

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



**RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA  
D. DUARTE – AGRUPAMENTO DE ESCOLAS COIMBRA OESTE, JUNTO DA  
TURMA 3º ANIM NO ANO LETIVO DE 2013/2014**

**PERCEÇÃO DAS CONQUISTAS REVELADAS AO LONGO DO ANO LETIVO,  
NAS DISCIPLINAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA, EXPRESSÃO CORPORAL,  
DESPORTO ESCOLAR E ATIVIDADES DE EXTENSÃO CURRICULAR.**

**TÂNIA MARTINS ALVES**

**COIMBRA**  
**2013/2014**

**TÂNIA MARTINS ALVES**

**Nº 2009119241**

**RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO DESENVOLVIDO NA ESCOLA SECUNDÁRIA  
D. DUARTE – AGRUPAMENTO DE ESCOLAS COIMBRA OESTE, NO ANO  
LETIVO DE 2013/2014**

**PERCEÇÃO DAS CONQUISTAS REVELADAS AO LONGO DO ANO, NAS  
DISCIPLINAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA, EXPRESSÃO CORPORAL, DESPORTO  
ESCOLAR E ATIVIDADES DE EXTENSÃO CURRICULAR.**

Dissertação de mestrado apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra com vista à obtenção do grau de Mestre no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Relatório Final de Estágio desenvolvido na Escola Secundária D. Duarte com a turma do 3º ano do Curso de Animador Sociocultural.

**Orientador: Prof. Paulo Nobre**

**COIMBRA**

**2013/2014**

Alves, T. M. (2014). *Relatório Final de estágio desenvolvido na Escola Secundária D. Duarte – Agrupamento de Escolas Coimbra oeste, junto da turma 3º ANIM no ano letivo de 2013/2014: Perceção das conquistas reveladas ao longo do ano, nas disciplinas de Educação Física, Expressão Corporal, Desporto Escolar e Atividades de Extensão Curricular*. Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

Tânia Martins Alves, aluna nº 2009119241 do MEEFEBS da FCDEF-UC, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto do art. 30.º do Regulamento Pedagógico da FCDEF (versão de 10 de Março de 2009).

18 de Junho de 2014.

## AGRADECIMENTOS

---

As minhas primeiras palavras de agradecimento são dedicadas aos meus pais António e Eufémia Alves, à minha irmã Andreia Alves e família em geral, que sempre me apoiaram com carinho e dedicação e, sem nunca medirem esforços ou pedirem retribuições, contribuíram em muito para que eu chegasse a esta etapa da minha vida.

De seguida agradeço a todos os meus grandes amigos e amigas que sempre me acompanharam e apoiaram ao longo da vida.

Tenho de agradecer ainda à instituição de ensino onde me licenciiei e atualmente realizo Mestrado, a Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, à qual sinto pertencer e permanecerei ligada. Aos professores e funcionários desta faculdade, um muito obrigado por todas as competências e experiências que me proporcionaram ao longo destes cinco anos de ensino. Em especial, um agradecimento aos Professores Paulo Nobre, Elsa Silva, Miguel Fachada e Luís Rama.

À comunidade em geral da Escola Secundária D. Duarte que me acolheu neste ano inicial da minha carreira de docente. Em especial ao professor Fernando Costa e aos meus colegas de estágio, que orientaram todo o meu processo de ensino-aprendizagem. À professora Margarida Madail pela orientação no processo de assessoria à direção de turma. À professora Graça Custódio que me permitiu desenvolver diversos projetos apoiando-os desde o início. Aos professores José Moura Relvas, Ana Paula, Teresa Paula, Fernando Simões e restante comunidade docente envolvida, um muito obrigado.

Por último, mas não menos importante, quero agradecer a todos os alunos que fizeram parte integrante deste grande ano. Ao 3º ANIM, a minha primeira turma, quero agradecer as aprendizagens trocadas ao longo das aulas e atividades desenvolvidas, deixando uma marca profunda na minha vida.

**“(...) gostaria de chamar-vos, um a um,  
pelo vosso nome. E agradecer-vos a herança  
da alegria. E dizer uma vez mais que é sempre  
uma questão mútua de ser. Uma presença  
e não um resultado.**

**E os vossos rostos todos  
hão-de ajudar-me a envelhecer  
sem angústia ou vergonha  
e a estar convosco na verdade  
e a buscá-la juntos e a cumpri-la.”**

***Victor de Matos, 1980***

## RESUMO

---

O Estágio Pedagógico (EP) constitui a fase conclusiva do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS). Pretendem-se ver reconhecidas todas as habilidades, capacidades e conhecimentos que o professor estagiário reúne no final da sua formação académica para o exercício da sua profissão. Segundo Hersh (1982 citado por Sousa & Carreiro da Costa, 1996, p. 37) “o desafio de colocar o formando perante uma situação real de aula constitui o melhor e mais útil benefício” desta etapa de formação. A possibilidade de um prévio contacto com o contexto real da profissão futura é uma preparação e operacionalização prática de toda a teoria lecionada nos anos de formação académica.

O presente relatório foi desenvolvido na Escola Secundária D. Duarte (ESDD) com a intervenção de diversos alunos, docentes, disciplinas, projetos e atividades. Considerando a turma do 3º ano do Curso Profissional de Animador Sociocultural (3º ANIM) como principal instrumento potencializador das diversas reflexões e considerações feitas ao trabalho desenvolvido nas disciplinas de Educação Física (EF) e Expressão Corporal (EC), esta é também parte fundamental de alguns projetos desenvolvidos no âmbito de Projetos e Parceria Educativas e Organização e Gestão Escolar.

Ao longo deste relatório, pretende-se enfatizar a importância do Estágio Pedagógico através da exposição crítica e reflexiva das competências pedagógicas mobilizadas durante todo o processo de lecionação e intervenção docente. A exposição das aprendizagens realizadas não se restringe à lecionação das aulas de Educação Física. O leque de funções desempenhadas ao longo do ano foi bastante amplo, havendo também uma clara designação de funções e tarefas ao nível da lecionação de treinos do Desporto Escolar (DE) para alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE). Foi neste âmbito de intervenção que se desenvolveu o trabalho de tema problema. A organização e participação em atividades formativas da escola em diversas instituições de Coimbra, assume também um papel de relevo no trabalho desenvolvido pelo Núcleo de Estágio da ESDD, a par com a promoção e concretização de projetos de sociabilização comunitária.

Palavras-chave: Educação Física. Expressão Corporal. Contributo individual. Desenvolvimento. Relação pedagógica. Diversificação de Atividades.

## ***ABSTRACT***

---

The teaching practice (TP) constitutes the final phase of Master degree in Physical Education Teaching at Basic and Secondary Level. Tend to be recognized all acknowledged skills, abilities and knowledge that the trainee teacher gathers at the end of the academic formation for the implementation of his/her profession. According to Hersh (1982 citado por Sousa & Carreiro da Costa, 1996, p. 37) “the challenge of placing the trainee towards a real classroom situation makes the best and most useful benefit” in this phase of academic formation.

The present report was developed in Escola Secundária D. Duarte (ESDD) with the participation of various students, professors, disciplines, projects and activities. Considering the class of 3<sup>rd</sup> year of the professional course of sociocultural entertainer as a principal enhancing instrument of various reflections and considerations done during the work carried out in the disciplines of Physical Education and Body Expression. This is also a fundamental part of some projects made as a part of Research and Educational partnership and organization of school management.

During the present report it is pretended to emphasize the importance of teaching practice through the reflective critic of teaching skills gained along the teaching process and teacher intervention. The exposure of knowledge acquired is not restricted to teaching of classes of Physical Education. The range of functions carried out throughout the year was very wide. There is also clear designation of functions and tasks at the level of conduction of practices of School sport for the pupils with Special education Needs. It was in this context of intervention were the topic of work was developed. The organization and participation in formative activities at school and various institutions in Coimbra assumes also an important role of work developed by the Nucleus of internship together with the promotion and realization of projects of community socialization.

Key words: Physical Education. Body expression. Individual contribution. Development. Pedagogical relationship. Diversification of Activities.



## LISTA DE TABELAS

---

Tabela 1 - Caraterização geral da turma .....	17
Tabela 2 - Caraterização dos alunos NEE .....	45
Tabela 3 - Estatísticas da contribuição para o desenvolvimento - Alunos.....	48
Tabela 4 - Estatísticas da contribuição para o desenvolvimento - Professores	49

## LISTA DE ABREVIATURAS

---

3ºANIM – 3º ano do Curso Profissional de Animador Sociocultural

DE – Desporto Escolar

EE – Estabelecimento de Ensino

EC – Expressão Corporal

EF – Educação Física

EP – Estágio Pedagógico

ESDD – Escola Secundária D. Duarte

FCDEF-UC – Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra

MEEFEBS – Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

NEE – Necessidades Educativas Especiais

PNEF – Programa Nacional de Educação Física

U.C. – Unidade Curricular

## ÍNDICE

---

1. INTRODUÇÃO .....	1
2. PROJETO FORMATIVO .....	3
3. ESTADO DA ARTE .....	5
4. ENQUADRAMENTO BIOGRÁFICO.....	8
4.1. IDENTIFICAÇÃO PESSOAL .....	8
4.1.1. Escolha do estabelecimento de ensino para realizar o EP .....	9
4.2. EXPECTATIVAS INICIAIS.....	10
5. CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA.....	14
5.1. CARATERIZAÇÃO DO ESTABELECIMENTO DE ENSINO .....	14
5.2. CARATERIZAÇÃO DA TURMA – 3º ANIM .....	17
6. ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA .....	19
6.1. ATIVIDADES DE ENSINO APRENDIZAGEM.....	20
6.1.1. PLANEAMENTO DO ENSINO.....	20
6.1.1.1. Plano anual .....	21
6.1.1.2. Blocos de Matérias / Unidades Didáticas (U.D.).....	23
6.1.1.3. Planos de Aula .....	26
6.1.2. REALIZAÇÃO .....	29
6.1.2.1. Instrução .....	29
6.1.2.2. Gestão.....	31
6.1.2.3. Clima/Disciplina.....	32
6.1.2.4. Decisões de Ajustamento.....	33
6.1.3. AVALIAÇÃO .....	34
6.2. ATITUDE ÉTICO- PROFISSIONAL .....	37
6.3. JUSTIFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS .....	38

7. APROFUNDAMENTO DE TEMA: A <i>IMPORTÂNCIA DA DIVERSIFICAÇÃO DE ATIVIDADES JUNTO DOS ALUNOS COM NECESSIDADES EDUCATIVAS ESPECIAIS</i> .....	41
7.1. Introdução.....	41
7.2. Justificação.....	42
7.3. Objetivo da investigação.....	42
7.4. Estado da arte .....	43
7.5. Metodologia .....	45
7.6. Procedimentos.....	47
7.7. Análise dos dados e tratamento Estatístico .....	47
7.8. Apresentação e Discussão dos resultados .....	50
7.9. Conclusões da investigação .....	51
7.10. Pesquisa futura.....	52
8. CONCLUSÃO.....	52
BIBLIOGRAFIA .....	54
ANEXOS .....	56

# 1. INTRODUÇÃO

---

O presente relatório final classifica-se de tarefa fundamental a desenvolver para obtenção do grau de Mestre no Mestrado em Ensino de Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, no ano letivo de 2013/2014.

O documento surge como relatório final de estágio individual concebido num período de aproximadamente nove meses, concretizado na Escola Secundária D. Duarte e integrado no Núcleo de Estágio de Educação Física da respetiva Escola.

Remetendo para a afirmação de Hersh (1982) mencionada anteriormente, destaca-se aqui que o Estágio Pedagógico acarreta uma importância extrema na preparação do profissional. Com a realização do estágio pedagógico pretende-se concluir uma das fases de formação académica e iniciar uma vida profissional. A possibilidade de um prévio contacto com o contexto real a que a profissão futura nos dirige constitui-se como uma preparação e operacionalização prática de toda a teoria lecionada nos anos anteriores.

Aproveitando a oportunidade de estagiar numa Escola que oferece uma ampla abertura a atividades inovadoras que promovam novas experiências aos seus alunos, foi possível implementar algumas dinâmicas e dar lugar a diversas aprendizagens em diferentes áreas do ensino. A organização e participação em atividades e projetos que se desenrolaram ao longo do ano letivo, proporcionaram um aprofundamento das temáticas, um conhecimento maior das pessoas envolvidas e uma concretização dos objetivos a alcançar. O presente relatório não se limita apenas à abordagem e reflexão sobre a lecionação da disciplina de Educação Física. Foram também parte integrante do Estágio e do presente documento a lecionação da disciplina de Expressão Corporal e Desporto Escolar de Danças Rítmicas e NEE, dinamização das Atividades Formativas da ESDD, organização do “Projeto ANIMA-TE!”, participação ativa no “Coimbra a Brincar”, implementação do projeto “TRIPLELA CONTIGO”. Regista-se ainda a colaboração em projetos desenvolvidos pela turma e acompanhamento na preparação de dois alunos para os pré-requisitos físicos de acesso ao curso de Ciências do Desporto (ensino superior). De referir ainda as atividades de observação de aulas de docentes da área disciplinar e de colegas estagiários.

O presente documento apresenta-se como uma exposição das experiências, aprendizagens e resultados alcançados no primeiro confronto com a realidade Escola-Docentes-Alunos. Neste documento é patente um caráter reflexivo, à medida que se vão tecendo considerações acerca do desempenho percebido ao longo das diversas funções exercidas, reconhecendo-o como essencial à melhoria das diversas competências exigidas ao desempenho da profissão de docente.

Segundo Zeichner (1993), a reflexão “significa o reconhecimento de que o processo de aprender a ensinar se prolonga durante toda a carreira do professor e de que, independentemente do que fazemos nos programas de formação de professores e do modo como o fazemos, no melhor dos casos só podemos preparar os professores para começarem a ensinar.”.

## 2. PROJETO FORMATIVO

---

A oportunidade de vivenciar uma situação real de docência anteriormente à atribuição do grau académico a que corresponde, constitui uma mais-valia para o processo de formação individual. Segundo os testemunhos de duas professoras, uma mais experiente e outra no seu primeiro ano de carreira, relatados por Russel (1988 citado por Sousa & Carreiro da Costa, 1996, p. 40), “o aprender a ensinar não é um processo em duas etapas em que, primeiro, se aprende a teoria e, em segundo, se põe a teoria em prática. Teoria e prática são fases alternadas duma mesma realidade”.

A formação profissional orientada é a situação privilegiada de contactar com a realidade e identificar dúvidas e dificuldades. Os professores estagiários são confrontados com os problemas da realidade escolar e devem ser capazes de os superar de forma experimental e direcionada para o sucesso. Neste contexto assume particular importância o papel fundamental do professor cooperante, numa função de orientador de todo o processo de aprendizagem dos estagiários.

O Estágio Pedagógico, regido pelas diretrizes da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, obriga ao acompanhamento diário do professor cooperante da ESDD.

