

UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO

# RELATÓRIO DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA

2º Ciclo em Ensino De Educação Física Nos Ensinos Básico e Secundário

**Adriana Sofia Gomes Andrade**

**Orientador:** Nuno Domingos Garrido



**VILA REAL, 2018**

**Adriana Sofia Gomes Andrade**

**RELATÓRIO DA PRÁTICA DE ENSINO  
SUPERVISIONADA**

Relatório de Estágio, apresentado à UTAD, como requisito para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, cumprindo o estipulado na alínea b) do artigo 6º do regulamento dos Cursos de 2ºs Ciclos de Estudo em Ensino da UTAD, sob orientação do professor Nuno Domingos Garrido Nunes de Sousa

**UTAD  
VILA REAL, 2018**

## Agradecimentos

A elaboração deste mestrado só foi possível ser concretizado graças ao contributo de algumas pessoas que foram indispensáveis em todo o meu percurso académico. Assim sendo, gostava de deixar o meu sincero agradecimento com algumas palavras.

Em primeiro lugar não poderia deixar de agradecer ao professor orientador cooperante do meu estágio, Carlos Rodrigues, por me ter aceite/acolhido como sua estagiária. Quero agradecer também toda a paciência, dedicação, conselhos, motivação e pela amizade que estabelecemos durante e após estágio. Sinto que ao longo do estágio cresci imenso como profissional e como pessoa com os seus ensinamentos.

Ao professor Valentim Meireles por toda a sua disponibilidade e ajuda em tratar que o estágio ocorresse na Escola Secundária de Paços de Ferreira. Agradecer também toda a preocupação e amizade que teve comigo ao longo do meu estágio.

À Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, por me proporcionar a realização deste estágio e por todos os anos de aquisição de conhecimentos.

À Escola Secundária de Paços de Ferreira, por me proporcionarem a realização deste estágio na escola onde estudei e, por me terem acolhido tão bem e carinhosamente desta vez como professora.

À professora Joana Rodrigues pela substituição feita ao professor Carlos Rodrigues. Agradecer pela paciência, ajuda e compreensão que teve comigo nesta mudança e por todo o amparo que me deu até ao final do estágio.

Ao professor Nuno Garrido, supervisor do meu estágio, pela sua orientação, pela sua disponibilidade no esclarecimento de dúvidas que surgiram ao longo do ano, pela sua ajuda e preocupação na elaboração do relatório de estágio.

Aos professores do departamento de educação física da escola onde realizei o estágio, pela forma confortante que me receberam, pelos conselhos, pelo apoio

que me deram ao longo do ano, pela confiança e partilha de conhecimentos que me fizeram crescer tanto a nível pessoal como profissional.

Aos alunos da turma A do 8ºano, por terem sido a minha motivação e crescimento a nível profissional. Pela sua dedicação, respeito, carinho que demonstraram sempre para comigo.

A toda a restante comunidade escolar que me ajudou na minha adaptação à escola e me tratou sempre com imenso respeito.

A todos os professores que fizeram parte do meu percurso académico, que se revelaram indispensáveis no meu crescimento quer ao nível profissional como pessoal.

À minha família, mãe, pai, irmã e avó por todo o amor, dedicação, compreensão, paciência e apoio ao longo de todo o meu percurso académico. Foram o meu suporte e sem eles não seria o que sou hoje.

Aos meus amigos que me apoiaram quer nos bons e maus momentos, sempre prontos a celebrar as minhas vitórias e ampararem as minhas quedas.

E por fim, aos meus colegas universitários que tornaram mais fácil a minha adaptação em Vila Real, em especial à Tânia Silva, que me acompanhou em todos os momentos nesta vida universitária quer de diversão quer de estudo intensivo.

## Resumo

O presente relatório enquadra-se no âmbito do estágio pedagógico, que dá por concluso o 2º ciclo em Ensino de Educação nos Ensinos Básico e Secundário, na Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, doravante siglada UTAD. Realizado na Escola Secundária de Paços de Ferreira por orientação do professor Carlos Rodrigues e a professora Joana Rodrigues, segundo supervisão do Professor Nuno Garrido da UTAD.

Deste modo, o estágio pedagógico surge como etapa final do ensino superior, onde se veem aplicados os conhecimentos adquiridos numa situação prática e real. Propondo-se um trabalho de planeamento, intervenção e reflexão da prática profissional quotidiana, confrontado com a necessidade constante de procurar e efetivar soluções para os mais diversos problemas com que se depara regularmente o exercício da profissão.

Nesta conformidade, este relatório descreve todas as vivências experienciadas durante o estágio, apresentando diversas reflexões sobre as atividades desenvolvidas ao longo do ano letivo; bem como, a apreciação de todo o trabalho executado. No decurso do mesmo, o professor estagiário teve como função planear, realizar e avaliar o desempenho curricular dos seus alunos. Por conseguinte destes três parâmetros foi demonstrada uma reflexão das dificuldades sentidas, e estratégias de aperfeiçoamento do processo de ensino-aprendizagem.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estágio pedagógico; reflexões; processo de ensino-aprendizagem.

## **Abstract**

This report is part of the pedagogical stage, which marks the end of the 2nd cycle in higher education in Basic and Secondary Education, at the University of Trás-os-Montes e Alto Douro, hereafter UTAD. Held at the Secondary School of Paços de Ferreira in guidance of teacher Carlos Rodrigues and teacher Joana Rodrigues, with supervision of teacher Nuno Garrido of UTAD.

In this way, the pedagogic stage appears as the final stage of higher education, where the acquired knowledge is applied in a practical and real situation. It suggests a work of planning, intervention and reflection on the daily professional practice, confronted with the constant need to seek and to effectively give solutions for the most diverse problems with which the practice of the profession is regularly faced.

On this bases, this report describes all the perceptions experienced during the stage, presenting several reflections on the activities developed during the school year; as well as the evaluation of all the work executed. In the course, the trainee teacher had the function of planning, performing and evaluating the curricular performance of his students. Consequently by these three parameters was demonstrated a reflection of the felt difficulties, and strategies to improve the teaching-learning process.

**Key Words:** Pedagogical stage; reflections; teaching-learning process.

## Índice

Agradecimentos .....	iii
Resumo .....	v
Abstract.....	vi
Introdução.....	1
Capítulo 1 .....	3
1.    Enquadramento geral do estágio .....	4
1.1 Dimensão Pessoal .....	4
1.2. Expectativas.....	5
1.3. Integração na escola.....	6
1.4. Caracterização da escola.....	7
Capítulo 2 .....	10
2.    Tarefas de estágio de ensino-aprendizagem.....	11
2.1. Planeamento .....	11
2.2    Observação das aulas .....	17
2.3    Reuniões .....	18
2.4.    Balanços.....	20
Capítulo 3 .....	23
3.    Tarefas de estágio de relação escola-meio.....	23
3.1.    Estudo de turma .....	23
Capítulo 4 .....	28
4.    Atividades na escola .....	28
4.1.    Desporto escolar .....	28
4.2.    Atividades do departamento de educação física.....	29
4.3.    Ação de formação .....	33

Capítulo 5 .....	36
5. Avaliação .....	37
Capítulo 6 .....	43
6. Dificuldades sentidas, resoluções e futuro pedagógico .....	44
Conclusão.....	46
Referências.....	47

## Introdução

O atual documento, intitulado de Relatório da Prática de Ensino Supervisionada foi elaborado no âmbito do 2º ciclo em Ensino de Educação nos Ensinos Básico e Secundário, na Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD), com vista à obtenção do grau de Mestre.

