

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



Luís Miguel Linhares Perames

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA PROF.
DR. FERRER CORREIA, JUNTO DA TURMA 8º G, NO ANO LETIVO 2013/2014**

COIMBRA

2014

LUÍS MIGUEL LINHARES PERAMES

2009114612

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA PROF.
DR. FERRER CORREIA, JUNTO DA TURMA 8º G, NO ANO LETIVO 2013/2014**

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

Orientador: Mestre Miguel Fachada

COIMBRA

2014

Perames, L. (2014). *Relatório de Estágio Pedagógico*. Relatório de Estágio de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

AGRADECIMENTOS

Por detrás das nossas realizações pessoais, além de um considerável esforço próprio, esconde-se normalmente um número muito grande de contribuições, apoios, sugestões, comentários ou críticas vindas de muitas pessoas. A sua importância assume no caso presente uma valia tão preciosa que, sem elas, com toda a certeza, teria sido muito difícil chegar a qualquer resultado digno de menção.

Agradeço aos meus pais pelo apoio, suporte incondicional e por me terem proporcionado diferentes experiências de vida que me permitiram crescer pessoal e academicamente.

Ao Professor Edgar Ventura, pela orientação séria e meticulosa, pela crítica construtiva, pela disponibilidade de todos os momentos e pelo empenho que sempre demonstrou, contribuindo bastante para a minha formação.

Ao Mestre Miguel Fachada pela sua contribuição na minha formação académica, pelos conselhos e orientações pertinentes, fortalecendo sempre a minha postura como Profissional de Educação Física.

À Professora Ana Simões, docente da Escola Prof. Dr. Ferrer Correia, e Diretora de Turma do 8º G, por toda a disponibilidade e compreensão prestadas e por ter contribuído para a minha formação durante o processo de Assessoria ao Cargo de Diretor de Turma;

À Diretora da Escola, Professora Maria Graciete, pela aprovação e apoio necessário à consecução dos Eventos Desportivos realizados;

A toda a comunidade da Escola Básica Integrada com J.I. com o Prof. Dr. Ferrer Correia, pelo acolhimento, respeito e simpatia demonstrada no decorrer de todo o meu percurso como professor estagiário.

Aos Professores do Departamento de Educação Física da Escola pela colaboração e apoio demonstrado ao longo do Estágio Pedagógico;

Finalmente, aos meus colegas de Estágio, João Pereira, Luís Sousa e João Moreira por todo o trabalho de grupo e pelo espírito de equipa desenvolvido durante este ano letivo.

.A todos vós, os meus sinceros AGRADECIMENTOS.

Luís Miguel Linhares Perames, aluno nº 2009114612 do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, da Universidade de Coimbra, vem declarar por sua honra que este Relatório de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no art. 30.º do Regulamento Pedagógico da FCDEF.

RESUMO

O presente documento de Relatório Final de Estágio Pedagógico, ambiciona efetuar um balanço final, sobre a aquisição e aplicação de conhecimentos, através de uma prática docente, orientada e supervisionada, numa situação real de ensino a uma turma do 3º ciclo, na escola Professor Doutor Ferrer Correia. O Estágio Pedagógico, é o culminar de uma formação académica, promovendo um aprofundamento das competências, com vista à obtenção da profissionalização docente, preparando o aluno do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário para uma futura função de docência. Assim sendo, serão descritas e refletidas todas as fases desta formação, desde as atividades desenvolvidas ao nível de planeamento, realização e avaliação, juntamente com a justificação das decisões tomadas. Irei igualmente, refletir sobre as aprendizagens alcançadas ao longo do estágio, englobando também as expectativas, as dificuldades e as necessidades de formação e relativamente também à ética profissional, no que concerne à capacidade de iniciativa e responsabilidade e a grande relevância do trabalho individual e de grupo. O Estágio Pedagógico está, assim, orientado para uma possibilidade de aprendizagem e exercitação de conhecimentos, através do aperfeiçoamento de proficiências profissionais e pessoais, para uma possível integração na área de Ensino da Educação Física. Inclui também neste documento, o aprofundamento do tema escolhido face ao estágio, relacionado com o acompanhamento de um aluno com necessidades educativas especiais e o seu desenvolvimento, em todos os domínios básicos da atividade física e desportiva.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico. Ensino-Aprendizagem. Avaliação. Reflexão. Planeamento. Necessidades Educativas Especiais.

ABSTRACT

The present document of Final Report of Pedagogical Period of Training, aims to effect a final balance, of the acquisition and application of knowledge, through a teaching practice, guided and supervised, in a real situation of education to a class of the 3^o cycle, in the school Professor Doutor Ferrer Correia. The Pedagogical Period of Training is the culmination of an academic formation, promoting a deepening of skills, with sight to the attainment of the teaching professionalization, preparing the student of the Master in Teaching of Physical Education for Basic and Secondary Education for future teaching function. Thus, will be described and reflected all the phases of this formation, since the activities developed to the level of planning, accomplishment and evaluation, along with the justification of decisions. I will go also, reflect on the learnings achieved throughout the period, also encompassing the expectations, the difficulties and the necessities of formation and also relative to professional ethics, regarding the capacity of initiative, responsibility and the great relevance of the individual and group work. The Pedagogical Period of Training is therefore guided to a possibility of learning and knowledge drilling, by developing professional and personal proficiencies, for a possible integration in the area of Teaching Physical Education. Also included in this document, the theme chosen on the stage, related to the monitoring of a student with special educational needs and their development in all areas of basic physical and sports activities.

Keywords: Teacher Training. Teaching and Learning. Evaluation. Reflection. Planning. Special Education Needs.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	1
CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA.....	3
<i>Expetativas Inicias</i>	3
<i>Caracterização das Condições Locais e Relação Educativa</i>	4
<i>Caracterização da Turma</i>	5
DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DE ENSINO-APRENDIZAGEM	7
Planeamento	7
<i>Plano Anual</i>	8
<i>Unidade Didática</i>	10
<i>Plano de Aula</i>	13
Realização	14
<i>Instrução</i>	16
<i>Gestão</i>	18
<i>Clima / Disciplina</i>	19
<i>Decisões de Ajustamento</i>	21
Avaliação	22
<i>Avaliação Diagnóstica</i>	23
<i>Avaliação Formativa</i>	25
<i>Avaliação Sumativa</i>	27
<i>Componente Ético-profissional</i>	29
REFLEXÃO E JUSTIFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS.....	31
<i>Planeamento</i>	31
<i>Realização</i>	33
<i>Avaliação</i>	35
ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA	37
<i>Ensino-Aprendizagem</i>	37
<i>Compromisso com as Aprendizagens dos Alunos</i>	40
DIFICULDADES E NECESSIDADES DE FORMAÇÃO	41
ÉTICA-PROFISSIONAL	43
QUESTÕES DILEMÁTICAS.....	44

APROFUNDAMENTO DO TEMA.....	47
<i>Caracterização do caso / Origem de problemas</i>	47
<i>Metodologia</i>	49
<i>Momentos e Modo de Avaliação do Aluno</i>	50
<i>Objetivos</i>	51
<i>Descrição da Intervenção</i>	51
<i>Apresentação dos Resultados</i>	54
<i>Conclusões e Recomendações</i>	55
CONCLUSÃO FINAL	57
BIBLIOGRAFIA	58
ANEXOS	61
Anexo I – Plano de Aula.....	62
Anexo II – Grelha de Avaliação Diagnóstica	63
Anexo III – Grelha de Avaliação Formativa.....	64
Anexo IV – Grelha de Avaliação Sumativa	65
Anexo V – Grelhas de Medida de Independência Funcional	66
Anexo VI – Grelha e Esquema do Teste do Timed Get Up and Go.....	67
Anexo VII – Esquema do Circuito Técnico.....	68

INTRODUÇÃO

O presente documento constitui o Relatório Final de Estágio, que se insere no âmbito do plano de estudos do 2º ano de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e da Educação Física, na Universidade de Coimbra.

A elaboração deste relatório tem como principais objetivos, a apresentação das atividades efetuadas ao longo deste ano letivo, bem como efetuar uma reflexão sobre todas as aprendizagens desenvolvidas, no meu processo de formação, que terá grandes repercussões na minha vida futura como docente da disciplina de Educação Física.

Ao chegarmos à universidade adquirimos um vasto conhecimento teórico, porém muitas das vezes, é difícil relacionar a teoria e a prática, se não tivermos oportunidades de vivenciar momentos reais. O Estágio Pedagógico, é visto então como a integração entre a universidade, escola, a comunidade e onde o aluno mostra a sua criatividade, independência e postura.

Desta forma, o estágio é muito importante para a aquisição de uma nova visão sobre a prática profissional, onde o aluno tem a oportunidade de incorporar novas atitudes e práticas e de adquirir uma nova visão crítica sobre a sua área profissional.

“A experiência de várias décadas de formação de professores em Portugal e a investigação educacional (tanto no nosso país como no estrangeiro) mostram que a formação inicial não se pode reduzir à sua dimensão académica (aprendizagem de conteúdos organizados por disciplinas), mas tem de que integrar uma componente prática e reflexiva” (Alarcão, Freitas, Ponte, Alarcão e Tavares, 1997).

O estágio é um momento muito importante na vida dos mestrandos, pois é nesta fase que se encontra a possibilidade de colocar em prática os fundamentos teóricos que têm vindo a ser adquiridos na universidade, correlacionando-os com o ambiente quotidiano escolar.

Portanto, o discente tem a possibilidade de entrar em contato com o mundo escolar, pondo em prática todos os seus conhecimentos e continuar a sua formação, obtendo mais conhecimentos muito importantes para o desempenho da função docente.

Claro que para a sua experiência de estágio pedagógico ser bem-sucedida, é necessário contar com uma excelente orientação, que para além de auxiliar durante todo o percurso, amplia o olhar do estagiário, ultrapassando as verdades aparentes, dialogando sobre os possíveis imprevistos e desafiando a criar alternativas inovadoras.

Desta forma, a realização deste relatório funciona como reflexo da experiência, das aprendizagens adquiridas depois de um ano de lecionação através de um balanço construtivo e reflexivo. Este balanço será exposto através da apresentação clara, sucinta e objetiva, partindo da contextualização da prática pedagógica e da apresentação das minhas expectativas iniciais, passando pela descrição, reflexão e justificação das atividades e opções tomadas.

CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

Expetativas Inicias

É no espaço concreto de cada escola, em torno de problemas pedagógicos ou educativos reais, que se desenvolve a verdadeira formação. Universidades e especialistas externos são importantes no plano teórico e metodológico. Mas todo esse conhecimento só terá eficácia se o professor conseguir inseri-lo em sua dinâmica pessoal e articulá-lo com seu processo de desenvolvimento. (Nóvoa, 2001).

Em relação a este momento do meu desenvolvimento acadêmico pensava que não se baseava apenas na aplicação dos conhecimentos e de todas as informações adquiridas ao longo destes anos de aprendizagem mas também uma oportunidade para a partilha, interação de saberes e competências e tal como a aquisição de aprendizagens e especificidades das funções docentes. Um estágio, tal como qualquer formação devia ser orientado no sentido de desenvolver competências, quer pessoais, quer profissionais, que permitisse refletir sobre a construção do seu conhecimento e sobre as formas de o transformar em ação.

Considerava o estágio como um marco fundamental na minha formação, onde era possível criar expetativas em relação ao meu desempenho como profissional da educação, procurar as soluções mais adequadas para conjunturas difíceis e imprevistas, e corresponder à constante exigência de respostas adequadas e imediatas, tudo isto perante a confrontação com a verdadeira realidade de ensino.

Partia do pressuposto que, o estágio pedagógico nos entregava inúmeras interações quer do ponto vista pedagógico, científico, didático e social, pretendia ter em conta novas perceções, que poderiam aparecer, em relação à educação física. Pretendia com este estágio adquirir uma maior experiência a nível didático que me ajudasse a desenvolver mais eficazmente as minhas competências de ensino.

A ação dos professores dirigia-se ao bem dos alunos estando relacionada com o que é bom para eles como seres humanos: *a liberdade, a igualdade, a justiça, a autonomia pessoal, a compreensão*. Estes são valores educativos que deviam ser respeitados pelo docente. Compete à escola e aos professores desempenhar um importante papel formativo, designadamente, um papel no desenvolvimento sociomoral de todos os estudantes, estando incutidos também na transformação dos

alunos a nível ético, reforçando-os com valores de natureza ética. Pretendia desta forma, proporcionar o melhor processo de ensino-aprendizagem possível com o intuito de conseguir garantir a todos um conjunto de aprendizagens quer a nível físico, social, moral e pessoal. Para isso tive em conta todas as competências e aprendizagens que foram adquiridas ao longo do meu ciclo de estudos académicos, tal como a experiência de ter sido aluno e ter observado diversas formas de docência. Tive como intuito desenvolver competências ético-profissionais, decorrentes do exercício da função docente, na relação com os alunos, com a escola, com a direção, com os professores, pais e colegas de núcleo de estágio de forma empenhada e interventiva.

Pretendia ser dinâmico neste processo de ensino-aprendizagem, elaborando estratégias variadas, estando em constante contacto com os alunos conseguindo perceber as suas dificuldades e necessidades, visto que se devia ter em conta a heterogeneidade que existe nas turmas. Neste sentido não pretendia realizar a mera aplicação das diretrizes elaboradas a nível macro, mas sim ambicionava ser um profissional crítico com a intenção de inovar este processo que é longo e complexo.

Caracterização das Condições Locais e Relação Educativa

A Escola EBI/JI Prof. Dr. Ferrer Correia é pertencente ao agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo que é constituído pela EB 2,3 C/ Secundário José Falcão, pela EB/JI Ferrer Correia, por oito EB1 (sendo duas delas extensões) e por sete Jardins de Infância.

Está situada na aldeia serrana do Senhor da Serra, na Freguesia de Semide, tendo cerca de 450 habitantes. A aldeia do Senhor da Serra está inserida num meio rural que tem sofrido algumas alterações ao longo dos anos, onde a principal ocupação da população já não é maioritariamente a arboricultura, mas sim ambivalente, sendo quase inexistente a indústria. A aldeia do Senhor da Serra é um meio culturalmente pouco favorecido.

A escola Ferrer Correia, a nível de estruturas, é constituída por dois corpos de edifícios principais, de rés-do-chão e 1º andar, e pela nave secundária que é constituída pelo pavilhão Gimnodesportivo, propício à prática de modalidades como futebol, basquetebol, voleibol, jogos, badminton, hóquei de sala e corfebol. Anexada ao pavilhão encontra-se a sala de ginástica onde se desenvolvem as seguintes

modalidades: ginástica, dança, atletismo (salto em altura) e jogos. No exterior existem três campos de jogos (2 de basquetebol, 1 de futebol/andebol), uma caixa de saltos e uma zona destinada às modalidades de velocidade. Podemos assim constatar que a escola apresenta condições bastantes favoráveis para a lecionação da disciplina de educação física, o que é um fator importantíssimo para o sucesso no processo de ensino-aprendizagem.

A nível de corpo docente, podemos referir que maioritariamente é composto pelo sexo feminino, mas existindo alguns professores do género masculino. Denota-se que o corpo docente da escola é um grupo unido, onde existe um clima muito agradável de cooperação, entreajuda e boa disposição. Mostrando-se sempre prestáveis, cooperantes, simpáticos e divertidos, assegurando um clima agradável de trabalho.

Quanto à comunidade escolar o Agrupamento de Escolas de Miranda do Corvo tem, presentemente, uma população escolar de 1651 alunos, em que 249 alunos frequentam a escola EBI/JI Prof. Dr. Ferrer Correia, repartidos pelo jardim-de-infância, 1º Ciclo, 2º Ciclo e 3º Ciclo.

É importante também referenciar que a escola EBI/JI Prof. Dr. Ferrer Correia, apresenta uma parceria com um Lar de acolhimento para jovens desprovidos de meio familiar normal, em que alguns desses jovens frequentam a instituição escolar.

Caracterização da Turma

A escolha da turma que iria lecionar e o primeiro conhecimento de algumas características dos alunos, aconteceu na primeira reunião de conselho de turma, em que todos os professores da turma juntamente com a diretora de turma realizaram uma ligeira caracterização da mesma, revelando alguns aspetos e informações relevantes sobre alguns dos alunos, principalmente sobre aqueles que apresentavam maiores dificuldades e nos que apresentavam o pior comportamento. Estas informações foram pertinentes preparando-me para o primeiro contato e para a forma como me iria relacionar com a turma. Visto que *“a relação do professor com os alunos é um aspecto fundamental para alcançar os objetivos do processo de ensino.”* (Libâneo, 2004) Para além deste motivo, podemos reforçar que se não existir um bom relacionamento entre os intervenientes do processo de ensino, que

neste caso são o professor e os alunos, o clima de aula é mau o que leva a alguma desmotivação.

A turma do 8º G era constituída por 20 alunos, oito raparigas e doze rapazes, com uma média de idades de 13,25 anos, variando entre 12 e 15 anos. Os alunos residiam em diferentes locais, apesar de 30% pertencer a aldeia do Senhor da Serra.

Relativamente a dados escolares pude constatar que na turma existia uma grande percentagem (45%) de alunos que já tinham retido pelo menos um ano, remetendo o motivo dessas retenções para o mau aproveitamento. Claro que os fatores intervenientes numa relação de ensino e aprendizagem escolar são múltiplos e complexos e dificilmente é possível isolar um elemento como sendo inequivocamente determinante da não aprendizagem ou de sua insuficiência. Quanto às habilitações literárias que pretendem atingir no futuro, maioria dos alunos querem realizar apenas um curso profissional, demonstrando pouca ambição a nível escolar, em que apenas quatro alunos desejam prosseguir estudos até atingirem um curso superior. Penso que os fatores com maior influência neste aspeto são o meio sociocultural e o meio socioeconómico em que os alunos estão inseridos.