A possibilidade de colocar os alunos como agentes ativos do seu processo de aprendizagem, através da utilização de estratégias e estilos de ensino adequados, torna-se uma mais-valia no desempenho das funções do professor. É importante fomentar o espírito crítico, entre ajuda, autonomia e cooperação nas aulas de Educação Física, promovendo situações favoráveis à transmissão de valores, comportamentos e hábitos de vida saudáveis, adequados à sociedade.

A oportunidade de lecionar modalidades de carácter artístico como a dança e a ginástica acrobática, modalidades de realização em meio aquático como a canoagem e ainda jogos desportivos coletivos, veio enriquecer o processo de leção da disciplina, obrigando a uma diversificação pedagógica.

A orientação do processo de ensino-aprendizagem prende-se não só com a socialização e formação antecipadora do professor. Esta deve organizar-se de acordo com as exigências do programa, escola e turma. Quanto maior for o reportório teórico e experimental do professor estagiário maior será a probabilidade

de ele interagir com cada aluno individualmente, partilhando saberes de agrado mútuo.

O Estágio Pedagógico tornou-se a condição perfeita para aprofundar e adquirir novos conhecimentos e aptidões específicas da área da organização, monitorização, lecionação, entre outros. A possibilidade de lecionar duas disciplinas distintas, Educação Física e Expressão Corporal, atividades no âmbito do Desporto Escolar (danças rítmicas e NEE) e participar na organização de diversas atividades e projetos foi determinante para desenvolver diversas competências individuais.

Paralelamente a todo o comprometimento com o Estágio tive a oportunidade de pertencer ao STAFF da XII Conferência do Mundo Hidro onde desenvolvi competências na área de secretariado. Mais tarde fiz parte do Comité de Organização do II Campeonato Universitário de Judo que me deu algumas noções mais amplas de metodologia de organização de eventos. Fiz parte do voluntariado no VII Movimento Especial – FCDEF, onde revii diversas pessoas que contactei em anos anteriores. Este tipo de eventos traduzem sempre novas aprendizagens o que me faz querer continuar a participar nos mesmos.

Particpei em Fóruns, Seminários, Conferências na área das Ciências da Educação Física, Ciências do Desporto e Ciências da Atividade Física. O contributo de cada uma destas formações traduz-se em diversas aprendizagens que desencadearam diversas reflexões e, por consequência, o desenvolvimento de conceções vagas ou até desconhecidas.

### 3. ESTADO DA ARTE

---

A profissão de professor requer um processo formativo constante, que “implica, por um lado, uma aquisição de conhecimentos e competências (no acto da formação inicial) e, por outro, um aperfeiçoamento/enriquecimento profissional e um desenvolvimento de competências (para os professores em exercício)”, (Flores, 2000). Desta forma, a formação do professor inclui uma continuidade de aprendizagens já que é sua função promover o entendimento e aprendizagem dos diversos conteúdos a lecionar. No caso da Educação Física é necessário que o professor se mantenha atualizado sobre as diversas modalidades e eventos desportivos de forma a transmitir o maior número de conteúdos e informações atuais aos alunos.

Segundo o Programa de Educação Física Escolar, reconhece-se ao professor a responsabilidade de escolher os objetivos específicos e as soluções pedagógicas e metodologicamente mais adequadas, mobilizando as competências profissionais da especialidade de Educação Física Escolar, para que os benefícios reais da atividade do aluno correspondam aos objetivos do programa, utilizando os meios atribuídos para esse efeito. Segundo o Programa Nacional o professor poderá então escolher e definir as linhas orientadoras de ensino que tenciona adotar para conduzir o processo de ensino-aprendizagem.

#### **3.1. Socialização de Professores**

Torna-se então importante refletir sobre a socialização antecipadora do professor sendo que, segundo Britzman (Carreiro da Costa et al., 1996, p 44), “Este conceito é utilizado como representação de uma aprendizagem invisível, intuitiva e imitativa, de modelos de ensino, de um conjunto de crenças, conhecimentos e professores, enquanto alunos, que é depois transportada para a formação e para a situação de trabalho”. É então possível verificar que o processo de socialização antecipadora poderá influenciar na escolha das práticas pedagógicas que o professor utiliza para lecionar as suas aulas e conduzir todo o processo.

“A socialização do professor de Educação Física, enquanto processo que ocorre ao longo da vida, envolve diversos tipos de influência em diferentes contextos: das experiências anteriores em Educação Física e no(s) desporto(s) à



formação inicial, das culturas organizacionais das escolas ao senso comum sobre as atividades físicas, passando pelas pessoas que marcam significativamente o percurso social dos indivíduos. Assim, devemos reconhecer que a formação inicial não constitui o momento único de socialização para a ocupação de professor mas, que se situa num ponto central, entre as experiências, os valores e as crenças para aí transportadas pelos alunos e aquelas que vai encontrar no (futuro) local de trabalho” (Carreiro da Costa et al., 1996, p 57).

Considerando que cada indivíduo é único e que as suas aprendizagens e experiências influenciam a forma como cada um atua na escola, é de prever que os professores possuam práticas distintas entre eles para lecionar a mesma modalidade. Isso não significa de modo algum que existam melhores ou piores formas de ensinar uma modalidade, o que acontece é que uma mesma estratégia poderá não se adequar a todas as turmas e a todos os alunos.

O professor é então um ser sociável e responsável pela transmissão de conhecimentos numa área que está em constante transformação, tornando-se imperativo o dinamismo auto-educativo. A adoção de novos comportamentos e estratégias para saber lidar com os alunos e conseguir transmitir-lhes as matérias da melhor forma, respeitando a sua individualidade e os objetivos do Programa Nacional, constitui um desafio para o professor, podendo até representar um fator de stress no quotidiano da prática docente. Esta é uma realidade que não pode ser ignorada, pois segundo a Organização Internacional do Trabalho (1981) a profissão docente é uma profissão de risco físico e mental.

### **3.2. Fase de Formação inicial**

“A fase de formação inicial é o período durante o qual o futuro professor adquire conhecimentos científicos e pedagógicos e as competências necessárias para enfrentar adequadamente a carreira docente. Se esta fase de formação não promover a alteração das conceções prévias incorretas sobre a escola, a Educação Física e o ensino que os estudantes transportam para o curso, estas ideias irão exercer uma influência permanente e decisiva nas suas crenças, perspetivas pedagógicas e comportamentos quando forem professores de Educação Física.” (Sousa, J. Carreiro da Costa, 1996, p 10).

A prioridade da formação inicial docente não se completa sem que os professores, preparados para transmitir conhecimentos científicos, reflitam e reconheçam o papel educativo que têm para exercer ao nível dos valores, do (saber) ser, do saber-estar e viver em sociedade. Perante isto e a perspetivação dos estabelecimentos de ensino como “depósito” de alunos, criam-se desafios acrescidos pelo facto de a sociedade esperar que a escola forme aqueles cultural e civicamente. Surge, portanto, todo um conjunto de mandatos resultantes de uma exigência social a que o sistema educativo pretende atender, lidando com a heterogeneidade crescente mas nem sempre conseguindo orientar para as diferenciações e diversificações que se impõem.

Segundo Sousa e Carreiro da Costa (1996), num curso de formação de professores, desde o seu início, “deve haver um lugar para as experiencias praticas de ensino que possam ser campo de aplicação da teoria e serem facultados os conhecimentos teóricos que a própria pratica vai aconselhando”.

### **3.3. Estágio Pedagógico**

Baseando-nos em Piéron (1996), o estágio é referido como um “verdadeiro momento de confrontação entre a formação teórica e o mundo real de ensino, a fase mais importante e significativa da formação profissional e cuja prática pedagógica apresenta-se como um meio de aquisição de conhecimentos: o conhecimento prático como saber ensinar, constituindo assim o momento em que o aluno estagiário, futuro professor, procura efetuar a ligação entre a teoria e a prática. É o momento de confrontação com a realidade, de colocar em prática todos os conhecimentos adquiridos durante o percurso de formação inicial, e ser capaz de os adaptar aos alunos”. O Professor estagiário inicia o seu primeiro ano de ensino e dá forma à teoria assimilada durante o processo de formação inicial, sendo o ponto alto desta fase. Vive um momento de “particular interesse na formação dos professores por ser uma etapa de convergência, de confrontação entre os saberes teóricos da formação inicial e os saberes práticos da experiência profissional e da realidade social do ensino” (Piéron, 1996).

Numa situação de estágio pedagógico na realidade portuguesa, verifica-se uma relação próxima entre o supervisor e o formando, sendo esta essencial para perceber varias manifestações (comportamentais, emocionais, físicas, etc).

## 4. ENQUADRAMENTO BIOGRÁFICO

---

Considerando que cada indivíduo é um ser individual, verifica-se a importância de uma caracterização e identificação pessoal, evidenciando também as expectativas e projeções iniciais do Estágio Pedagógico.

### 4.1. IDENTIFICAÇÃO PESSOAL

Desde sempre fui uma pessoa bastante ativa, tendo o desporto invadido a minha vida aos 10 anos, quando entrei para o 2º ciclo (5º ano). Nessa altura, contactei com o Basquetebol que desde então se tornou a minha modalidade de eleição, tendo sido federada anos depois. Desta forma, o Desporto e a Educação Física tornaram-se os meus hobbies e ambição.

Anos mais tarde, no auge da minha carreira de jogadora de Basquetebol, sofri uma grave lesão no decorrer de uma aula de Educação Física (rotura do ligamento anterior cruzado no joelho esquerdo). Nesse momento o meu professor de Educação Física, ao tentar “ajudar” e perceber aquilo que se passava, provocou/forçou a extensão da minha perna, puxando-a para a “colocar no sítio”. Graças a isso, a rotura do meu ligamento foi completa sendo necessária uma intervenção cirúrgica e reabilitação. Assim terminou a minha carreira como jogadora, deixando-me uma grande mágoa e tristeza com o sucedido.

A escolha do curso a frequentar no Ensino Secundário foi fácil – Curso Tecnológico de Desporto. A entrada na Universidade estava implícita desde o início, sendo a primeira e única opção o Curso de Ciências do Desporto na Universidade de Coimbra.

Atualmente Licenciada em Ciências do Desporto, frequento no presente ano letivo o Estágio Pedagógico (integrado no MEEFEBS), na Escola Secundária D. Duarte. Integrada no Núcleo de Estágio de Educação Física lecionei as disciplinas de Educação Física e Expressão Corporal, assim como aulas de Boccia e Dança aos alunos com Necessidades Educativas Especiais integrados no Desporto Escolar.

#### **4.1.1. Escolha do estabelecimento de ensino para realizar o EP**

A escolha do estabelecimento de ensino prendeu-se primariamente com a certeza de que aí encontraria um grupo de professores com quem muito tinha a aprender. A localização da Escola Secundária D. Duarte foi igualmente um fator importante, dada a proximidade à minha residência mas também ao rio e parque verde.

O contato e acompanhamento do orientador foi fundamental para que o núcleo fosse inserido na comunidade escolar. Relativamente ao Núcleo de Estágio houve uma boa relação inicial entre os três elementos. Apesar da relação pessoal se manter a um nível positivo, o mesmo não se verificou sempre no trabalho colaborativo. Segundo Schempp (1988, citado por Sousa & Carreiro da Costa, 1996, p. 40), “Há pouca partilha de conhecimento pratico gerado por aqueles que vivem no terreno a profissão. É também pouco evidente a utilização do conhecimento teórico gerado pelos profissionais da Universidade”. Os modos de perspetivar as disciplinas, a escola e os alunos, bem como as diferentes conceções didáticas e pedagógicas, deram lugar a desempenhos diversos. Todavia, é com agrado que reconheço que algumas distâncias foram superadas e o trabalho conjunto foi evoluindo.

A distribuição das turmas a lecionar foi feita pelo professor cooperante, tendo-me sido atribuída a turma de 3º ano do Curso Profissional de Animador Sociocultural (equivalente ao 12º ano). Após a recolha de algumas informações sobre a turma e de um primeiro contato com a mesma, apercebi-me da presença de alguns alunos mais difíceis, aos quais deveria ser dada uma atenção especial. As expetativas de trabalho para com a turma eram altas, ainda que tendo consciência de que seria tarefa difícil de cativar. Empenhei-me seriamente nesta conquista e com a decorrer das aulas foi visível a entrega e dedicação na participação das aulas.

## 4.2. EXPECTATIVAS INICIAIS

O Estágio Pedagógico iniciou-se no dia 2 de Setembro de 2013, integrado no Agrupamento de Escolas Coimbra Oeste – Escola Secundária D. Duarte. Nesse dia proporcionou-se a apresentação formal e presencial do Orientador Fernando Costa e o reconhecimento do estabelecimento de ensino.

Durante o percurso como Estagiária tentei participar no maior número de atividades e experiências possível, de forma a aumentar o meu leque de aprendizagens de organização, lecionação, sociabilização, participação, entre outros.

Como futura professora pretendi promover um clima de aula adequado de forma a conseguir organizar e lecionar os conteúdos programados. Reconheci assim a importância da organização, criatividade, dinamismo e comunicação com áreas fundamentais ao desenvolvimento de um bom trabalho. O contacto direto com adolescentes implicou um reajuste de tolerância e compreensão de modo a criar um relacionamento favorável ao desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem.

A procura e aquisição de conhecimento foi constante para que o reportório teórico fosse claramente aumentado e consolidado de uma forma apoiada e condicionada (importante contributo do Orientador de Escola). O Estágio tornou-se o momento ideal para a exploração e consolidação de modalidades já conhecidas e o contacto com outras até então desconhecidas, através da observação e prática das mesmas.

A oportunidade de um contacto anterior com alunos com Necessidades Educativas Especiais ajudou-me claramente fase às adaptações de atividades e superação de dificuldades evidenciadas.

As expectativas iniciais foram reportadas do meu Plano de Formação Individual, encontrando-se organizadas em quatro áreas de intervenção distintas. Estas expectativas surgem de acordo com o Perfil de Desempenho Docente – D.L. 240/2001 de 30 de Agosto e descrevem-se em seguida.

#### **4.2.1. Dimensão Profissional e Ética**

Como aluna estagiária tive como principal objetivo promover as aprendizagens curriculares, executando o processo de ensino-aprendizagem em alinhamento com o Programa Nacional de Educação Física e com os conhecimentos adquiridos ao longo da minha formação acadêmica. Pretendi conseguir adquirir o maior número de saberes inerentes à profissão, apoiando-me na investigação e na reflexão crítica constante.

Sendo evidente a necessidade de regência do processo através do Programa Nacional de Educação Física, pretendi lecionar as matérias que potencializassem a aprendizagem dos alunos em relação às condições, quer materiais quer espaciais da escola e ainda face à sua implementação direta na profissão para que se preparem.

Foi desde logo evidente a necessidade de criar um clima favorável ao ensino, através de uma boa capacidade relacional, de comunicação e inculcando valores de igualdade e solidariedade, independentemente das suas diferenças culturais ou pessoais. Foi proporcionado um desenvolvimento da autonomia enquanto cidadãos numa sociedade de mutação, sempre numa perspetiva inclusiva, valorizando os diferentes saberes e culturas, combatendo processos de exclusão e discriminação.