O estágio pedagógico foi elaborado na Escola Secundária de Paços de Ferreira tendo início em Setembro e seu término no final de Maio. O estágio foi sob a orientação do professor Carlos Rodrigues e da professora Joana Rodrigues, segundo a supervisão do Professor Nuno Garrido da UTAD.

A turma A do 8ºano foi-nos atribuída com intuito de sermos responsáveis por todo o seu processo de ensino-aprendizagem sob a permanente supervisão do/a orientador(a) cooperante.

O estágio pedagógico assume um papel de grande relevância em todo o processo de aprendizagem académica, visto que, em todo o processo de formação (5 anos), esta é a fase que podemos designar 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 citado por Rodrigues, 1997).

Este documento tem como objetivo, descrever e refletir todas as atividades feita durante o ano letivo. Ao longo do processo de ensino-aprendizagem foi realizado um balanço como forma de auto-observação do trabalho concretizado, descrevendo as expectativas iniciais relativamente ao ano de estágio, seguidamente enumerando as tarefas realizadas e com isto, realizar uma reflexão na qual constem todos os aspetos positivos, negativos, as dificuldades sentidas, as formas de ultrapassar os obstáculos encontrados, estratégias utilizadas para melhorar ao longo do ano, e finalmente a experiência pessoal e profissional que o estágio nos proporcionou e que aspetos positivos nos poderá trazer num futuro próximo.

A comparação entre o esperado inicialmente e as experiências realmente vividas e o que estas proporcionaram durante o ano letivo é, realmente, um

ponto muito importante a relatar neste documento. As experiências vividas, tanto as positivas como negativas, foram sem dúvida importantes para um crescimento quer a nível pessoal quer a nível profissional.

# Relatório de Estágio

## Capítulo 1

# 1. Enquadramento geral do estágio

## 1.1 Dimensão Pessoal

Eu, Adriana Sofia Gomes Andrade, nascida a 12 de março de 1993, natural de Paços de Ferreira.

Comecei o meu percurso desportivo aos 5 anos de idade, aprender a nadar e após três anos fui convidada para pertencer ao grupo de formação de natação pura. Ao final de um ano de competições decidi mudar de modalidade, embora no mesmo local e clube tornei-me atleta de polo aquático. Desde cedo comecei a frequentar os estágios da seleção nacional e comecei facilmente a adorar a modalidade em questão. Com 15 anos de idade fui ao primeiro torneio internacional que se realizou em Felgueiras em representação da seleção nacional. Esta experiência marcou a minha história desportiva e fez com que cada vez mais quisesse seguir a área do desporto. Com a entrada para a faculdade tive que abdicar da prática da modalidade mantendo ainda ligação como árbitra regional e nacional da mesma.

Todo o percurso desportivo, o gosto pelo desporto e o sonho de ter uma carreira profissional de desporto, fez com que me candidatasse para o curso de Ciências do Desporto, na UTAD. Escolhi a UTAD por opiniões de pessoas ligadas à área desportiva que me aconselharam dando como muito positiva a sua reputação, como uma das melhores universidades do país em desporto.

Ao entrar para a universidade desliguei-me mais da competição e comecei a ganhar gosto pela área de fitness, inscrevi-me no ginásio e comecei a frequentar tanto a zona de musculação como as aulas de grupo. A entrada da faculdade abriu-me novos horizontes, passei a gostar mais ainda da área e a querer experienciar/pesquisar mais sobre novos conceitos/modalidades.

No primeiro ano de mestrado, voltei a ser atleta mas desta vez no Amarantus Aquatic Club situado em Vila Meã, Amarante. No ano seguinte mantive-me no clube mas desta vez como jogadora e treinadora dos escalões de sub-16/18 masculinos. Durante a época como é um clube com pouco tempo da modalidade, apenas 4 anos, tive como objetivo a melhoria da performance e técnica dos atletas e, também incutir o espírito de equipa utilizando estratégias

que me foram adotadas enquanto jogadora e algumas aprendidas durante o percurso académico.

No ano em que tive a experiência de treinadora, dei início ao estágio do mestrado o que foi vantajoso retirar algumas ideias e até aperfeiçoar a minha relação e postura diante os alunos. Foi, também importante sentir a diferença entre a relação professor/alunos e treinador/atletas, bem como o objetivo da aprendizagem. Esta experiência enriqueceu-me quer a nível pessoal e profissional e abriu-me portas a novos projetos.

Atualmente mantenho-me no clube como treinadora e professora de nível 1 de aprendizagem de natação e sou personal trainer em um ginásio situado em Paços de Ferreira.

Na UTAD licenciiei-me em Ciências do Desporto. Após a primeira etapa estar concluída, ingressei no 2º ciclo de estudos, o Mestrado do Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários, cumprindo desta forma os meus objetivos académicos a curto prazo. O facto de ter feito o estágio curricular na minha cidade foi vantajoso pois assim, consegui desde logo iniciar a minha carreira como profissional de desporto.

## **1.2. Expectativas**

Desde nova que sempre tive uma admiração pelo desporto em geral e com o desenrolar dos anos cada vez mais se despertou o meu interesse, com aproximar do ensino superior a minha escolha foi bastante simples e já com certeza desde cedo que era o curso que queria seguir. Sempre tive presente que gostava de ser professora de educação física e aliado a isto, treinadora de polo aquático mas com a entrada na universidade fiquei ainda mais fascinada com outras vertentes, não tendo nunca excluído o que me fizera entrar neste curso.

Ao finalizar a licenciatura tive desde logo certeza que queria seguir mestrado em ensino de educação física nos ensinos básico e secundário. No final do 1ºano do mestrado, chegou a altura de escolher a escola onde iria realizar o

estágio. A opção não foi difícil, uma das minhas primeiras prioridades era realizar o estágio em Paços de Ferreira (cidade onde habito), uma vez que tinha uma proposta de trabalho no mesmo local. Assim sendo, tive como primeira e única escolha a Escola Secundária de Paços de Ferreira, uma vez que foi onde realizei os meus estudos no básico e secundário e por sua vez já tinha referências e sabia que iria ser bem acolhida na instituição referida. O único receio que tive nesta escolha foi o pouco contacto que iria ter com o professor orientador da universidade e por ser a única estagiária da escola, não tendo apoio e ajuda dos meus colegas.

Relativamente às expectativas, estava com um misto de emoções, por um lado ansiosa pelo início, conhecer as turmas, colocar todas as minhas ideias e aprendizagens em prática, por outro lado com receio uma vez que com os anos a educação física tornou-se cada vez mais desvalorizada por parte dos alunos e tive receio de não conseguir controlar a situação. Uma das minhas preocupações era também a minha estatura, tive receio que pudesse condicionar no respeito que os alunos teriam em relação a mim.

Apesar disto, previa um ano de aprendizagem, de muito trabalho, com muitas emoções e, sobretudo um crescimento quer a nível pessoal como profissional.

Dado o início do estágio, estava confiante e consciente que teria que ter uma postura rigorosa para conquistar o respeito dos alunos desde início.

### **1.3. Integração na escola**

Ainda antes do início do ano letivo reuni com o professor orientador da escola para nos conhecermos e para ajustarmos algumas situações. Desde logo este deu-me total liberdade e acolheu-me muito bem mostrando também que embora quisesse estabelecer comigo uma relação de amizade iria ser exigente. Logo aí, este pediu-me logo que lhe entregasse dois documentos, um que me apresentasse e o outro com as expectativas para o ano letivo.

A minha integração na escola foi fácil, uma vez que já conhecia uma maioria dos docentes e funcionários bem como as instalações, o mais difícil foi conviver

com alguns professores que foram meus docentes no secundário, tratando-os como seus colegas de trabalho. Desde início, fui logo tratada como professora e todos me acolheram da melhor maneira possível, permitindo-me sempre que precisasse de algo que os recorresse.