Proferindo agora dados mais relativos a disciplina de educação física, podemos começar referindo que 40% dos alunos, mais precisamente 8 dos 20 alunos da turma, apresentam problemas de saúde, mas nenhum deles tem algum impedimento de realizar a prática de atividade física, podendo participar normalmente nas aulas de educação física. Já relativamente as modalidades desportivas preferidas dos alunos, pude constatar que os alunos preferem as modalidades coletivas, em que as modalidades mais preferidas pelos mesmos são o badminton e o futebol, já a modalidade que eles menos apreciam é a ginástica. Os alunos da turma, apresentaram boas notas no final do ano transacto, em que mais de metade da turma (70%) tirou o nível 4, não tendo havido nenhuma negativa a disciplina de educação física, e em que um dos alunos tirou o nível 5.

Desde o início que notava que era uma turma que a nível de comportamento, não era das melhores, sendo bastantes distraídos, faladores, perturbando o decorrer das aulas, mas ao mesmo tempo notava-se que se tratava de uma turma com capacidades, existindo vários alunos interessados e empenhados.

DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DE ENSINO-APRENDIZAGEM

O Estágio Pedagógico, visa complementar a formação acadêmica, integrando o Estagiário numa situação única de formação e acompanhamento que enriquecerá a prática profissional futura, através da realização de várias tarefas inerentes à carreira docente. Mas, apesar disso nem toda a formação adquirida se torna diretamente aplicável, tendo que ser, em parte, adequados à realidade escolar, mais especificamente, à turma a que será lecionado as aulas.

Desta forma irei realizar uma análise descritiva de todo o processo ensino-aprendizagem focando-me sobre o meu trabalho e nas opções de ensino, nomeadamente sobre planeamento, realização, avaliação e componente ético-profissional.

Planeamento

"A planificação é um fenómeno de planear, de algum modo as nossas previsões, desejos, aspirações e metas num projecto que seja capaz de representar, dentro do possível, as nossas ideias acerca das razões pelas quais desejaríamos conseguir, e como poderíamos levar a cabo, um plano para concretizar."
Zabalza (2000)

O planeamento é uma ferramenta com uma importância fundamental para a organização profissional, devido à necessidade de conhecer e compreender o contexto em que se está inserido, com o intuito de realizar intervenções com qualidade.

A nível escolar o planeamento é um processo de racionalização, organização e coordenação da ação docente, articulando a atividade escolar e a problemática do contexto social. Na educação existe a integração de elementos escolares, como os objetivos, conteúdos e métodos, com a função de execução das atividades escolares e possibilitação das ações do professor na realização de um ensino de qualidade, evitando a monotonia e o desinteresse do processo de ensino-aprendizagem.

Mais precisamente na disciplina de educação física, o planeamento tem sido visto como um fator essencial, visto que a sua inexistência promove uma prática de

ensino sem objetivos definidos, proporcionando uma prática docente destituída de valor. E conseqüentemente sem interesse de promover o desenvolvimento integral das crianças e jovens, através da intervenção pedagógica. Tal como Siedentop (1998) refere, *“o desenvolvimento de um programa de educação física necessita de uma série de decisões concernentes aos objetivos perseguidos e às atividades que permitam alcançá-los (...)”*.

Para finalizar, o planeamento serve como apoio e permite uma melhor organização da prática pedagógica, devido a assumir *“um papel essencial, na medida em que leva a uma reflexão cuidadosa do educador sobre as actividades que vai realizar com o grupo de crianças, reflexão essa que permite sempre interrogar-se em função dos resultados e dos processos vivenciados. Isto pressupõe uma autocrítica, constante, para, numa permanente busca, melhorar a sua acção. (...) Assim, o docente deve adoptar estratégias de avaliação que fundamentem o desenvolvimento do “currículo” e o processo de ensino e de aprendizagem, tendo presente o conhecimento das áreas de conteúdo e a necessidade de se proporcionar uma grande diversidade de experiências (...)*. (Secretaria Regional de Educação e Ciência Pré-Escolar e Avaliação 2008)

Plano Anual

O plano anual realiza-se no início do ano letivo e deve ser exequível, global, rigoroso, flexível e orientado para o essencial. É considerado como a unidade estrutural do processo de ensino-aprendizagem que será desenvolvido durante o ano lectivo. Este documento revela-se como um documento fundamental de apoio e orientação ao professor, pois é nele que são definidas as linhas gerais orientadoras do processo ensino-aprendizagem da turma ao longo do ano letivo e estabelece uma sequência lógica de atuação. Apesar de serem definidas as linhas gerais de orientação, as opções que se fazem a este nível podem sofrer ajustamentos ao longo do ano, tendo como base o conhecimento da turma e dos alunos, pois é a partir da avaliação que o professor realiza as adequações consoante as necessidades de cada turma.

No início do ano lectivo, foi proposto a realização do plano anual referente à turma a que seria lecionado as aulas, durante o ano de estágio. Dei então início aos trabalhos preparatórios analisando, diversos documentos fundamentais para me

auxiliar na construção do planeamento, como o Programa Nacional de Educação Física, o Regimento Interno da Escola e as respetivas adaptações efetuadas pelo Departamento de Educação Física, sobretudo as modalidades estipuladas para o 3º Ciclo, mais precisamente para o 8º ano de escolaridade. Através dessas adaptações estipuladas pelo Departamento, tive a oportunidade de escolher as modalidades que seriam abordadas ao longo do ano letivo e a forma como seriam organizadas e distribuídas nos diversos períodos, sempre tendo em conta a planificação da rotação de espaços para a prática da modalidade. Garantindo o tempo de prática adequado a cada uma das modalidades. Outros fatores importantes que tive em consideração na escolha das modalidades e da sua organização foram as condições materiais, espaciais da escola, realizando um levantamento das mesmas para a realização da disciplina de EF e por último, as condições climatéricas nos diversos períodos letivos.

A análise do Programa Nacional de Educação Física e dos restantes documentos, não tem o intuito de realizar, apenas, uma cópia dos mesmos mas sim uma reflexão cuidada acerca deles, considerando e ponderando “*a apropriação das habilidades técnicas e conhecimentos, a elevação das capacidades do aluno e a formação das aptidões, atitudes e valores, proporcionadas pela exploração das suas possibilidades de atividade física adequada*”. (Programa Nacional de Educação Física)

Desta forma, foi elaborado um plano anual de turma onde foram desenvolvidos os seguintes aspetos:

- *Caraterização do Meio*, tendo importância, dado que permite ao professor conhecer o contexto social, cultural e económico em que a escola está inserida, e permite dar um maior conhecimento do meio em que se está inserido;
- *Caraterização da Escola*, permite ao professor ter conhecimento da caracterização da população escolar, da caracterização física da escola e dos equipamentos desportivos existentes. Estas informações visam dar um conhecimento mais aprofundado da escola e dos seus intervenientes e além disso são pontos importantes e decisivos no planeamento de todo o processo de ensino-aprendizagem.

- *Caraterização de Turma*, permite ao professor conhecer de um modo mais individualizado cada um dos seus alunos, permitindo actuar de um modo mais eficaz e adequado nos possíveis problemas que possam surgir durante o ano letivo, definir as estratégia a adoptar e, caso seja necessário, individualizar o ensino para algum aluno que apresente maiores dificuldades. Este item foi elaborado através de dados fornecidos pelo diretor de turma e por um questionário individual realizado na primeira aula do ano letivo.
- *Plano Anual de Turma da Disciplina*, compreende as informações relativas as matérias a leccionar nos respetivos espaços de aula, o sistema de rotação de espaços de aula, o calendário escolar, o plano anual de atividades e os objetivos anuais de turma. O plano anual de turma contempla as seguintes informações: número de aulas e os dias em que as mesmas serão leccionadas, as aulas correspondentes a cada período, o espaço onde as aulas serão leccionadas, as modalidades a abordar em cada período e em cada aula, as atividades que a turma irá realizar, os momentos de avaliação e os objetivos anuais, segundo o PNEF, que se pretende que os alunos atinjam no final do ano letivo;
- *Estratégias de Ensino*, neste ponto, foi definido as estratégias de ensino a utilizar-se nas diversas fases da aula, devido à sua grande relevância na eficácia da condução das aulas;
- *Estilos de Ensino*, contempla os estilos de ensino que mais se adequam a leccionação de cada uma das modalidades, procurando proporcionar um melhor processo de ensino-aprendizagem possível;
- *Avaliação*, sendo descritos os tipos de avaliação a realizar ao longo do letivo e os critérios de avaliação definidos pela escola;

Unidade Didáctica

Podemos dizer que uma unidade didáctica é, ou representa uma unidade de matéria apresentada no plano anual, ou seja, são planos de amplitude média correspondentes à extensão de cada um dos blocos de aprendizagem considerados nos planos a longo prazo. Desta forma a Unidade “*constitui uma parte essencial do programa de uma disciplina. Apresentando ao professor e aos alunos etapas claras*

e bem distintas do processo de ensino e aprendizagem, constituindo unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico” (Bento,1987)

Relativamente a duração de cada unidade didática, Bento (2003) refere que *“depende do volume e da dificuldade das tarefas de ensino e de aprendizagem, de princípios psicopedagógicos e didático metodológico, acerca da organização e estruturação do processo pedagógico, do estado de desenvolvimento da personalidade dos alunos.”*

Podemos constatar, que a elaboração deste documento visa o planeamento específico de todo o processo de ensino-aprendizagem de uma determinada modalidade, de modo a que sejam desenvolvidos e alcançados os objectivos pretendidos.

A realização do planeamento das Unidades Didáticas, iniciou-se sempre com uma leitura atenta do Programa Nacional de Educação Física para o 3º Ciclo, procurando conhecer os objetivos definidos para o ano específico dos meus alunos, que neste caso é o 8º ano de escolaridade. Estes mesmos objetivos definidos pelo PNEF, proporcionaram-me os conteúdos que iria abordar na avaliação diagnóstica com o intuito de conhecer as competências e as capacidades adquiridas pelos alunos, de modo a poder elaborar a planificação da Unidade Didática. A avaliação diagnóstica possibilitou-me a observação das dificuldades da turma e das capacidades motoras dos alunos em cada modalidade.

Depois da realização da avaliação diagnóstica e de analisar a informação obtida na mesma, dei início à criação de objetivos ambiciosos, desafiantes e ao mesmo tempo alcançáveis, tendo sempre como base o Programa Nacional de Educação Física para o 3º Ciclo mas adaptando o mesmo ao contexto real da turma. Algumas estratégias de carácter geral foram igualmente definidas, como forma de antecipação da organização das aulas e das tarefas, otimizando ao máximo as diferentes Dimensões.

Desta forma, analisando a estrutura e a informação da Unidade Didática, numa fase inicial, é apresentado a importância da modalidade no contexto escolar, a história da modalidade, a caracterização da modalidade, o regulamento da modalidade e os conteúdos técnicos e táticos (nas modalidades coletivas) que serão abordados ao longo das aulas da Unidade Didática.

De seguida, são exibidos os recursos disponíveis (humanos, matérias, espaciais e temporais) para a lecionação da modalidade, mostrando-se de grande relevância para o planeamento, visto que o professor apenas consegue planear tendo o conhecimento de todos os recursos disponíveis para lecionação. Após os recursos, a unidade didática contempla os objetivos que vão ao encontro das ambições do professor e as metas que ele pretende que os alunos atinjam no final da Unidade Didática, procurando que sejam realistas, exequíveis e ao mesmo tempo ambiciosas.

Depois da definição dos objetivos, é elaborado e exposto na Unidade Didática um conjunto de progressões pedagógicas, para o desenvolvimento dos diversos conteúdos programáticos tendo o intuito de atingir os objetivos definidos. As progressões são tarefas de aprendizagem que transitam os alunos de tarefas menos complexas e sofisticadas para tarefas mais complicadas e difíceis através da adição de complexidade e dificuldade.

A seguir ao leque de progressões pedagógicas, é apresentado as estratégias de ensino que assume um papel essencial no processo pedagógico. É essencial encontrar estratégias que sejam, no fundo, formas particulares de estabelecer a interação do aluno com o conhecimento, atendendo às suas necessidades e à melhoria nas suas aprendizagens. Sendo competência do professor, definir os métodos ou as técnicas que vai desenvolver, controlar e gerir no trabalho com o seu grupo, tomando decisões de acordo com os resultados que vai obtendo, tendo sempre em vista a consecução de objetivos definidos. Depois das Estratégias é colocado na Unidade a extensão e sequência de conteúdos, juntamente com a sua justificação, procurando ir ao encontro das necessidades dos alunos. Esta extensão e sequência de conteúdos, serve para planear quando é que os conteúdos serão lecionados à turma ao longo da Unidade Didática.

No final de cada UD procede-se a realização do balanço final, refletindo acerca da planificação e realização da mesma, tendo em conta a definição dos objetivos, a extensão e sequência de conteúdos e as decisões de ajustamento. É igualmente realizado a comparação entre a avaliação inicial e a final e a minha reflexão em relação ao meu desempenho e ao dos alunos, englobando uma apreciação global e sugestões de aperfeiçoamento.

Esta reflexão é importante não só porque ajuda o professor na sua formação e na sua evolução enquanto profissional, mas também porque um professor que reflete mais facilmente resolve os problemas que surgem no processo de ensino-aprendizagem.

Para finalizar é de extrema relevância referir que, tal como o plano anual, este é um documento flexível, ou seja, que permite ser ajustado às evoluções apresentadas pelos alunos ou outras situações que possam surgir.

Plano de Aula

O plano de aula, embora esteja inserido no nível mais baixo de planeamento, não significa que se trate de um documento de menor importância, exigindo por isso grande dedicação nos momentos da sua elaboração. Segundo Bento (2003), *“o plano de aula não pode ser ignorado nem subestimado, visto que o resultado de uma aula depende da qualidade da sua preparação”*. Referindo mesmo que *“o planeamento de uma boa aula é importante, pois trata-se do ponto de convergência entre o pensamento e a ação do professor”*.

Desta forma, para poder cumprir os objetivos propostos para a aula e assegurar uma boa organização e fluidez entre as tarefas, é imprescindível a construção do plano de aula, sendo este o fio condutor da ação propriamente dita.

Devido à grande importância dos planos de aula, eles foram sempre uma preocupação constante durante todo o ano letivo, quer pela sua elaboração, quer pela sua estruturação de tudo o que seria realizado, procurando planejar da melhor forma a aula. O pensamento persistente naquilo que iria resultar em aprendizagens mais eficazes, motivantes e interessantes, perdurou muito no planeamento das aulas.

Na elaboração do plano de aula e da sua estrutura, foram considerados diversos aspetos, para que o mesmo fosse claro e eficaz na interpretação e que contempla-se toda a informação indispensável e essencial para a aula. A definição do plano de aula foi levada a cabo pelo núcleo de estágio, quer em termos estéticos, metodológicos, terminológicos quer em pedagógicos, mas sempre sob a orientação do Professor Orientador (Ver Anexo I). O Professor Orientador colaborou, fornecendo o seu parecer e sugerindo algumas melhorias, contribuindo para o aperfeiçoamento do mesmo e sua funcionalidade. Desta forma, a construção do plano de aula é imprescindível refletir sobre o que queremos ensinar, considerar

como serão alcançados os objetivos, ou seja, os recursos, as tarefas de aprendizagem, entre outras coisas e definir o que queremos observar na aula, estabelecendo os critérios de êxito dos diferentes conteúdos. Para além, de se considerar os diferentes fatores para o sucesso da aula e do cumprimento dos objetivos definidos, é indispensável e fundamental refletirmos sobre as diversas situações de instrução, transição, organização e de alguns imprevistos que possam acontecer no decorrer da aula, de modo, a se conseguir ajustar o plano de aula sempre que necessário.

Relativamente ao planeamento das aulas, fui sempre procurando estruturar uma aula que proporcionasse aos alunos o maior tempo de empenhamento motor possível e sempre tentando elaborar tarefas dinâmicas e adequadas ao nível dos alunos e do objetivo da aula. Desta forma, tive a intenção que houvesse sempre aprendizagem nas aulas, não excluindo nenhum aluno por dificuldades e procurando que os mais aptos pudessem evoluir as suas capacidades.

Tal como todos os outros planeamentos elaborados sobre o processo de ensino-aprendizagem, também o plano de aula, após a sua concretização, era alvo de análise. Deste modo, objetivando completar este processo de planeamento, era realizado, no final de cada aula, uma reflexão com os restantes elementos do núcleo de estágio e com o professor orientador e depois expresso por escrito em forma de relatório. Quanto ao relatório foi realizado tendo em conta as opiniões debatidas na reflexão do final da aula, mas foi efetuado principalmente a partir da minha introspeção relativa às diferentes dimensões de intervenção pedagógica.

Importa ainda referir que se trata de mais um documento orientador do professor, devendo por isso apresentar uma boa flexibilidade de adaptação aquando da sua concretização. No momento da leccionação da aula ou mesmo durante a aula, o professor poderá sentir a necessidade de reajustar o planeamento às necessidades dos alunos ou a qualquer imprevisto que tenha surgido.