A necessidade de assegurar a qualidade dos contextos de inserção do processo educativo, de modo a garantir o bem-estar dos alunos e o desenvolvimento de todas as componentes da sua identidade individual e cultural, foi levada em consideração.

#### **4.2.2. Participação na Escola**

Pretendi participar e colaborar no desenvolvimento do projeto educativo da escola, bem como quaisquer outros projetos desenvolvidos na mesma quer para docentes ou alunos. Só assim foi possível integrar-me na escola, favorecendo a criação e o desenvolvimento de relações de respeito mútuo com a comunidade escolar (alunos, professores, funcionários e encarregados de educação), atendendo à articulação entre os vários níveis e ciclos de ensino.

A participação em reuniões do grupo de estágio, em colaboração com os meus colegas estagiários e o professor orientador de estágio, de modo a debater os

pontos fortes e fracos respectivos à minha prestação individual enquanto docente de Educação Física verificou-se uma mais-valia. Estas reuniões visaram também o potenciamento das minhas capacidades na execução da função de professor, tendo-se verificado muito importante em termos formativos para o meu futuro profissional.

Sendo a área das Necessidades Educativas Especiais, uma eleição pessoal, consegui fomentar a inserção, desenvolvimento e autonomia dos alunos, tornando mais possível a sua inclusão na sociedade. Foi necessário adotar estratégias específicas de inserção dos alunos nos diferentes contextos.

### **4.2.3. Desenvolvimento e Formação Profissional**

Estive sempre empenhada em mostrar uma boa capacidade relacional, bem como equilíbrio emocional, nas várias circunstâncias da minha atividade profissional.

A tarefa de planificação de aulas exigiu que todas as partes fossem pensadas em função de um todo coerente. Pretendi assim adquirir e melhorar os meus conhecimentos relativamente às diversas matérias (especialmente aquelas a que tenho acesso direto), possibilitando uma aprendizagem de maior qualidade aos alunos.

De maneira a suprimir as carências de formação, incorporei na minha formação um elemento constitutivo da prática profissional, construindo-a a partir das necessidades e realizações que consciencializei, tendo sido necessário analisar de modo problematizado e refletido a minha prática pedagógica, recorrendo à investigação e à cooperação com outros profissionais. Foi então necessário refletir sobre as minhas práticas, aspetos éticos e deontológicos e avaliar sempre o efeito das decisões tomadas.

Por último, considerei o trabalho em equipa um fator fulcral e de enriquecimento da minha formação, privilegiando a partilha de saberes e experiências.

Sempre que possível participei em projetos de investigação e formação de modo a aprimorar e sedimentar conhecimentos e saberes.

#### **4.2.4. Desenvolvimento do Ensino e da Aprendizagem**

Para além do elevado número de alunos por turma, tornou-se preocupante a heterogeneidade das mesmas, dando lugar a um cuidado maior na implementação da individualização do ensino de modo a que todos tivessem oportunidade de desenvolver as suas competências.

Foquei-me assim na promoção de aprendizagens no âmbito do currículo, promovendo aulas ambiciosas e de qualidade. Estas foram concebidas através de critérios científicos, utilizando metodologias favoráveis ao desenvolvimento do conhecimento. Foi necessário utilizar de forma integrada, saberes específicos e outros transversais e multidisciplinares adequados de modo a cumprir interdisciplinaridade.

Para concretizar um bom trabalho, foi importante estabelecer uma boa relação entre alunos-professor. Foi assim criado um clima favorável à aprendizagem mútua, onde houve respeito e cooperação, planeando sempre aula motivantes de modo a existir empenho dos alunos. Assim foi importante desenvolver estratégias pedagógicas diferenciadas, mobilizando valores, saberes e experiências dos alunos sem qualquer constrangimento no que diz respeito à criação e inovação, propondo medidas inovadoras e que contribuíssem para um melhor decorrer do processo de ensino-aprendizagem.

Foram planeadas aprendizagens significativas para os alunos e fomentado o trabalho individual e em grupo. Os alunos conseguiram trabalhar autonomamente e em parceria.

Devido à pouca experiência em ambiente prático de aula, procurei sempre ouvir os conselhos do meu orientador e colegas, criando e desenvolvendo situações mais apropriadas para promover a aprendizagem dos alunos.



## **5. CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA**

---

### **5.1. CARATERIZAÇÃO DO ESTABELECIMENTO DE ENSINO**

A Escola Secundária D. Duarte é uma escola pública localizada na zona de Santa Clara. As instalações da escola encontram-se em frente à Quinta das Lágrimas, lateralmente ao Rio Mondego e perto do Estádio Universitário e do Portugal dos Pequenitos.

O Liceu Nacional de D. Duarte foi criado pelo Decreto-Lei nº 45636/64 de 31 de Março. No entanto, os primeiros alunos (532) foram recebidos no ano letivo de 1967/1968. Esta Escola/Liceu consagrou-se misto, frequentado nos vários anos e turmas por rapazes e raparigas, que vinham em grande número, por considerarem esta escola diferente das outras, tendo uma abertura da evolução das mentalidades. Foi a primeira a aceitar alunos invisuais nas turmas normais e durante alguns anos foi a única a aceitar alunos com NEE, potenciando esta inserção nos outros estabelecimentos. No ano de 1978, o Liceu D. Duarte passou a ser denominado de Escola Secundária de D. Duarte, por via do artigo 1º. do DL n º80/78 de 17 de Abril.

O Agrupamento de Escolas Coimbra Oeste (AECO), “criado por decisão do Ministério da Educação e Ciência através de despacho (...) nasceu a 4 de julho de 2012, sendo constituído pela Escola Secundária D. Duarte e pelos extintos Agrupamentos de Escolas Inês de Castro e de Taveiro”.

A ESDD abarca cursos de carater regular e profissional. De ensino regular a escola oferece os cursos de Ciências e Tecnologias e Línguas e Humanidades. O número elevado de cursos profissionais que a escola propõe aos seus alunos permite-lhe abarcar uma grande heterogeneidade de alunos. A escola oferece os cursos profissionais de Animador Sociocultural, Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, de Processamento e Controlo de Qualidade Alimentar, Recursos Florestais e Ambientais, Restauração, variante Cozinha/Pastelaria e Restauração, variante Restaurante/Bar.

Relativamente ao número total de alunos que a ESDD acolhe no presente ano letivo é de 564 alunos, dos quais 280 pertencem aos cursos científico-humanísticos e 284 aos cursos profissionais.

### **5.1.1. Corpo Docente**

Para além dos professores do quadro de nomeação definitiva nas áreas disciplinares previstas por lei, acresce um conjunto de formadores nas áreas específicas implicadas nos cursos profissionais.

O contato mais próximo foi feito com os professores das Áreas de Educação Física e das Expressões, com quem tive a oportunidade de colaborar e aprender sobre diversas áreas da docência até aí menos desenvolvidas. Estes docentes permitiram-me vivenciar um conjunto de situações e experiências na área da organização de eventos intra e extra escola. Como principais responsáveis é necessário nomear os Professores Graça Custódio, Margarida Madail, Teresa Paula, Ana Paula, José Moura Relvas e Conceição Romeiro.

### **5.1.2. Corpo Docente de Educação Física**

No presente ano letivo, a área curricular de Educação Física é composta por 9 elementos (professores Fernando Costa, Pedro Fonseca, Fernando Simões, Luís Bonito, Isabel Santos, Jorge Gerónimo), incluindo os três elementos do Núcleo de Estágio da FCDEF UC (Filipe Oliveira, Micaela Simões, Tânia Alves).

Ao longo do ano letivo foi possível contactar com os diversos docentes do grupo de Educação Física. Os diálogos construtivos com o grupo foram alvo de uma cuidada reflexão individual, dando lugar a aprendizagens relevantes.

Com os professores Fernando Simões, Pedro Fonseca e Isabel Santos estabeleci contato mais próximo devido à participação mais intensiva no Desporto Escolar que cada um lecionava.

A participação e colaboração do grupo de docentes nas diversas atividades que o Núcleo promoveu foi uma mais-valia para o seu sucesso. O espírito crítico e entreajuda foram promovidos pelo grupo, o que facilitou a transmissão e aquisição de diversos conhecimentos.

### **5.1.3. Recursos Espaciais**

#### **5.1.3.1. Edifícios físicos**

Em termos físicos a escola é constituída por um edifício com dois andares, havendo pequenos anexos externos como é o caso dos pavilhões 4 e 7.

Nas diversas salas de aula é patente a antiguidade das instalações da escola, já que esta não foi ainda alvo de requalificação. É possível observar que está razoavelmente equipada em termos tecnológicos, embora padeça de renovação e atualização.

Apesar de algumas salas contarem já com quadros eletrónicos, no geral poderia dizer-se que escola ainda funciona a giz, não sendo isso um fator de contamine os bons docentes e práticas pedagógicas que a mesma desenvolve.

A escola dispõe assim de salas de aula para as disciplinas regulares e, para além disso dispõe de salas específicas como as de cozinha, restauração, animação, teatro, agricultura, laboratórios, entre outras, para a lecionação de aulas referentes aos cursos profissionais. As salas encontram-se bem equipas com uma diversificação considerável de materiais e instrumentos. A permanência em alguns cursos profissionais pressupõe ainda a compra/oferta de vestuário adequado ao exercício da profissão para que são formados.

Relativamente à Educação Física a escola dispõe de 1 gimnodesportivo, 1 galeria, 1 sala de visualizações, 2 campos exteriores de voleibol, 1 campo exterior de futebol, 2 campos de basquetebol, 1 sala de ténis de mesa, 2 espaços exteriores alternativos e diversas salas para a arrumação do material.

#### **5.1.3.2. Calendário Escolar**

De acordo com o Despacho n.º 9788/2011, de 08 de Julho, "(...) a organização do calendário do ano escolar define as datas indicativas de duração dos períodos letivos e interrupção de atividades educativas e letivas, momentos de avaliação e classificação, exames e outras provas, para cada ano escolar". O primeiro período terá início a 13 de Setembro e término a 17 de Dezembro. A interrupção letiva será de 18 de Dezembro a 3 de Janeiro, iniciando o segundo período a 6 de Janeiro. A 4 de Abril será o término do período com pausa até 21 do

mesmo mês. O terceiro e último período inicia-se a 22 de Abril e termina a 13 de Junho.

## 5.2. CARATERIZAÇÃO DA TURMA – 3º ANIM

A caraterização da turma foi elaborada com base nos inquéritos preenchidos pelos alunos e respetivos encarregados de educação via online. Das diversas perguntas realizadas e respostas obtidas nem todas serão expostas nesta descrição.

Tabela 1 - Caraterização geral da turma

Turma	Nº total de alunos	Género		Idades	Subsidiados		Repetentes
<b>3ºANIM</b>	22alunos	♀18	♂4	[17-21]	15 Alunos		16 Alunos
					A-6	B-9	

A turma é constituída por vinte e dois alunos, dezoito do sexo feminino e quatro do sexo masculino. Seis dos alunos são encarregados de educação de si próprios, ou seja, obrigatoriamente maiores de idade. As idades da turma são compreendidas entre os 17 e os 21 anos de idade. Relativamente ao seu local de residência dez dos alunos residem a mais de dez quilómetros da escola. Quinze dos alunos da turma são subsidiados pelo POPH, sendo seis pertencentes ao escalão A e nove ao escalão B. Grande parte dos alunos não possui computador portátil.

No que diz respeito à relação com a escola, dezasseis dos alunos são repetentes em pelo menos um ano de escolaridade. A maioria considera que a estudar é bastante importante. Nas qualidades mais importantes num professor, destacam-se o saber ensinar, ser simpático e ainda o ser justo. O registo de todos os dados recolhidos encontra-se arquivado no dossiê de turma e disponível para consulta dos professores.

Refletindo sobre os hábitos desportivos dos alunos, constata-se que apenas 4 gostam de praticar exercício físico, apesar de não o fazerem com regularidade. A recolha prévia desta informação permite refletir sobre a necessidade acrescida de encontrar estratégias de envolvimento. Pretende-se que a Educação Física motive os alunos à prática desportiva e que os faça entender a sua importância. Os alunos devem assim reconhecer alternativas aos hábitos sedentários e serem mais pró-

ativos nos tempos livres. Pretende-se com a disciplina criar cidadãos fisicamente educados.

Em geral a turma não apresenta casos graves de indisciplina. Existe um aluno que por vezes tem comportamentos mais agressivos mas que gradualmente tem vindo a melhorar. Na turma estão presentes duas alunas consideradas NEE onde a sua dificuldade face aos colegas é visível. É assim necessário integrar as alunas nas práticas e nos grupos de aula.

A turma desenvolveu, ao longo de três anos, alguns conflitos interpessoais mas despoletou igualmente mecanismos de superação dos mesmos. Neste âmbito, considero que a disciplina de Educação Física pôde contribuir para a interação e trabalho de equipa, obrigando à descentração do eu. Foi assim necessária uma lecionação com estratégias adaptadas à turma, tendo em vista a aplicação prática das aprendizagens conseguidas. A construção de material para a lecionação de aulas e participação em atividades promovidas pela escola ou comunidade educativa foi um objetivo alcançado.

Relativamente à relação pessoal construída nas disciplinas de Educação Física, Expressão Corporal e Desporto Escolar, no presente ano letivo, foi muito positiva. Ao longo das aulas foi possível envolver todo o grupo no processo de ensino-aprendizagem, superando cada dificuldade, o que foi vivenciado por mim e pelos discentes como pequenas grandes vitórias. A relação de respeito e afetividade foi construída ao longo da lecionação dos módulos, não tendo registado nenhum problema na relação de professor-aluno.

A diversificação de tarefas/atividades propostas ao grupo permitiu o envolvimento e participação de todos nas disciplinas lecionadas. A lecionação de conteúdos totalmente desconhecidos pela turma fez com que esta se envolvesse permanentemente nas tarefas definidas. A possibilidade de aplicar os conteúdos e produtos construídos em contexto de aula e em situações extra aula/escola tornou-se um fator potencializador do empenho e dedicação dos alunos.

## 6. ANÁLISE REFLEXIVA DA PRÁTICA PEDAGÓGICA

---

O aperfeiçoamento pedagógico exige uma reflexão sustentada sobre as práticas desenvolvidas ao longo do Estágio Pedagógico. Pretende-se uma análise crítica sobre as intervenções que constituíram parte fundamental do percurso global individual, permitindo assim uma exposição das dificuldades, aprendizagens, opções, estratégias e experiências vividas ao longo do EP. As reflexões concebidas abarcam um caráter orientador e formativo, já que através da sua prática é possível desenvolver diversas aptidões essenciais para o desenvolvimento profissional.

