso A, estava devidamente medicado e controlado, não apresentando sinais tão evidentes do seu transtorno. Já o Caso B, apresentava sinais evidentes do mesmo e que, por não estar devidamente diagnosticado, apresentava dificuldades ao nível da aprendizagem, colocando o seu sucesso escolar em causa. É de referir que o desconhecimento do Caso B pelos docentes, poderia influenciar a condução inadequada do seu processo de ensino-aprendizagem. Desta forma, e para que os docentes pudessem agir em conformidade com as suas características, tomaram-se algumas medidas que adequassem o processo de ensino-aprendizagem às suas características. Assim, e devido à minha intervenção, o Caso B encontra-se a ser acompanhado pela psicóloga, que depois de uma análise profunda do seu caso, conduzirá o mesmo aos responsáveis de saúde, para que o caso possa ser devidamente analisado e diagnosticado, e nos próximos anos o Caso B possa ter um processo ensino-aprendizagem adequado às suas características.

Com as características evidenciadas pelos alunos (Caso A e Caso B), após pesquisa sobre o tema, constatei que existem inúmeras estratégias que se podem adotar em sala de aula com alunos portadores desta patologia, e que melhore o processo de ensino-aprendizagem dos mesmos. Por isso, e para melhorar as aprendizagens da turma e destes alunos em particular, foram adotadas algumas das estratégias supracitas, das quais destaco:

- Manter uma relação próxima com a criança, aceitando o aluno tal como é, compreendendo a sua problemática e mostrar-se disponível para o ajudar;
- Utilizar o reforço positivo;
- Adaptar as práticas educativas às características e necessidades do aluno;
- Utilizar uma linguagem clara e certificar-se que está a ser compreendido pelo aluno;

- Promover atividades que desenvolvam a capacidade de atenção e concentração;
- Criar rotinas na sala de aula;
- Utilizar uma música de fundo como forma de relaxamento;
- Dar ênfase a atividades motoras, evitando que a criança tenha longos períodos de tempo sentado;
- Dar FB individualizado ao aluno. Este deverá ser habitual e positivo, mas também corretivo quando necessário;
- Propor tarefas definidas e de curta duração que não ultrapassem 10 minutos ou, após esse tempo, modificar algo na tarefa;
- Seguir de perto o trabalho do aluno;
- Promover atividades que desenvolvam a responsabilidade: fazer recados, distribuir materiais pela turma, arrumar o material escolar, *etc.*;

Com a aplicação destas estratégias nas aulas, e tal como o citado por Serafim *et al.* (2010), consegui obter um melhor aproveitamento destes alunos, estando estes focados nas situações de aprendizagem e controlados face a certos comportamentos que facilmente importunavam o bom funcionamento da aula. Um diagnóstico correto dos problemas dos alunos pode influenciar todo o processo ensino-aprendizagem, pois ao conhecer as características do aluno cabe ao docente a adoção de estratégias que corresponda às suas necessidades e colmate todas as dificuldades existentes, melhorando o processo ensino-aprendizagem.

Desta forma, ao ter profundado o tema devido ao Caso A, consegui detetar o Caso B, esperando que o mesmo seja devidamente acompanhado, no sentido que as suas aprendizagens sejam adequadas às suas características, para além de se poder proporcionar a esses alunos maiores possibilidades de superarem as suas dificuldades.

IX. CONCLUSÃO

O estágio foi o grande desafio da minha vida acadêmica, pois possibilitou a colocação em prática das aprendizagens adquiridas no ano antecedente e proporcionou um infindável número de novas aprendizagens, as quais ser-me-ão uteis como futura docente. Foi um ano de muito trabalho, mas imensamente compensador, porque me proporcionou o contacto com uma realidade escolar em que tenciono estar integrada, que até então desconhecia. Apesar da conjuntura atual não abonar a favor da carreira docente, e até que não esteja integrada na docência, irei trabalhar para que as aprendizagens realizadas possam ser reforçadas e atualizadas e para que quando entrar no mercado de trabalho esteja devidamente preparada.

Porém, senti inúmeras dificuldades que se prenderam essencialmente com o planeamento e com a avaliação, as quais deveram-se, essencialmente, à minha formação académica anterior ser diferente da presente, o que superei com a minha força de vontade e dedicação. No que se refere à realização essas dificuldades não foram tão evidentes, pois com um bom planeamento, a parte referente à realização tornou-se fácil. Sendo benéfico para a mesma, a observação de aulas de colegas de estágio e de outros professores, que me proporcionaram realizar aprendizagens essenciais para aplicação nas minhas aulas, visto que grande parte deles apresentam um nível de experiência superior ao qual possuo.