Relativamente aos professores do departamento de educação física, ajudaram-me imenso, receberam-me de braços abertos e em muitas situações de insegurança foram eles que mais apoio me deram. Desde início, que estes me deixaram logo fazer observação das aulas deles, dando até sugestões e permitindo sempre também que lhes desse a minha opinião relativamente a todos os temas envolvidos.

O meu orientador depois de me atribuir uma turma, pediu-me logo que liderasse desde início para facilitar a integração e a relação com os alunos, e sempre me ajudou e colocou-me em várias tarefas realizadas da escola para vivenciar a realidade da escola. Em relação aos alunos, desde início que me respeitaram e criaram uma boa ligação comigo mas como no ano anterior o meu orientador tinha sido professor deles ainda recorriam muito a ele, no entanto, com o passar do tempo tornou-se contraditório já não faziam distinção. A maior dificuldade também passou pelo carinho que fomos criando e por ser uma turma bastante unida houveram aulas que tive que tomar uma atitude mais áspera uma vez que se tornavam muito barulhentos. Como era uma turma pequena, facilitou imenso na organização e no controlo do comportamento, e uma vez que maioria era bastante competitiva as aulas tornaram-se facilmente ativas e dinâmicas não criando dificuldades no seu planeamento.

#### **1.4. Caracterização da escola**

A Escola Secundária de Paços de Ferreira (ESPF) localiza-se no centro da cidade e no concelho de Paços de Ferreira. Esta foi criada pelo Decreto – Lei n.º 260-A / 75, de 26 de Maio, em substituição da Secção Liceal de Paços de Ferreira do Liceu de Santo Tirso, que estava em funcionamento desde 1972.

Esta escola é constituída por 188 professores, 41 assistentes e 1764 alunos (informações recolhidas a 1 de Outubro de 2011). Esta contém uma vasta opção de cursos onde os alunos podem seguir os seus gostos e aumentar os seus conhecimentos consoante os seus objetivos/sonhos. Dentro dos quais: CEV Expressão Plástica; Técnico Auxiliar de Saúde; Artes Visuais; Línguas e Humanidades; Ciências Socioeconómicas; Ciências e Tecnologias; Técnico de Vendas; Técnico de Receção; Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos; Técnico de Eletrónica, Automação e Computadores; Técnico de Contabilidade; Técnico de Comércio; CEV Marketing; Técnico de Comunicação de Serviço Digital e Técnico Comercial. Esta instituição possui boas instalações, materiais, salas adequadas aos cursos existentes, bons professores, pensando sempre em primeiro lugar na educação/conhecimentos dos alunos. Esta escola também possui ensino especial, tendo professores próprios para exercer a função.



## Capítulo 2

## 2. Tarefas de estágio de ensino-aprendizagem

### 2.1. Planeamento

Segundo Barroso (2013), a planificação é um importante auxiliar da prática pedagógica, contribuindo para o sucesso do processo ensino-aprendizagem, uma vez que permite ao docente fazer uma previsão do que poderá ser a sua aula, definindo o conjunto de objetivos, conteúdos, experiências de aprendizagem, assim como a avaliação.

Assim sendo, segundo o autor a planificação é um processo importante pois, exige uma reflexão, organização e preparação para uma melhor orientação para os acontecimentos futuros, não podendo ser rígido pois pode existir mudanças face à realidade encontrada.

O planeamento do grupo de educação física foi apresentado na primeira reunião, onde através de documentos dos anos anteriores foram-nos fornecidos as regras, os critérios de avaliação e a planificação por cada ano de escolaridade. Desde logo, fomos alertados pelo orientador para a definição de objetivos no planeamento quer a longo, médio e curto prazo, e nesse sentido, foi necessário analisar o planeamento anual, bem como realizar unidades didáticas, estudo de turma e planos de aulas, este último sendo adaptado à realidade encontrada.

#### *2.1.1. Planeamento anual*

O planeamento anual foi entregue na primeira reunião de departamento através de um documento onde discriminava as modalidades abordadas em cada período letivo e por cada ano de escolaridade, junto deste documento foi-nos fornecido os critérios de avaliação. Após a entrega dos documentos, estes foram discutidos de forma a melhorar a produtividade dos alunos e para ser criado um roulement que fosse benéfico a todos os docentes/discentes.

Reunindo com o orientador, este alertou-nos para a importância do planeamento e, após uma reflexão, definimos objetivos gerais dando ênfase ao desenvolvimento da autoestima dos alunos, promoção da saúde,

desenvolvimento de competências sociais, aumentar a integração na turma, aumentar o gosto pela disciplina, aumento da prática de exercício físico e por fim a valorização da disciplina.

### *2.1.2 Unidades didáticas*

A unidade didática é um documento orientador de cada modalidade a abordar. Assim sendo, este documento contém os conteúdos a lecionar em cada aula bem como os seus objetivos, nele deve ser seguido uma sequência lógica e metodológica dos conteúdos, colocando uma ordem crescente de complexidade e dando sempre mais importância aos conteúdos que a turma apresenta mais dificuldade.

A elaboração das unidades didáticas tem um papel muito importante no processo de ensino-aprendizagem, uma vez que através destas o professor elabora o planeamento específico das diversas modalidades a lecionar ao longo do ano letivo e se guia através deste documento. No entanto, este pode sofrer suscetível alterações tendo em conta a realidade encontrada, tanto nas dificuldades sentidas na turma como na escassez de material e espaço.

Em todas as unidades didáticas realizadas foi definido a população alvo, critérios de avaliação, caracterização dos recursos, definição de objetivos, métodos de controlo e estratégias.

Na planificação das unidades didáticas utilizamos as primeiras aulas para avaliação diagnóstica para avaliar a capacidade dos alunos e ajustar o objetivo às capacidades da turma. Depois começamos por utilizar uma aula mais específica para transmissão dos conteúdos para facilitar na sua assimilação e dedicar as restantes na sua consolidação. Ao longo de todas as unidades centramo-nos sempre em realizar as aulas focados no produto final, dando mais ênfase a exercícios dinâmicos e mais focados no resultado da modalidade. As últimas aulas reservamos para fazer avaliação final do desempenho dos alunos.

As unidades didáticas elaboradas ao longo do ano letivo foram: voleibol, atletismo (resistência, barreiras e velocidade), basquetebol, andebol, ginástica de solo e aparelhos. Dentro deste leque sentimos mais dificuldades na

elaboração das unidades didáticas das modalidades individuais por falta de experiência e por dificuldade em saber quais exercícios e estratégias adotar na aprendizagem de cada conteúdo. A ajuda do orientador aliado ao estudo das modalidades em questão foi fulcral para ultrapassarmos esta dificuldade e para a concretização do seu planeamento.

### *2.1.3 Planos de aula*

O plano de aula é uma forma de planificação a curto prazo utilizada para estruturar e organizar a aula e respetivas tarefas de forma sequenciada, com ligação entre objetivos e conteúdos. Este documento é elaborado pelo docente como uma antevisão das atividades a realizar nas aulas. Com base nos objetivos este deve conter uma sequência de exercício de simples para mais complexos e tendo em consideração as capacidades da turma. É importante perceber que, embora o plano de aula sejam considerado como “guia” para os docentes é importante referir que este está sempre suscetível a alterações dependendo da progressão da turma e de recursos quer espaciais como materiais.

Na elaboração dos planos de aula tivemos sempre como referência o planeamento da unidade didática seguindo a sequência de conteúdos com o objetivo da progressão e promoção do desporto, saúde e bem-estar. No entanto, nesta elaboração foi necessário ter em conta as aulas anteriores que poderiam influenciar o plano de aula seguinte. Ao longo dos planos tentamos sempre dar mais ênfase ao tempo de desenvolvimento motor dos alunos, fazendo com que houvesse o menor tempo possível de repouso e arranjando sempre exercícios mais dinâmicos e ativos que obtivessem bastante competição para que houvesse mais motivação na turma.