O processo de ensino-aprendizagem pressupõe o empenho e colaboração de ambas as partes envolvidas. Cada parte envolvida no processo desempenha papéis diversificados que se pretendem ver complementados e igualmente direcionados aos objetivos definidos. É assim necessário que a predisposição do aprendiz seja evidenciada pela capacidade de aceitação de críticas construtivas face ao trabalho desenvolvido, com intuito de aperfeiçoar as capacidades pessoais.

Existe um trato importante na formação do professor que inclui uma continuidade das aprendizagens, pois é sua função promover o entendimento dos vários sentidos que os jogos desportivos possam ter, a resolução de conflitos que possam surgir na sua realização e a compreensão e alteração das suas regras.

O Estágio Pedagógico acarreta assim uma importância fundamental para o início da carreira docente. O conjunto de experiências proporcionadas pela comunidade escolar ao longo do presente ano letivo foi assim uma oportunidade única de formação e enriquecimento pessoal e profissional.

A possibilidade de lecionar duas disciplinas distintas a uma turma do Curso Profissional de Animador Sociocultural e um grupo de Desporto Escolar tornou-se a condição ideal para organizar, colaborar e acompanhar diversos projetos sociais intra e extra escola. A faixa etária que abarca a turma e o grupo de Desporto Escolar é compreendida entre os 16 e os 21 anos, o que implicou um conhecimento e adaptação dos conteúdos programáticos, utilizando estratégias específicas e individualizadas. A escolha dos conteúdos lecionados teve como principal requisito a promoção de atividades diversificadas, adaptando a abordagem de cada módulo/matéria às especificidades dos alunos. A transmissão de conteúdos a esta faixa etária revelou a necessidade de adequar a postura, linguagem, abordagem,

contato e inclusive as práticas pedagógicas. As decisões de ajustamento tornaram-se fundamentais para o sucesso dos alunos.

De acordo com Piéron (1996), o estágio é entendido como um “verdadeiro momento de confronto entre a formação teórica e o mundo real de ensino, a fase mais importante e significativa da formação profissional e cuja prática pedagógica apresenta-se como um meio de aquisição de conhecimentos: o conhecimento prático como saber ensinar, constituindo assim o momento em que o aluno estagiário, futuro professor, procura efetuar a ligação entre a teoria e a prática. É o momento de confrontação com a realidade, de colocar em prática todos os conhecimentos adquiridos durante o percurso de formação inicial, e ser capaz de os adaptar aos alunos”.

Enfrentando a minha primeira experiência profissional, deparei-me com algumas fragilidades iniciais nos domínios da instrução, gestão, clima e disciplina. O primeiro contato com a turma/grupo despertou um conjunto de inseguranças até aí desconhecidas. No entanto enfrentei essas dificuldades como desafios e não como derrotas ou muros intransponíveis.

A relação estabelecida com os grupos foi a principal potencializadora do crescimento pessoal de cada um dos envolvidos.

## **6.1. ATIVIDADES DE ENSINO APRENDIZAGEM**

---

### **6.1.1. PLANEAMENTO DO ENSINO**

O planeamento do ensino verificou-se fundamental para a organização pormenorizada de todo o processo ao longo do Estágio Pedagógico. As planificações iniciaram-se após a atribuição da turma a lecionar, sendo necessário recorrer a diversos instrumentos e metodologias de auxílio pedagógico. Para isso foi necessário realizar uma caracterização do estabelecimento de ensino e da respetiva turma, de forma a planificar atividades direcionadas e concretizáveis. A necessidade de fazer cumprir o programa oficial implicou uma seleção de conteúdos, objetivos, metodologias e estratégias de ensino que permitiram um alinhamento entre o obrigatório e o mais adequado possível.

A escolha e distribuição cronológica dos blocos a lecionar foi uma fase fundamental do processo de planeamento. A definição dos objetivos de cada bloco

orientou a construção das unidades didáticas, determinação de habilidades, recursos, avaliação, estratégias, extensão e sequência de conteúdos e em todo o processo de planeamento anual. Segundo Graça (2001), o planeamento revela ser uma janela estrategicamente privilegiada para contemplar o ensino.

#### **6.1.1.1. Plano anual**

Para Bento (1998), o plano é um modelo racional que permite ao professor identificar, reconhecer e regular o comportamento atuante de forma antecipada.

O plano anual encara uma perspetiva orientadora do processo de ensino-aprendizagem, comtemplando um conjunto de atividades, estratégias, objetivos e decisões que se pretendem ver indicadas para a atingir os objetivos previstos para a turma.

A conceção individual do documento foi dirigida à turma do 3º ANIM, tendo este partido da análise do Programa Nacional de Educação Física Escolar do Ensino Secundário. Desta forma o documento direciona as diversas práticas pedagógicas para a evolução e sucesso dos alunos, compreendendo assim um carater educativo, orientado para a educação do corpo e da mente.

O planeamento das abordagens teve um carater pedagógico envolvendo o desenvolvimento de habilidades motoras, competências intelectuais, estilos de vida saudáveis e integração social. A formação intelectual e social encara assim uma importância extrema ao longo do processo de lecionação das disciplinas. A projeção prática das competências envolvidas ao longo do planeamento, pretendem ver-se refletidas na vida dos alunos. A formação destes alunos está diretamente relacionada com o contato com a sociedade, sendo assim necessário prepará-los para essa realidade. Segundo Carreiro da Costa (1996), “concretiza-se ao longo da vida dos cidadãos, nos diferentes contextos educativos e sociais, correspondendo a um projeto educativo e social que visa permitir aceder ao grau mais elevado possível de excelência motora e à vivência plena, autónoma e satisfatória, das atividades físicas e desportivas”.

A heterogeneidade social dos alunos da turma do 3º ANIM e do grupo de NEE implicou uma importância acrescentada à manipulação dos comportamentos e valores sociais. O contato direto entre os alunos foi uma das estratégias estendida a todos os módulos/matérias escolhidas. Desta forma foi necessário adequar as



abordagens aos alunos em questão, tentando suprimir alguns constrangimentos evidenciados numa fase inicial.

A escolha das unidades didáticas/módulos a lecionar tentou ir ao encontro das carências dos alunos relativamente ao contato com algumas modalidades. Foi assim permitido um questionamento inicial à turma/grupo sobre a importância e predisposição para lecionar algumas das modalidades optativas do Programa Nacional de Educação Física. Esta estratégia inicial mostrou-se uma mais-valia no empenhamento dos alunos já que estes tiveram oportunidade de expor as suas ideias e de as defender. A diversificação de atividades propostas esteve sempre assente nas escolhas e tomadas de decisão.

Devido ao condicionamento do tempo de abordagem para cada módulo, foi necessário aproveitar o máximo de tempo de cada sessão para introduzir o maior número de conteúdos passíveis de desenvolvimento. O documento sofreu assim algumas alterações ao longo da lecionação dos módulos, já que a prestação dos alunos despertou a necessidade de adaptar o planeamento.

A organização das sessões relativamente aos espaços de lecionação a utilizar não restringiu qualquer tomada de decisão já que a aula do 3º ANIM era a única a ocorrer no horário previsto. Assim, a adaptação e diversificação de atividades, espaços e materiais foi bastante extensa, o que também motivou os alunos durante as aulas. Desta forma a abordagem às disciplinas pôde seguir uma sequência lógica de lecionação. O departamento definiu ainda um número ideal de aulas a lecionar por módulo tendo este sido reajustado segundo as prestações dos alunos. A não restrição das transições do espaço de aula verificou-se uma mais-valia já que os módulos puderam ser flexíveis relativamente ao tempo de abordagem e prática.

Refletindo sobre a conceção do documento, este mostrou-se uma tarefa complexa com bastantes exigências a nível de adaptação e reajuste. Claramente existiu uma autonomia nas escolhas do planeamento anual, sendo esta acompanhada de perto pelo professor cooperante que orientou o processo. Foi assim possível experienciar um conjunto de situações e problemas reais que contribuíram para o aperfeiçoamento pessoal na área do planeamento. Este documento implicou a análise de diversos documentos como o PNEF, os documentos regentes da escola, as características da comunidade educativa (docentes, discentes e funcionários), entre outros.

### **6.1.1.2. Blocos de Matérias / Unidades Didáticas (U.D.)**

Após a análise do PNEF foi necessário estabelecer uma ponte entre os recursos disponíveis e a turma a que as práticas se dirigem. Foi necessário ter em conta o número de aulas sugeridas para lecionar cada módulo específico, havendo algumas alterações devido às necessidades dos alunos. Cada unidade didática contempla um conjunto de sugestões organizacionais, abarcando objetivos, conteúdos, exercícios, sistemas de avaliação, estratégias, entre outros elementos fundamentais para direcionar o processo de ensino-aprendizagem. A escolha das matérias a lecionar teve como objetivo proporcionar atividades diversificadas ao longo do ano. Desta forma, o baixo nível de aptidões motoras iniciais face às novas modalidades a lecionar foram alvo de uma progressão constante.

Lovisoló (2002) considera que Educação Física Escolar tem como objetivo a formação intelectual, emotiva e corporal da pessoa. Pretende-se assim uma apropriada aplicação dos conteúdos, permitindo o desenvolvimento e equilíbrio em três dimensões: motor, intelectual e social. Apesar das modalidades desportivas serem distintas, pretende-se um alinhamento transversal em relação aos objetivos gerais da disciplina. Houve assim uma real preocupação em adequar e dirigir a abordagem dos conteúdos das diversas matérias para que os alunos conseguissem atingir os objetivos propostos. Foi evidente a manipulação de conteúdos, habilidades, valores, atitudes e comportamentos que se definem como adequados às necessidades do programa e dos alunos. A prática e a teoria foram assim agentes complementares do processo de ensino-aprendizagem.

A escolha da primeira unidade didática/módulo a lecionar teve em conta as condições climatéricas previstas para as primeiras semanas de aulas. Considerando que a lecionação dos módulos terminou em Janeiro, Setembro e Outubro eram os meses indicados e exclusivos para lecionar uma modalidade aquática. A escola está localizada junto à margem do Rio Mondego e dispõe de material de navegação aquática em ótimas condições, tornando-se privilegiada a prática da modalidade de canoagem. A ausência de contato com a modalidade permitiu um envolvimento inicial maximizado por parte da maioria dos alunos, havendo um grupo restrito que manifestou medo, levando-me a um acompanhamento individualizado mais lento e ponderado. No final da abordagem ao módulo todos os alunos eram capazes de entrar nas embarcações e deslocar-se com segurança pelo Rio, havendo apenas um

aluno que não o realizou autonomamente. Os alunos conseguiram assim superar os seus receios face ao meio aquático, ao mesmo tempo que adquiriram novas competências relativamente à utilização e manipulação de embarcações e recursos ambientais. A possibilidade de colocar os alunos em contato direto com natureza permitiu a participação no Projeto Transversal de Sensibilização Ambiental.

Apesar de constituir um risco realizar as primeiras intervenções num ambiente propício a comportamentos de desvio e perigo, este foi um desafio pessoal conquistado. A relação professor-aluno foi trabalhada nas aulas do módulo de canoagem tendo-se verificado fundamental para a promoção e continuidade de um bom clima e disciplina. A cooperação e o espírito de entreajuda foram evidenciados durante as aulas do módulo de canoagem, proporcionando uma ponte fundamental para a lecionação do módulo seguinte – ginástica acrobática. Desta forma foi possível potencializar e maximizar as relações sociais entre os alunos.

A lecionação da modalidade de ginástica acrobática foi aquela que se mostrou mais adequada para dar continuidade ao espírito de entreajuda criado na modalidade de canoagem, ao mesmo tempo que se viram reunidas as condições ideais para contactar mais diretamente com cada aluno da turma. Foi necessário um aprofundamento dos conhecimentos nesta área, de modo a concretizar as diversas ações de um modo adequado e correto.

As dificuldades e carências iniciais dos alunos foram evidenciadas logo na primeira aula, havendo a necessidade de interferir diretamente em cada situação específica. A oportunidade de criar sequências gímnicas que implicassem a participação e cooperação entre colegas com diferentes níveis de aptidão foi um desafio constante nas aulas. As sequências e conteúdos aprendidos pelos alunos tornaram-se material/instrumento de possível aplicação no seu contexto de trabalho.

A escolha do módulo seguinte a lecionar teve como única justificação as condições climatéricas. A ginástica acrobática criou uma ponte de ligação fundamental com a modalidade de dança. No entanto, a necessidade de lecionar a modalidade de andebol antes das chuvas do Inverno começarem era essencial, já que o campo se encontra marcado no exterior. Assim, a modalidade de andebol foi a 3ª a ser lecionada. A importância dos jogos desportivos coletivos é fundamental em todas as turmas e esta não foi exceção. As dificuldades manifestadas pelos alunos no que diz respeito à técnica e tática da modalidade foram bastante evidentes. A organização das aulas teve em especial atenção, como em todas as outras,

proporcionar o máximo de tempo de empenhamento motor. Desta forma, as aulas de 135 minutos mostraram-se muito longas para uma abordagem intensiva dos conteúdos. Foi possível desenvolver diversos exercícios progressivos com os alunos, proporcionando momentos e atividades diversificadas.

A modalidade de dança foi guardada para o final permitindo concluir o ano letivo de forma agradável e num exercício de festa, lembrando que dançar é também praticar exercício físico. A exposição dos conteúdos foi feita a partir das noções básicas da música e dança revelando-se dificuldades motoras face à coordenação e lateralidade de diversos alunos. Foi necessário trabalhar intensamente com os alunos formando grupos de trabalho que permitissem o ensino recíproco. Deste modo a formação de grupos de nível foi fundamental para que os alunos conseguissem evoluir e expor as suas capacidades. A construção das coreografias finais permitiu uma inserção direta dos trabalhos desenvolvidos e em projetos de intervenção intra e extra escola, levando os alunos a valorizar e perceber a importância da modalidade para o seu desenvolvimento pessoal e aplicação profissional.

As unidades didáticas de Aptidão Física e Atividade Física/Contextos e saúde foram módulos lecionados de forma transversal em todas as modalidades, havendo uma tentativa de ampliar os conteúdos mais teóricos a todos os módulos procurando-se também distribuir os testes de avaliação física pelas modalidades cuja envolvência motora é mais relevante (canoagem – teste de abdominais e extensão de braços; acrobática – teste do senta-alcança). Na única aula de abordagem exclusiva ao módulo de Atividade Física/Contextos e Saúde foi possível colocar os alunos perante situações experimentais como imobilizações para intervenção de lesões, massagens, entre outros. Tentei sempre que a abordagem dos módulos fosse feita numa vertente positiva, desafiadora e motivadora, de modo a manter o interesse e empenho dos alunos.

Senti algumas dificuldades na realização dos documentos (UD) já que não encontrei muito material teórico disponível para a maioria das modalidades que lecionei com a turma. A UD de canoagem foi a mais difícil de conceber, tendo de recorrer à colaboração de professores, treinadores e atletas da modalidade. As UD de acrobática e de dança também tiveram um grau de complexidade, especialmente quanto à adoção de estratégias para a leção dos conteúdos e organização dos grupos de trabalho.