A minha total integração na comunidade escolar foi essencial, porque facilitou toda a minha perceção do funcionamento da grande instituição que é a Escola.

Tive, ainda, algumas dificuldades com o controlo de alguns alunos, que dificultou um pouco a minha tarefa, mas que foram sendo superadas com o conhecimento das características dos alunos, o que levou à adaptação correta da intervenção face às necessidades e características desses alunos. Em alguns alunos a rebeldia da idade fez com que tivesse de adotar um tipo de estratégias, assim como, e devido ao problema analisado (TDAH), foi necessário adotar um tipo de estratégias totalmente diferentes, mas que possibilitaram a melhoria do processo ensino-aprendizagem e conseqüente melhoria do aproveitamento dos alunos. Posso

salientar que, devido ao estudo do tema problema, consegui detetar um caso, que poderá melhorar muito o seu rendimento escolar, se for devidamente acompanhado.

X. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allal, L. (1986). *Estratégias de avaliação formativa: Concepções psicopedagógicas e modalidades de aplicação*. In L. Allal, J. Cardinet e P. Perrenoud (Org.), *A avaliação num ensino diferenciado*. Coimbra: Almedina. (Trabalho original em francês, publicado em 1979).
- Aranha, A. (2004). *Organização, planeamento e avaliação em educação física*. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Bento, J. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bloom, B., Hastings, J. & Madaus, G. (1971). *Handbook on formative and sumative evaluation of student learning*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Cardinet, J. (1993). *Avaliar é Medir?* Rio Tinto: Edições Asa.
- Castro, P.; Tucunduva, C., & Arns, E. (2008). A importância do planeamento das aulas para organização do trabalho do professor em sua prática docente. *Revista Científica de Educação/ATHENA*, vol. 10, nº. 10, jan./jun. Disponível em: <http://www.faculdadeexpoente.edu.br/upload/noticiasarquivos/1243985734.PDF>, acedido em 05 de janeiro 2013.
- Decreto-Lei nº 74/2004, de 26 de Março. Diário da Republica nº 73 – I Série A. Ministério da Educação. Portugal.
- DSM-IV (1996). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder-American Psychiatric Association* (4.ª ed.). Washington: Climepsi Editores;
- Elias, M. (2008). *Trabalhando o transtorno do deficit de atenção e hiperatividade na educação física*. Inserido no programa de desenvolvimento educacional. Curitiba. Brasil.
- Facion, J. (2004). Transtornos de déficit de atenção/hiperatividade (T.D.A.H): Atualização clínica. *Revista de Psicologia da UnC*, vol. 1, n. 2, p. 54-58. Disponível em : <http://www.nead.uncnet.br/2009/revistas/psicologia/2/23.pdf>, acedido em 08 de Dezembro de 2012.

- Fernandes, I. (2009). *O contributo do processo de ensino-aprendizagem, para a qualidade educativa na educação pré-escolar: Um estudo Exploratório*. Dissertação de Mestrado em Ciências da Educação, área de especialização em Desenvolvimento e Aprendizagem da Criança. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Filha, E. (2010). *Práticas pedagógicas inovadoras e centradas na formação humana*. Núcleo de Tecnologia Educacional da Universidade Católica do Rio de Janeiro.
- Giacomini, M., & Giacomini, O. (2006). Transtorno do déficit de atenção/hiperatividade e educação física . *Revista Digital* . Año 11 - N° 99. Agosto de 2006. Buenos Aires. Disponível em : <http://www.efdeportes.com/efd99/tdah.htm>, acedido em 08 de Dezembro de 2012.
- Gomes, M.; Palmirini, A.; Barbirato, F.; Rohde, L., & Mattos, P. (2007). Conhecimento sobre o transtorno do déficit de atenção/hiperatividade no Brasil. *J. bras. psiquiatr.* , vol. 56, n.2, pp. 94-101. ISSN 0047-2085. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v56n2/a04v56n2.pdf>, acedido em 08 de Dezembro de 2012.
- Mamedes, J. (s.d). Escola de ensino médio deputado Paulo Benevides. [Mensagem de blog]. Disponível em: <http://deppaulobenevides.blogspot.pt/2011/10/o-professor-so-pode-ensinar-quando-esta.html#>, acedido em 04 de Maio 2013.
- Lopes, R.; Nascimento, R., & Bandeira, D. (2005). Avaliação do transtorno de déficit de atenção/hiperatividade em adultos (TDAH): Uma revisão de literatura. *Avaliação Pedagógica*, vol. 4, nº1. (pp. 65–74). Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v4n1/v4n1a08.pdf>, acedido em 08 de Dezembro de 2012.
- Monteiro, A. (2011). *Hiperatividade e estratégias de intervenção: Aplicação de estratégias de intervenção por docentes do 1º CEB*. Dissertação de Mestrado em Ciências da Educação. Escola Superior de Educação Almeida Garrett.
- Moreira, S. & Barreto, M. (2009). Transtorno de déficit de atenção e hiperatividade: conhecendo para intervir. *Revista Práxis*. Ano I, nº 2 - Agosto 2009.p. 65-70.
- Moretto, V. (2008). *Planejamento: Planejando a educação para o desenvolvimento de competência*. (2.ª ed.). Editora Vozes: Petrópolis, Rio de Janeiro.