Realização

“ (...) a componente de formação profissional prática, em situação oficial, real ou simulada, é concebida como uma espécie de prisma rotativo que possibilita ao formando uma visão caleidoscópica do mundo do trabalho e dos seus

problemas e, permitindo uma reflexão dialogante sobre o observado e o vivido, conduz à construção ativa do conhecimento na ação segundo uma metodologia de aprender a fazer, fazendo”. Alarcão (1991)

Posteriormente à realização do planeamento do ensino, tarefa essencial para a orientação do processo pedagógico, chega o momento de aplicação do mesmo em contexto de aula, pondo à prova o professor no que respeita à condução e realização da aula.

Este momento de prática pedagógica, segundo Huberman (2000) é caracterizado pelos estágios de sobrevivência e descoberta. Sendo que a sobrevivência está relacionada com o ‘choque com o contexto real’, ao constatar a complexidade das situações na profissão que envolve “*a investigação constante, a preocupação consigo próprio, a distância entre os ideais e as realidades quotidianas da sala de aula, a fragmentação do trabalho, a dificuldade em fazer face, simultaneamente, à relação pedagógica e à transmissão de conhecimentos, a oscilação entre relações demasiado íntimas e demasiado distantes, dificuldades com alunos que criam problemas, com material didático inadequado etc.*”

No desenrolar da atividade docente, o desenvolvimento e a prática das diferentes habilidades pedagógicas nas aulas é de grande relevância para o sucesso do processo de Ensino-Aprendizagem. Habilidades, que se baseiam no tempo de empenhamento motor por parte do aluno nas atividades, na reação do professor às prestações e ainda o clima e organização da atividade.

Desta forma ao longo deste processo de prática pedagógica pude constatar, tal como a autora Alarcão (1991) referencia, que “*a simples aplicação da regra é insuficiente*”, tendo obrigado a desenvolver “*novos raciocínios, novas maneiras de pensar, de compreender, de agir e de equacionar problemas*”, de modo a evoluir como docente. Por isso mesmo, que acho que esta componente prática do estágio pedagógico é essencial para a formação de professores, tal como Formosinho (2001) menciona “*(...) É a fase de prática docente acompanhada, orientada e reflectida que serve para proporcionar ao futuro professor uma prática de desempenho docente global em contexto real que permita desenvolver as competências e atitudes necessárias para um desempenho consciente, responsável e eficaz.*”

Instrução

A instrução surge com uma função didática importantíssima para a operacionalização do ensino e, conseqüentemente, para a transmissão dos conteúdos, conceitos e parâmetros pedagógicos inerentes ao desenvolvimento natural dos jovens. Podemos assumir, de um modo geral, que o processo de comunicação envolve a transferência e compreensão de significados entre pessoas, pois ela apresenta diversas funções: Instrução (para facilitar a aprendizagem), controlo (do comportamento dos alunos), motivação (apresentação de objectivos), e expressão emocional (expressão de satisfação) (Graça, 2001). Englobando, igualmente, todos os comportamentos verbais e não-verbais (exposição, explicação demonstração, feedback, entre outras formas de comunicação, nomeadamente, não-verbais) que estão intimamente ligados aos objectivos da aprendizagem. Concluindo, assim que o processo de ensino-aprendizagem está inevitavelmente conectado ao processo de instrução, sendo considerado como a “chave” da estruturação e modificação das situações de aprendizagem, no sentido de proporcionar a própria aprendizagem (Silverman, 1994).

No início do estágio pedagógico, foi sentido alguma dificuldade em garantir uma boa qualidade na instrução durante os vários momentos de aula. Uma vez que as instruções, devido à inexperiência, não eram simples, objetivas e sucintas, sendo transmitidas, por vezes, inúmeras informações aos alunos, o que levava por sua vez a uma extensão do tempo de instrução e, conseqüentemente, a uma redução do tempo de empenhamento motor. Ao longo das aulas, ao ganhar mais experiência e maiores conhecimentos pedagógicos, e naturalmente, evoluindo na capacidade de instrução resultou numa melhor capacidade de seleção da informação e na realização de uma instrução mais segura, adequada, pertinente e sucinta reduzindo, desta forma, o tempo gasto em instruções e proporcionando, conseqüentemente, um melhor funcionamento das aulas e das aprendizagens dos alunos. Esta questão do tempo das instruções e explicações é fundamental nesta dimensão, devido a ser um dos meios para obter a atenção dos alunos para a tarefa, promovendo a compreensão e interpretação da mesma e aumentando o tempo de prática motora, garantindo a qualidade e pertinência da informação. Tal como Werner & Rink (1987) defendem que *“a eficácia instrucional baseia-se na utilização adequada de palavras-chaves combinadas com uma demonstração do conteúdo a ensinar”*.

Relativamente à dimensão instrução nas aulas ao longo do ano letivo, foi elaborado e efetuado em todas as aulas uma preleção inicial e uma final com o objetivo de contextualizar a aula com a Unidade Didática, sendo que na preleção inicial era realizado a transmissão dos objetivos da aula, conteúdos a abordar e as finalidades da aula, já em relação à preleção final era concretizado uma revisão dos conteúdos lecionados, uma análise da aula e uma ligação com a aula seguinte da Unidade Didática. Relativamente à instrução/explicação dos exercícios, foi um processo evolutivo, melhorando cada vez mais ao longo das aulas a minha capacidade de transmissão de informação aos alunos, procurando fazê-lo sempre de uma forma clara, acessível e objetiva, comunicando de forma audível e positiva e focalizando-me nos aspetos mais importantes da tarefa. Quanto às demonstrações, procurei utilizar sempre a minha demonstração e, por vezes utilizei, alguns alunos como agentes de ensino, de preferência usando sempre o modelo mais próximo daquilo que é o ideal de execução, proporcionando a melhor imagem possível da tarefa, de frente para os restantes alunos ou na perpendicular por forma a facultar-lhes diferentes ângulos de visão.

No que se refere à instrução durante a parte fundamental da aula, mais precisamente no que diz respeito aos feedbacks pedagógicos, houve, igualmente, uma evolução positiva na minha intervenção tendo vindo ao longo das aulas a aumentar exponencialmente a quantidade de feedbacks e a melhorar a sua qualidade e pertinência. Visto que os progressos numa aprendizagem estão dependentes de um conjunto de factores, entre os quais, a necessidade de feedback regular, acerca dos resultados da prática motora (Rosado, 1997). O feedback chega mesmo a ser considerado como a variável mais importante no controlo das aprendizagens (Bilodeau, 1969, in Rosado, 1997), sendo encarado como um elemento essencial da qualidade de ensino, representando 20 a 25% da variação na aprendizagem (Bloom, 1976, in Rosado, 1997). Procurei intervir sistematicamente de forma pertinente e clara, fornecendo feedbacks diversificados e dirigidos, utilizando sempre que possível o feedback positivo, motivando os alunos para a prática e aumentando a sua participação nas tarefas de aprendizagem. Procurei, também, verificar sempre o efeito pretendido do feedback, visto que é de enorme relevância para o processo de ensino-aprendizagem, de modo a poder diagnosticar e prescrever outro feedback caso seja necessário. A utilização do *feedback*

interrogativo também foi privilegiado como forma de verificação do efeito pretendido e desenvolvendo a capacidade de reflexão dos alunos, envolvendo-os no processo de ensino-aprendizagem.

Gestão

A gestão pedagógica como estratégia de ensino envolve não só as atividades de aprendizagem, controlando o tempo de aula no que respeita a transições, organizações e instrução, mas também o clima emocional e o comportamento dos alunos.

É dever do Professor, aquando da elaboração do plano de aula, idealizar, refletir e antecipar imprevistos procurando soluções para eles, como forma de otimizar ao máximo o tempo de aula. A falta de organização gera perdas de tempo. Tempo que pode e deve ser aproveitado para a exercitação e, por conseguinte, para a aprendizagem da matéria de ensino (Piéron, 1996).

A gestão do tempo de aula, constitui um dos aspectos fundamentais para o sucesso da aula e encontra-se dependente das condições de espaço e tempo, materiais e características da turma, dos alunos e das actividades a desenvolver em cada aula. O sucesso de uma boa gestão do tempo disponível de aula, começa antes do toque de entrada, é durante esse período de tempo que devemos verificar se todo o material necessário está disponível e sempre que for possível, fazer a sua montagem no espaço de aula, para que quando os alunos cheguem não exista perdas de tempo nessa tarefa nem focos de distração nem dispersão. A gestão organizacional eficaz tem como finalidade o envolvimento ativo dos alunos na atividade, manutenção de ordem e disciplina e o uso eficaz e controlado do tempo de aula. De acordo com Rink (2006) a gestão é *“a promoção de um ambiente de aula e a sua manutenção, através do desenvolvimento de um comportamento apropriado e de uma envolvimento do aluno no conteúdo lecionado”*. Salienta ainda, que *“um dos primeiros passos para atingir uma boa organização nas turmas é estabelecer rotinas e regras continuamente enfatizadas e atribuídas à responsabilizada dos alunos”*. Assim, *“o sistema de gestão das tarefas corresponde a um plano de ação do professor que tem, ainda, por objetivo a gestão do tempo, dos espaços, dos materiais e dos alunos, visando obter elevados índices de*

envolvimento, através da redução da indisciplina e fazendo uso eficaz do tempo” (Rosado & Ferreira, 2009).

Podemos concluir, desta forma, que a gestão eficaz de uma aula consiste num comportamento do professor que produza elevados índices de envolvimento dos alunos nas tarefas das aulas, um número reduzido de comportamentos inapropriados, e o uso eficaz do tempo de aula. Ou seja, esta dimensão é fulcral para a condução e controlo da aula, tendo em conta o controlo do clima emocional, a gestão do comportamento dos alunos e das situações de aprendizagem.

Clima / Disciplina

As dimensões de Clima e de disciplina são de extrema importância na intervenção pedagógica de qualquer docente. Estas dimensões pedagógicas estão intimamente interligadas, tal como podemos constatar pela citação de Januário *et al.* (2006), “*os comportamentos desviantes ou de indisciplina parecem figurar entre os que, mais frequentemente, apresentam uma relação negativa com as aprendizagens e com o clima da aula, sendo os comportamentos perturbadores dos alunos percebidos pelos professores como ameaças à criação de um clima pedagógico favorável e, conseqüentemente, às aprendizagens.*”

Relativamente a dimensão de clima, esta corresponde aos aspetos de intervenção pedagógica relacionados com as interações pessoais, relações humanas e ao ambiente de aula. Uma das intenções principais da escola é de desenvolver cognitivamente, moralmente, psicologicamente e socialmente os alunos para a sua vida futura. Desta forma, tornou-se prioridade que fosse criado um bom clima de acordo com fatores de análise de interações e comportamentos significativos humanos, relacionando com as interações com o desempenho e mantendo o entusiasmo no aperfeiçoamento dos alunos.

Ao longo das aulas procurei criar um ambiente favorável à aprendizagem dos alunos, motivando-os e desafiando-os a superarem-se a si próprios. Devido aos alunos no início do ano não terem apresentado um bom comportamento o que influenciou um bocado o clima de aula, a minha ação teve de ser consistente, credível, positiva e exigente, intervindo face a comportamentos significativos e ligando a interação à tarefa, corrigindo, estimulando, solicitando e elogiando, preocupando-me em promover comportamentos responsáveis no aluno. Uma turma

com estas características também é um desafio para o professor, pois um bom clima de aula só se consegue se formos criativos no tipo de tarefas que propomos, evitando tempos mortos na aula e se conseguirmos transmitir entusiasmo por aquilo que estamos a fazer. No que diz respeito ao clima da aula acho que consegui, ao longo do ano letivo, planejar umas aulas motivantes e dinâmicas, tendo na sua maioria muito tempo de empenhamento motor na tarefa, julgo que a maioria dos alunos sentiu prazer a realizar as aulas de Educação Física, dando-me a entender que gostavam de participar nas aulas. De modo a conjugar o clima de aula com as aprendizagens dos alunos, foram utilizadas inúmeras estratégias como o recurso a situações de jogo, criação de tarefas competitivas, criação de torneios, entre outras. Ao garantir o bom clima de aula, foi conseguido que os alunos se empenhassem nas tarefas de aprendizagem propostas.

Na dimensão pedagógica de disciplina, quando se deseja elucidar um conceito, ou apresentar uma teoria explicativa do problema de disciplina/indisciplina, não é possível atribuir a responsabilidade a apenas um dos atores, constatando que se trata de uma questão relacional entre vários intervenientes.

A promoção de um clima de disciplina é fulcral para um meio favorável ao processo de aprendizagem, pois de acordo com Siedentop (1998), a disciplina é importante porque os alunos aprendem melhor numa turma disciplinada. Deste modo, a disciplina é, não só, o resultado da utilização de técnicas de modificação comportamental, mas também o resultado de um bom ensino, produto da convergência das relações afectivas existentes, do bom uso da autoridade, da boa organização e planificação das tarefas da aula adequadas ao nível de desenvolvimento dos alunos.

Penso que a abordagem que estabeleci na primeira aula do ano lectivo, não se demonstrou a mais correta, visto ter demonstrado um comportamento descontraído, tentando criar uma clima de empatia com os alunos logo desde o início, mas aconteceu precisamente o contrário, criando nas primeiras aulas do ano letivo alguns comportamentos de desvio. Penso que isso se deveu ao alunos “ganharem” demasiada confiança, o que me dificultou um bocado o controlo da turma na fase inicial do ano letivo. Deste modo, e devido a algumas situações de indisciplina, optei por alterar a minha postura nas aulas e fora delas, fazendo perceber aos alunos que não estavam a apresentar comportamentos adequados nas

aulas. Depois de algumas aulas consegui ganhar o respeito e o controlo total da turma, reduzindo muito consideravelmente os comportamentos de desvio dos alunos. Para conseguir atingir este respeito e controlo foram adoptadas algumas estratégias que visavam reduzir as situações de indisciplina como, na formação dos grupos de aula, separação dos alunos que apresentavam maiores desvios de tarefa, uma boa circulação e um correto posicionamento por minha parte nas tarefas, repreensões orais, questionamentos e castigos.

Decisões de Ajustamento

O processo de ensino-aprendizagem é susceptível a uma enorme quantidade de fatores internos e externos, que o condicionam, conferindo-lhe assim uma instabilidade e uma grande dinâmica. Sendo este processo muito sensível a adaptações e decisões de ajustamento, é necessário desenvolver uma aptidão de decisão e de redefinição, para ajustar/corriger algo que não posso ir de encontro aos objetivos pré-definidos.

Para o professor, existem duas competências essenciais para efectuar uma boa decisão de ajustamento. Em primeiro lugar, tem de saber detectar a lacuna e, posteriormente, tem de ser criativo para a corrigir de forma adaptada sendo fiel aos objetivos a atingir. Na minha opinião, acho que esta capacidade de ajustamento está intimamente ligada com a experiência, devido a que um professor com uma maior experiência consegue mais facilmente adaptar-se à maioria das situações, enquanto um professor com menos experiência de ensino terá sempre mais dificuldades em arranjar uma solução.

Deste modo, torna-se importante referir que a existência de um planeamento serve apenas como uma linha orientadora, cabendo ao professor ter uma capacidade de decisão e improviso, no sentido de colmatar estas contrariedades que vão surgindo ao longo da sua intervenção pedagógica.

Assim, no decorrer de algumas aulas, perante imprevistos ou lacunas detetadas, foi necessário tomar decisões de ajustamento, em que inicialmente senti algumas dificuldades, existindo até situações no primeiro período em que não consegui solucionar algumas contrariedades com que me deparei. Numa fase posterior já não senti tanta dificuldade, pois já tinha adquirido uma maior experiência

e facilmente conseguia elaborar uma solução para colmatar os imprevistos permitindo-me adaptar e, conseqüentemente, atingir os objetivos pré-definidos.

Importa referir como jeito de conclusão, que a reflexão permite o aperfeiçoamento da prática pedagógica caso seja efetuada de uma forma responsável e numa perspetiva de ação – reação, ou seja, refletindo para que depois seja possível a alteração do que funcionou pior e manutenção do que funcionou melhor, conscientes das razões (o porquê) desse mau ou bom funcionamento.

Avaliação

“A avaliação, enquanto parte integrante do processo de ensino e de aprendizagem, constitui o instrumento regulador das aprendizagens, orientador do percurso escolar e certificador das diversas aquisições realizadas pelo aluno.” (Decreto-Lei nº6/2001, 18 de Janeiro).

Ao situarmos a avaliação das aprendizagens no contexto da intervenção pedagógica, devemos considerá-la enquanto processo que nos permite recolher as informações necessárias à orientação, regulação e controlo da aprendizagem e desenvolvimento dos alunos.

A avaliação está estritamente ligada a natureza do conhecimento, e uma vez reconhecida essa natureza, a avaliação deverá ajustar-se a ela se quiser ser fiel e manter a coerência epistemológica. Assim percebemos que a avaliação não é apenas uma prática escolar, uma atividade neutra ou meramente técnica, e sim uma atividade dimensionada, de ciências e de educação, que irá traduzir a prática pedagógica. Podemos constatar que o processo de avaliação está relacionado à produção de informações sobre determinada realidade e é algo que está bastante presente no quotidiano escolar, tradicionalmente, os professores aferem a aprendizagem dos seus alunos através de diversos instrumentos (observações, registros, provas etc.) e indicam, a partir daí, o que precisa ser feito para que eles tenham condições de avançar no sistema escolar. Desta forma, é importante que sejam proporcionados aos alunos vários momentos de avaliação, multiplicando as suas oportunidades de aprendizagem e diversificando os métodos utilizados, pois, assim, permite que os alunos apliquem os conhecimentos que vão adquirindo, exercitem e controlem eles próprios as aprendizagens e competências a

desenvolver, recebendo feedback frequente sobre as dificuldades e progressos alcançados.