A leitura das reflexões finais feitas em cada unidade didática foram e são fundamentais à identificação das dificuldades sentidas. Cada UD implicou a construção, justificação e reflexão de cada sessão de intervenção. Os planos de aula foram assim documentos únicos, construídos para cada uma das aulas.

### **6.1.1.3. Planos de Aula**

Considerando que a aula acarreta um conjunto de situações pedagógicas que potencializam o desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem, surge a necessidade de criar um documento que guie as práticas do docente. Desta forma, a construção dos planos de aula tem como base o enquadramento com a Unidade Didática a que se dirige, assim como a definição de estratégias, objetivos e situações de aprendizagem que estimulem o desenvolvimento dos alunos. A escolha delicada dos exercícios a propor nas aulas deve ter implicações diretas na obtenção dos objetivos definidos na unidade didática em específico e por consequência, no plano anual.

Na construção justificada e refletida dos diversos planos de aula tive como principal preocupação a transversalidade entre os diversos documentos idealizados, de forma a promover uma sequência lógica de abordagem aos diversos conteúdos programados. Desta forma, cada plano de aula não é um documento construído de forma isolada para cada sessão, mas sim uma construção lógica e interligada de conteúdos, estratégias e objetivos.

Como principal fragilidade inicial na construção dos planos de aula, identifiquei a carência inicial no domínio das modalidades e por consequência na idealização do processo de lecionação das diferentes matérias pré-definidas. A escolha dos exercícios mais indicados para desenvolver o maior número de competências junto do grupo foi assim um processo complexo, que me exigiu uma projeção dos possíveis problemas e dificuldades sentidas pelos alunos. Desta forma tornou-se possível encontrar um conjunto de soluções para possíveis problemas, propondo assim de imediato alterações significativas e justificadas no plano primariamente definido. Para além disso, deparei-me com algumas dificuldades na interligação/relação necessária entre os exercícios e as aulas. A construção dos objetivos por aula e por exercício tornou-se assim um processo moroso, com a

necessidade de refletir sobre o verdadeiro impacto que estas escolhas teriam no desenvolvimento motor, físico e social dos alunos.

Para ultrapassar estas dificuldades iniciais recorri à literatura didática das modalidades a lecionar (livros e manuais escolares), assim como ao conhecimento e experiência de profissionais nas áreas específicas, o que muito contribuiu para o meu enriquecimento pessoal.

O Desporto Escolar apresentou-se como uma excelente oportunidade de aprendizagem e desenvolvimento de diversas noções pedagógicas. O caso mais visível de contribuição pessoal foi a possibilidade de assistir e contatar com o Desporto Escolar de ginástica acrobática numa fase anterior à leção da unidade didática. Muitos dos conteúdos, estratégias e dúvidas foram debatidas e esclarecidas com a professora Patrícia Amendoeira que me encaminhou para a prática pedagógica da modalidade.

A escolha de exercícios dinâmicos e diversificados adequados a cada aluno foi também uma dificuldade sentida ao longo da abordagem das unidades. A ausência de feedback inicial sobre o envolvimento, empenho e predisposição dos alunos para a prática dos exercícios definidos tornou-se uma preocupação evidente. No entanto, a tentativa de aplicar exercícios diversificados e dinâmicos mostrou-se uma escolha acertada para o desenvolvimento da turma. A possibilidade de colocar os alunos como agentes ativos no seu processo de aprendizagem fez com que estes permanecessem envolvidos ao longo das aulas de EF, EC e DE. A autonomia controlada atribuída aos grupos de trabalho potencializou o ensino recíproco e por consequência o trabalho cooperativo de entre ajuda. Este apoio foi evidenciado entre os alunos mas também para com a professora, havendo claramente uma compreensão e reflexão conjunta sobre a pertinência das práticas pedagógicas utilizadas e a utilizar. Concluo assim que a predisposição dos alunos para refletirem e colaborarem nas aulas se tornou um fator determinante para o sucesso das partes envolvidas no processo de ensino-aprendizagem.

A heterogeneidade dos níveis de desempenho da turma evidenciou também uma preocupação e dificuldade inicial na criação dos planos de aula. O desafio de conseguir ensinar um grupo de alunos com capacidades e disponibilidades distintas obrigou ao desenvolvimento pessoal de diversas estratégias pedagógicas a utilizar.

A diversidade de situações que o Estágio Pedagógico oferece tornou-se a condição primordial para o desenvolvimento de aprendizagens multilaterais. A

principal estratégia utilizada para superar as dificuldades evidenciadas pelos alunos foi a potencialização do trabalho de grupo e entreajuda. A confiança que os alunos depositam uns nos outros foi visível desde o início já que o grupo está junto há três anos. Assim foi possível atribuir tarefas específicas e diversificadas aos alunos, proporcionando o desempenho de funções variadas em prol da superação das dificuldades evidenciadas. A heterogeneidade de habilidades entre os alunos foi encarada de forma positiva, tentando usufruir das potencialidades de cada um fomentando a participação ativa dos alunos no processo de lecionação das aprendizagens. Considero assim que parte do sucesso dos alunos se deve a esta pluralidade de funções e desempenhos durante as aulas, permitindo que cada um participasse ativamente na aquisição e desenvolvimento de competências. Houve assim a tentativa de tornar as modalidades de cariz mais individual em atividades de grupo e entre ajuda, de forma a potencializar o desenvolvimento dos mais e menos talentosos para a prática desportiva. Foi pois necessário ter em conta a escolha dos exercícios na construção do plano de aula de forma a valorizar e maximizar o sucesso, em detrimento do insucesso. Igualmente importante foi a utilização do erro como potencializador de aprendizagem e não como forma de penalização. A verdade é que em todas as modalidades lecionadas houve uma participação generalizada e empenhada da turma, mesmo nas modalidades que por vezes criam mais constrangimento juntos dos alunos (ginástica acrobática e dança), e considero que a seleção de exercícios esteve diretamente relacionada com este sucesso.

A insegurança inicial face ao cumprimento integral do plano de aula foi sendo ultrapassada ao logo das sessões, sendo visível a importância do reajustamento do plano às necessidades evidenciadas pelos alunos ao longo da aula.

Aprendi, pela experiência, que pequenas alterações ou ajustes a um contexto físico e humano determinado, podem constituir a diferença entre o sucesso ou insucesso de uma aula ou atividade.

## **6.1.2.REALIZAÇÃO**

O ponto que se segue diz respeito à condução pedagógica praticada ao longo do processo de ensino-aprendizagem e da respetiva eficiência pedagógica.

A capacidade de exercer uma condução pedagógica correta é fundamental para o sucesso dos alunos e, por consequência, do professor. Nesta área destacam-se como vertentes determinantes no processo a: Instrução, Gestão, Clima/Disciplina e Decisões de Ajustamento. Com o objetivo de potencializar as aprendizagens e sucesso dos alunos, a manipulação estratégica destas dimensões constituiu o instrumento fundamental para o controlo do processo de ensino-aprendizagem. A estimulação dos diversos domínios (psicomotor, cognitivo e socio-afetivo) esteve diretamente relacionada com a qualidade de uso das dimensões mencionadas anteriormente. Torna-se assim evidente a importância de adquirir e desenvolver as competências necessárias para se ser um professor competente.

A evidência de que a maioria dos alunos não realizava atividade física estreitou as possibilidades em relação às metodologias a utilizar nas aulas. A necessidade de planejar aulas dinâmicas e diversificadas para envolver os alunos nas aulas práticas tornou-se condição decisiva para o sucesso e desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem. A estimulação da cooperação e do ensino recíproco durante as aulas revelou uma forte importância na participação, desenvolvimento e reflexão das práticas pedagógicas aplicadas.

Ao longo do estágio pedagógico, o desenvolvimento das diversas competências foram evidenciadas ao longo do planeamento e lecionação das aulas, assim como na organização e participação de eventos intra e extra escolares.

### **6.1.2.1. Instrução**

Segundo Aranha (2007), a instrução compreende as intervenções do professor relativamente ao conteúdo de ensino e à forma de realizar a tarefa. Assim, este pode (e deve) utilizar-se, durante a instrução, preleção, questionamento, demonstração e feedback. Considerando que o planeamento de cada sessão integrou três fases (inicial, fundamental e final), a fase inicial e final tornaram-se situações fundamentais para a revisão e questionamento dos conteúdos abordados. A necessidade de desenvolver os conteúdos a um domínio não só prático, mas também teórico,



possibilitou que todas as fases fossem aproveitadas para desenvolver e envolver os alunos. Os momentos de instrução foram quase sempre aproveitados para envolver os alunos no seu processo de ensino-aprendizagem. A possibilidade dos alunos exporem os seus conhecimentos à turma tornou-se benéfico para a sua autoestima e a partir daí, foi possível desenvolver novos conteúdos e exemplos práticos.

O contato e proximidade corporal que as disciplinas exigem, potencializou a abordagem a algumas condutas, valores e hábitos. Os hábitos de higiene foram um assunto tratado de forma cuidada, especialmente nas aulas de ginástica acrobática e dança, tendo de ser implementadas algumas estratégias materiais como o uso de toalhetas de limpeza e desodorizantes.

Refletindo especificamente sobre a tipologia da instrução, foi necessário ter atenção às necessidades específicas e diversificadas dos alunos. Desta forma foi necessário utilizar uma linguagem simples e uma postura flexível, envolvendo todos os alunos na transmissão/aquisição de conhecimento, relativo às terminologias específicas de cada modalidade. A curta duração de lecionação de módulos como a dança e a ginástica acrobática, exigiram que se desse menos importância à nomenclatura específica e se investisse na sua componente prática. No entanto, o perfeccionismo da ação foi igualmente exigido já que a transmissão das componentes críticas foi realizada.

A possibilidade de colocar os alunos em situações de descoberta guiada favoreceram a ocorrência de instrução, utilizando os alunos maioritariamente como modelo. A utilização do erro e da incerteza como instrumento de intervenção e reflexão pedagógica foi fundamental para o desenvolvimento dos alunos. A busca em superação das dificuldades fez muitos dos alunos superar medos e dificuldades até aí evidentes. A reflexão foi fomentada em quase todas as sessões de intervenção como ferramenta potencializadora da aprendizagem.

A utilização da demonstração durante as diversas intervenções foi fundamental para que os alunos conseguissem perceber com mais facilidade os exercícios e gestos abordados. Sempre que possível recorri ao aluno como modelo e tentei maximizar a prestação individual. Modalidades como a canoagem, dança e acrobática, por exemplo, exigiram várias e repetidas demonstrações.

Desta forma os feedbacks tornaram-se instrumento relevante para o sucesso dos alunos, quer no controlo, quer no envolvimento e empenho, quer na correção e aquisição de competências. A diversificação de situações pedagógicas implicou uma

adequação quanto à tipologia de feedbacks obtidos, de forma a obterem pertinência pedagógica. A importância de emitir feedbacks variados prende-se à adequação pedagógica que cada um deve encarar num momento/contexto específico.

Considero que consegui ultrapassar as dificuldades apresentadas e com sucesso envolver pedagogicamente toda a turma/grupo em todos os módulos/modalidades lecionadas. A importância reconhecida ao sucesso individual ou de grupo tornou-se visível ao longo das aulas, havendo um aumento do empenho quando o trabalho era reconhecido verbalmente.

Considero que a modalidade em que tive mais carência instrutiva foi na de andebol, onde os conteúdos táticos foram distinguidos. Exigi-me um exercício de revisão bibliográfica relativamente aos conteúdos/gestos que envolvem a modalidade. Uma vez mais devo referir que reconheci aqui o valor e a necessidade de se investir na preparação anterior às aulas.

#### **6.1.2.2. Gestão**

A gestão do tempo de aula constitui uma parte fundamental do processo de planeamento e gestão dos conteúdos a apresentar, e por consequência, do tempo de empenhamento motor que os alunos necessitam para os adquirir.

Refletindo sobre a gestão aplicada durante o estágio pedagógico, com o 3º ANIM, este processo verificou-se algo complexo. Não me refiro concretamente ao aproveitamento do tempo de cada aula mas sim à gestão global das poucas aulas disponíveis para a leção de cada módulo. O facto de as aulas terem uma duração de 135 minutos, uma vez por semana, torna necessária a exercitação intensa dos conteúdos durante o máximo de tempo possível. Desta forma, face à evidência do cansaço sentido pelos alunos numa fase média da aula, tornou necessária uma gestão cuidada do esforço pedido.

O planeamento cuidado de cada aula foi fundamental no seu sucesso organizacional. O controlo dos tempos e fases de aula possibilitou uma concretização visível dos objetivos no tempo proposto. A organização das atividades e respetivas transições foi planeada de forma prudente, tentando tornar um possível tempo morto em tempo útil de aprendizagem. A formação prévia de grupos e equipas de trabalho fixos, assim como a disposição inicial do material, mostraram ser estratégias bem sucedidas na rentabilização do tempo. A colocação do material

em pontos estratégicos do espaço de aula verificou-se fundamental para diminuir os tempos mortos, assim como extinguir o auxílio ao plano de aula (para recordar os exercícios seguintes).

Como já foi referido anteriormente, foram desenvolvidas diversas práticas pedagógicas que proporcionaram o ensino recíproco. A possibilidade de colocar alunos de caráter heterogêneo em situações de cooperação e posteriormente de competição, utilizando os pontos fortes de cada um para auxiliar as fragilidades dos outros, verificou-se fundamental para o alcance do sucesso.

Em suma, considero que a gestão do processo foi feita de forma adequada, havendo um domínio dos momentos indicados para alterar exercícios e aulas integrais, se necessário.

### **6.1.2.3. Clima/Disciplina**

Constituiu para mim fonte de inquietação profunda. À minha insegurança aliou-se um primeiro contacto pouco simpático e, claro, mais um obstáculo em que investi bastante para superar. Após a implementação de regras de conduta fundamentais para o decorrer das aulas iniciaram-se as relações interpessoais com os alunos. A primeira aula prática, na beira rio, num ambiente pouco controlado, constituiu também o primeiro desafio. Exigiu-me muito, mas foi um passo importante no processo inter-relacional.

Ao longo das aulas foi instaurado um ambiente motivador de alegria e cumplicidade entre todos. Não registei qualquer problema a nível comportamental ou no cumprimento do dever de assiduidade dos alunos. Devido a carências monetárias ou a eventuais contratemplos houve situações em que os alunos me solicitaram anteriormente material desportivo para poderem realizar a aula. Esta ação dos alunos representa para mim um sinal de motivação e respeito pelo trabalho desenvolvido. A preocupação em planejar atividades dinâmicas e inovadoras também contribuiu para um maior empenhamento da turma.

A heterogeneidade de competências e objetivos entre os alunos não criou apenas bons momentos, houve situações em que o trabalho em grupo não foi fácil. Foi necessário lidar calmamente com os grupos de forma a tentar integrar os alunos com mais dificuldades sem causar constrangimentos evidentes. A maturidade dos

alunos permitiu que as situações menos agradáveis fossem suprimidas por momentos de cooperação e entreaajuda.