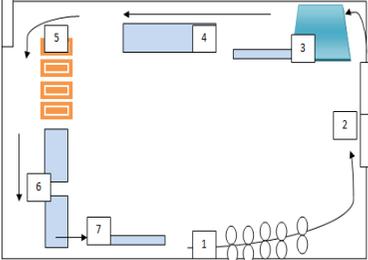
- Nobre, P. (2011). *Sebenta de avaliação pedagógica em educação física*. Faculdade de Ciências do Desporto e da Educação Física. Universidade de Coimbra.
- Oliveira, E; Cardoso, L.; Marques, M.; Freire, N., & Freires, R. (2011). Planejamento: uma ferramenta essencial para a Educação Física. *Revista Digital*. Buenos Aires, Año 16, N° 159, Agosto de 2011. Disponível em www.EFDeportes.com, acedido em 05 de Janeiro de 2013.
- Pediatrics A. A. (2000). *Clinical practice guideline: diagnosis evaluation of the child with attention-deficit/hyperactivity disorder*. American Academy of Pediatrics. Pediatrics;105:1158-70. Disponível em: <http://pediatrics.aappublications.org/content/105/5/1158.full.pdf>, acedido em 08 de Dezembro de 2012.
- Pestana, G. (2006). O Sucesso comunicativo nas atividades desportivas. Estudo do feedback do treinador e do desportista no ensino das atividades Desportivas. *Revista Horizonte*, XXI (124), pág. 29-35.
- Piéron, M. (1996). *Formação de professores - Aquisição de técnicas de ensino e supervisão pedagógica*. Faculdade de Motricidade Humana. Lisboa
- Pinheiro, A. (2008). *A importância do Estágio*. Disponível em: <http://www.artigonal.com/recursos-humanos-artigos/a-importancia-do-estagio-403435.html>, acedido em 10 de Abril de 2013.
- Projeto Educativo 2009-2013. *A comunidade na escola e a escola na Comunidade*. Agrupamento de Escolas de Oliveirinha.
- Quina, J., Costa, F. C., & Diniz, J. (1995). Análise da informação retida pelos alunos em aulas de educação física. *Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física* (12). (pp. 9-29).
- Reis, M. (2006). *A teia de significados das práticas Escolares: Transtorno de déficit de atenção/hiperatividade (TDAH) e formação de professores*. Dissertação de Mestrado em Educação. Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Brasil.
- Ribeiro, L. (1999). *Tipos de avaliação: Avaliação da aprendizagem*. Lisboa: Texto Editora. (pp. 75-92).