No início do ano letivo, foi apresentamos um plano de aula ao professor orientador onde em conjunto avaliamos a sua estrutura e realizamos as alterações que achamos mais benéficas. Assim, o plano foi dividido em três partes:

1. Na primeira parte do plano contém toda informação de enquadramento do plano como, o número de alunos, a unidade didática a que

se refere o plano, o número de aula, o número de aula da UD, as instalações onde decorre a aula e o material didático.

2. Na segunda parte contém o enquadramento da aula na UD, objetivo da aula, sua função didática, os conteúdos a abordar, os objetivos operacionais e sua respetiva ação/contexto/critérios de êxito de acordo com o proposto pela UD.

3. Na terceira parte é apresentado as estratégias de controlo da turma, a organização geral dos exercícios, o tempo total e parcial das atividades, sequência de tarefas e no final o balanço da aula.

Todos os planos de aula foram previamente entregues ao professor orientador como foi solicitado no início do ano letivo. No final de cada plano de aula, foi elaborado uma pequena reflexão de como correu a aula, mencionado se houve concordância da aula com o plano e, referindo aspetos positivos e negativos e suas consequentes formas de melhoria. No final de cada aula, o professor orientador também aproveitava para dar o seu feedback de maneira a que houvesse uma melhoria de aula para aula.

#### *2.1.4 Prática de ensino supervisionada*

Alarcão & Trindade (2007) refere que a supervisão pedagógica é o processo em que um professor, em princípio mais experientes e mais informado, orienta um outro professor ou candidato a professor no seu desenvolvimento humano e profissional.

A prática de ensino supervisionada corresponde à fase de intervenção pedagógica do professor estagiário junto da turma mas sempre com a supervisão do seu orientador, assim sendo, ao longo do ano letivo este último teve que estar presente em todas as aulas.

Em relação à prática de ensino supervisionada foi o primeiro contacto com a realidade, onde foi-nos possível transferir todos os conhecimentos obtidos ao longo do percurso académico e com a ajuda da supervisão do orientador debatemos/refletimos estratégias para melhoria aula após aula.

Nesta intervenção pedagógica baseamo-nos em quatro dimensões, estudadas no primeiro ano do 2º ciclo em Ensino de Educação nos Ensinos Básico e Secundário: instrução, organização, tempo motor específico e tempo motor não específico.

1. A **instrução** refere-se a todas as intervenções pedagógicas do professor que visa dar informação ao aluno, através de introdução/conclusão da aula, explicações/demonstrações das atividades, feedbacks, transmissão da matéria, questionar os alunos.

É importante que na instrução haja uma introdução e uma conclusão da aula dada. A introdução no início da aula para salientar os objetivos da aula e no final um balanço e uma reflexão da mesma. Nestes momentos, tentamos sempre manter os alunos no nosso campo de visão e no final aproveitamos para fazer uma reflexão enquanto os mesmos realizavam reforço muscular.

A demonstração foi utilizada frequentemente nas aulas aliada a explicação das atividades e transmissão da matéria (critérios de êxito), de modo a facilitar a perceção da execução pretendida. Na demonstração tentamos sempre colocar os alunos mais aptos à modalidade para demonstrarem a execução correta e para servir como motivação. Esta componente foi utilizada sempre que era abordado um conteúdo/exercício novo e por vezes, foi utilizado em paragens ao longo da aula quando era detetado erros gerais da turma.

O feedback é um instrumento que foi usado constantemente ao longo das aulas devido ao seu efeito positivo na evolução/motivação dos alunos.

Shute (2007) defende que o feedback deve assumir um papel formativo no contexto educacional, onde o principal objetivo é aumentar o conhecimento, habilidades e compreensão do aluno.

Assim sendo, incutimos ao máximo feedbacks durante as aulas, tentando sempre que estes fossem claros para que houvesse uma boa interpretação da parte dos alunos e para que estes fossem úteis para o seu desempenho. É importante realçar que nas modalidades com mais conhecimento tornou-se mais fácil a transmissão de feedbacks, assim sendo, teve que existir uma maior

dedicação às modalidades com mais dificuldades pois nas primeiras aulas, o número de feedbacks foi insuficiente.

Questionar os alunos foi outra técnica utilizada na dimensão da instrução. Este questionamento fez com que os alunos se envolvesse mais na aula, despertando mais a atenção deles e foi uma forma de verificarmos se os conteúdos estavam assimilados.

No geral, no que diz respeito à instrução tentamos ao máximo ser claros e práticos na transmissão da matéria, de forma a não despende muito tempo da prática dos alunos, uma vez que o objetivo principal sempre foi que estes tivessem um tempo elevado de desempenho motor na aula.

2. A **organização** refere-se à forma como o professor organiza os seus exercícios tendo em conta o espaço que lhe é atribuído cumprindo com os seus objetivos da aula. Esta dimensão refere-se também a prevenção de situações de risco e à posição do professor face os alunos ao longo da aula.

Nesta dimensão tentamos sempre que não houvesse muita perda de tempo na transição entre exercícios, assim sendo, mantivemos a mesma estrutura/organização de uns exercícios para os outros, para que os alunos não dispersassem na montagem de material. Um dos grandes focos também foi tentar manter sempre um bom posicionamento face à turma, fazendo rotação para conseguir manter o incentivo e ajudando sempre que preciso a ultrapassar os fatores de risco.

Neste setor sentimos mais dificuldade quando abordamos a modalidade ginástica de solo, pois houveram estações que exigiam mais atenção e ajuda, dificultando o controlo na turma. Ao longo das aulas com algumas dicas dadas pela orientadora Joana Rodrigues tornou-se mais fácil eliminar esta componente.

3. O **tempo motor específico** é o tempo que o aluno está em atividade motora mas que essa atividade faz parte do objetivo da aula. Esta dimensão de todas foi a que demos mais importância, tendo sempre como objetivo que os alunos adquirissem mais de 60% de tempo em atividade. Algumas das vezes também, o orientador foi controlando este objetivo a fim de perceber se

poderíamos melhorar ou se estávamos no caminho certo. Com esta ajuda, conseguimos ao longo das aulas melhorar e tentar sempre com as estas fossem mais produtivas, dinâmicas e com bastante atividade, também com o intuito de promover a exercício físico, saúde e bem-estar.

4. O **tempo motor não específico** representa o tempo de atividade motora dos alunos mas que o exercício não faz parte do objetivo da aula. Ao longo do ano letivo, raramente esta dimensão foi utilizada pois tentamos sempre que todos os exercícios fossem de encontro do objetivo da aula. As poucas aulas que foram utilizadas esta vertente foi através de exercícios do aquecimento.

Para além das quatro dimensões pelas quais nos guiamos, usamos também os dez parâmetros utilizados no documento de orientação da autora Ágata Aranha, “Supervisão pedagógica em educação física e desporto”. Os dez parâmetros descrevem aspetos que devemos ter em conta ao longo de toda a aula, tais como, a introdução da aula; mobilização dos alunos para as atividades; organização, controlo e segurança das atividades; gestão dos recursos; instrução/introdução das atividades; regulação das atividades; linguagem utilizada; sequência da aula; conclusão da aula e concordância com o plano/ adaptabilidade na aula.

Ainda no âmbito da supervisão, o professor orientador fomentou e cedeu-nos, inclusivamente, vários livros para atualizar e enriquecer o conhecimento e deu-nos bastante dicas e ajudas para uma melhoria quer a nível profissional quer a nível pessoal.