O auxílio direto às dificuldades individuais de cada aluno foi um potencializador para a criação de uma relação de cumplicidade e amizade. Considero que a atenção, respeito e cumplicidade entre ambas as partes foram os fatores promotores do sucesso. O empenho e dedicação surgiu desta vontade mútua de aprender e evidenciar resultados.

#### **6.1.2.4. Decisões de Ajustamento**

Como já referi, o plano de aula deve servir de guião para direcionar e conduzir a aula numa sequência lógica. Este é então alvo de possíveis reajustes quando tal se mostra necessário.

A heterogeneidade dos desempenhos dos alunos obrigou a que fossem necessárias diversas decisões de ajustamento face aos exercícios previstos. A capacidade de inovar e tornar exercícios desinteressantes em instrumentos de aprendizagem, enriqueceu todo o processo. Houve ainda situações de intervenção pedagógica individual em que foram criados exercícios exclusivos para aquele aluno.

O fato de ser a única a lecionar a aula de Educação Física no horário definido não condicionou a prática das atividades, havendo sempre locais disponíveis para a prática de diversas modalidades.

Considero que a capacidade de ser autónomo e responsável nas decisões imediatas é uma habilidade importante dominada. A intervenção certa no momento certo pode ser o momento primordial para a aquisição dos conhecimentos pretendidos.

### 6.1.3. AVALIAÇÃO

A avaliação acompanha todo o processo de ensino-aprendizagem. Torna-se assim fundamental a aquisição de competências no que diz respeito à avaliação dos alunos nos diversos contextos escolares.

Hoje, segundo Decreto-lei nº 139/2012 que regulamenta o currículo e a avaliação nos Ensinos Básico e Secundário, é possível constatar que “(...) o acompanhamento e a avaliação dos alunos são fundamentais para o seu sucesso, sendo importante implementar medidas que incrementem a igualdade de oportunidades, nomeadamente a criação temporária de grupos de homogeneidade relativa em disciplinas estruturantes (...), atendendo aos recursos da escola e à pertinência das situações”.

Segundo a Portaria n.º 244/2011 veio assim alterar alguns dos princípios orientadores anteriormente definidos, relacionados com os princípios orientadores da organização e da gestão do currículo, assim como da avaliação das aprendizagens dos alunos do Ensino Secundário. Foram assim feitas diversas alterações a diversos artigos, justificados pela necessidade de ajustar as matérias da avaliação às aprendizagens.

Durante o estágio pedagógico, o tempo reduzido de lecionação de cada UD, limitou a utilização de instrumentos de registo direto de desempenho dos alunos, assim como a diferenciação entre as três dimensões avaliativas que, geralmente, se nomeiam como fases distintas da avaliação. Deparei-me assim com unidades curriculares de extensão cronológica muito reduzida o que me obrigou a utilizar estratégias específicas para conseguir avaliar a evolução e desempenho dos alunos.

A avaliação inicial foi realizada em cada módulo utilizando estratégias diferenciadas, já que as modalidades a lecionar se mostravam bastante distintas umas das outras. A ausência de contato anterior com as modalidades fez com que o desempenho da maioria dos alunos fosse baixo/mediano o que condicionou o planeamento das aulas propostas. A necessidade de colocar os alunos em situações inicialmente facilitadas tornou-se fundamental para a evolução progressiva dos mesmos, ao mesmo tempo que eram propostos desafios para a superação evidente. A avaliação inicial dos alunos resultou de num nível quantitativo individual, que teve influência direta na formulação dos grupos de trabalho das diversas unidades

didáticas. A tentativa de colocar os alunos mais aptos com os menos habilidosos foi quase sempre estratégia utilizada.

A avaliação formativa viu-se bastante reduzida já que não houve tempo disponível para recolher informação escrita durante as aulas da maioria dos módulos. A informação recolhida no final da aula resultava do empenho e evolução visível dos alunos à medida que estes executavam os exercícios. A necessidade constante da minha intervenção deixou-me pouco tempo para a utilização de grelhas de registo no decorrer das atividades.

Refletindo intensamente sobre esta fase de avaliação, concluo, que a preocupação real desta fase revelou-se no empenho, na determinação de evoluir e superar as dificuldades evidenciadas. A avaliação formativa dos alunos foi assim considerada no parâmetro da cidadania, fazendo realçar a sua importância inquestionável.

A avaliação sumativa foi realizada em todas as unidades curriculares, por observação direta ou via vídeo. Esta foi uma fase fundamental de todo o processo de ensino-aprendizagem, onde se viram refletidos os desempenhos quantitativos dos alunos. Esta foi também a fase avaliativa que me criou mais dificuldades, já que atribuir uma classificação final, que neste caso se verificava com nota isolada de um módulo obrigatório, é tarefa complexa. Detetei assim algumas fragilidades na construção e recolha de informação que procurei melhorar e enriquecer. A construção dos instrumentos de avaliação da unidade didática de canoagem foi aquela que considerei mais frágil, estando visivelmente associada às dificuldades sentidas no planeamento da mesma, sendo também necessário um aperfeiçoamento nas diversas dimensões a avaliar. A utilização de filmagens durante as aulas foi um instrumento importante na avaliação final das U.D. de ginástica acrobática e dança.

O valor atribuído ao exercício escrito e à cidadania contribuíram para equilibrar as classificações em ambos os sentidos direcionais, que de outro modo se limitariam ao desempenho prático. O espírito de entreajuda e colaboração foi muito valorizado no parâmetro da cidadania, assim como a capacidade de superar as dificuldades inicialmente apresentadas.

Todas as etapas avaliativas se consideraram fundamentais para o controlo e planeamento das aulas, permitindo o reajustamento constante. É ainda possível compreender o nível de progressão conseguido relativamente ao desempenho dos

alunos nas diversas unidades didáticas, à superação de objetivos, às alterações e reajustes necessários para permitir a progressão dos alunos, entre outras implicações diretas em todo o planeamento. De forma a colmatar as dificuldades sentidas acompanhei os processos de avaliação utilizados pelo meu orientador na ESDD, que sempre fez parte intrínseca das aprendizagens conseguidas. No término de cada aula foram feitas reflexões críticas, que permitiram de reajuste das aulas e de todo o processo de planeamento.

Como forma de heteroavaliação, alunos-professor, construí um questionário avaliativo relativamente ao desempenho percebido pelos alunos ao longo das aulas de Educação Física e Desporto Escolar e, em Núcleo de Estágio, para a Expressão Corporal. Os dados recolhidos e tratados deixaram-me agradada e orgulhosa do trabalho realizado. A respetiva análise de dados de Educação Física encontra-se em Anexo 1. Este tratamento de dados permitiu-me ter uma visão global da perceção dos alunos face ao meu desempenho enquanto professora.

A evolução na construção dos instrumentos de avaliação foi verificada ao longo do estágio, assim como a capacidade para recolher dados e confrontá-los com os desempenhos anteriores. Considero que este foi o processo mais difícil de concretizar e refletindo sobre todas as práticas realizadas verifico que ainda existe muito a aprender e a melhorar.

## 6.2. ATITUDE ÉTICO- PROFISSIONAL

---

A ética profissional é dimensão primordial no desenvolvimento do saber estar e do saber agir do docente. A ética e profissionalismo docente é essencial em todos os confrontos e contextos diários. De acordo com Caetano & Silva (2009), as dimensões éticas são consideradas importantes no sistema educativo estando presentes em diversos documentos legislativos, quer no que respeita à formação dos alunos, quer à formação dos professores. O Estágio pedagógico foi desenvolvido numa base reflexiva e de análise crítica que potencializasse a melhoria da prática docente. Tornou-se assim como objetivo principal a melhoria e aquisição de competências que influenciassem diretamente e positivamente o processo de ensino-aprendizagem.

O contato permanente e direto com a comunidade escolar potencializou o desenvolvimento pessoal. A oportunidade de lidar com professores de diversas áreas da educação, funcionários, alunos, encarregados de educação e outras entidades diversas da cidade de Coimbra, permitiram-me uma abertura vasta a situações e experiências importantes para o aperfeiçoamento pessoal. A oportunidade de integrar um conjunto vasto de projetos implicou o contato direto com diversas entidades e a adaptação e adequação da postura profissional.

Houve assim uma ótima integração no meio escolar, havendo uma relação bastante boa com a maioria dos professores que lecionam o 3º ANIM e restante comunidade. Houve uma participação ativa em diversos projetos dentro e fora da área da Educação Física o que proporcionou alguns convites e experiências profissionais. Foi assim revelada total disponibilidade, interesse e empenho em participar ativamente em todas as propostas apresentadas pelo grupo de professores, sendo as áreas do Desporto Escolar e Animação as mais realizadas. Considero que todas as atividades em que colaborei tiveram resultados muito positivos, não devido ao meu trabalho isolado, mas sim ao resultado de prestação cooperativa entre todos os envolvidos. A integração na comunidade escolar permitiu a aquisição e alteração de conhecimentos, ideologias, perspetivas e ambições. As relações sociais comprovam assim a sua extrema e valorizada importância.

Olhando agora para todo o trabalho realizado, considero que me envolvi num vasto leque de atividades, tarefas e projetos que em muito ultrapassou o horário



letivo, e deram origem a algum stress e cansaço. Todavia, não posso deixar de reconhecer aqui tanto que aprendi, quer em termos pessoais quer profissionais.

Todos os compromissos assumidos por mim foram cumpridos, tendo como base imperativa a assiduidade e pontualidade em todos os serviços prestados, em aulas e reuniões. Pautei o meu comportamento pelos princípios éticos inerentes ao exercício da função docente. A participação nas diversas reuniões de grupo, departamento, conselho teve também implicações diretas no contato com os diversos docentes, partindo daí grande parte das parcerias estabelecidas. A busca constante por respostas acertadas, críticas construtivas e justificações fundamentadas poderá ter sido levada demasiado a sério numa fase inicial. Esta ansiedade resultou da insegurança inicial em confronto com o contexto de trabalho sendo progressivamente ultrapassada.

### **6.3. JUSTIFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS**

---

A profissão de professor é a base de toda a educação, e não posso deixar de evidenciar a sua importância. Segundo Sousa e Carreiro da Costa (1996), “para ser professor é necessária uma formação especializada, fundamentada na investigação e credibilizada por um corpo de conhecimentos e práticas de intervenção que doutra forma não seriam adquiríveis”. A confiança depositada na profissão permite e exige uma escolha ponderada dos conteúdos a abordar e metodologias a utilizar, garantindo uma adequação individualizada aos alunos.

Durante o Estágio Pedagógico foi-me possível fomentar a autonomia, especialmente ao nível do planeamento e ajuste de decisões. Durante todo o processo o professor Fernando Costa esteve permanentemente disponível, apoiando e direcionando todo o processo. As decisões primordiais foram deixadas para mim o que potencializou o confronto experimental com as diversas situações escolares. Tomei um conjunto de decisões que fui assumindo e pelas quais me responsabilizei pedagogicamente.

A proposta inicial colocada pelo professor Fernando, que consistia em lecionar individualmente a disciplina de Educação Física e em grupo (Núcleo de Estágio) a disciplina de Expressão Corporal ao 3º ANIM, mostrou-se potencializadora da aquisição e desenvolvimento das diversas competências profissionais. A possibilidade de lecionar uma disciplina em colaboração com os meus colegas de estágio, permitiu uma troca de

conhecimentos e exploração das potencialidades de cada um de forma complementar. Desta forma foi possível transmitir aos alunos um conjunto vasto de conhecimentos e partilhas, promovendo eventos de caráter social que complementaram todo trabalho desenvolvido em ambas as disciplinas.

A ideia de lecionar parte do Desporto Escolar dedicado aos alunos com Necessidades Educativas Especiais surgiu logo nos primeiros meses, tendo havido um contato desde logo positivo com o professor responsável. Foi desde logo minha intenção proporcionar aos alunos um conjunto de experiências e atividades diversificadas.

O planeamento das aulas e sessões foi realizado de forma ponderada, tentando adequar e adaptar os conteúdos de lecionação obrigatória às necessidades específicas dos alunos, potencializando o seu desenvolvimento de forma a alcançar os objetivos pretendidos.

Este trabalho de acompanhamento individualizado exigiu-me alterações na forma de estar e de comunicar. Refiro por exemplo a necessidade que senti de impor desde logo regras rígidas e sanções para quem não fizesse aula prática (realização de mini teste durante a aula), para além das atividades sempre diversificadas e adaptadas. Fiquei satisfeita com o caminho percorrido pois o nível de participantes nas atividades foi sempre elevado e o trabalho de grupo assegurou que todos acompanhavam e colaboravam no processo de construção da aprendizagem comum.

O fato de não existirem aulas sobrepostas durante o tempo de lecionação das turmas dirigidas foi fundamental ao trabalho desenvolvido no Núcleo de Estágio. A disponibilidade de todos os espaços desportivos permitiu um desprendimento do mapa de rotação de espaços, ainda que tal não tivesse sido aplicável durante o processo. No que respeita aos recursos materiais, a escola mostrou-se bem equipada. Acresce um conjunto de materiais artísticos que foram fundamentais para o desenvolvimento de inúmeras atividades realizadas. Os pavilhões de artes possuem assim um conjunto vasto de fatos, malabares, tintas, acessórios, entre outros, que permitiram desenvolver projetos sociais e culturais na escola e em parceria com instituições na cidade de Coimbra.

Retomo agora a dimensão clima/disciplina, para destacar a relação de confiança mútua, tão importante no processo de ensino-aprendizagem. A postura interventiva teve de ser adaptada às idades dos jovens não os tratando como crianças e permitindo a sua participação ativa em todo o processo.

O empenho dos alunos foi constante e sempre evidenciado, tendo sido possível por exemplo construir material e adereços para a composição de peças de teatro e coreografias.

Quando equaciono o sucesso das intervenções disciplinares e extra disciplinares, não me é possível destacar nenhum dos fatores aqui evidenciados, pois cada um e todos contribuíram para que tal fosse uma realidade. Foram assim incertezas e anseios iniciais que se verificaram inexistentes na respetiva prática. No entanto, não foram só facilidades encontradas ao longo do Estágio. As características das diferentes UD e as particularidades de cada sessão exigiram o recurso a diferentes estilos de ensino. De forma geral, foram utilizados com mais frequência os estilos de ensino recíproco, descoberta guiada, tarefa e comando.

A diversidade de modalidades propostas obrigou a construção e planeamento individualizado, havendo poucos exercícios e atividades aplicáveis em diversos módulos. As diversas estratégias utilizadas foram adaptadas e adequadas às modalidades e às dificuldades apresentadas em cada aula. A possibilidade de lecionar modalidades diversificadas tanto a nível de ambiente (terrestre e aquático), como a nível de cooperação (ginástica acrobática e dança) e ainda a oportunidade de lecionar um jogo desportivo coletivo exigiu a criação de ferramentas que reportassem o desenvolvimento e as capacidades dos alunos. Todas as abordagens foram direcionadas para a superação das dificuldades e alcance dos objetivos gerais e específicos. O aumento das capacidades dos alunos proporcionou o aumento gradual da exigência das aulas, a nível psicomotor, intelectual e social.