- Rohde L. & Halpern, R. (2004). Transtorno de déficit de atenção/hiperatividade: atualização. *Jornal de Pediatria* 0021-7557/04/80-02-Supl. (pp. 61-70).
- Sarmiento, P.; Rosado, A.; Rodrigues, J.; Veiga, A., & Ferreira, V. (1993). *Pedagogia do desporto - Instrumentos de observação sistemática da educação física e desporto*. (2.^a ed.), Oeiras: Edições FMH. - Universidade Técnica de Lisboa. Lisboa.
- Schellin, F., & Oliveira, F. (2009). Transtorno de déficit de Atenção/Hiperatividade e o Cotidiano Escolar: Implicações Pedagógicas. *Revista Didática Sistemática*, Edição Especial - Evento Extremos do Sul. Brasil.
- Serafim, P.; Oliveira, A. & Junior, M. (2010). *Identificação de estratégias de ensino para a intervenção psicomotora com crianças que apresentam transtorno de déficit de atenção, com e sem hiperatividade (TDAH/TDA)*. Faculdade de Ciências e Tecnologia – Educação Física.
- Serra, H. & Leal, M. (2008). *Distúrbio hiperactivo com défice de atenção e problemas de aprendizagem*. Dissertação de mestrado em Ciências da Educação. Universidade Católica Portuguesa.
- Siedentop, D. (1998). *Aprender a ensinar la edicacion física*. Barcelona: Inde.
- Siendentop, D. (1991). *Developing teaching skills in physical education*. (3 rd. ed.). Mountain View, CA: Mayfield Publishing Company.
- Silva, E. (2012). *Documento de apoio à unidade curricular de didática da educação física e desporto Escolar do MEEFEB*. FDEF-UC.
- Silva, P. (2012). *Perturbação de Hiperatividade e défice de atenção e o desporto*. Dissertação de Mestrado em Ciências da Educação. Escola Superior de Educação Almeida Garrett.
- Tyler, R. (1949). *Basic Principles of Curriculum and Instruction*. Chicago: University of Chicago. (Princípios Básicos de Currículo e Ensino. Tradução em Português, publicada em 1976. Porto Alegre: Globo.

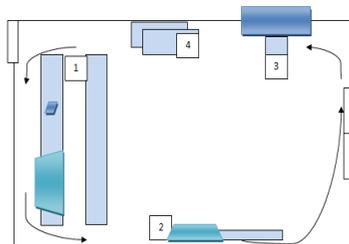
- Vasconcelos, C., & Praia, J. (2004). *Estratégias de aprendizagem e o sucesso educativo em ciências naturais*. Disponível em: <http://www.periodicos.udesc.br/index.php/linhas/article/viewFile/1245/1057>.

XI. ANEXOS

ANEXO I - PLANO DE AULA (EXEMPLO)

PLANO DE AULA						
ANO/ TURMA: 8º B		DATA: 07/01/2013		HORA: 12:25	DURAÇÃO:45'(35')	PERÍODO: 2º
ESPAÇO N.º: 2 (GINÁSIO)		AULA N.º: 38	AULA DA UD: 8	DE UM TOTAL DE:12		N.º DE ALUNOS PREVISTO: 26
UNIDADE DIDÁTICA: GINÁSTICA DE SOLO			FUNÇÃO DIDÁTICA: INTRODUÇÃO E EXERCITAÇÃO		PROF. ESTAGIÁRIO: ANA FERNANDES	
SUMÁRIO: INTRODUÇÃO E EXERCITAÇÃO DA RODADA; EXERCITAÇÃO DO ROLAMENTO À FRENTE, À RETAGUARDA ENGRUPADO, PONTE E AVIÃO E APOIO FACIAL INVERTIDO, RODA; SEQUÊNCIA GÍMNICA.						
OBJETIVOS GERAIS: Introdução: do elemento gímnico rodada e exercitação dos elementos gímnicos: Rolamento à frente e à retaguarda engrupado, avião e ponte e apoio facial invertido, roda e rodada. Realização de sequência gímnica. Desenvolvimento da condição física (força e flexibilidade, resistência aeróbia)						
RECURSOS MATERIAIS: Cd, aparelhagem, sinalizadores, 3 cunhas, colchoes de queda, colchões e espaldares.						
Tempo Ⓢ		Tarefa/Situações de Aprendizagem Objetivos Específicos	Estratégias de Organização	Objetivos Comportamentais	Critérios de êxito	E.E
Hora	Parcial					
Parte Inicial						
12:25	5'	5'	<p>Os alunos deverão sentar-se em semicírculo de frente para o professor.</p> 	Os alunos permaneçam em silêncio, enquanto o professor realiza a chamada e apresenta os conteúdos da aula.	Ouçam e compreendam a informação transmitida pelo professor	C O M A N D O / T A R E F A
12:30	8'	13'	<p>Os alunos distribuídos pelas várias estações ao sinal do professor executam o pretendido em cada uma passando posteriormente para o seguinte:</p> 	Os alunos, passem por todas as estações executando o pretendido em cada uma delas, em segurança.	Os alunos deverão realizar o exercício pretendido em cada uma das estações, aguardando a sua vez e respeitando o sentido da rotação.	
		<p>Entrada dos alunos Chamada Instrução inicial Apresentação do conteúdo da aula. Circuito Aquecimento Geral: Realização de um circuito, em que os alunos deverão passar rapidamente por cada um dos exercícios.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Em corrida, colocar um pé em cada arco; 2- Subir o espaldar andar lateralmente nele, até chegar ao último e descer e sair; 3- Subir o plinto e realizar a passagem por pino, com rolamento à frente; 4- Rolamento à frente até o final da pista; 5- Saltar de frente por cima dos steps a pés juntos; 6- Saltar de um colchão para o outro utilizando a corda; 7- Andar em cima da trave; <p>Objetivo: aumentar gradualmente a frequência cardíaca e o volume respiratório e a temperatura corporal dos alunos. Desenvolvimento da resistência aeróbia.</p>				