## 2.2 Observação das aulas

J.Azevedo (2012) refere que a observação, se ao serviço do reforço da capacidade reflexiva e colaborativa, pode representar hoje uma importante estratégia de afirmação da autonomia profissional dos professores, de construção de conhecimento profissional e de melhoria da qualidade do ensino.

Um dos parâmetros de avaliação do estágio foi realizar observação das aulas ao orientador e, neste caso, uma vez que o autor do presente relatório era o único estagiário na escola, teve que realizar as restantes observações a outros docentes da disciplina de educação física. Estas observações foram fundamentais sobretudo no início do estágio, pois permitiu-nos verificar as várias posturas dos professores perante as suas turmas, aprender algumas estratégias de organização e aumentar o leque de conhecimento bem como retirar ideias de exercícios. Logo desde início os professores deram-nos permissão para realizar as observações e uma vez que nenhum se opôs tentamos observar diversos professores para analisar diferentes comportamentos. Assim sendo, realizamos no total 92 observações a outros professores e 25 ao professor orientador, observando também diversas modalidades para obter um maior conhecimento.

Para observar as aulas realizamos uma grelha de registo onde foi identificado o comportamento do professor em função do tempo da aula. O comportamento do professor foi dividido em quatro dimensões: instrução, organização, tempo motor específico e tempo motor não específico. Estes comportamentos já foram relatados anteriormente uma vez que serviram de guia para a prática de ensino supervisionada. No final do preenchimento da grelha realizamos as percentagens utilizadas por comportamento, dando mais ênfase as percentagens de tempo de prática.

## 2.3 Reuniões

### 2.3.1. *Reuniões com o orientador*

Ao longo do ano letivo, estava estipulado no horário de estágio duas reuniões com o professor orientador, uma delas às terças-feiras (45 minutos) e outra às sextas-feiras (90 minutos). Para além destas reuniões, no final de todas as aulas lecionadas recebíamos sempre um breve feedback dos aspetos mais importante a melhorar e aspetos positivos ocorridos.

Estas reuniões semanais serviram para debater/aprofundar ideias, mostrar o trabalho desenvolvido, refletir sobre as aulas já lecionadas, tirar dúvidas,

desenvolver atividades realizadas pelo departamento, desenvolver a ação de formação, tudo o que envolvesse assuntos do estágio.

### *2.3.2. Reuniões com o diretor de turma*

Durante o estágio estivemos presente em quatro reuniões com a diretora de turma do 8ºA. Logo no início do ano letivo tivemos reunião de apresentação com todos os professores da turma mencionada anteriormente, uma vez que esta já era conhecida por maior parte dos docentes discutimos ideias e estratégias para um bom aproveitamento da mesma. A diretora de turma já tinha feito um estudo de turma antes da reunião e aproveitou para nos apresentar alguns casos que iriam requerer maior atenção/cuidado da nossa parte.

As outras três reuniões foram realizadas no final de cada período letivo, onde foram atribuídas as notas dos alunos e discutido o comportamento da turma bem como estratégias para a sua melhoria.

### *2.3.3. Reuniões finais de período*

No final de cada período letivo foram realizadas reuniões do conselho de turma. Nestas reuniões foram atribuídas as notas aos alunos, foram debatidas estratégias para melhorar o comportamento e aproveitamento dos alunos e foram referidos alguns alunos em específico para apoio a determinadas disciplinas.

O professor orientador deu-nos total liberdade para a classificação final da turma, e em todas as reuniões exigiu que debatemos as ideias e falássemos do aproveitamento dos alunos da turma em questão. Nestas reuniões, cada professor deu sempre a sua apreciação geral da turma escrevendo a mesma no documento que nos era entregue pela diretora de turma.

#### *2.3.4. Reuniões departamento de educação física*

Ao longo do estágio realizamos reuniões de departamento onde debatemos critérios de avaliação, criamos o roulement, distribuimos tarefas para as atividades desenvolvidas pelo grupo de educação física, realizamos um plano de atividades anual, distribuimos os professores pelas modalidades do desporto escolar e arranjamós estratégias para uma maior divulgação e, promoção do exercício físico, saúde e bem-estar.

Nestas reuniões foram-nos atribuídas algumas funções, bem como ajuda na nataçãõ no desporto escolar, corta-mato, torneio de voleibol e basquetebol e na gala do desporto.

Em todas as reuniões todos os docentes do departamento deixaram-nos à vontade para expressar opiniões e dar ideias para a melhoria das atividades habituais.

## **2.4. Balanços**

### *2.4.1. Finais das aulas*

No final de cada aula, tivemos sempre uma reunião com orientador para debater aspetos positivos e negativos da aula, tendo sempre como objetivo melhorar aula após aula.

Estes feedbacks dados pelo orientador era um instrumento fundamental para refletir e escrever nos balanços das aulas. No final de cada plano de aula e após a sua realização, escrevemos o balanço da mesma.

Assim sendo, cada balanço de aula foi dividido em três parâmetros: considerações gerais, avaliação do comportamento dos alunos e avaliação das estratégias utilizadas.

O primeiro parâmetro serviu para fazer um breve resumo da aula, onde eram vincados o comportamento dos alunos e o proveito da aula.

No que toca à avaliação do comportamento dos alunos foi descrito em todos os balanços os alunos que faltavam, os que não realizavam aula e o seu respetivo motivo e por fim o seu comportamento.

Para finalizar, na avaliação das estratégias utilizadas, foram descritos todos os acontecimentos na aula, os seus exercícios, os exercícios que foram adaptados nas aulas, como funcionaram e os motivos/estratégias para se combater os erros acontecidos.

Estes balanços foram fundamentais pois depois de uma reflexão tivemos mais atenção na organização e planeamento das aulas seguintes sempre focados em não cometer os mesmos erros.

#### *2.4.2. Finais das unidades didáticas*

Após a elaboração das unidades didáticas e de as colocar em prática foi necessário realizar um balanço de cada modalidade para refletir e apontar aspetos positivos/negativos.

Assim sendo, no final de cada unidade didática foi feito um balanço onde menciona as aptidões dos alunos à modalidade, se houve progressos, se cumprimos com todos os conteúdos, se a sua aplicação correu como esperado, destacando aspetos positivos e negativos a melhorar e por fim, uma opinião geral de como a turma se adaptou à modalidade.

Na turma do 8<sup>º</sup>A foram realizados sete balanços das modalidades abordadas ao longo do ano letivo, onde demonstraram maior aproveitamento nas modalidades coletivas, uma vez que a turma demonstrou sempre gostar muito de competição.

Na turma do 10<sup>º</sup>H apenas um balanço na modalidade de basquetebol, uma vez que ficou estipulado pelo orientador dar as aulas correspondentes a uma unidade didática.



## Capítulo 3

### 3. Tarefas de estágio de relação escola-meio

#### 3.1. Estudo de turma

É importante que os professores conheçam a turma que estão inseridas e as diferenças de aluno para aluno para saberem que postura e comportamento devem adotar perante as situações que podem ocorrer ao longo do ano letivo.

Assim sendo, é realizado um estudo de turma no início do ano letivo, este tem como objetivo caracterizar de forma geral a turma e conhecer e caracterizar de forma individual cada um dos alunos, nos domínios pessoal, sócio afetivo, cognitivo e desportivo. Para que, por sua vez, possamos elaborar estratégias específicas para incluir alunos com maiores dificuldades de integração na turma, bem como elaborar estratégias de atuação, de forma a ajustar a intervenção pedagógica aos diferentes casos, promovendo uma maior coesão da turma e uma melhoria do ambiente e dos relacionamentos entre os alunos.