A oportunidade de frequentar as sessões de Desporto Escolar de diversas modalidades como a canoagem, dança, NEE's, ginástica acrobática, tornaram-se fundamentais para a aquisição e aperfeiçoamento de saberes e práticas. A busca pelo conhecimento e aperfeiçoamento profissional e curricular foram essenciais ao longo deste ano de Estágio. Frequentei diversos workshops, seminários, jornadas, conferências, organizei e participei em diversos eventos desportivos e sociais. Tudo isto contribuiu inteiramente para a minha evolução pessoal e profissional. Sentir-me segura facilitou a minha interação com os alunos, tal como constatei na leitura dos questionários que lhes apliquei.

A escolha de participar no maior número de atividades possível verificou-se muito enriquecedora tanto a nível teórico como a nível prático. A oportunidade de colaborar com diversas áreas do saber foi muito importante, refletindo-se desde logo

na minha formação. A oportunidade de interagir com instituições e públicos distintos favoreceu um conjunto de experiências únicas e enriquecedoras. A oportunidade de lecionar três áreas no mesmo âmbito disciplinar foi sem dúvida o ponto mais importante e delineou este estágio.

## 7. APROFUNDAMENTO DE TEMA: A IMPORTÂNCIA DA DIVERSIFICAÇÃO DE ATIVIDADES JUNTO DOS ALUNOS COM NECESSIDADES EDUCATIVAS ESPECIAIS

### 7.1. Introdução

Sendo a Escola um local de interação e integração dos jovens que buscam o conhecimento e aperfeiçoamento profissional, é necessário que a mesma lhes ofereça condições e oportunidades favoráveis ao seu desenvolvimento. Ainda que cada aluno é um ser único com características específicas, tende a haver um agrupamento daqueles que se mostram mais parecidos dentro das suas particularidades e tendências da própria sociedade em que nos inserimos. Mostra-se cada vez mais urgente a promoção da diferença e a vivência da inclusão, na escola como na sociedade em geral.

A escola tem vivenciado um aumento significativo da agressividade e da violência. O conceito de “bullying” não é recente, mas com o passar do tempo tem-se vindo a reconhecer a importância deste problema que afeta bastantes jovens dentro e fora das escolas. É assim necessário encontrar estratégias que potencializem a diminuição dos constrangimentos sentidos por alunos discriminados e que ao mesmo tempo, fomentem o aumento da sua auto-estima. Por outro lado é necessário proporcionar experiências comuns que fomentem o espírito de colaboração, entajuda e o respeito pelo outro. A definição de inclusão proposta por Magalhães (1999) direciona o problema para a sua dimensão social, destacando-a simultaneamente enquanto modelo educacional, “... não se restringe a um modelo educacional, ele é mais amplo, constituindo-se num modelo social em que os direitos das pessoas com deficiência deverão ser respeitados, tais como a

necessidade de ter emprego, de conseguir um lugar na comunidade e de ter amigos”.

Os professores tornam-se assim os facilitadores e potencializadores desta inclusão já que são os intervenientes diretos destes confrontos práticos. No âmbito da EF e DE a presença de alunos que apresentem necessidades educativas especiais, exige uma adaptação das atividades e exercícios físicos, visando a obtenção de objetivos gerais e específicos pré-definidos. Segundo Ferreira & Campos (2006), a prática regular de exercício físico tem um significado ainda maior quando associada a aspetos relacionados com a melhoria da saúde e da qualidade de vida em grupos com necessidades especiais, sejam estas de natureza sensorial, intelectual ou física.

A existência de uma carga horária destinada à prática desportiva, em âmbito de Desporto Escolar, tornou-se a situação indicada para desenvolver junto dos alunos uma diversidade de atividades desportivas que contribuíssem para o desenvolvimento dos mesmos.

## **7.2. Justificação**

O gosto próprio pelo trabalho desenvolvido com os alunos com necessidades educativas especiais já me acompanha há alguns anos. A possibilidade de lecionar parte do Desporto Escolar em colaboração com docentes especializados na área deu-me a oportunidade de implementar atividades diversificadas que os alunos ainda não tivessem experimentado. A determinação em contribuir pedagogicamente para o desenvolvimento dos alunos, através da diversificação da atividade física, possibilitou o desenvolvimento/exercitação de diversas capacidades funcionais. Surgiu assim a necessidade de recolher informação que sustentasse o impacto que as atividades propostas tiveram juntos dos alunos e respetivos professores da área.

## **7.3. Objetivo da investigação**

A presente investigação resulta de um conjunto de atividades desenvolvidas com o grupo de alunos em contexto de Desporto Escolar – NEE. Tendo em conta a diversidade de características de cada um dos alunos, foram propostas algumas atividades físicas que visaram o desenvolvimento funcional e social dos mesmos.

Pretendeu-se então perceber qual foi a contribuição dada pelas atividades propostas e desenvolvidas ao longo das sessões de Desporto Escolar, aos alunos com NEE. A percepção sobre o desempenho da professora também foi objetivo de investigação, pretendendo averiguar a existência, ou não, de uma relação entre o sucesso dos alunos e o desempenho docente. Pretendeu-se constatar a importância atribuída à diversidade de atividades junto dos alunos com NEE, e se as práticas pedagógicas utilizadas contribuíram para o desenvolvimento dos mesmos.

Partimos assim do seguinte problema: Será que a implementação de atividades diversificadas potencializa o desenvolvimento motor, intelectual e social dos alunos com Necessidades Educativas Especiais?

Definimos como objetivos a percepção dos alunos e professores relativamente às atividades desenvolvidas e qual a sua contribuição direta para o desenvolvimento dos envolvidos.

#### **7.4. Estado da arte**

Diversos estudos publicados sobre o sucesso da inclusão têm contribuído para que a noção de inclusão social seja evidenciada. As práticas em Educação Física, em condições apropriadas, revelam-se cada vez mais benéficas tanto para os alunos com deficiência como sem deficiência. A realização de atividades físicas/motoras com os alunos tem um papel fundamental no seu desenvolvimento somático e funcional, estimulando e desenvolvendo as suas funções psíquicas. Segundo Sherril (1998) as situações de contacto entre populações diferentes promovem ações diretas na mudança positiva de atitudes em relação ao preconceito. Desta forma a inclusão de indivíduos com NEE será facilitada.

Relativamente aos benefícios da prática desportiva e da atividade física, Ferreira & Campos (2006) defendem que a prática regular de exercício físico tem um significado ainda maior quando associada a aspetos relacionados com a melhoria da saúde e da qualidade de vida em grupos com necessidades especiais, sejam estas de natureza sensorial, intelectual ou física. Sendo verificado nestes indivíduos uma falta de motivação para a prática de atividade física, quando ocorre em contexto sala de aula, onde o seu desempenho tende a ser diminuto em relação aos colegas. Surge a necessidade de encontrar espaços destinados a esta prática individualizada e bem-sucedida. Fora do contexto escolar, estes alunos raramente encontram um

clube ou mesmo práticas desportivas que os acolham e que lhes potencializem o seu desenvolvimento, sendo assim imperativo fazê-lo na escola. A redução na diversidade da oferta de atividades contribui para uma diminuição da motivação para a prática desportiva, conduzindo ao abandono. O professor de EF é assim o principal facilitador no processo ensino-aprendizagem de habilidades motoras e desportivas de alunos com e sem deficiência em diferentes ambientes, promovendo aprendizagens bem-sucedidas aos estudantes. (Palla & Mauerberg-deCastro, 2004).

A prática desportiva direcionada a indivíduos com NEE considera-se determinante para a melhoria da qualidade de vida já que potencializa a exercitação e aquisição de hábitos de vida saudáveis. Segundo Ferreira & Campos (2006), podemos identificar um conjunto claro de benefícios associados à prática de atividade física regular, em indivíduos com e sem deficiência, os quais poderão ser equacionados a três níveis distintos: fisiológico, psicológico e sociológico.

Considerando que a maioria dos envolvidos nesta investigação tem problemas de saúde mental, surge a necessidade de evidenciar algumas teorias de Fox (1999) no que diz respeito às diferentes contribuições benéficas da prática desportiva para estes indivíduos. Segundo Fox (1999) a prática de atividade física regular pode ser vista a partir de quatro perspectivas relativas à sua contribuição para a solução de problemas de saúde mental: tratamento de doenças mentais e distúrbios; prevenção de doenças mentais e distúrbios; melhoria da saúde mental e bem-estar físico daqueles com doença mental; melhoria do bem-estar mental na população em geral.

São assim muitos os efeitos positivos da prática regular de exercício físico havendo um menor risco de desenvolver depressões, redução do nível de ansiedade e stress, melhoria da autoestima, emoção e humor, entre outros. A autoestima é um requisito importante para uma vida saudável, já que um equilíbrio pleno da mesma nos permite ser mais ambiciosos para alcançar o sucesso. A capacidade de saber lidar com os problemas diários depende em parte da autoestima de cada indivíduo, havendo uma maior facilidade de criar relações saudáveis se estivermos bem mentalmente. Alguns autores consideram que a prática desportiva contribui para valores positivos na autoestima dos participantes com NEE.

## **7.5. Metodologia**

A metodologia a utilizar nesta investigação é a metodologia quantitativa, uma vez que através de um questionário se pretende analisar objetivamente os dados recolhidos, recorrendo à análise estatística. De seguida encontram-se os procedimentos metodológicos que foram adotados para a realização desta investigação. Procederemos à caracterização da amostra do estudo e instrumento utilizado para a recolha de dados e respetiva realização.

### **7.5.1. Caracterização da Amostra**

Considerando o número reduzido de alunos que frequentam o Desporto Escolar – NEE, foi possível a recolha total de respostas de todos os intervenientes (alunos e professores).

A amostra desta investigação é de catorze sujeitos (N=14), dos quais quatro são docentes e dez são alunos. Os professores inquiridos são aqueles que diretamente acompanharam o processo de lecionação das atividades desenvolvidas. Dos dez alunos seis são do género masculino e quatro do feminino. A boa relação estabelecida entre os alunos foi fundamental para o desenvolvimento da investigação.

Tendo sido verificada uma amostra demasiado pequena, torna-se impossível generalizar as conclusões. No entanto, por serem tão poucos alunos, é possível retirar conclusões particulares relativamente às estratégias a implementar com o presente grupo.

As tabelas que se seguem apresentam um resumo das características gerais dos alunos envolvidos no Desporto Escolar – NEE:

Tabela 2 - Caracterização dos alunos NEE

<b>Nome</b>	<b>Ana Patrícia</b>	<b>Maria Mendes</b>	<b>Cláudia Silva</b>	<b>Joana Santos</b>
<b>Idade</b>	17 anos	16 anos	16 anos	16 anos
<b>Domínios de incapacidade</b>	Cognitivo	Cognitivo	Cognitivo	Cognitivo
		Motor	Comportamental	Comportamental
<b>Nome</b>	<b>André Sabino</b>		<b>Ivo Tiago</b>	<b>Rui Carvalho</b>
<b>Idade</b>	16 anos		17 anos	17 anos
<b>Domínios de incapacidade</b>	Cognitivo		Cognitivo	Cognitivo
			Comportamental	



Nome	Leonardo Fonseca	Filipe Fernandes	Hugo Pascoal
Idade	19 anos	17 anos	18 anos
Domínios de incapacidade	Cognitivo	Cognitivo (autismo – espectro x-frágil)	Cognitivo
	Motor	Motor	

Os alunos apresentam uma grande diversidade de características o que permite recolher dados de indivíduos que acarretam objetivos de desenvolvimento diferenciados.

## 7.5.2. Caraterização do instrumento e recolha de dados

### 7.5.2.1. Esquematização do questionário (Anexo 10.2.)

Escolhido o tema problema, foram desenvolvidas um conjunto de atividades com o grupo de alunos que frequentam o DE. Terminadas as atividades letivas destinadas ao período de concretização do Estágio Pedagógico, foi concebido um questionário que se pretendeu ver aplicado a dois grupos distintos: professores e alunos do grupo de NEE.

A construção deste questionário, onde o investigador e os inquiridos interagem em situação presencial devido às NEE que os alunos possuem, teve em conta a pertinência das questões. Houve uma formulação clara das mesmas e ainda o cuidado de minimizar a possibilidade de surgirem dúvidas durante o seu preenchimento. O questionário não é extenso, sendo as perguntas pertinentes e direcionadas às problemáticas essenciais. As respostas são, maioritariamente, de carácter fechado e não ambíguas. As questões referem-se diretamente à prática pedagógica individual e à influência que as atividades desenvolvidas tiveram no grupo de alunos.

A apresentação agradável do questionário é um ponto bastante importante para suscitar o interesse dos inquiridos. O questionário foi colocado numa plataforma idónea, onde o seu preenchimento online é confidencial. No entanto, a necessidade de auxiliar os alunos no preenchimento do mesmo faz com que parte da confidencialidade se perca mas em detrimento a qualidade das respostas é assegurada. Os resultados foram reportados da plataforma online, à qual apenas eu tive acesso.

## **7.6. Procedimentos**

A oportunidade de lecionar as atividades de Desporto Escolar com o grupo de alunos com NEE ocorreu no mês de Abril, dando continuidade à modalidade de Boccia. Finalizadas as competições da modalidade iniciei a abordagem à modalidade de dança, onde foi possível envolver todos os alunos. Foram ainda desenvolvidas atividades diversificadas com o grupo como jogos de manipulação de objetos, deslocamentos corporais, entre outros.

Já com a prática pedagógica concluída e finalizado o questionário a aplicar ao grupo de professores e alunos, foi necessário estabelecer um contato seguro com as professoras do EE que acompanham os alunos. Após o consentimento e aprovação do questionário procedeu-se à respetiva aplicação.

As dificuldades cognitivas dos alunos implicaram a presença e auxílio das professoras que explicaram claramente aos alunos o significado prático de cada questão. A recolha direta de dados com os alunos durou cerca de quatro dias, pois foi necessário ter uma das professoras disponível para auxiliar no preenchimento do inquérito. A recolha de dados dos docentes durou cerca de dois dias, tendo cada um preenchido o inquérito individualmente via online.

## **7.7. Análise dos dados e tratamento Estatístico**

Os dados foram recolhidos e tratados estatisticamente. Refletindo sobre os dados a analisar, estes estiveram em alinhamento direto com os objetivos do estudo. Assim, os dados recolhidos foram tratados de forma a conseguir evidenciar o desenvolvimento específico de cada dimensão: motora, intelectual e social.

O tratamento estatístico será então apresentado em duas perspetivas distintas, professores e alunos, existindo um cruzamento entre ambas as perceções.