Parte Fundamental							
12:43	20'	33'	<p align="center">Ginástica de solo Exercício 1: Estações</p> <p>Estação 1: Sequência gímnica (o aluno escolhe a pista que mais se adequa às suas capacidades) - Rolamento à frente engrupado + meia pirueta + avião + Rolamento à retaguarda engrupado (com meio facilitador) + meia volta + Ponte + Roda + Apoio facial invertido (com meio facilitador) - Rolamento à frente engrupado + meia pirueta + avião + Rolamento à retaguarda engrupado + meia volta + Ponte + Roda + Apoio facial invertido</p> <p>Estação 2: Rodada <u>-Na cabeça do plinto</u> Realização da rodada, partindo de um plano superior, cabeça do plinto, realizando a recepção num colchão. Objetivo: Ganhar consciência da Rotação (180°) do tronco e bacia na passagem pela vertical e união dos M.I.; Impulsão simultânea dos M.S.; Fecho enérgico dos M.I. com forte impulsão dos M.S. (corveta).</p> <p>Estação 3: Apoio facial invertido -Apoio facial invertido contra o colchão de queda.</p> <p>Estação 4: - <u>Roda entre 2 colchões</u> Objetivo: Melhorar a colocação dos apoios e o alinhamento dos segmentos corporais na vertical.</p>	<p>A turma será dividida pelas 4 estações (2 estações com 6 elementos e 2 com 7 elementos) à ordem do professor deverão efetuar os exercícios pretendidos em cada uma das estações. Os alunos só passarão para a estação seguinte ao sinal do professor</p> <p>A estação 1 é constituída por duas pistas, onde o aluno deverá escolher a que mais se adequa às suas capacidades, visto que uma apresenta meios facilitadores e outra não.</p> <p>No exercício 4, enquanto um aluno executa a roda, dois dos alunos deverão estar a segurar o colchão</p> <p>A estação 3 é constituída pela execução do elemento gímnico roda, onde os alunos deverão executar ambos os exercícios constituintes da estação.</p>	<p>Os alunos executam os elementos gímnicos de forma correta respeitando as regras de segurança impostas pelo professor.</p> <p>O aluno passa por todas as estações. Devendo estar atento ao sinal dado pelo professor para o momento de transição de uma estação para a outra.</p> <p>Na estação 4, dois dos alunos dessa estação segurem o colchão enquanto o colega realiza o exercício, todos deverão realizar o exercício.</p>	<p align="center">Rodada</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pé de chamada longe do pé de balanço; - Flexão da perna de chamada com tronco desequilibrado à frente; - M.S. em elevação superior e em extensão; - Impulsão alternada dos M.I.; - Colocação alternada das mãos no solo; - Colocação da 2ª mão em rotação interna (dedos virados para outra mão); - Rotação (180°) do tronco e bacia na passagem pela vertical e união dos M.I.; - Impulsão simultânea dos M.S.; - Fecho enérgico dos M.I., com forte impulsão dos M.S. (corveta). <p align="center">Critérios de êxito</p> <p>Estação 1: Realização da sequência gímnica, tendo em consideração as componentes críticas.</p> <p>Estação 2: Realização da rodada, partindo de cima do plinto, a recepção dos pés no solo deverá ser em simultâneo.</p> <p>Estação 3: Realização da roda entre dois colchões, colocação dos apoios corretamente e passar na vertical sem tocar em nenhum colchão com nenhuma parte do corpo.</p> <p>Estação 4: Apoio facial invertido contra colchão de queda; Colocação das mãos à largura dos ombros; Mãos colocadas perto do colchão de queda; Realização de impulso com a perna de balanço.</p>	<p>C O M A N D O / T A R E F A / I N C L U S I V O</p>