Desta forma, este estudo tem como objetivo a obtenção de um conhecimento mais profundo da turma do 8ºA e, em concordância com esta realidade, através desta análise arranjar estratégias mais coerentes, intervindo o mais corretamente possível no âmbito pedagógico com os alunos no processo de desenvolvimento Ensino-Aprendizagem.

Na realização do estudo de turma analisamos mais detalhadamente os seguintes parâmetros: dados pessoais dos alunos, de modo a verificar as dissemelhanças da turma, bem como a composição do seu agregado familiar, para que deste modo pudéssemos perceber a relação dos seus pais com o educando e mesmo entre eles; os hábitos alimentares dos alunos, no que diz respeito ao número de refeições diárias e se a alimentação era a mais adequada; a vida escolar dos alunos, no que consiste ao número de reprovagens, hábitos de estudo e disciplinas com mais dificuldades; analisar o interesse da prática de atividade física extraescolar por parte dos alunos, para sabermos o nível de importância dada pelos alunos à prática da mesma; analisar os problemas de saúde dos alunos, para sabermos se tínhamos que adaptar a aula a alguns alunos e, por fim, as modalidades desportivas pelas quais os alunos tinham preferência e aquelas a que tinham mais dificuldades, para depreendermos qual o nível de desempenho motor médio da turma e permitir um melhor planeamento das aulas.

### *3.1.1. Amostra*

A população-alvo deste estudo foi a turma A do 8º ano de escolaridade da Escola Secundária de Paços de Ferreira no ano letivo de 2016/2017. A amostra é de 21 alunos em que, 5 são do género masculino e 16 do género feminino com idades compreendidas entre os 12 e 13.

### *3.1.2. Instrumentos*

Para a recolha de dados, foi aplicado um questionário de caracterização individual, sendo este dividido em 7 grupos de questões: Dados biográficos; constituição do agregado familiar; encarregado de educação; dados escolares; alimentação; saúde; dados desportivos e ocupação dos tempos livres.

Realizamos também um teste sociométrico, este é uma ferramenta de grande utilidade, que é usada no ensino para conhecer a natureza da turma enquanto grupo e as características individuais dos alunos, no que diz respeito a aspetos de relacionamento, integração, sociabilidade, entre outros. No entanto, não foi relevante neste estudo visto que não foi aplicado por falta de concordância dos pais. No entanto, com o passar das aulas foi-nos possível verificar o líder e os grupos formados na turma.

### *3.1.3. Procedimentos*

Inicialmente para dar início ao estudo foi realizado um questionário e depois aplicado na turma. O preenchimento dos questionários, por parte dos alunos, aconteceu na aula nº1 do ano letivo, na aula de apresentação. A referida aula decorreu no dia 13 de Setembro de 2016 às 11:55 horas. Após serem feitas as apresentações, foi solicitado aos alunos o preenchimento dos questionários, para tal foi feita uma breve explicação por parte do professor responsável pela disciplina sobre a importância e função.

Foram explicados os objetivos, qual a finalidade e foi solicitada a maior sinceridade e seriedade possível no seu preenchimento.

Após a recolha dos dados, os mesmos foram tratados no programa “Microsoft Office Excel 2007” sendo trabalhado em forma de tabelas.

### *3.1.4. Relatório e conclusão*

Com este estudo de turma realizado no 8ºA da Escola Secundária de Paços de Ferreira, foi-nos possível conhecer mais pormenorizadamente cada aluno da turma inclusive, detalhes sobre o seu agregado familiar, o modo como gerem a ocupação dos tempos livres e a frequência com que praticam atividades físicas, bem como o desporto da sua preferência, entre outros. Estas informações foram uma mais-valia no processo de ensino-aprendizagem, permitindo-nos um maior conhecimento das limitações existentes nos alunos e com isto, foi permitido traçar estratégias de intervenção eficazes na turma em questão.

Perante isto, as conclusões pedagógicas que retiramos e que ajudaram na intervenção junto da turma foram:

1. Em relação aos alunos em que a sua família era monoparental (apenas vive com a mãe) tivemos mais atenção ao seu comportamento e ao seu desempenho, considerando que o seu estado emocional poderia estar afetado devido à falta de uma presença paternal.
2. Tivemos que ter em conta o que fora dito numa reunião intercalar, em que a diretora de turma pediu atenção a uma aluna em que os pais estavam a passar pela situação de divórcio, pois a aluna podia descer o seu rendimento escolar.
3. Outro aspeto verificado nos resultados obtidos foi a alimentação, hoje em dia é sabida a importância de uma alimentação saudável, equilibrada e variada. Contudo, apesar destas advertências, alguns alunos fazem poucas refeições diárias, dois deles fazendo apenas três. Tornou-se, por isso, necessário apelar à importância de uma alimentação regrada e equilibrada, a fim de se adquirirem hábitos alimentares saudáveis.
4. Quanto aos problemas de saúde, a estratégia passou por termos uma atenção redobrada para com a aluna que tinha problemas de coluna, pois, em uma das aulas que exigiu mais esforço sentiu-se mal. Ao longo do ano letivo realizamos com a aluna exercícios posturais com objetivo de fortalecer a região lombar.
5. Para o 1º período as modalidades definidas para o 8º ano de escolaridade foram o Voleibol, Atletismo (Resistência) e Ginástica (que fora substituído por Basquetebol) e como tal, foram elaborados exercícios que estimulassem os alunos à prática das mesmas. Como era uma turma bem enquadrada na disciplina e com hábitos desportivos fizemos exercícios mais dinâmicos/ativos e bastante apelativos. Como a turma revelou-se eficiente e bastante competitiva nas modalidades abordamos bastantes exercícios de jogos condicionados para que houvesse uma boa adesão e bom empenho da turma.
6. Juntamos alunos de nível mais elevado com alunos que apresentavam mais dificuldades, criando assim grupos heterogéneos, para que houvesse cooperação e entreaajuda entre os elementos da turma.
7. Incentivamos os alunos à prática desportiva fora do contexto sala de aula, como desporto escolar, pois, através do estudo foi perceptível que alguns

alunos ocupam os seus tempos livres com algumas atividades sedentárias, como ver TV e estar no computador.

## Capítulo 4

### 4. Atividades na escola

#### 4.1. Desporto escolar

##### 4.1.1. Natação

No início do ano letivo o professor orientador sugeriu que nos enquadrássemos ao máximo na escola e que nos tentássemos envolver o mais possível em projetos da mesma. Depois de algumas conversas, foi sugerido que nos aliássemos ao professor Fernando Magalhães no desporto escolar de natação.

Assim sendo, depois de reunirmos com o professor responsável pelo desporto escolar de natação fiquei com o horário das terças-feiras das 14h20 às 15h05. Este desporto também tinha treino às segundas-feiras mas como havia aulas na UTAD não era possível comparecer.

Uma vez começando os treinos, deparamo-nos com dois grupos completamente distintos, uns ainda em aprendizagem e outros que realmente já sabiam nadar. Assim sendo, em concordância com o professor Fernando decidimos que cada um ficava responsável por um grupo, uma vez que estes tinham que ficar em piscinas diferentes tendo em conta as suas aptidões. Posto isto, ficamos responsáveis pelos alunos que já frequentavam a piscina grande.

A natação é uma modalidade que apreciamos e facilitou-nos imenso no planeamento dos treinos dos alunos. A experiência no desporto escolar foi um conhecimento a nível profissional, aprendi imenso com o professor responsável da modalidade, o convívio dos alunos, o empenho e todo o envolvimento foram fatores muito gratificantes ao redor do trabalho desenvolvido, tornando sem dúvida uma experiência fantástica.

Infelizmente a nível de competição não conseguimos acompanhá-los por motivos profissionais.