Este processo da intervenção pedagógica permite ao professor identificar os pontos onde o planeamento não resultou, concebendo assim estratégias alternativas de remediação e reorganização da planificação segundo os resultados obtidos, e proporciona uma base indispensável à classificação dos alunos. Como refere o Despacho normativo n.º 98-A/92, *“a avaliação dos alunos no ensino básico é um elemento essencial para uma prática educativa integrada, permitindo a recolha de informações e a tomada de decisões adequadas às necessidades e capacidades do aluno.”*

Falando propriamente do processo, as funções pedagógicas da avaliação segundo Cardinet (1983) são de regulação (formativa), de Certificação (Sumativa) e de Seleção (diagnóstica), sendo que devem ser cumpridas ao longo do ano letivo nas diversas unidades didáticas.

A avaliação em Educação Física deve ser feita em três domínios: Psicomotor (competências técnicas e táticas e capacidades motoras coordenativas e condicionais), Sócio Afectivo (atitudes e valores) e Cognitivo (conhecimentos).

A avaliação é um processo que deve ser efetuado de modo contínuo, progressivo e cumulativo. Para conseguir realizar este processo de avaliação orientei-me pelos critérios de avaliação estabelecidos pela escola, pelo departamento de educação física e pelo professor, permitindo-me determinar o grau de sucesso dos alunos. Os critérios de avaliação são regras de qualificação da participação dos alunos nas atividades escolhidas para a realização dos objetivos e do seu desempenho.

Avaliação Diagnóstica

A avaliação diagnóstica é realizada no início de cada período e no início da lecionação de cada modalidade, onde são observados alunos em todas as matérias que se pretendem lecionar, registando quais são as que suscitam mais dificuldades e quais os objetivos que devemos abordar com mais atenção. Apesar de esta avaliação ser geralmente efetuada no início de cada modalidade, não quer dizer que não possa ser realizada noutra altura tal como Ribeiro (1999) defende, que “a

avaliação diagnóstica, é, fundamentalmente, utilizada no início de novas aprendizagens, não estando assim ligada a qualquer período temporal”.

Ao refletir sobre a função da avaliação diagnóstica, a ênfase é dada a identificar os conteúdos e competências, com o objetivo de saber qual é o nível que o aluno se encontra, bem como destacar que o seu principal foco não é voltado à nota, mais sim num diagnóstico para compreender o processo da produção do conhecimento. De facto Bloom (1976), citado por Ribeiro (1999), afirma que se compreende a importância da ação de avaliar se o aluno está ou não de posse de aquisições indispensáveis à consecução de novas aprendizagens. É que, se não as possui, pesa já sobre ele uma probabilidade elevada de insucesso, ainda antes de o próprio ensino começar.

Determinada a posição do aluno, o professor pode: a) proceder, antes do início de uma unidade, a ações de recuperação ou remediação do que não foi aprendido anteriormente e é agora condição necessária; b) agrupar os alunos, de acordo com a proficiência que demonstraram nos resultados de provas diagnósticas, no sentido de responder a necessidades específicas de cada grupo; c) identificar, durante o decorrer de uma unidade, causas do insucesso de alguns alunos. A avaliação diagnóstica conduz à adoção de estratégias de diferenciação pedagógica e contribui para elaborar, adequar e reformular o processo de ensino aprendizagem, facilitando a integração escolar do aluno.

Concluindo, nesta etapa de trabalho o professor recolhe os dados que lhe permitem decidir sobre o modo mais eficaz de organizar a sua intervenção pedagógica e a atividade dos alunos. Pressupõe a identificação dos alunos que precisaram de maior acompanhamento, que apresentam mais dificuldades, as matérias em que os alunos se encontram mais distantes no nível de objetivos do programa, e que deverão merecer mais atenção, as capacidades motoras que merecem uma atenção especial e os aspectos críticos no tratamento das matérias e na organização da turma, etc. (Programa Nacional de Educação para o 3º ciclo)

A elaboração desta avaliação foi essencial para a escolha de conteúdos, estratégias de ensino e na distribuição dos alunos num determinado nível.

O Núcleo de Estágio procedeu à construção da grelha da Avaliação Diagnóstica (Ver Anexo II), baseando-se nos conteúdos programáticos do Programa Nacional de Educação Física para o 3º Ciclo. É importante de referir que é

necessário ter em conta o Programa do 3º Ciclo de escolaridade e os diversos objetivos definidos para os diferentes níveis, uma vez que muitos alunos poderiam não ter atingido os objetivos propostos para esse ano ou estarem num nível inferior do que o estabelecido para o 8º ano.

A avaliação realizada foi centrada no domínio psicomotor, procurando retirar informações gerais sobre a turma nas diversas modalidades, tendo sido elaborada através da observação direta de um conjunto de elementos da modalidade. Para tal, tive de estabelecer alguns critérios de êxito, ajudando-me na identificação do nível dos alunos. Os critérios de êxito têm um carácter qualitativo, contudo, atribui um nível, para se tornar mais fácil a colocação dos alunos no grau correspondente. A cada critério correspondia um nível de desempenho: 0 (Não Executa), 1 (Executa com Incorreções) e 2 (Executa Satisfatoriamente), 3 (Executa Bem) e 4 (Executa com Correção). Perante os resultados averiguados, estabeleceram-se níveis de aprendizagens diferentes com o objetivo de formar grupos de nível, individualizando o processo E-A. Permitindo a definição de objetivos que irão de encontro ao desenvolvimento real dos alunos, evitando, assim a existência de objetivos muito ambiciosos e dificilmente atingíveis ou de objetivos pouco ambiciosos que não permitiam aos alunos novas aprendizagens.

Avaliação Formativa

Esta avaliação tem um carácter sistemático e contínuo, visando a regulação do ensino e da aprendizagem, numa perspectiva de adequação das estratégias de ensino aos percursos de aprendizagem dos alunos, devendo cada professor recorrer a uma variedade de instrumentos de recolha de informação de acordo com a natureza das aprendizagens e dos contextos em que ocorrem. Passou-se a considerar que a observação e a avaliação contínua de cada aluno assumem um papel fundamental no seu desenvolvimento e na sua aprendizagem, pela adequação dos objetivos e das atividades às características dos alunos e dos seus processos de aprendizagem.

Da recolha e da análise das informações, resulta um juízo de valor descritivo/qualitativo sobre o processo de aprendizagem, tal como Abrecht (1994) refere “*é o refazer do caminho percorrido para reflectir sobre o processo de aprendizagem*”, conducente a medidas diferenciadas em função das características

dos percursos de aprendizagem dos alunos. Trata-se, por isso, de uma avaliação que tem por principais funções a informação do aluno e do professor sobre o processo de aprendizagem e a sua regulação, numa lógica de criação de condições para os alunos fazerem aprendizagens significativas.

De uma forma geral, a avaliação formativa reforça os êxitos, tenta responder a necessidades educativas detetadas, a problemas diagnosticados e as suas causas, o que conduz a uma nova atitude perante os erros dos alunos. Os erros dos alunos não são vistos como uma resposta com valor negativo e, por isso, objeto de punição, mas como reveladores de aspetos relacionados com os raciocínios e com as estratégias de aprendizagem dos alunos, ou ainda com as estratégias de ensino. Daí a necessidade de os explorar e compreender para que o professor, junto com o aluno, possa adotar as medidas pedagógicas mais adequadas para o processo de ensino-aprendizagem. A avaliação formativa cria condições para o sucesso educativo e para a qualidade da educação e através desta forma de avaliação podemos tomar decisões em relação à classificação final do aluno. Para a criação dessas condições, segundo Barreira (2006) existem três etapas essenciais que caracterizam esta avaliação. Na primeira, o professor recolhe informações relativas aos progressos e dificuldades de aprendizagem dos alunos, na etapa seguinte interpreta essas informações numa perspectiva de referência, procurando diagnosticar os factores na origem das dificuldades de aprendizagem observadas. Na última etapa, o professor tenta adaptar as actividades de ensino e 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.

A modalidade de avaliação formativa escolhida foi a informal, onde não houve um registo formal dos desempenhos no decorrer da aula, verificando as principais dificuldades dos alunos, através de observação direta. Mas apesar de ter sido mais informal não deixou de existir o registo (no final de cada aula), tendo sido criado pelo núcleo de estágio uma grelha de avaliação formativa (Ver Anexo III). Dessa forma, foi realizado um registo individual dos alunos sobre os aspectos do domínio sócio - afectivo, tais como pontualidade, assiduidade, comportamento, empenho e participação. Relativamente ao domínio cognitivo, este foi controlado através do questionamento aos alunos em aula, e o domínio motor era avaliado pelas

prestações dos alunos na componente prática da aula. Devido a ser uma avaliação contínua, esta foi aplicada no decorrer do processo de ensino-aprendizagem, visando informar sobre a prestação dos alunos, sobre os défices na organização do ensino e sobre a regulação do processo de ensino procurando alcançar os objetivos.

A recolha de dados ao longo das Unidades Didáticas e as reflexões efetuadas sobre as aulas auxiliaram na adaptação das diferentes estratégias e atividades contribuindo para um processo de ensino mais eficaz e fiável, propiciando aos alunos tarefas mais adequadas aos seus níveis e fornecendo o tempo necessário na tarefa para a aprendizagem da mesma, objetivando o colmatar das suas dificuldades. Através disto, procurei que a evolução do aluno fosse contínua, concisa, fundamentada, adaptada e regularizada.

Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa centra-se na avaliação da aprendizagem dos alunos, durante o processo de ensino-aprendizagem. Esta avaliação permite ao professor a realização de uma reflexão acerca do grau de cumprimento dos objetivos traçados para os seus alunos no decorrer das diversas unidades e etapas. Traduzindo-se desta forma, na formulação de um juízo globalizante sobre o desenvolvimento das aprendizagens realizadas pelos alunos, e das competências definidas por cada área curricular.

Rosado e Colaço (2002), reforçam e referem que a avaliação sumativa não se deve somente esgotar num juízo sobre algo ou alguém mas sim, deverá ser entendida como um meio para se conhecer mais sobre uma determinada realidade, numa perspetiva de se aperfeiçoarem processos futuros e ter em conta os objetivos gerais. Ribeiro (1999) reforça que, a avaliação sumativa pretende ajuizar o progresso realizado pelo aluno no final de uma unidade de aprendizagem, no sentido de aferir resultados já recolhidos pela avaliação formativa. A avaliação sumativa corresponde, então a um balanço final, permitindo ter uma visão do conjunto que foi o processo de ensino e aprendizagem.

A utilização deste tipo de avaliação revelou-se de grande importância devido a fornecer informações importantes para a planificação das Unidades Didáticas seguintes e, conseqüentemente, permitir aperfeiçoar o processo de ensino. Tal como aconteceu na avaliação diagnóstica, o núcleo de estágio procedeu a

construção da grelha de avaliação (Ver Anexo IV), baseando-se nos conteúdos programáticos definidos como objetivos traçados para essa Unidade Didática. A avaliação foi elaborada através da observação direta dos conteúdos, sempre tendo em conta as componentes críticas e os critérios de êxito.

Após a realização da avaliação sumativa de uma determinada modalidade, foi elaborado um relatório final de modo a analisar as aprendizagens realizadas pelos alunos e as causas dos sucessos e/ou insucessos ao longo do processo de ensino-aprendizagem, de modo a no futuro, caso se mostrasse necessário, realizar os devidos ajustamentos.

A avaliação sumativa é o culminar dum processo de aprendizagem e dela resulta uma classificação do aluno, por isso mesmo, era necessário no final de cada período letivo, efetuar a atribuição de notas aos alunos, respeitando sempre os critérios de avaliação estabelecidos pela escola e pelo Departamento de Educação Física. Os critérios de avaliação constituem regras de qualificação da participação dos alunos nas atividades selecionadas para a realização dos objetivos e do seu desempenho nas situações de prova, expressamente organizadas pelo professor para a demonstração das qualidades visadas. Os critérios estabelecidos, pela escola e pelo Departamento de Educação Física foram 50% para o domínio Psicomotor, 20% para o domínio cognitivo e 30% para o domínio sócio afetivo.

A avaliação do domínio psicomotor teve por base a recolha de todas as informações relativas aos desempenhos dos alunos ao longo da progressão em determinada matéria, estas informações eram posteriormente cruzadas com as recolhidas na última observação direta do desempenho dos alunos nas aulas de avaliação sumativa. A avaliação do domínio cognitivo, foi conseguido através da realização de uma ficha de avaliação por período, tendo como objetivo aferir os conhecimentos teóricos dos alunos relativamente as modalidades desportivas lecionadas. A avaliação do domínio sócio afetivo teve por base o registo da assiduidade e pontualidade dos alunos, complementado com algumas notas que ia registando acerca da atitude e postura dos alunos perante o professor e seus colegas, bem como os índices de empenho e participação nas aulas de EF.

A avaliação sumativa resultava então do cruzamento de todas estas informações, obtendo desta forma a classificação final do aluno, que incidia numa escala numérica de 1 a 5 valores.

Ainda no final de cada Período, pretendeu-se desenvolver a capacidade de auto-análise dos alunos através do preenchimento de um documento de Autoavaliação e Heteroavaliação envolvendo os alunos no processo de avaliação.

Componente Ético-profissional

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

Na realidade, a ética compreende as disposições do homem na vida, seu caráter, seus costumes e também sua moralidade, significando um modo ou forma de agir na vida do homem. A ética é determinante na prática social e profissional da humanidade, pois pressupõe sempre a confiança mútua para a obtenção de uma boa conduta profissional. O educador é o fio condutor capaz de levar o educando ao crescimento, não devendo hesitar em aprimorar ainda mais os seus conhecimentos teóricos e práticos acerca dos processos educativos.

Reforçando a ideia acima referida, a função docente organiza-se sobretudo em torno de dois pólos: um, a afirmação que o desempenho da profissão reclama das profissionais características especiais e lhes impõe exigências de comportamento e o outro, que a docência se realiza na transformação do aluno com vista a que se conduza por referência a valores de natureza ética.

A nível pedagógico a noção de ética gira em torno, sobretudo, de princípios e valores, orientando a ação no estabelecimento de regras para o bem, nomeadamente o bem do aluno. Desta forma, o professor deve orientar-se por valores como o respeito e a solidariedade, a liberdade e autonomia, a justiça, imparcialidade e igualdade, a honestidade, a responsabilidade, o rigor e a competência. Estes valores revelam-se de grande importância na atividade docente, em particular nas relações com os alunos, na organização curricular e na conduta docente dentro da comunidade escolar.

Enquanto membro da comunidade escolar e ciente da função que teria de desempenhar, procurei assumir uma atitude responsável perante o trabalho e todos os constituintes escolares. Desenvolvendo também uma capacidade de iniciativa e de compromisso com todas as tarefas propostas em relação à turma, escola, colegas e restantes intervenientes educativos. Mostrando-me interessado em participar na vida escolar, tendo sempre em atenção os interesses e o bem-estar da turma, comprometendo-me com o seu desenvolvimento e aprendizagem e tendo sempre uma enorme disponibilidade para os alunos. Para que tal fosse possível, foi necessário respeitar as normas ético-profissional, não devendo só cuidar do desenvolvimento físico, promovendo processos de adaptação e a igualdade de oportunidades. Penso que a minha postura relativamente aos aspetos éticos na minha função profissional, penso que foram respeitados, tendo procurado inculcar nos alunos esses mesmos valores tais como a responsabilidade, a pontualidade e o respeito. Acredito sinceramente que contribuí para o desenvolvimento pessoal e social dos meus alunos, transmitindo valores e formando futuros cidadãos adultos.

Já relativamente a minha atitude com a comunidade escolar, penso que foi boa, visto ter revelado disponibilidade para ajudar e participar nas atividades de âmbito escolar e procurando respeitar sempre com as normas éticas e profissionais.

A minha conduta ético-profissional proporcionou-me criar uma boa relação profissional com todos os professores e funcionários com quem tive o privilégio de trabalhar.

REFLEXÃO E JUSTIFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS

Como é natural ao longo do ano letivo, houve a necessidade de efetuar algumas opções nas diversas dimensões da intervenção pedagógica, procurando organizar e elaborar o melhor processo de ensino-aprendizagem possível. Estas opções tomadas foram realizadas com o propósito de tornar o ensino mais benéfico e adaptado ao contexto, procurando assim ir ao encontro da promoção da diferenciação na aprendizagem dando a possibilidade a todos os alunos de adquirirem conhecimentos e competências.

Planeamento

Uma das primeiras opções tomadas no âmbito da dimensão de planeamento foi relacionada com a organização do ano letivo e com a escolha das matérias a serem lecionadas. Apesar do grupo disciplinar de educação física já conter uma determinada lógica organizacional do 7º ao 9º ano de escolaridade, foi-nos proporcionado a possibilidade de escolhermos as matérias a serem lecionadas. Para tal foi necessário ter em conta diversos aspetos tais como, o mapa de rotação de espaços, as infra-estruturas desportivas, os recursos materiais disponíveis na escola, as condições climatéricas e contemplou um estudo do Programa Nacional de Educação Física. Deste modo, escolhi as matérias a serem lecionadas nos diversos períodos do ano letivo, fomentando-me em diversas razões. As escolhas destas modalidades foram devido a escola apresentar excelentes condições para a sua prática, por serem bem aceite pela generalidade dos alunos, havendo mesmo torneios na escola em algumas dessas matérias, por desenvolverem ativamente e eficientemente as capacidades condicionais dos alunos e por fomentarem diversas capacidades, entre as quais, a entreajuda, a cooperação, confiança e a autonomia.