Parte Final							
13:03	2'	35'	Os alunos deverão colaborar na arrumação do material. Revisão de conteúdos e questionamento sobre os conteúdos da aula. Esclarecimento de eventuais dúvidas. Saída dos alunos	Os alunos deverão dispor-se em semicírculo, de forma a que o professor se encontre de frente para eles. 	Os alunos ouvem atentamente a instrução final do professor e respondem quando solicitados	Os alunos deverão: - Compreender a informação transmitida pelo professor; - Sair da aula motivados para a aula seguinte.	C O M A N D O
13:05							

ANEXO II - PLANO DE AULA (DESCRIÇÃO DO SEU CONTEÚDO)

PLANO DE AULA					
ANO/ TURMA:		DATA:	HORA:	DURAÇÃO:	PERÍODO:
ESPAÇO N.º:	AULA N.º:	AULA DA UD:	DE UM TOTAL DE:	N.º DE ALUNOS PREVISTO:	
UNIDADE DIDÁTICA:		FUNÇÃO DIDÁTICA:		PROF. ESTAGIÁRIO:	
SUMÁRIO:					
OBJETIVOS GERAIS:					
RECURSOS MATERIAIS:					

Tempo Ⓞ			Tarefa/Situações de Aprendizagem Objetivos Específicos	Estratégias de Organização	Objetivos Comportamentais	Critérios de êxito	E.E
Hora	Parcial	Total					
Parte Inicial							
<ul style="list-style-type: none"> • Chamada: realizada à medida que os alunos vão entrando no recinto da aula, para assim rentabilizar o tempo de aula; • Estabelecimento de Regras; • Criação de rotinas; • Apresentação do conteúdo: colocação dos alunos em meia-lua, de preferência sentados. Realização de uma breve exposição dos conteúdos da aula. Para tal deve ser utilizado um discurso simples e claro, podendo também usar-se o questionamento como forma de verificar os conhecimentos dos alunos. • Organização da aula/material/exercícios: relativamente ao material e aos exercício, por vezes quando não é possível realizar antes da aula, poderá ser realizada no momento em que os alunos efetuam o aquecimento. • Relativamente organizações da aula, poderá ser realizada nesta parte inicial a constituição dos grupos. • Aquecimento: Mobilizar e ativar os principais grupos musculares e articulares, que estarão envolvidos nas tarefas da aula. 							
Parte Fundamental							
<ul style="list-style-type: none"> • Apresentação da tarefa: Esta deve ser realizada de forma simples e clara e sempre que possível acompanhá-la de uma demonstrar eficazmente. Sempre que possível utilizar os alunos como agentes de ensino. • Reforçar, durante a demonstração, os aspetos fundamentais da habilidade, usando palavras-chave e frases curtas; • Utilizar o questionamento e os alunos como agentes de ensino. • Controlo ativo dos alunos: colocação dentro do espaço de forma a ter um ótimo campo visual, no sentido de conseguir observar toda a turma, e intervir sempre que necessário, de forma: a conseguir resolver problemas que possam ocorrer durante a aula, a dar os devidos <i>Feedbacks</i> sobre as prestações dos alunos. Circular sempre pelo lado de fora. 							
Parte Final							
<ul style="list-style-type: none"> • Retorno à calma; • Alongamento: sempre que a aula o justificar e, neste o professor deve adotar o posicionamento de maneira a ter todos os alunos no seu campo visual. • Pode aproveitar este momento para informar os alunos sobre a sua prestação; • Utilização do questionamento como forma de averiguar os conhecimentos adquiridos ao longo da aula; • Realizar a extensão de conteúdos de modo a realizar a ligação dos conteúdos dados na aula os que irão ser abordados na aula seguinte; • Motivar os alunos para a próxima aula; 							

ANEXO III - TESTE SOCIOMÉTRICO

Nome: _____ Ano: _____ Turma _____ Nº _____
 Data: _____ de _____ de 2012

A. A turma vai ao cinema de automóvel. Em cada carro vão quatro alunos.

Quem levarias contigo no carro?

1º- _____

2º- _____

3º- _____

E quem não levarias contigo no carro?

1º- _____

2º- _____

3º- _____

B. A professora pede-te para realizares um trabalho de grupo com 4 elementos, quais são os 3 colegas da turma que escolherias para fazerem parte do teu grupo.

1º- _____

2º- _____

3º- _____

E quem não escolherias para fazer parte do teu grupo?

1º- _____

2º- _____

3º- _____

C. O professor(a) de Educação Física pede para fazer uma equipa de 4 elementos para um determinado desporto, que 3 elementos da turma escolherias?

1º- _____

2º- _____

3º- _____

E que 3 elementos não escolherias?

1º- _____

2º- _____

3º- _____