## **4.2. Atividades do departamento de educação física**

### *4.2.1. Corta-mato e Caminhada*

O corta-mato é uma prova de atletismo do programa do desporto escolar organizada pela direção geral da educação – divisão do desporto escolar, e pela direção-geral dos estabelecimentos escolares.

No último dia do 1º período letivo realizou-se o corta-mato no parque da cidade de Paços de Ferreira. Esta atividade é elaborada pelo departamento de educação física mas pertence ao desporto escolar, ou seja, depois nas provas regionais/nacionais tínhamos professores responsáveis para acompanhar os alunos.

Inicialmente, houve uma reunião de departamento onde estabelecemos o local da prova e as funções de cada docente, a data já é definitiva uma vez que todos os anos é realizada no último dia de aulas do 1º período letivo. Assim sendo, todos os docentes tinham como função a montagem do percurso com as fitas e depois cada um tinha a sua função individual. Tivemos como função, a chamada dos alunos, distribuição dos números para colocarem nas suas t-shirts, marcação de presenças/faltas e receção da autorização do encarregado

de educação para realizar a prova. No final da prova, tivemos também que distribuir o lanche aos alunos participantes e a chamada ao pódio dos alunos vencedores de cada escalão e género.

No final da prova de corta-mato foi organizada uma caminhada para que os alunos menos apreciadores de corrida pudessem participar em alguma atividade. Este percurso passou por se realizar pelo parque da cidade mas teve como término no estádio da mata real, onde se sentaram no relvado até criarem as iniciais da Escola Secundária de Paços de Ferreira. Nesta atividade teve que haver maior controlo por parte dos professores uma vez que eram muitos alunos e que íamos sair do parque.

Foi uma manhã muito cansativa mas as atividades foram muito gratificantes pelo seu ambiente descontraído entre professores/alunos, o convívio, o ânimo nos alunos em praticar desporto fez com que tudo fizesse sentido.

#### *4.2.2. Torneio de basquetebol 3x3*

O basquetebol é um desporto coletivo no qual competem duas equipas constituídas por cinco jogadores cada. O objetivo é acertar com a bola, fazendo com que ela entre dentro dos aros do cesto da equipa adversária.

O torneio de basquetebol foi organizado pelo departamento de educação física. Esta atividade realizou-se no primeiro período letivo no dia 18 de novembro pelas 14 horas, no pavilhão municipal de Paços de Ferreira. Os docentes do departamento encontraram-se na hora de almoço para preparação do torneio e distribuição de funções e montagem dos campos.

Este torneio foi realizado por escalões e por gêneros, e cada equipa tinha que ser constituída no mínimo por 3 alunos e no máximo 5. Este torneio foi Basquetebol 3x3 onde foram aplicadas a regra do basquetebol mas adaptado ao jogo 3x3 com algumas modificações:

1. O jogo teve lugar em meio-campo e o seu início foi realizado com a “bola ao ar” no círculo da área restritiva desse meio-campo.
2. A duração do jogo teve 10 minutos “corridos”, sem descontos de tempo.
3. A equipa que defende quando sofria um cesto tinha que repor a bola pela linha final só podendo atacar o cesto depois de ela ter saído da zona do

campo limitada pela linha de 6.25m ou para trás do prolongamento da linha de lance livre, se aquela não existir.

4. A equipa que defende quando ganhava o ressalto ou interceptava a bola dentro da área de 3 pontos tinha de fazer sair a bola dessa área antes de poder atacar o cesto.
5. Os cestos marcados atrás da linha de 3 metros foram considerados de 3 pontos.

Neste torneio tivemos como função a montagem e arrumação do material e, durante a atividade ficamos responsáveis pelo resultado dos jogos de um dos campos existentes. No final de cada jogo eram recolhidos todos os resultados de todos os campos e tive como função coloca-los na aplicação da escola, onde a mesma, definia o torneio, os adversários, as fases seguintes consoante os resultados que ia anotando.

Este torneio foi bastante benéfico no percurso do professor estagiário, a aplicação da escola fez com que este aprendesse o seu funcionamento e foi bastante útil nas suas aulas, realizando rapidamente torneios na turma.

#### *4.2.3. Torneio voleibol 4x4*

O Voleibol é um jogo desportivo coletivo, sendo praticado por duas equipas de seis elementos, separadas por uma rede.

O Voleibol foi uma das atividades do calendário do departamento de educação física. Esta atividade foi realizada no dia 4 de abril pelas 9 horas, no pavilhão municipal de Paços de Ferreira. Mais uma vez, todos os docentes se apresentaram mais cedo para a montagem dos campos.

Este torneio foi realizado por escalões e eram formados por equipas mistas, no máximo de 6 e mínimo de 4 em que tinham que ter pelo menos dois alunos de cada gênero. O torneio era de 4x4 e apenas havia um set sendo o vencedor a equipa que ganhasse o set por diferença de dois pontos. Esta atividade foi feita por fase de grupos e depois por eliminação, apenas na meia-final e na final tinha como regra ganhar a equipa que vencesse 3 sets.

Neste torneio tivemos como função a montagem e arrumação do material e no decorrer da atividade tivemos a responsabilidade de arbitrar e anotar a pontuação de cada equipa de dois campos diferentes. Depois de nos ser atribuída a função de arbitragem, esta exigiu que estudássemos mais sobre a modalidade para que não houvesse falhas no dia da atividade.

Este torneio foi bastante importante, enriquecendo-nos o conhecimento na modalidade e sendo mais um convívio descontraído entre alunos e professores. Este torneio foi sem dúvida o que mais nos despertou interesse, não só pelo estudo que exigiu mas pela competitividade e pelas aptidões existentes na maioria das equipas inscritas.

#### *4.2.4. Gala do desporto*

A gala do desporto é um evento característico da escola secundária de Paços de Ferreira. Nesta gala são convidados alguns grupos de dança/ginástica do concelho e juntamente com as turmas da escola realizam algumas exposições elaboradas por eles.

Nesta gala todo o departamento de educação física faz parte da organização, foi realizada uma reunião para distribuição de tarefas e para definir uma data.

Assim sendo, a gala do desporto foi realizada no dia 26 de Maio pelas 21h horas no pavilhão da escola secundária de Paços de Ferreira. Neste evento tivemos como função a coreografia da turma do 8ºA, a montagem/decoração do palco, ajuda na organização no dia da gala e ajuda no programa e ordem das exposições.

Quanto à coreografia da turma do 8ºA, durante algumas aulas de educação física realizamos os ensaios, depois de os alunos escolherem a música fizemos várias coreografias com demonstrações de alguns desportos com o intuito de mostrar a população o desporto no geral.

A gala foi um dos eventos mais trabalhosos mas também o que mais nos despertou interesse e enriqueceu o currículo profissional e pessoal. O evento correu muito bem, cumprindo com o programa e horário estipulado e foi muito

gratificante ver que todo o trabalho foi recompensado pelo sorriso/felicidade dos alunos ao terminarem as suas exposições com satisfação. A turma do 8ºA foi uma surpresa pois com poucos dias de treino tiveram uma brilhante exposição e foram bastante elogiados pela originalidade, deixando-nos completamente orgulhosos pelo esforço e trabalho que tivemos.

### **4.3. Ação de formação**

Um dos parâmetros de avaliação do estágio curricular foi a proposta de elaboração de uma ação de formação com um tema escolhido por mim desde que ligado ao desporto. A ação tinha como alvo os docentes da escola mas uma vez que o tema escolhido foi o polo aquático realizei este trabalho também para os alunos com objetivo de divulgar a modalidade e para ajudar a uma possível aquisição de novos praticantes deste desporto.

O polo aquático é um desporto coletivo praticado em piscina e disputado por duas equipas.