Outro aspeto que foi considerado no início do ano letivo e acarretou tomada de decisões foi o plano anual de atividades, que o núcleo de estágio conjuntamente com o orientador da escola, teve de optar pela escolha das datas e das atividades a serem elaboradas ao longo do ano letivo. Depois de algum tempo de reflexão, decidimos que iríamos realizar um torneio de uma modalidade desportiva no final de cada período e que as atividades de estágio seriam efetuadas no primeiro e no segundo período. Relativamente a escolha das modalidades dos torneios, a serem desenvolvidas no final do período, optamos por escolher as modalidades coletivas

que seriam abordadas em cada um dos períodos, proporcionando aos alunos um maior tempo de prática dessas mesmas matérias e, ao mesmo tempo, conseguir incentivar mais os alunos para a sua prática nas aulas. Para além destas atividades acima referidas, existiram outras que já estavam previamente estabelecidas, e que todos os anos se realizavam, tais como o corta-mato escolar e o *MegaSprint* escolar.

No que diz respeito às tarefas de aprendizagem proporcionadas ao longo do ano letivo, implica referir algumas das opções tomadas relativamente aos fundamentos das aulas. Neste sentido, na parte inicial da aula e, mais precisamente, no aquecimento optei por elaborar exercícios que não só permitissem a promoção da ativação geral do organismo, a elevação dos parâmetros fisiológicos de base e a ativação dos grupos musculares mais solicitados para os exercícios da parte fundamental, mas também que apresentassem um caráter específico das modalidades, aproveitando e permitindo abordar desde logo conteúdos, de uma forma mais analítica, essenciais para atingir os objetivos da aula. Na minha opinião, a utilização desta metodologia tem grandes benefícios a nível pedagógico, devido a aumentar exponencialmente o empenhamento motor dos alunos relativamente aos conteúdos a serem abordados, proporcionando uma oportunidade de efetuarem os elementos técnicos de uma forma mais simplificada. Na fase fundamental de aula, a estratégia passou por proporcionar uma complexidade de tarefas, objetivos e *feedbacks* de forma diferenciada face aos grupos de nível e as suas dificuldades/especificidades evidenciadas. Esta opção foi tomada devido aos alunos da turma, conterem diferenças de capacidades entre eles, e tal como Perrenoud (2000) refere, por vezes, é *“absurdo ensinar a mesma coisa, no mesmo momento, com os mesmos métodos, a alunos muito diferentes”*. Desta forma, optei pela realização de tarefas de aprendizagem em grupos homogêneos, quer em número, quer em capacidades. Esta opção permitiu-me diferenciar mais facilmente os objetivos e os *feedbacks* que deveria de transmitir a cada um dos grupos de nível, permitindo assim uma melhor diferenciação pedagógica.

Na parte final da aula, optei por realizar sempre um balanço final, referindo alguns aspetos que os alunos devem melhorar e devem rectificar, referenciando, por vezes, alguns pormenores do comportamento dos alunos, entre outros aspetos. Decidi também por estimular a capacidade cognitiva dos alunos, utilizando o questionamento.

No âmbito das tarefas de aprendizagem, tentei planejar os exercícios com uma sequência lógica de aprendizagem, cuja sequência dependeu da capacidade de assimilação dos alunos e aquisição dos comportamentos motores, procurando promover inicialmente a execução dos comportamentos técnicos/táticos a partir de situações facilitadoras de aprendizagem, de forma a simplificar as condições de jogo formal. Tentando sempre arranjar situações de aprendizagem com relevância contextual, ou seja, o mais próximas possível da situação real.

Realização

No processo pedagógico, este momento de aplicação da intervenção pedagógica em contexto de aula é muito importante, pois é aí que o professor é posto à prova e têm de elaborar estratégias de modo a potenciar a aula. Deste modo, todas as opções efetuadas surgiram da vontade e da necessidade de rentabilizar o tempo de aula e aumentando o potencial da aprendizagem.

No que respeita a dimensão de instrução, na informação inicial procurei que fosse sempre de forma sucinta e objetiva tentando não utilizar tempo excessivo, referindo apenas os conteúdos a serem abordados e os objetivos da aula. Optei, igualmente, por não efetuar a chamada, depois de algumas aulas, visto já conhecer bem os meus alunos e de já não ser necessário perder tempo de aula.

Relativamente a instrução dos exercícios, inicialmente, demorei muito tempo devido a não filtrar bem a informação que iria transmitir aos alunos o que tornava a minha instrução bastante excessiva. Depois de algumas reflexões minhas e com o orientador, optei por definir, antes da aula, mais objetivamente a informação que iria transmitir reduzindo a instrução para os aspetos fundamentais dos conteúdos e dos exercícios. Tal como Siedentop (1998) diz “*os alunos necessitam de ter uma impressão geral de como se desenvolve a tarefa em questão e a sua atenção deveria centrar-se nos dois ou três aspetos mais cruciais da sua execução*”.

Já nas demonstrações procurei utilizar sempre a minha própria demonstração, diminuindo assim o tempo de instrução e proporcionando aos alunos a melhor imagem do movimento possível. Mas por vezes, optei por utilizar os alunos nas demonstrações, incluindo-nos no processo de ensino.

Quanto aos feedbacks, sempre os considerei como algo inerente e presente em todas as aulas de educação física, sendo o professor o principal transmissor

dessa informação, tornando um instrumento importante para o processo de ensino, tal como garante Rosado & Mesquita (2011) referindo que o feedback é “*uma mais-valia do professor no processo de interação pedagógica*”.

Numa fase inicial do ano letivo foi mais complicado proporcionar aos alunos uma boa quantidade de diversificação de feedbacks, devido também a ser necessário controlar outras dimensões pedagógicas tais como o clima, disciplina, gestão, o que não estava habituado. Mas ao longo das unidades de ensino fui-me libertando mais, e controlando cada vez melhor cada uma das dimensões, o que possibilitou transmitir uma maior quantidade de informação aos alunos e de uma forma mais variada. Os vários tipos de *feedbacks* são bastante importantes na intervenção pedagógica, mas não é só necessário transmiti-los, há, também, que saber quando os fornecer. Em algumas situações, quando a maioria da turma está a cometer o mesmo erro de execução, é muito mais rentável parar o exercício e fornecer um *feedback* prescritivo ao grupo. Mas apesar de ser rentável a utilização do feedback coletivo, não quer dizer que se deva excluir ou menosprezar os feedbacks individuais, antes pelo contrário, deve-se antes aplica-los como reforço, motivação, informação, prescrição de tarefas, questionamento, de modo a tornarem-se específicos às necessidades dos alunos. Outro aspeto muito importante, quando se transmite um feedback, é ser necessário observar se o efeito pretendido com a informação transmitida foi atingido, de forma a ter consciência se o aluno entendeu o que se pretendia e se com isso adquiriu os conhecimentos. Tal como refere Rosado & Mesquita (2011), na transmissão de feedbacks é necessário ter cuidado com a sua distribuição, procurando intervir equilibradamente sobre a totalidade dos alunos, procurando igualmente perceber o efeito de correções anteriores sobre novas execuções.

Relativamente a gestão da aula, acredito que a estrutura que fui desenvolvendo ao longo do ano letivo, influenciou positivamente a aprendizagem dos alunos e o controlo das aulas, tendo como objetivo a otimização do tempo de empenhamento motor dos alunos, potenciando a aprendizagem. Para que tal acontecesse, procurei escolher e organizar a aula com exercícios e esquemas que permitisse uma transição rápida e fluída da disposição dos alunos no espaço, e além disso, optei por colocar os exercícios, de modo, a que pudesse obter o controlo dos alunos e da aula. Outra estratégia importante, sugerida pelo professor orientador,

que permitiu reduzir bastante os tempos de organização da aula foi a formação dos grupos com antecedência antes da aula iniciar, e caso fosse necessário a utilização de coletes eram logo distribuídos. Na arrumação do material, decidi por utilizar os alunos para me auxiliarem de modo a poupar tempo, para depois ser mais fácil para organizar novamente os exercícios seguintes.

Ao nível da disciplina e do clima, penso que foi nas dimensões em que tive maiores dificuldades, muito devido a ter sido muito relaxado e um bocado brando, no início do ano letivo. Quis tentar criar um clima menos pesado, mas resultou em os alunos estarem muito na brincadeira, e a não compreenderem que quando se está em aula é para estarem empenhados e concentrados nas tarefas. Este comportamento dos alunos teve consequência no meu desempenho como docente mas ao longo do ano, e muito devido a ter criado um maior distanciamento com os alunos e ter optado por uma postura mais rígida, consegui o controlo da turma. Para complementar estas atitudes, fui criando e implementando diversas estratégias, procurando por vezes adaptar essas estratégias as características dos alunos, tentando sempre inculcar a coerência e a justiça.

Quanto ao clima da aula tentei que fosse sempre positivo e motivante, transmitindo entusiasmo aos alunos e utilizando tarefas divertidas que incentivasse os alunos para a prática das atividades físicas.

Avaliação

Na dimensão da avaliação, optou-se por realizar a avaliação diagnóstica sempre antes de iniciar uma Unidade Didática, não efetuando o diagnóstico de todas as modalidades nas primeiras semanas. Também na avaliação diagnóstica, optei na em algumas modalidades, principalmente no início do ano letivo, por utilizar situações mais simplificadas e mais analíticas facilitando a observação das capacidades dos alunos. A observação atenta e reflexiva é, portanto um dos procedimentos fundamentais para a prática avaliativa e por esse motivo no início da minha função docente utilizei situações mais simplificadas para me ajudar neste processo.

Relativamente a avaliação formativa, optei por não realizar o registro das ocorrências nas próprias aulas, com o intuito de os alunos não se sentirem tão pressionados e que o clima de aula se mantivesse na normalidade. A avaliação

formativa foi realizada continuamente ao longo das diversas atividades e situações de aprendizagens. Proporcionou-me informações que servirão para ajustar ou mudar a minha atuação educativa e adaptando o ensino às características e necessidades dos alunos.

Quanto à avaliação sumativa esta foi realizada na última ou penúltima aula de cada Unidade Didática, de modo a classificar os alunos e perceber o grau de validade do trabalho desenvolvido no processo de ensino-aprendizagem, relativo a unidade temática abordada. Uma das minhas intenções nestas aulas de avaliação era de procurar manter o clima, organização e as condições de uma aula normal de modo a não tornar uma aula muito rigorosa e com muita pressão da classificação.

Outro momento de avaliação utilizado foi a autoavaliação e a heteroavaliação, sendo efetuado na última aula de cada período, sendo como um instrumento para desenvolver o poder de reflexão dos alunos e aumentando a sua autonomia no processo de ensino-aprendizagem.

Em todas estas avaliações, as capacidades e competências dos alunos foram observadas e avaliadas segundo critérios e objetivos estabelecidos previamente. Para a avaliação destas competências e das capacidades foi necessário a elaboração de documentos e de instrumentos de observação práticos e eficientes, facilitando desta forma um registro fiável.

ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA

A articulação da relação teoria e prática é um processo definidor da qualidade da formação inicial e contínua do professor, como sujeito autônomo na construção da sua profissionalização docente, porque lhe permite uma permanente investigação e a busca de respostas aos fenômenos e às contradições vivenciadas.

Ensino-Aprendizagem

A docência tem um caráter de aprendizagem permanente, visto tratar-se de um processo em constante mutação, obrigando o docente a acompanhar ativamente as mudanças existentes no contexto pedagógico. Desta forma, o estágio pedagógico constituiu uma grande oportunidade e uma etapa marcante na formação docente, tanto a nível acadêmico como a nível profissional, permitindo obter um leque de experiências e aprendizagens que nunca seria possível sem esta experiência em contexto real, surgindo desta forma, como método de transição de aluno para professor. Na minha opinião, só a experimentar, errar e experimentar de novo é que se aprende, tal como Perrenoud (2000) proclama *“todos têm direito de errar para evoluir. Ninguém aprende sem errar. Errando, reflete-se mais sobre o problema e sobre as ações usadas para resolvê-lo”*.

Ao longo do ano letivo, pude realizar diversas aprendizagens, deste modo, a reflexão das mesmas incidirá nos três âmbitos desenvolvidos ao longo do estágio pedagógico, sendo eles, a planificação, a realização e a avaliação.

No âmbito do planejamento, logo desde início juntamente com o grupo disciplinar de educação física pude ter um contato com todo o trabalho preparatório necessário ao início de um ano letivo. Falando mais especificamente das aprendizagens no âmbito de planejamento, pude trabalhar com o programa nacional de educação física mais profundamente, do que tinha efetuado anteriormente, adaptando as suas referências ao contexto real da comunidade escolar. O contato mais pormenorizado com o programa, ajudou-me bastante na elaboração do plano anual, sendo um documento igualmente benéfico para a minha formação, compreendendo a sua importância para o desenrolar da ação do Professor no processo de ensino-aprendizagem. O plano anual foi importantíssimo para o planejamento geral do ano letivo, adaptando todos os pressupostos ao contexto real da turma, tendo englobado e elaborado a caracterização da turma, que me

possibilitou um maior conhecimento dos alunos e do modo como atuar, tendo em conta as suas características de cada um.

A elaboração das Unidades Didáticas possibilitou-me adquirir conhecimentos sobre as diferentes matérias, tendo-me obrigado a efetuar pesquisas bibliográficas, de modo a adquirir as competências e as informações necessárias para o melhoramento da minha intervenção pedagógica.

Relativamente ao planeamento da aula, penso que pude adquirir conhecimentos de modo a tornar o instrumento mais objetivo, completo e eficaz, proporcionando uma maior facilidade no momento da sua aplicação. Foi percebido desde logo a importância de conjugar as diversas informações inerentes à planificação dos diversos documentos de orientação do processo de ensino-aprendizagem.

A turma era heterogénea tanto a nível motor como a nível de comportamento, interesses e personalidade, o que me permitiu aprender a lidar com diversas situações diferentes.

Relativamente à instrução aprendi a importância de uma transmissão dos conteúdos, da organização e das regras das tarefas de uma forma clara, sucinta e objetiva, procurando focalizar a informação transmitida nos aspetos fundamentais. Consegui perceber a importância da forma como comunicamos, para conseguirmos captar a atenção dos alunos, aprendendo que as variações de tom são importantíssimas, assim como falar de uma forma pausada e com necessidade de fazer alguns silêncios mais prolongados, para que eles fiquem atentos à nossa instrução. Sinto que adquiri uma capacidade de transmitir feedbacks aos alunos sobre as suas diversas acções, de um modo espontâneo e pertinente, recorrendo mesmo aos diversos tipos de feedback existentes. Concluí que o uso de *feedbacks* positivos de reforço influencia positivamente o desempenho dos alunos, assim como o interrogativo, envolvendo os alunos no processo Ensino-Aprendizagem, promovendo a capacidade de identificar o que estão a executar incorretamente e como podem resolver a situação. Outro aspeto importantíssimo da dimensão de instrução é o fecho dos ciclos de feedback, de modo a perceber a compreensão do aluno à informação transmitida, e se essa mesma informação teve o objetivo que era pretendido na ação do aluno. Compreendi também que uma demonstração completa

e bem executada, oferece aos alunos os meios e a imagem para a compreensão da tarefa, obtendo, assim desta forma, uma melhor prestação motora.

Na dimensão de Gestão, devido a ser essencial para a condução e controlo da aula, foi necessário a implementação de algumas estratégias que me auxiliassem na intervenção pedagógica. Uma dessas mesmas estratégias foi realizar a colocação do material, antes do início da aula, para as tarefas que iriam ser efetuadas ao longo da aula. A apresentação e organização das tarefas com uma sequência lógica, proporcionando transições rápidas e fluídas, foi outra estratégia que utilizei para potencializar as aprendizagens dos alunos. Pude compreender também, depois de alguma reflexão e do conselho do professor orientador, que a constituição prévia dos grupos e do seu agrupamento no início da aula era muito mais eficaz e facultava uma melhor optimização do tempo de aula. Outro aspeto que considero importante foi a capacidade de gerir o material, tendo feito os alunos participar no transporte, montagem e arrumação do mesmo. Nesta dimensão, na minha opinião, ficou comprovado que a criação de rotinas nos alunos é fundamental para que a aula tenha um tempo de empenhamento motor elevado, pois desta forma conseguimos poupar muito tempo, que seria retirado ao tempo de empenhamento motor.

Na dimensão clima/disciplina, foi uma das dimensões onde apresentei maiores dificuldades em controlar a turma, devido a ter sido um bocado brando com os alunos nas aulas iniciais, e criando um clima demasiado próximo com os alunos. Mas ao longo das aulas fui mudando esse aspeto, utilizando estratégias diferenciadas de controlo do comportamento, visto que nem todos os alunos “respondem” da mesma forma. Percebi, também, que era necessário ser mais interventivo não deixando passar comportamentos inapropriados, tendo uma postura mais rígida e distante. Apesar disso penso que ao longo do ano letivo, incuti um bom espírito de turma e uma boa relação com os alunos, não existindo casos de indisciplina graves. Aprendi também que quanto maior for o interesse dos alunos pelos exercícios, melhor será o seu comportamento, desta forma procurei planear tarefas desafiantes e do gosto dos alunos.