Após a análise feita a toda a tabela e a todos os campos, na respetiva plataforma online, foi feita a análise da qualidade dos dados. Desta forma foi possível detetar todos os erros existentes assim como se o número de respostas coincidia com a amostra pré-determinada.

Na utilização do programa estatístico SPSS v19.0.1, após a tradução e construção de uma tabela no respetivo, foram feitas análises das tabelas de frequência e descritiva. No Anexo 2 (10.2.), encontra-se todo o tratamento estatístico

referente a todas as questões presentes nos questionários aplicados, sendo apenas analisados e discutidos o penúltimo grupo de respostas de ambos os questionários.

O respetivo tratamento de dados será apresentado em dois grupos: o de professores e o de alunos. Os valores apresentados, referidos como unidades numéricas de [1-4], referem-se às respostas convertidas para a possibilidade de estudo no programa SPSS, em que 1 se refere ao “Discordo Totalmente” e o 4 a “Concordo Totalmente”.

Os alunos foram assim questionados sobre o impacto real das atividades desenvolvidas no seu desenvolvimento motor, intelectual e social. A tabela abaixo indica o tratamento estatístico dos dados recolhidos, seguido de um comentário específico a cada dimensão.

Tabela 3 - Estatísticas da contribuição para o desenvolvimento - Alunos

<b>Estatísticas da contribuição para o desenvolvimento – Alunos</b>			
	Desenvolvimento Intelectual	Desenvolvimento Social	Desenvolvimento Motor
Nº respostas	10	10	10
Media	3,8	3,9	3,9
Mediana	4	4	4
Moda	4	4	4
Desvio Padrão	,42164	,31623	,31623

Relativamente ao **desenvolvimento motor**, os alunos consideram que as atividades contribuíram muito para o seu desenvolvimento. Destacam inclusive as atividades da dança e do “campo de minas”.

Analisando os dados relativos ao **desenvolvimento intelectual**, verifica-se que em média os alunos consideram que as atividades tiveram um impacto visível no desenvolvimento desta dimensão.

Quanto ao **desenvolvimento social** os alunos consideram que as atividades desenvolvidas contribuíram para a sua inserção social.

Em geral a opinião dos alunos face à contribuição das atividades para o seu desenvolvimento, esta traduz-se como “Concordo Totalmente”. É visível a consonância de respostas dos alunos, lembrando que estes pertencem a um grupo heterogéneo, com características distintas. A moda de respostas é sempre apresentada no nível máximo de desenvolvimento em todas as dimensões. O baixo

valor de desvio padrão indica que a concentração de respostas foi feita no mesmo nível.

Desta forma, é possível prever que os objetivos definidos inicialmente estejam a revelar-se concretizados à medida que vamos analisando os resultados obtidos.

Relativamente à opinião evidenciada pelos professores, esta traduz-se bastante parecida com a dos alunos. A análise dos resultados será exposta por dimensões do desenvolvimento, sendo feita uma observação escrita a cada uma.

Tabela 4 - Estatísticas da contribuição para o desenvolvimento - Professores

		Desenvolvimento Motor	Desenvolvimento Social	Desenvolvimento Intelectual
N	Valid	4	4	4
	Missing	0	0	0
Mean		3,75	4	3,5
Median		4	4	3,5
Mode		4	4	3
Std. Deviation		,50000	,00000	,57735

A perceção e opinião dos professores envolvidos encontram-se alinhadas com o parecer dos alunos face à contribuição da diversificação de atividades para o seu desenvolvimento.

Relativamente ao **desenvolvimento motor**, os professores consideram que as atividades contribuíram muito para o seu desenvolvimento dos alunos envolvidos.

Analisando os dados relativos ao **desenvolvimento intelectual**, verifica-se que o grupo de professores concorda que as atividades desenvolvidas contribuíram para o desenvolvimento da dimensão, mas não a destacam com a mesma importância que as outras.

Quanto ao **desenvolvimento social** os professores consideram que as atividades desenvolvidas contribuíram muito para o desenvolvimento da mesma dimensão, sendo esta a que se destaca como concordante entre todos os docentes.

A consonância de respostas é visível através do baixo valor apresentado no desvio padrão, sendo a moda de respostas o “Concordo Totalmente” com a visível contribuição das atividades para o desenvolvimento dos alunos nas dimensões

motora, intelectual e social. A opinião dos professores relativamente a esta contribuição da diversidade de atividades para o desenvolvimento dos alunos, torna-se mais credível já que são estes os docentes que acompanham os alunos diariamente e vêem as suas reais evoluções.

## **7.8. Apresentação e Discussão dos resultados**

Após a análise e comparação das tabelas descritivas acima evidenciadas foi possível verificar que os catorze sujeitos envolvidos na investigação (10 alunos e 4 professores) consideram que as atividades desenvolvidas foram benéficas e potencializadoras de desenvolvimento do grupo.

Os alunos com idades compreendidas entre os 16 e os 19 anos de idade, consideram que as atividades que realizaram, especificamente o Boccia, a Dança e os Jogos Lúdicos, contribuíram para o seu desenvolvimento motor, intelectual e social.

Trazendo agora os objetivos iniciais do projeto, onde se pretende perceber se a diversificação de atividades contribuiu ou não para o desenvolvimento dos alunos nas três dimensões (motora, intelectual e social), evidenciam-se esses objetivos nos resultados conseguidos.

Apresentando primeiro as respostas dos alunos, verifica-se que nas dimensões de desenvolvimento Motor e Social apenas um aluno afirma que “concorda”, todos os outros “concorda totalmente”. A nível Intelectual dois alunos “concorda” e os restantes “concorda totalmente”. Relativamente aos quatro professores, todos concordam totalmente face à importância atribuída às atividades para desenvolvimento social dos alunos. Relativamente à contribuição motora, três dos docentes afirmam concordar totalmente e apenas um diz concordar. No que diz respeito ao desenvolvimento intelectual, metade dos professores concorda e a outra concorda totalmente.

Verificando que os resultados apresentados evidenciam assim a importância da diversificação de atividades com o presente grupo de alunos, tanto por eles como pelos professores do ensino especial, discutem-se de seguida os resultados de uma forma congrega.

Assim, relativamente ao **desenvolvimento motor** podemos afirmar que as atividades desenvolvidas contribuíram para que os alunos exercitassem diversas

habilidades motoras e por consequência, conseguissem desenvolver a coordenação, equilíbrio, ritmo, entre outras capacidades fundamentais. Os alunos reconhecem assim o seu desenvolvimento ao longo das sessões o que os motivou bastante para a prática desportiva. Os professores veem também o desenvolvimento e potencialização motora através das atividades desenvolvidas.

Analisando os dados relativos ao **desenvolvimento intelectual**, verifica-se que em média os alunos e professores consideram que as atividades tiveram um impacto visível no desenvolvimento nesta dimensão. No entanto, comparativamente às restantes é aquela que menos se destaca. Não perde por isso o seu impacto mas torna-se menor comparativamente aos restantes.

Quanto ao **desenvolvimento social** os alunos e professores consideram que as atividades desenvolvidas contribuíram para a sua inserção social. Foram desenvolvidas coreografias que os fez querer mostrar a todos o seu desempenho. Sentiram-se assim capazes de superar estas dificuldades, destacando-se a dança como ferramenta de interação social. Foi assim possível dar alguma base e motivação aos alunos nesta área.

## **7.9. Conclusões da investigação**

A inclusão está patente na legislação sendo considerada um direito humano. Desta forma, existe uma necessidade legal que obriga os professores a uma alteração da dinâmica das suas aulas, de forma a garantir um ensino de qualidade. Segundo (Teixeira, 1995: 23) várias são as razões que levam os educadores a recorrer as atividades lúdicas e utilizá-las como um recurso no processo de ensino-aprendizagem, para que desta forma, seja em que disciplina for, as atividades lúdicas estimulem e proporcionem ao aluno um maior desejo de aprender.

A inclusão passa, não só pelo acesso à escola regular, mas principalmente pelo sucesso educativo de todos os alunos envolvidos. A escola e os seus intervenientes, especialmente professores, têm a obrigação de dar resposta a essas exigências. A inclusão destes alunos obriga a que o professor prepare as suas aulas utilizando preferencialmente atividades lúdicas e diversificadas, cuja contribuição seja notável. As atividades desenvolvidas contribuíram para a formação e desenvolvimento dos alunos a nível motor, intelectual e social, sendo valorizado o empenho e motivação com que os alunos executam as tarefas. As atividades

deverão ainda desenvolver a autonomia, colaboração e entreajuda, tolerância, valorização das suas competências, entre outros.

### **7.10. Pesquisa futura**

Como inquietação conclusiva surge a necessidade de compreender a evolução exata das competências motoras, intelectuais e sociais dos alunos, no seu contexto prático de aplicação. A opinião e percepção dos alunos são essenciais para a reflexão pedagógica das práticas desenvolvidas. Torna-se importante ainda verificar a contribuição específica das atividades desenvolvidas, através de possíveis recolhas de registos de desempenho.

## **8. CONCLUSÃO**

---

O ano de Estágio foi um ano revestido de oportunidades únicas para a aquisição e aperfeiçoamento do saber profissional. A possibilidade de colocar em prática e aperfeiçoar os conteúdos aprendidos durante os anos de formação antecipadora motivou em muito a minha vontade de ser professora. Tornou-se para mim evidente a importância do Estágio Pedagógico como forma de consolidação prática dos conteúdos teóricos desenvolvidos. A marca deixada por esta primeira experiência foi bastante forte já que para além de tantos conhecimentos adquiridos, me deixou ainda grandes amigas e a possibilidade de fazer parte da vida de algumas delas.

Assumo que existiram acontecimentos que condicionaram a minha postura, conduta e desempenho no estágio e reconheço que essas mesmas situações me permitiram tirar o maior partido das dificuldades superadas. Sempre assumi a postura arriscada de quem busca superar as suas dificuldades pessoais, procurando a justificação de cada passo dado. Foi do risco e do erro calculado que resultaram as melhores e maiores aprendizagens. A superação própria e dos meus alunos foi a minha maior conquista. A possibilidade de instruir e alterar alguns hábitos e ambições junto dos alunos foi em grande parte concretizada.

Considero que este foi um ano de muito trabalho, com pontos altos e baixos, mas sempre com dedicação ao profissionalismo e à superação das expectativas de

todos os envolvidos. Foi assim possível contatar com as diversas dimensões escolares o que se mostrou fundamental para o desenvolvimento profissional.

Chegado ao final desta etapa é com um sorriso rasgado que olho para o produto deixado, conseguido. Foi uma enorme honra estagiar na Escola Secundária D. Duarte, junto do professor Fernando Costa e de todos os professores e alunos que diretamente contribuíram para a concretização do meu estágio e para o sucesso dos projetos. Foi um prazer evoluir, participar e colaborar com todos eles. Aos alunos devo uma palavra de agradecimento. Deixo esta etapa, mas ambiciono outras tantas...

“(...) Tens muito que fazer? – Não; tenho muito que amar. Não entendo ser professor de outra maneira. E não me venham dizer que isso assim cansa e mata; morrer-se, sempre se morre: e à minha maneira tem-se a consolação de não ser em vão que se morre de cansaço. (...) O meu drama resulta de que a mim só me interessa ser bom professor. Ser bom professor consiste em adivinhar a maneira de levar todos os alunos a estarem interessados; a não se lembrarem de que lá fora é melhor” (Gama, 1962).

Termino com a dedicatória que me foi feita na fotografia da minha turma:

**"Primeiros seis meses de felicidade,  
Agora... uma lágrima de saudade!"**

**3ºANIM, 2014**



## BIBLIOGRAFIA

---

- ALBUQUERQUE, Graça & Januário, 2005 A supervisão pedagógica em educação física. A perspectiva do orientador de estágio. – Livros Horizonte, LDA.
- ARANHA, A. (2007). *Observação de aulas de Educação Física: Sistematização da observação - sistemas de observação e fichas de registo*. Vila Real: UTAD.
- BENTO, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. 2ª Edição, Lisboa, Livros Horizonte.
- BETTI. I.C.R. Reflexões a respeito do esporte como meio educativo em aulas de Educação física escolar. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*.
- CAETANO, A. P., & Silva, M. D. (2009). *Ética profissional e Formação de Professores*.
- CARREIRO DA COSTA, F., Carvalho, L., Onofre, M., Diniz, J., e Pestana, C., (1996). *Formação de professores em educação física. Concepções, investigação, pratica*. Lisboa: FMH, Serviço de Edições, pp. 9-72.
- Decreto.lei nº 139/2012 de 5 de Julho.
- FERREIRA & CAMPOS (2006). Principais Benefícios do Exercício e da Prática Desportiva Regular em Grupos com Necessidades Especiais.
- FLORES, Maria Assunção., (2000). *A Indução no Ensino, Desafios e Constrangimentos*. –Instituto de Inovação Educacional (Temas de investigação 16)
- FOX (2000). The influence of physical activity on mental well-being. *Public Health Nutrition*, 2(3a): 411–418.
- GAMA, S. (1962). *Diário*. Lisboa: Edições Ática.
- 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*. Nº1, pp. 104-113.
- LOSISOLO, Hugo. Da educação física escolar: intelecto, emoção e corpo. *Motriz*, Rio Claro, vol. 8, n. 3, p. 99-103, set./dez. 2002.
- MAGALHÃES, E. F. C. B. (1999): *Viver a igualdade na diferença: a formação de educadores visando à inclusão de alunos com necessidades educacionais especiais no ensino regular*. Dissertação de Mestrado defendida na Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro.
- OIT, (1981). *Emploi et Conditions de Travail des Enseignants*. Genebra: Bureau International du Travail.

PALLA, A. & Mauerberg de Castro (2004). Atitudes de Professores e Estudantes de Educação Física em Relação ao Ensino de Alunos com Deficiência em Ambientes Inclusivos [Versão Eletrónica]. Revista Sobama.

PIÉRON, M. (1999). *Para uma Ensenanza eficaz de las actividades Físico-desportivas*. Inde. Barcelona.

Portaria n.º 244/2011 de 21 de Junho.

Programa de Educação Física Escolar, Ensino Secundário. Ministério da Educação (Programa actualmente em vigor).

SHERRILL, C. (1998). *Adapted physical activity, recreation, and sport: Crossdisciplinary and lifespan (5ª ed.)*. Dubuque, IA: WCB/ McGraw-Hill.

SOUSA, J., & Carreiro da Costa, F. (1996, outubro). Socialização profissional em Educação Física: um olhar crítico sobre a formação inicial, a voz dos professores. *Boletim SPEF* (nº14), 33-46.

ZEICHNER, Kenneth M. (1993). *A formação reflexiva de professores: ideias e práticas*. Lisboa : Educa. (Educa : Professores; 3).

## ANEXOS

---

Anexo 1- Relatório e análise dos Questionários aplicados aos Alunos do 3º ANIM - Educação Física.....	<b>10.1.</b>
Anexo 2- Relatório e análise dos Questionários aplicados aos Professores e Alunos do grupo NEE - Desporto Escolar .....	<b>10.2.</b>