A aprendizagem adquirida relativamente ao modo de circulação pelo espaço de aula e do posicionamento perante os alunos contribuiu bastante para que conseguisse controlar e observar os alunos em prática, o que me ajudou bastante também no controlo do comportamento dos alunos.

Na avaliação, tive a oportunidade de adquirir conhecimentos, de elaboração de procedimentos e instrumentos de avaliação eficazes e credíveis, de observação de critérios de êxito e erros. Ao longo do ano letivo, pode constatar a minha evolução na análise crítica da prestação dos alunos, preocupando-me elaborar uma avaliação com rigor, conseguindo ajustar o processo de ensino às capacidades evidenciadas pelos alunos. Evoluí na condução de uma aula de avaliação, criando um ambiente e clima igual a uma aula normal, efetuando igualmente, o mesmo fornecimento de feedbacks aos alunos.

Compromisso com as Aprendizagens dos Alunos

Segundo Costa (1995), a qualidade de ensino influencia em grande parte o êxito nas aprendizagens escolares por parte dos alunos, ou seja, a aprendizagem dos alunos depende da capacidade do professor criar condições de sucesso aos alunos. O Professor representa um papel muito relevante na sociedade, sendo de fácil conclusão que é um dos principais responsáveis pelo êxito das aprendizagens dos alunos, devendo desta forma, centrar esforços no sentido de garantir o conhecimento de todos os seus alunos. É certo que não se pode atribuir ao professor toda a responsabilidade do ensino dos alunos, visto que os mesmos têm um papel ativo neste processo de ensino-aprendizagem. No entanto, é indissociável que a exclusão e o fracasso dos alunos estejam ligados significativamente com aquilo que a escola e os professores fazem ou deixam de fazer (Libâneo, 2008).

Assim, durante a intervenção pedagógica e no intuito de favorecer o sucesso dos alunos, procurei promover aprendizagens no âmbito de um currículo, com base numa relação pedagógica de qualidade, integrando, com critérios de rigor científico e metodológico. Mais precisamente, procurei difundir e maximizar os conhecimentos dos alunos, enriquecendo as suas aprendizagens, aplicando a adequação ao contexto real e desenvolvendo integralmente os alunos de forma consciente e eficiente. Deste modo, ao longo do ano letivo não me limitei a estar presente em todas as aulas, a ser pontual, a transmitir a matéria aos alunos e a estruturar exercícios para que os mesmos ocupassem o tempo de aula. Procurei sim, perceber quais as estratégias e procedimentos que estavam a contribuir para a optimização da aprendizagem dos alunos, focalizando-me nesses mesmos processos e enquadrando com as necessidades educativas dos educandos. Tendo como objetivo

e desejo contribuir para a educação integral dos alunos, assumindo o compromisso que optei desde o início do ano letivo.

Como tal, o nosso principal papel como professores, na promoção de uma aprendizagem significativa é a de construir novas formas de inovar as aprendizagens dos alunos. As práticas pedagógicas inovadoras são extremamente importantes no êxito da prática educacional e sabemos que estas práticas incluem os recursos materiais e meios de aprendizagem facilitadores no processo de ensino. Para obter sucesso nessas práticas, é necessário o uso dos melhores métodos e técnicas, pois a metodologia de ensino será crucial para que se atinjam os objetivos definidos. Esta função coloca diante dos professores um novo desafio de planeamento das aulas, tendo a necessidade de procurar formas criativas, estimuladoras e ambiciosas de desafiar as capacidades dos alunos.

DIFICULDADES E NECESSIDADES DE FORMAÇÃO

Ao longo do Estágio Pedagógico, como referido, foram surgindo diversas dificuldades que foram sendo colmatadas, através das sugestões do professor orientador, pesquisa individual e autocrítica. Estas dificuldades foram, devido à inexperiência relativamente à função docente, quer de carácter geral, quer mais específico e relacionadas com a própria intervenção pedagógica.

Uma das primeiras dificuldades, aconteceram nas primeiras Unidades Didáticas na observação e reflexão sobre as necessidades e dificuldades dos alunos, em que estive um bocado condicionado pela minha falta de experiência em otimizar o processo e ainda não conhecer bem os alunos. Ao longo do ano letivo fui percebendo a dinâmica desta tarefa, aperfeiçoando a observação das facilidades e fragilidades dos alunos, adaptando as estratégias às suas características.

Outra dificuldade sentida foi relativamente ao plano de aula, inicialmente pela escolha dos exercícios que concorressem para os objetivos das aulas, muito devido a não ter uma grande panóplia de exercícios a minha disposição. Desta forma, foi necessário realizar uma pesquisa intensiva de exercícios para as diversas modalidades, de modo a adaptar os exercícios as capacidades dos alunos. O tempo para cada exercício e a quantidade de exercícios por aula também foram outras das dúvidas que me assolaram, acabando por perceber com a prática quais as

quantidades ideais de modo a proporcionar aos alunos um bom tempo de empenhamento motor.

No que diz respeito à realização, que se trata da tarefa mais complexa da intervenção pedagógica da função docente, mais precisamente no que respeita à instrução, tive algumas dificuldades no início do ano letivo em tornar as minhas preleções e explicações das tarefas objetivas e concisas, divulgando demasiada informação e por vezes alguma que nem era necessário transmitir. Consegui evoluir neste aspeto definindo e focalizando-me apenas nos aspetos fundamentais e necessários para a divulgação dos conteúdos de uma forma objetiva e clara. Relativamente aos *feedbacks*, tive algumas dificuldades devido a alguma insegurança, em que momento dar e principalmente tal como referido acima a minha dificuldade na observação das dificuldades dos alunos teve consequências também no fornecimento dos *feedbacks*. Desta forma e de modo a ultrapassar estes obstáculos, procurei obter um maior conhecimento dos conteúdos e estar mais atento às execuções dos alunos, que depois de controlar melhor as outras dimensões pedagógicas me facilitou bastante neste aspeto. A verificação do efeito pretendido também não foi algo utilizado desde o início do ano letivo devido à preocupação com outros aspetos e à falta de prática. Todavia, à medida que o ano foi avançando fui ficando mais liberto de outros fatores já aperfeiçoados, permitindo-me mais liberdade para me focalizar no fecho dos ciclos de *feedback*, tanto por observação e fornecimento de novo *feedback* como por questionamento.

Ao nível da gestão e controlo da aula senti dificuldades no posicionamento, em algumas unidades didáticas, e inicialmente na gestão temporal dos exercícios propostos. Contudo, estas foram sendo colmatadas eficazmente aumentando o tempo motor da turma e seguindo as indicações do professor orientador para manter a turma sob o meu campo de visão, como também através da implementação de estratégias para a diminuição do tempo de transições.

No âmbito do clima/disciplina foi na minha opinião a minha maior luta, tendo algumas dificuldades em determinadas aulas em controlar a turma, muito devido a fase inicialmente ter muitas preocupações com as diversas dimensões de intervenção pedagógica. A manutenção da disciplina na aula causou-me alguma preocupação, pois, alguns alunos apresentavam vários comportamentos desviantes, para resolver esta situação fui estando mais atento aos seus comportamentos e

adoptei uma outra postura mais distante em algumas aulas de modo a conseguir controlar a turma. À medida que fui ganhando confiança nas minhas capacidades e conhecimentos, consegui resolver muitos dos problemas, refletindo bastante e pesquisando diferentes estratégias e formas de controlar o clima/disciplina.

Acho que numa oportunidade futura, terei que ser mais rígido logo nas primeiras aulas, não permitindo qualquer comportamento desviante, mesmo aqueles que não interferem para o bom desenrolar da aula, para que eles percebam desde início quais os limites em que podem agir e ir gradualmente alargando esses limites caso os alunos demonstrem que são merecedores dessa responsabilidade.

Na avaliação, as dificuldades sentidas remetem à utilização das grelhas de registo inicialmente criadas, à observação dos alunos e ao controlo da turma enquanto executava as tarefas anteriores. Aperfeiçoei estas tarefas devido aos conselhos do Orientador, ficando menos limitado à grelha de registo e observando os alunos de uma forma mais global o que me permitiu perder menos tempo, fornecer mais *feedbacks*, tornando as aulas de avaliação em aulas normais e estar mais ciente e atento ao comportamento da turma. Outra forma de superação desta dificuldade foi utilizar a memória informacional, registando após a aula todos os aspetos observados.

ÉTICA-PROFISSIONAL

Desde início de atividade de estágio que tive como propósito adotar e executar todas as funções adjacentes ao cargo, favorecendo um clima de partilha e agradável na turma, no Núcleo de Estágio e no Departamento de Educação Física. Penso que durante este ano lectivo, no que diz respeito ao contexto ético-profissional, foi demonstrando sempre uma grande seriedade, honestidade e entrega no trabalho desenvolvido.

A minha conduta revelou, ao longo do ano, uma atitude responsável e respeitável para com todos os intervenientes de ensino (alunos, funcionários e professores), articulando positivamente e construtivamente o trabalho desenvolvido tendo como principais objetivos a minha aprendizagem neste novo meio, o cumprimento das exigências impostas pelo contexto escolar e responsabilizar-me pelos resultados alcançados pelos meus alunos.

A responsabilidade sentida para com um momento tão importante na minha formação, a responsabilidade para com as aprendizagens dos alunos e ainda as responsabilidades para com toda a envolvência escolar, permitiram-me perceber desde logo o quão seria necessário responder pelas suas próprias acções durante este ano lectivo. Procurei sempre cumprir com as minhas responsabilidades para com os alunos, colegas, outros docentes e auxiliares de acção educativa. Tive a preocupação de adaptar e ajustar as propostas de ensino-aprendizagem a todos os alunos, procurando ser imparcial com os mesmos e ainda mais importante procurando que os meus alunos obtivessem sucesso neste processo de ensino. Neste campo, julgo que não houve necessidade de desenvolvimento, pois esta é a minha maneira de estar, qualquer que seja a minha profissão, sempre fui assim.

Já a capacidade de iniciativa, esta foi fomentada ao longo do ano pelo professor orientador, dada a liberdade que o estagiário teve para definir e intervir sobre todo o processo de ensino-aprendizagem. Considero que demonstrei uma atitude responsável, tomando constantemente a iniciativa para desenvolver tarefas individuais, preparando-me devidamente para poder desempenhar as diversas funções de forma consistente e também para desenvolver tarefas em grupo, em cooperação com o Núcleo de Estágio.

Um dos fatores, importante para salientar, foi a minha proatividade demonstrada ao longo deste ano lectivo, através da capacidade de resolução de imprevistos no decorrer das aulas, na participação das atividades desenvolvidas pela Escola e Departamento de Educação Física, ajudando no planeamento e organização em fase escolar dos seguintes eventos: Corta-Mato, *MegaSprint* e nos diversos torneios das modalidades desportivas efetuados. O facto de ter acompanhado os alunos a nível local e distrital foi muito importante por ter sido responsabilizado a intervir no seio escolar, elevando os meus conhecimentos e fomentando o meu papel ativo neste processo escolar.

QUESTÕES DILEMÁTICAS

Chegando a esta fase do estágio pedagógico, embora ache que tenha percorrido um caminho fundamental para a minha formação, julgo que ainda não encontrei todas as respostas para as diversas situações com que me deparei, nesse

sentido irei colocar algumas questões, para as quais ainda não tenho resposta, mas que penso puder vir a responder num futuro próximo.

Ao iniciar o Estágio Pedagógico, uma das primeiras tarefas a realizar prende-se com a necessidade de analisar o Programa Nacional de Educação Física, definindo linhas orientadoras e objetivos a atingir pelos alunos. Deste modo foi evidenciado a primeira dúvida, relativamente a exequibilidade do Programa Nacional de educação física. Apesar de me guiar sempre pelo programa definindo os objetivos para a turma nas diversas modalidades, penso que existe uma grande disparidade entre o nível proposto pelo programa para cada ano de escolaridade e matéria, com o nível real dos alunos. No meu ponto de vista os objetivos definidos pelo programa são muito ambiciosos, para as capacidades reais da maioria dos alunos, visto que os alunos, em cada ano letivo tem poucas aulas para a exercitação dos diversos conteúdos das modalidades e a maior parte nem participa em mais numa atividade física ou desportiva o que torna difícil por vezes atingir os objetivos propostos. Apenas os alunos praticantes de alguma atividade física e desportiva é que apresentam um nível idêntico ou superior ao estabelecido pelo Programa em algumas modalidades devido, às inúmeras horas passadas a praticar e à maior aptidão física que demonstram. Foram, então concentrados esforços para adaptar os objetivos ao nível real dos alunos, numa tentativa de garantir uma progressão coerente e o sucesso dos mesmos, sabendo que cada aluno é individual e o processo-ensino-aprendizagem difere entre professores e Escola.

Outra questão com que me deparei foi a avaliação, mais concretamente como avaliar e o que avaliar, existindo diversas dúvidas sobre a sua aplicação e observação. Esta questão com toda a carga emocional e de subjectividade que lhe está subjacente, fez com que o professor escolhe-se as situações de avaliação de forma criteriosa, com critérios bem definidos e recolhendo o máximo de informação ao longo das aulas. Favorecendo a avaliação diária e em situações de desempenho normal.

Mais, uma das questões mais discutidas relativamente à EF com a qual concordo plenamente é a curta duração da aula de 45 minutos, que verdadeiramente se traduz em 30 minutos de tempo útil devido aos cuidados de higiene. Nestas aulas o professor é obrigado a proceder a adaptações no seu planeamento, pois para além do tempo de prática ser muito curto, a maioria das

turmas tem aula logo a seguir, ou então vem de uma aula o que leva maior parte das vezes a atrasos, retirando desta forma mais tempo de prática à aula e conseqüentemente aos alunos. O número de aulas semanais da disciplina, que por conseqüência irá resultar em poucas aulas por cada modalidade, origina uma insuficiência na exercitação dos alunos face aos objetivos propostos pelo Programa. Já os objetivos definidos em contexto real, é necessário proceder a muitas retificações e ações de recuperação. Para existir uma evolução significativa das capacidades dos alunos são necessárias bastantes horas de prática, o que não ocorre no contexto escolar. As aulas de Educação Física são muito importantes devido a promoverem o desenvolvimento integral do aluno, a socialização, a vida saudável, espírito de equipa, relaxamento e prática de atividade física. Desta forma, na minha visão era necessário a implementação de mais um tempo, pelo menos, semanal para a disciplina de educação física.

Outro aspeto importante de refletir é relativamente à planificação dos grupos de aula, originando na dúvida de como seria melhor para as aprendizagens dos alunos, a formação de grupos homogéneos ou heterogéneos?

Por um lado a formação de grupos heterogéneos pode permitir aos alunos que apresentam um nível de capacidade mais elevado ajudarem os colegas de nível mais baixo, mas também é do conhecimento de todos que se formarmos grupos homogéneos poderemos diferenciar um pouco mais o ensino, definindo objetivos diferenciados para os diversos grupo de nível e permitindo que os alunos mais avançados, estando juntos, evoluam também mais

Assim, defini grupos e objetivos nas modalidades e utilizei grupos-nível, conforme a prestação dos alunos na avaliação diagnóstica e consoante a sua evolução progrediam de nível.

Penso que a utilização de grupos homogéneos é melhor para todos os alunos, no que diz respeito ao desenvolvimento psicomotor, no entanto no que diz respeito à cooperação, entreaajuda e integração, julgo que os grupos heterogéneos são mais eficazes.

APROFUNDAMENTO DO TEMA

Caracterização do caso / Origem de problemas

O caso que é retratado nesta problemática, é de um aluno que se encontra no oitavo ano de escolaridade na escola Prof. Dr. Ferrer Correia, nunca tendo reprovado de ano até ao momento. Tem catorze anos de idade, e apresenta necessidades educativas especiais, sendo portador de síndrome de Noonan, com Cardiopatia Congénita, Paralisia Cerebral com espasticidade de 3 membros, tendo maior liberdade no membro superior direito e exibe um atraso global de desenvolvimento. A nível psicológico, apresenta deficiência grave conforme Escala de Inteligência de Terman-Meril, relevando dificuldades na compreensão, na aquisição e elaboração de conhecimentos, bem como nas capacidades cognitivas básicas, e que está de acordo com a Síndrome de Noonan que apresenta, para além da Paralisia cerebral.

Apresentarei agora uma síntese do perfil funcional do aluno, referenciando as dificuldades e limitações que o mesmo apresenta nas funções do corpo e nas funções psicossociais, que têm grande importância no desenvolvimento da temática. Começarei então por referir as funções psicossociais globais, onde se verifica uma deficiência, pela desadequação do seu comportamento nas relações e interações sociais, o que acontece igualmente com as funções da atenção em que o aluno tem muitas dificuldades para manter a concentração por períodos considerados necessários, de forma a permitir uma aprendizagem mais eficaz. Relativamente à sua função de memória e de percepção, o aluno é capaz de registar e armazenar informações que se relacionam com os seus interesses ou que estejam de acordo com o seu nível mental, mas apresenta grandes complicações em reconhecer e interpretar totalmente os estímulos sensoriais que lhe são apresentados. Nas funções físicas o aluno revela deficiência grave, nas funções neuromusculoesqueléticas e nas funções relacionadas com o movimento, salientando-se problemas relacionados com a mobilidade das articulações e com as funções musculares, revelando baixo nível de força muscular. Nas funções como o padrão da marcha, apresenta uma deficiência ligeira, não necessitando de nenhum meio para a sua locomoção. Apesar de todas estas incapacidades que exibe, o aluno gosta de aprender, é extrovertido, gostando de conviver diariamente com os

colegas, funcionários e professores, e é respeitador criando, desta forma, um bom clima no tempo das aulas de acompanhamento que foram efetuadas.

Para uma melhor compreensão das incapacidades e doenças que o aluno apresenta, realizarei uma breve síntese dos seus aspetos fundamentais para uma melhor compreensão do tema.

O termo paralisia cerebral tem sido utilizado para se referir a um grupo heterogêneo de pessoas que apresentam, em comum, um prejuízo motor decorrente de um defeito ou lesão não progressiva, mas frequentemente mutável, no cérebro imaturo, adquirida até os primeiros anos de vida e que interfere na maturação do sistema nervoso central, o que provoca debilitação variável na coordenação da ação muscular, com resultante incapacidade da criança em manter posturas e realizar movimentos normais (Bobath, 1984). Esta lesão não é curável dada a impossibilidade de regeneração das células nervosas destruídas. Refere-se que as consequências das lesões se modificam com o desenvolvimento da criança e, que dependendo do tipo de alteração motora, a deficiência resultante pode ser reduzida através de intervenção terapêutica, sendo possível conseguir uma certa compensação a partir de outras áreas cerebrais se estas forem precocemente estimuladas devido à plasticidade do sistema nervoso (Andrada, 1986).

A Paralisia Cerebral é resultante de uma lesão não progressiva sobre o Sistema Nervoso Central em desenvolvimento e que pode levar a disfunções motoras, distúrbios no movimento, deficiências mentais e alterações funcionais. Uma dessas disfunções motoras é a espasticidade, que é comumente definida como um transtorno motor caracterizado por um aumento dos reflexos tónicos de estiramento, dependente de velocidade, frente a uma estimulação tendinosa, como parte da Síndrome do Neurónio Motor Superior. Todavia, outros componentes clínicos da espasticidade podem estar presentes e incluem alteração dos reflexos cutâneos e autonómicos, perda da destreza, paresia motora, fadigabilidade e padrões típicos de hiperatividade. A espasticidade pode agravar outros transtornos motores presentes na Paralisia Cerebral como: alteração no desenvolvimento motor, fraqueza muscular, comprometimento na cinética, na destreza e controlo do movimento, postura anormal, reflexos exagerados, espasmos, encurtamentos musculares e deformidades articulares.

Metodologia

O Trabalho efetuado, ao longo do ano letivo, assumiu características próximas da metodologia de Investigação Ação.

A Investigação Ação é uma metodologia que procura superar o habitual dualismo entre teoria e prática (Noffke e Someck, 2010), havendo múltiplas aceções, propostas e práticas, pelo que não é possível encontrar uma definição única. Trata-se de uma metodologia de investigação utilizada quando se pretende investigar para resolver um problema real, numa perspetiva essencialmente prática, em que o investigador pretende agir, intervir, modificar a realidade que investiga.

Segundo Coutinho et al (2009) a Investigação Ação pode ser descrita como uma família de metodologias de investigação que incluem simultaneamente ação (ou mudança) e investigação (ou compreensão), com base num processo cíclico ou em espiral, que alterna entre ação e reflexão crítica. Reforçando e referindo que *“a inclusão da componente ideológica confere à Investigação Ação uma individualidade própria que não pode ser menosprezada e que justifica que a consideremos como uma modalidade de planos de investigação “pluri” ou “multi” metodológicos, por isso mesmo também designados por planos mistos”* (Coutinho, 2005).

Os estudos sobre o desenvolvimento profissional, parecem evidenciar que a utilização da Investigação Ação em educação providencia bases conceptuais e metodológicas que ajudam o professor a compreender a ação educativa, a questioná-la, a investigar novas possibilidades, promovendo mudanças que se refletem na aprendizagem dos alunos. Entende-se assim que o contributo da Investigação Ação na prática educativa pode levar a uma participação mais ativa do professor, como agente capaz de produzir mudança e pode constituir-se como um processo de construção de novas realidades sobre o ensino, pondo em causa os modos de pensar e de agir das nossas comunidades educativas.

Para tal, existe um conjunto de técnicas e de instrumentos de recolha de dados definidos por Latorre (2003), em que a técnica utilizada nesta investigação será baseada na observação (centrada na perspetiva do investigador, observando presencialmente o fenómeno em estudo), mais precisamente na observação participante que consiste numa técnica de direta e que se aplica nos casos em que o investigador está implicado na participação e pretende compreender determinado fenómeno em profundidade. Inseridos ainda nesta panóplia de técnicas utilizadas na

Investigação Ação, encontram-se os Meios Audiovisuais, que são instrumentos possíveis de utilizar, consoante, as características do próprio trabalho e dos seus objetivos. O instrumento utilizado nesta temática foi a fotografia, na medida em que se converte em documentos de prova da conduta humana com características retrospectivas e muito fiáveis do ponto de vista da credibilidade.

Momentos e Modo de Avaliação do Aluno

A recolha de informação baseou-se em diferentes domínios de competência do aluno. Num primeiro momento, optei por realizar uma ligeira avaliação funcional do aluno utilizando os seguintes instrumentos de avaliação, a Medida de Independência Funcional (MIF) e o *Timed Get Up and Go*.

Retratando os instrumentos utilizados e revelando algumas das suas características podemos referir que o MIF é aplicado na medição da independência funcional e é constituído por uma escala ordinal de atividades que engloba múltiplas áreas, englobando 18 itens, cada um pontuado de 7, correspondente a independência completa para a atividade, até 1, relativo a dependência total (Ver Anexo V). Consequentemente, a soma total pode variar de 18 a 126. O teste de *Timed get up and go* é uma tarefa que consiste em a partir da posição sentada, o aluno deve levantar-se, de seguida, apoiar-se sobre um membro e chutar a bola. Depois deve andar, para a frente, em linha reta, contando decrescentemente de 15 até ao 0, e posteriormente contornar um cone, deve retornar em direção a uma cadeira, pisando no centro dos arcos colocados no chão. Chegando à cadeira, deve parar, dar meia volta e sentar-se (Ver Anexo VI). A pontuação para o teste varia de 0-18.

Estes instrumentos de avaliação foram efetuados através de observação direta onde foram descobertas algumas dificuldades do aluno, fazendo assim uma análise inicial.

Depois desta avaliação inicial, planeei e elaborei outra avaliação em que consistiu na apreciação das capacidades do aluno em alguns gestos técnicos de algumas matérias e da coordenação motora, através da execução de um circuito técnico (Ver Anexo VII).

Outra capacidade motora avaliada foi a capacidade aeróbia do aluno, realizando o teste de Pacer 16 metros adaptado a alunos com necessidades educativas especiais.

Para a aplicação destes instrumentos de avaliação foram necessários diversos materiais, tais como, arcos, bola de basquetebol, bola de futebol, cones, cesto de basquetebol.

Estas avaliações foram efetuadas em:

- Inicial: Primeiras sessões – 14 e 16 de Outubro de 2013.
- Final: Últimas Sessões – 5 e 9 de Junho

Objetivos

Tendo em conta as potencialidades e limitações do aluno, concebi um tipo de atividade física progressiva e regular, promovendo a autonomia e o melhoramento da qualidade de vida. Procurei implementar uma grande variedade de experiências e estímulos, incluindo tarefas de carácter lúdico, atividades em vários locais e em diversas condições de prática e atividades diversificadas envolvendo exercícios de perícia, de manipulação de objetos, equilíbrio e jogos.

A aplicação desta intervenção procurou desenvolver os seguintes objetivos:

- Elevação da autonomia e da capacidade funcional;
- Estabilizar e/ou melhorar a aptidão física relacionada com a saúde e qualidade de vida;
- Harmonizar e maximizar o potencial motor, afetivo-relacional e cognitivo;
- Desenvolvimento específico de aptidões e capacidades físicas;
- Manipulação de objetos de forma efetiva e eficaz;
- Realizar e aperfeiçoar as técnicas dos diversos desportos;

Descrição da Intervenção

Foi realizado um trabalho de acompanhamento ao aluno com necessidades educativas especiais, ao longo do ano letivo, concretizado em três sessões semanais de quarenta e cinco minutos, em três dias diferentes, mais precisamente à segunda, quarta e quinta-feira, totalizando 84 sessões ao longo do ano.

Analisando as características, as capacidades e as dificuldades do aluno, foi possível identificar alguns desempenhos e habilidades que não conseguia executar

e para as quais era necessária estimulação. Deste modo, foram consideradas como prioridades de intervenção, o desenvolvimento de diversas capacidades inerentes às modalidades desportivas, (criando maiores oportunidades do aluno ingressar nas aulas de educação física normalmente) o desenvolvimento das capacidades coordenativas (coordenação motora, coordenação óculo-manual, coordenação óculo-pedal, equilíbrio, capacidade de reação), o desenvolvimento das capacidades condicionais e foi, igualmente, desenvolvido a capacidade aeróbia, mesmo que não tenha tido tanta incidência como as outras capacidades.

Tendo já conhecimento da avaliação e das condições motoras do aluno, foi necessário adaptar a minha intervenção pedagógica às características e necessidades do mesmo, dando corpo ao defendido por Rodrigues (2001) quando refere que *“a atenção às diferenças individuais faz parte das estratégias educativas, que se baseiam no respeito da individualidade de cada aluno e, no caso dos alunos com NEE, exige que lhes proporcione uma educação adaptada às possibilidades de cada um”*, desta forma, concebi uma estratégia de acompanhamento individual ao aluno, com o objetivo de desenvolver as suas capacidades. Como é óbvio, este trabalho efetuado ao longo do ano letivo, *“não significa tornar o indivíduo com deficiência num indivíduo dito normal, mas sim criar condições de vida para que, tanto quanto possível, estas sejam semelhantes às condições dos outros elementos da sociedade”* (Mikkelsen, 1978).

Quanto às atividades e trabalho efetuado com o aluno, procurei desenvolver as suas capacidades nas diversas modalidades desportivas perspetivando a inclusão do aluno, no futuro, nas aulas de educação física, mais precisamente, em algumas das modalidades em que apresentasse maiores capacidades. Apesar de ter planeado desenvolver diversas capacidades no aluno, implementei sempre alguma tarefa que fosse da sua preferência, com o objetivo de o manter empenhado nas tarefas, pois tal como referido nas características do aluno, este carece de muitas dificuldades para manter a atenção e a concentração por períodos extensos. Para conseguir desenvolver as capacidades das diversas modalidades desportivas, por vezes utilizei situações lúdicas para que o aluno exercitasse os elementos técnicos mais empenhadamente e com maior satisfação. Os jogos lúdicos têm um aspeto sedutor, pois trata-se de utilizar o interesse da criança pela brincadeira e pelo jogo a fim de desviá-la e de utilizá-la para uma boa causa, que neste caso é o

desenvolvimento das capacidades do aluno. Por estas razões, penso que os jogos lúdicos são recursos educacionais que podem fomentar o desenvolvimento de novas habilidades nos alunos.

O desenvolvimento das capacidades implicadas nas modalidades desportivas, foram inseridas na maioria das sessões, definindo sempre um objetivo que implementasse a execução de alguma capacidade motora das modalidades. As principais modalidades desportivas que foram desenvolvidas com o aluno foram o voleibol, o basquetebol, o futebol, mas também foram incluídas outras, como por exemplo o badmínton, proporcionando uma diversidade de estímulos e de experiências desportivas, a partir da criação diversificada de conteúdos e atividades. Claro que para a implementação de alguns elementos destas modalidades foi necessário adaptar alguns gestos técnicos às capacidades do aluno, em função da sua dificuldade na utilização de um dos membros superiores.

Relativamente à componente das capacidades coordenativas, esta foi sempre implementada ao longo do ano letivo, devido a ser um aspeto onde o aluno apresentava muitas dificuldades. Desta forma, achei importante o desenvolvimento da coordenação no aluno, visto que a coordenação motora se apresenta como aspeto significativo e determinante para a formação corporal, tal como para uma boa disponibilidade para o movimento (Vasconcelos, 1994). Por esta razão, dei relevância ao aperfeiçoamento das capacidades coordenativas, sendo uma parte imprescindível para a formação corporal. Outro aspeto importantíssimo também ligado às capacidades coordenativas é o equilíbrio e o controlo postural sendo uma habilidade fundamental para executar as atividades da vida diária, e onde as crianças com paralisia cerebral têm algumas dificuldades tornando-se por vezes um desafio para elas. Outra parte imprescindível para a formação do aluno, são as capacidades condicionais. Estas capacidades foram abordadas e trabalhadas com o aluno, mas devido a não me poder focar em todas as suas componentes optei por inserir algumas vezes alguns exercícios de força (mais focados, principalmente, na força inferior) e alguns de velocidade.

Na capacidade aeróbia, procurei desenvolvê-la com o aluno, mas sempre com algum cuidado devido à sua doença de cardiopatia congénita. Apesar disso penso que a implementação desta capacidade no programa desenvolvido foi muito importante para o aluno, pois traz enormes benefícios na sua saúde. Esta

capacidade foi desenvolvida no início de cada sessão, mais precisamente, no aquecimento, aproveitando este momento para promover a ativação geral do organismo e ao mesmo tempo, aumentar a capacidade aeróbia do aluno.

Para a elaboração deste acompanhamento com o aluno com necessidades educativas especiais foram necessários diversos instrumentos, como arcos, bolas de Basquetebol, Voleibol e Futebol, banco sueco, rede de Voleibol e de Badmínton, cesto de Basquetebol, jogo de Bowling, raquete de Badmínton, bancos de diversos tamanhos, plinto insuflável.

Apresentação dos Resultados

Relativamente aos resultados obtidos específicos das capacidades motoras, podemos constatar que existiram grandes melhorias nas capacidades do aluno. Começando por referenciar os resultados obtidos no teste de Pacer 16 metros, podemos concluir que apesar de esta capacidade não ter sido o meu grande objetivo, esta resultou numa evolução significativa por parte do aluno. Passando da realização de 33 percursos em 5 minutos e 10 segundos, na avaliação inicial, para 46 percursos em 6 minutos em 15 segundos. A evolução desta capacidade no aluno, refletiu-se no aumento da sua capacidade global nos sistemas cardiovasculares e respiratórios e a habilidade para realizar exercícios mais prolongados.

Quanto a avaliação funcional do aluno, realizada no início do programa, mais precisamente na Medida de Independência Funcional o aluno apresentou uma pontuação de 110 pontos, num total de 126 possíveis, o que revela que o aluno apresenta uma boa capacidade de independência funcional. Esta avaliação fez-me perceber que o aluno, consegue executar variadas atividades do dia-a-dia e mais importante ainda, que possui boas capacidades funcionais, não sendo necessário grande assistência nas atividades. De modo a conseguir obter uma melhor avaliação funcional do aluno, conhecendo também a sua mobilidade funcional, apliquei o teste Timed Get Up and Go. Neste teste o aluno efetuou uma pontuação inicial de 10 pontos em 18 possíveis e depois do programa de atividade física aplicado, apresentou uma pontuação de 15 em 18 possíveis. Revelando um progresso considerável nas capacidades de mobilidade funcional do aluno, e constatando conseqüentemente, que a prática regular de sessões de atividade física supervisionada apresenta resultados muito positivos nas capacidades funcionais.

Na avaliação da coordenação motora e das capacidades nas modalidades desportivas, o aluno evidenciou diversas melhorias no seu desempenho motor.

Desde logo pude observar uma evolução significativa no lançamento ao cesto e do drible no basquetebol, visto que no drible o aluno apenas parou uma vez na avaliação final e na avaliação inicial este tinha bastantes dificuldades na condução da bola efetuando diversas paragens no exercício. Já no lançamento ao cesto o aluno demonstrou uma evolução na execução e precisão do movimento efetuando menos tentativas até encestar (8 tentativas – AI / 4 tentativas – AF). Na parte da modalidade de futebol também foi evidenciado melhorias no desempenho, quer na condução da bola, quer no remate. Na condução de bola o aluno, inicialmente, apresentava moderadas dificuldades em manter a bola controlada e junto a si, enquanto na avaliação final o aluno, mesmo que num ritmo lento conseguiu controlar a bola durante todo o slalom, já no remate existiu algum progresso mas foi mais relacionado com algum desenvolvimento do equilíbrio na altura do remate. Relativamente à coordenação motora, foi observado uma maior facilidade na execução dos movimentos variados elaborados no circuito apresentado. Podemos concluir, que o programa de atividade física realizado pelo aluno melhorou o seu desempenho ao nível da coordenação motora, sugerindo, que a prática regular de atividade física, pode contribuir significativamente para a melhoria dos níveis de coordenação motora.

Para além destas melhorias analisadas na execução destes instrumentos de avaliação, posso afirmar que o programa elaborado ao longo do ano letivo com o aluno trouxe outros benefícios no seu desenvolvimento integral. Em que a evolução mais relevante e significativa foi na corrida do aluno, em que o aluno no início, corria aos “saltinhos” e no final já executava uma corrida, apresentando um padrão motor correto e uma boa cadência de movimento.

Conclusões e Recomendações

Perante os resultados obtidos, é necessário elaborar uma conclusão dos mesmos, de modo a perceber se os objetivos definidos foram alcançados e se o programa implementado foi bem conseguido e trouxe os benefícios pretendidos.

De uma forma geral podemos afirmar que a prática de exercício físico regular deverá ser realçada, pois esta assume um papel de primordial importância no

incremento da qualidade de vida do aluno. Quanto mais dinâmicas e adequadas forem as experiências do aluno, maiores serão as possibilidades de enriquecimento motor, psicológico e social. Outro aspeto muito importante é que cada aluno e cada criança são um ser único e, conseqüentemente, o seu desenvolvimento é singular, deste modo é necessário adaptar as atividades às suas capacidades e limitações para se conseguir obter sucesso.

Posso então concluir que, em termos globais esta temática permitiu constatar efeitos positivos no aluno. As oportunidades e estimulações vivenciadas, proporcionaram efeitos positivos ao nível da promoção da auto-estima, autonomia e socialização. O aluno manifestou, com o decorrer do tempo, interesse e vontade para fazer cada vez mais e melhor e ao nível das capacidades motoras, as suas aptidões evoluíram, daí resultando, num maior índice de saúde, bem-estar e de qualidade de vida.

Tal como qualquer bom profissional, depois de terminar o meu trabalho, decidi realizar uma reflexão acerca da temática desenvolvida, de modo a poder elaborar algumas recomendações a resolver num trabalho futuro, com a intenção de aperfeiçoar e complementar a temática desenvolvida.

Penso que para além do trabalho motor desenvolvido, poderia ter sido implementado outras capacidades condicionais como a flexibilidade e também, poderia ter dado uma maior ênfase no desenvolvimento da força. Inserindo no programa de atividade física um maior número de exercícios ligados a estas capacidades. Para tal é necessário efetuar uma maior pesquisa, relativamente a estas capacidades e estratégias de aplicação das mesmas, pelo facto de ser um trabalho mais sensível e que possa levar a alguns constrangimentos no aluno.

Outra sugestão é que poderia ter sido englobado e elaborado um maior desenvolvimento do domínio cognitivo, promovendo uma evolução mais integral do aluno. Apesar de ter sido desenvolvido algum trabalho nesse nível, através de questionamento, este domínio teve pouca incidência nas sessões de acompanhamento.

CONCLUSÃO FINAL

Efetuada uma análise de todo este processo realizado no Estágio Pedagógico, posso concluir que se trata de uma etapa árdua e desafiante e com grandes repercussões na minha formação académica. Esta etapa trata-se do período durante o qual é possível adquirir e melhorar os conhecimentos científicos, pedagógicos e as competências necessárias para enfrentar adequadamente a carreira docente. Desta forma, após quatro anos de formação, mais focalizados na teoria, tive a oportunidade de, ao longo deste ano letivo, experienciar e contactar com a realidade vivida na comunidade escolar.

Refletindo e comparando com as minhas expectativas iniciais, estou bastante satisfeito com os resultados obtidos, tendo mesmo superado algumas delas.

Claro que é necessário referir que para a concretização das minhas aprendizagens e aptidões foi essencial o processo de supervisão pedagógica, visto que este desempenhou um papel preponderante na superação dos obstáculos e dificuldades ao longo do ano letivo. Acredito que o papel do Orientador de estágio foi de extrema importância no aperfeiçoamento da minha ação e intervenção pedagógica, proporcionando-me a aprendizagem de diversos conhecimentos relevantes, para este momento da minha formação. Outro facto importante foi de nos ter transmitido confiança e de nos ter dado liberdade para experimentar e refletir sobre as melhores estratégias a aplicar.

A partilha de conhecimentos entre professores é fundamental para o seu desenvolvimento profissional e para a melhoria da instituição, pois estes podem promover o pensar sobre problemas encontrados, procurando estratégias e soluções para a superação dos mesmos. E desta forma, realço a importância da união e o espírito de cooperação entre o núcleo de estágio, desenvolvendo e aperfeiçoando determinados aspetos da prática pedagógica.

Concluo, então, mais uma etapa académica, com a certeza de que dei o meu melhor, consciente da importância do papel dos professores na formação das crianças e jovens e da importância da formação contínua. Mas tendo a perfeita consciência que apesar dos conhecimentos adquiridos, sei que ainda há muito caminho a percorrer. A minha formação não acaba aqui, pelo contrário, prolongar-se-á pelo resto da minha vida profissional, sempre com o objetivo de proporcionar o melhor para os meus alunos.

BIBLIOGRAFIA

- Abrecht, R. (1994). *A avaliação formativa*. Rio Tinto: Edições Asa.
- Andrada, M. (1986). *Cerebral Palsy. Issues in Incidence, Early Detection and Habilitations in Portugal*. In: Marfo, K; Walek, S; Charles, B. (Eds), *Childhood Disability in Developing Countries. Issues in Habilitation in Special Education*, 41-62, Praeger Publishers, New York.
- Alarcão, I. (1991). *Reflexão crítica sobre o pensamento de D. Schön e os programas de formação de professores*. Em *Supervisão e Formação de professores*, Cadernos CIDINE. Aveiro: CIDINE.
- Alarcão, I., Freitas, C. V., Ponte, J. P., Alarcão, J., & Tavares, M. J. F. (1997). *A formação de professores no Portugal de hoje* (Documento de um grupo de trabalho do CRUP – Conselho de Reitores das Universidades Portuguesas).
- Barreira, C., & Pinto J. (2006). *A Investigação em Portugal sobre a Avaliação das Aprendizagens dos Alunos (1990-2005)*.
- Bento, J.O. (1987). *Desporto: matéria de ensino*. Lisboa: Caminho..
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação Física*. Lisboa: Livros horizonte.
- Bobath, K. (1984). *Uma Base Neurifisiológica para o tratamento da Paralisia Cerebral*. (10^a ed.). Manole. S.Paulo.
- Cardinet, J. (1983). *Des instruments d'évaluation pour chaque fonction*. Neuchâtel, Institut romand de recherches et de documentation pédagogiques.
- Carreiro da Costa, F. (1995). *O Sucesso Pedagógico em Educação Física*. Estudo das Condições e Factores de Ensino-aprendizagem Associados ao êxito numa Unidade de Ensino. Lisboa: Edições F.M.H.
- Coutinho, C., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M. J., & Vieira, S. (2009). *Investigação-acção: metodologia preferencial nas práticas educativas*. *Revista Psicologia, Educação e Cultura*, 13:2, pp. 355-379.
- Coutinho, C. (2005). *Percursos da Investigação em Tecnologia Educativa em Portugal - uma abordagem temática e metodológica a publicações científicas (1985-2000)*. Braga: IEP- Universidade do Minho.
- Formosinho, J. (2001). *A formação prática de professores – Da prática docente na instituição da formação à prática pedagógica nas escolas*. Em B. P. Campos (org.), *Formação Profissional de professores no Ensino Superior*, INAFOP, Porto: Porto Editora.
- Graça, A. (2001). *Breve roteiro da Investigação empírica na pedagogia do desporto: A investigação sobre o ensino da educação física*. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*. 1 (1) pp. 104-113.

- Huberman, M. (2000). O ciclo de vida profissional dos professores. In: NÖVOA, António (org.). *Vidas de professores* (2^a ed., pp. 31-61). Porto: Porto Ed.
- Januário, N., Rosado, A., & Mesquita, I. (2006). *Retenção da informação e percepção da justiça por parte dos alunos em relação ao controlo disciplinar em aulas de educação física*. Revista Portuguesa Ciências Desporto, Vol.6 (3).
- Latorre, A. (2003). *La Investigación- Acción*. Barcelo: Graó.
- Libâneo, C. (2004). *Organização e Gestão da Escola: teoria e prática*. 5^a ed. – Goiânia/GO – Editora Alternativa.
- Libâneo, J. (2008). *Pedagogia e Pedagogos, para quê?*. (10^a ed). São Paulo: Cortez.
- Mikkelsen, N. (1978). *Misconceptions of the Principle of Normalization in Flash on the Service for the Mentally Retarded*. The Personal Training School. Copenhagen, Sweden.
- Ministério da Educação, (2001). *Programa Nacional de Educação Física do Ensino Básico e Secundário*. Lisboa
- Noffke, S. & Somekh, B. (2010). *Handbook of Educational Action Research*. London: Sage.
- Nóvoa, A. (2001). O professor se forma na escola. *Revista Nova Escola*, São Paulo, n.142, p. 13-15. Maio, 2001.
- Perrenoud, P. (2000). *A pedagogia diferenciada. Das intenções à ação*. Porto Alegre: Artmed.
- Perrenoud, P. (2000). *Dez novas competências para ensinar*. Porto Alegre: Artmed.
- Piéron, M. (1996). *Formação de Professores - Aquisição de Técnicas de ensino e supervisão pedagógica*. Lisboa: Edições FMH.
- Rink, J. E. & Werner, P. (1987). *Student responses as a measure of teacher effectiveness*. In Barrete, G. T. (Eds). *Myths, models, and methods in sport pedagogy*. Proceedings of the Adelphi-aiesep' 85 world sport conference (1985: Adelphi university). Champaign, Ill: Human Kinetics Publishers. pp. 199-206.
- Rodrigues, D. (2001). *Educação e Diferença in Valores e Práticas para uma educação Inclusiva*. Coleção Educação Especial. Porto Editora.
- Rosado, A. (1997). *Observação e Reacção à Prestação Motora*. Cruz Quebrada: Serviço de Edições da Faculdade de Motricidade Humana.
- Rosado, A., & Colaço, C. (2002). *Avaliação das Aprendizagens: fundamentos e aplicações no domínio das actividades físicas*. Lisboa: Omniserviços.

Rosado, A., & Ferreira, V. (2009). *Promoção de ambientes positivos de aprendizagem*. In F. edições (Ed.), *Pedagogia do Desporto*. Lisboa.

Rosado, A. & Mesquita, I. (2011). *Pedagogia do desporto*. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana. pp. 69-130.

Secretaria Regional da Educação e Ciência (2008). *Educação Pré-escolar e Avaliação*. Região Autónoma dos Açores: Direcção Regional da Educação.

Siedentop, D. (1991). *Developing teaching skills in physical education*. (3^a ed). Mountain View, CA: Mayfield.

Siedentop, D. (1998). *Las estrategias generales de enseñanza*. In Aprender a enseñar la educación física. Barcelona: INDE.

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

Silverman, S. (1994). *Communication and motor skills learning: What we learn from research in the gymnasium*. *Quest*, 46:345-355.

Vasconcelos, O. (1994b). *Avaliação das Capacidades Coordenativas*. FCDEF – UP. Porto.

Zabalza, M. (2000). *Planificação e desenvolvimento curricular na escola*. Porto: Edições ASA.

Legislação Consultada:

Decreto-Lei nº6/2001, 18 de Janeiro

Despacho normativo n.º 98-A/92

Outra Documentação:

Guia de Estágio, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

ANEXOS

Anexo I – Plano de Aula

PLANO DE AULA	Professor	Período	Aula n.º	Unidade Didática
	Data	Ano/Turma	N.º de Alunos Previstos	Aula
	Local	Hora	Duração	De
	Função Didática			
	Objetivos de Aula			
Sumário				
Recursos Materiais				

	Tempo		Tarefas / Situações de Aprendizagem	Organização / Descrição da tarefa	Objetivos Específicos / Critérios de Êxito / Componentes Críticas
	Total	Parcial			
PARTE INICIAL					
PARTE FUNDAMENTAL					
PARTE FINAL					

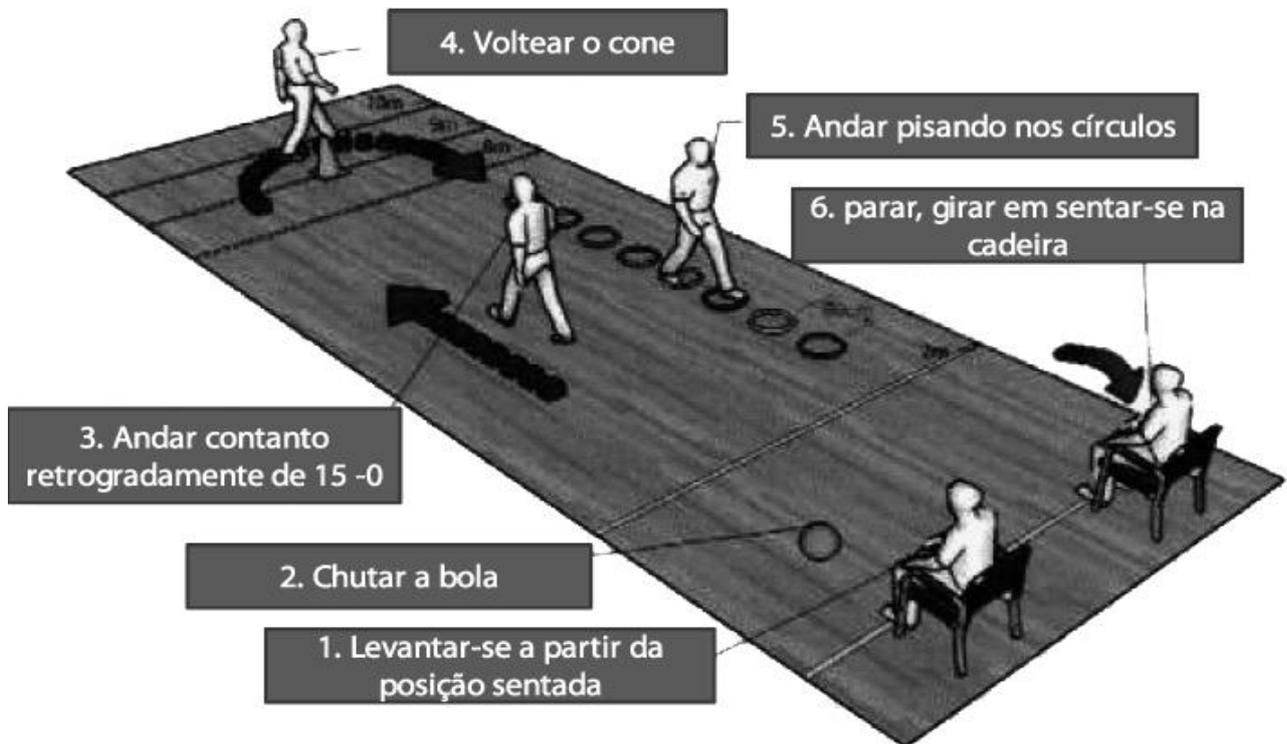
Anexo V – Grelhas de Medida de Independência Funcional

Data	Admissão	Alta	Acompanhamento
Autocuidados			
A. Alimentação			
B. Higiene Pessoal			
C. Banho (lava o corpo)			
D. Vestir metade superior do corpo			
E. Vestir metade inferior do corpo			
F. Uso de vaso sanitário			
Controle de esfíncteres			
G. Controle de urina			
H. Controle das fezes			
Mobilidade / Transferências			
I. Cama, cadeira, cadeira de rodas			
J. Vaso sanitário			
K. Banheira, chuveiro			
Locomoção			
L. Caminhar / Cadeira de rodas			
M. Escadas			
Comunicação			
N. Compreensão			
O. Expressão			
Cognição social			
P. Interação social			
Q. Resolução de problemas			
R. Memória			
Total			

Pontuação	Níveis
	Independência - Sem ajuda
7	Total independência (com segurança e em tempo normal)
6	Independência modificada (ajuda técnica)
	Dependência modificada - Ajuda
5	Supervisão, orientação ou preparo
4	Ajuda mínima (indivíduo faz mais que 75% das tarefas sozinho)
3	Ajuda moderada (indivíduo faz 50% a 74% das tarefas sozinho)
2	Ajuda máxima (indivíduo faz 25% a 49% das tarefas sozinho)
1	Ajuda total (indivíduo não faz as tarefas sozinho)

Anexo VI – Grelha e Esquema do Teste do Timed Get Up and Go

Variável Observada	Descrição	Pontuação
Levantar a partir da posição sentada	Consegue levantar sem usar as mãos em uma ação firme e controlada	3
	Consegue levantar usando as mãos em uma ação firme e controlada	2
	Consegue levantar usando as mãos depois de múltiplas tentativas	1
	Necessita ou pede ajuda	0
Chutando a bola	Chuta a bola sem perder o equilíbrio	3
	Chuta a bola, mas dá um passo para trás para readquirir o equilíbrio	2
	Chuta a bola com dificuldade para encontrar o equilíbrio	1
	Necessita ou pede ajuda	0
Andar enquanto conta retrogradamente de 15 para 0	Capaz de coordenar a caminhada com a contagem sem fazer erros	3
	Capaz de coordenar a caminhada com a contagem fazendo um erro	2
	Pobre coordenação entre a caminhada e a contagem cometendo mais de um erro	1
	Necessita de ajuda ou não consegue fazer a contagem	0
Circundar o cone	Consegue circundar o cone sem o tocar, sem sair da área demarcada e sem perder o ritmo.	3
	Consegue circundar o cone sem o tocar, sem sair da área demarcada, mas diminui o ritmo da marcha.	2
	Consegue circundar o cone com óbvios sinais de insegurança	1
	Necessita ou pede ajuda	0
Pisando nos círculos	Consegue andar pisando cada pé no centro de um dos círculos, sem tocar as bordas e sem perder o equilíbrio	3
	Consegue andar pisando cada pé no centro de um dos círculos, mas toca em uma das bordas ou necessita de um passo a mais, fora do círculo, para re-adquirir o equilíbrio	2
	Consegue andar pisando cada pé no centro de um dos círculos, mas toca mais de uma das bordas ou necessita de mais de um passo, fora do círculo, para re-adquirir o equilíbrio	1
	Necessita ou pede ajuda	0
6- Sentando-se novamente	Capaz de sentar lentamente sem usar as mãos	3
	Senta-se abruptamente (joga-se na cadeira), sem usar as mãos	2
	Senta-se utilizando as mãos	1
	Necessita ou pede ajuda	0



Anexo VII – Esquema do Circuito Técnico