Assim sendo, a ação de formação realizou-se no dia 24 de Abril, pelas 14h30 nas piscinas municipais de Paços de Ferreira. Este trabalho foi dividido em duas partes: parte teórica e parte prática.

Na parte teórica, houve um convite ao Diogo Sousa, Treinador e jogador do CAP (Clube Aquático Pacense), para estar presente como palestrante para relatar as suas vivências na modalidade. A primeira parte desta ação foi realizada no bar das piscinas, este espaço foi fornecido pelo coordenador das piscinas. Inicialmente foi feita uma abordagem à modalidade, apresentado a sua história, as suas principais regras e no final o palestrante Diogo Sousa relatou algumas das suas vivências e o seu currículo desportivo na modalidade conforme o previsto. Terminado a apresentação, abriu-se a palestra a “questões” e depois das dúvidas esclarecidas passamos à prática.

Na prática apenas os alunos participaram, e os professores mantiveram-se sentados junto da piscina apreciando e ouvindo algumas informações sobre a modalidade. Foram utilizados apenas os alunos na prática para ser mais apelativo para estes e com a finalidade de conhecerem a modalidade e, quem

sabe criar o interesse de num futuro breve algum deles se tornar jogador. Inicialmente começamos por apresentar o equipamento utilizado pelos jogadores, as toucas e bolas, relembrando algumas informações dadas na primeira parte da ação de formação. Depois, começamos então com um aquecimento específico fora e de seguida, dentro de água. Quando os exercícios passaram para dentro de água, o professor estagiário manteve-se no seu interior para haver um maior controlo e o palestrante ficou de fora. Os alunos realizaram exercícios simples, alguns com auxílio do esparguete para os ajudar a ficar na posição vertical na água. Assim, estes realizaram passes para terem o primeiro contacto com a bola; remates para o cone e um mini jogo em campo reduzido.

Os exercícios correram muito bem, os alunos divertiram-se imenso e passaram uma tarde diferente. Na situação de jogo foram relembradas as regras tanto para os alunos como para professores e, esclarecendo todas as dúvidas que foram aparecendo. No final foi entregue um diploma de participação, que se encontra em anexo, aos alunos como forma de agradecimento por se terem inscrito na nossa ação e o palestrante Diogo Sousa aproveitou para fazer um convite aos alunos para realizarem um treino no clube.

A ação de formação correu muito bem cumprindo com tudo o que tinha sido planeado e foi muito gratificante poder expor uma modalidade a uma população que pouco tinha conhecimento sobre esta. No final os professores deram-nos bastantes feedbacks positivos e ainda ficaram com bastante curiosidade sobre a modalidade prolongando assim a conversa.



## Capítulo 5

## 5. Avaliação

A avaliação é uma tarefa indispensável no processo ensino-aprendizagem. Esta, deve ser um processo contínuo, sistemático, funcional e integral. No entanto esta só faz sentido se for devidamente avaliada.

Para HATDT (1988) a avaliação é inerente ao trabalho do professor, onde verificar, julgar e acompanhar o rendimento dos alunos, é que demonstram o resultado do ensino.

ALONSO (1992) refere que avaliar é atribuir um valor de acordo com critérios definidos para a interpretação de dados e compreender que o valor atribuído faz parte de um processo formativo e devem-se considerar os problemas técnicos intrínsecos as decisões avaliativas.

Dentro de avaliação é importante saber definir o ensinar/educar uma vez que se trata do processo que conduz à avaliação. A educação é concebida como experiência de vivência tendo em vista o desenvolvimento motor, cognitivo, objetivo e social do educando. Assim sendo, o educando é um ser ativo e dinâmico, que participa na construção do seu próprio conhecimento.

O ato de ensinar e aprender consiste na realização em mudanças e retenção de aquisições de comportamentos motores, cognitivos, afetivos e sociais, por sua vez, o ato de avaliar verifica se esses comportamentos foram atingidos e em que nível de aquisição. A avaliação é uma forma de ajudar o aluno a saber a que nível se encontra e que aspetos tem que melhorar para progredir na construção do seu conhecimento.

A avaliação não se deve restringir apenas a avaliação final, deve ser de carácter contínua e com intervenção efetiva do professor em todo o processo ensino-aprendizagem, para que esta seja justa para os alunos.

Assim sendo, os alunos foram avaliados em três domínios: psicomotor, sócio afetivo e cognitivo.

No início do ano letivo, foi apresentado ao departamento de educação física os parâmetros de avaliação com as considerações nos vários domínios, 60%

domínio psicomotor, 30% domínio sócio afetivo e 10% domínio cognitivo. Os alunos com atestado médico impeditivo da prática da Educação Física foram considerados 70% no domínio cognitivo e 30% no domínio sócio afetivo.

No que diz respeito ao **domínio psicomotor**, os alunos foram avaliados em três parâmetros:

1. Nível funcional alcançado relativamente às capacidades condicionais e coordenativas e à destreza motora.
2. Nível técnico-tático apresentado nas aulas no âmbito das várias atividades físicas e desportivas abordadas;
3. Evolução e o empenho/esforço revelados neste domínio.

Esta avaliação foi feita por observação direta do professor, utilizando uma tabela onde tinham os vários conteúdos a ser abordados por cada modalidade, e anotando se os alunos os executavam ou não executavam corretamente os que era pretendido, utilizando uma escala de 1 a 5.

Quanto ao **domínio cognitivo**, os alunos foram avaliados da seguinte forma:

1. Nível de conhecimentos no âmbito dos fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e desportivas.
2. Nível de conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção da aptidão física.
3. Capacidade de análise, de interpretação e de organização no âmbito das atividades físicas e desportivas.

Este domínio foi avaliado através de questionamento aos alunos durante as aulas, trabalhos e testes escritos/orais.

Por fim, no **domínio sócio afetivo** os alunos foram avaliados em três parâmetros:

1. Responsabilidade - se o aluno se fez acompanhar pelo material necessário para realizar a aula, pontualidade e se cumpriu as tarefas/prazos propostos.
2. Empenho - atenção, participação e a persistência.
3. Sociabilidade – respeito pelos colegas e cooperação com os mesmos.

A estratégia utilizada para avaliar este domínio foi através da observação direta.

Os critérios de avaliação e as suas respetivas percentagens foram apresentadas aos alunos na primeira aula para que todos soubessem e não se restringissem só ao domínio psicomotor.

A avaliação foi dividida em três setores para que houvesse uma avaliação inicial (avaliação diagnóstica), uma avaliação ao longo das aulas (avaliação formativa) e uma avaliação final (avaliação sumativa).

Assim sendo, será mencionado os métodos e estratégias de cada avaliação.

A **avaliação diagnóstica** tem como principal objetivo conhecer e avaliar o conhecimento/aptidão inicial dos alunos.

Segundo Pacheco (1994), a avaliação diagnóstica corresponde quer ao momento de avaliação inicial (início do ano letivo, trimestres, unidades letiva) quer ao momento de avaliação pontual, consistindo no levantamento de conhecimentos dos alunos considerados pré-requisitos, para abordar determinados conteúdos (...) Pela sua natureza, os dados assim recolhidos não devem nunca contar para a progressão dos alunos, mas apenas servir para o professor.

A avaliação diagnóstica deve ser apenas e só um dado para o professor usar como sua ferramenta para o planeamento, uma vez que, esta ajuda a identificar as dificuldades específicas dos alunos e o nível a que os alunos se encontram.

Assim sendo, no início de cada unidade didática foi realizado uma avaliação diagnóstica para avaliar o nível dos alunos, verificar se estavam aptos aos conteúdos da modalidade, ver os alunos que tinham mais dificuldades para posteriormente, adaptar o método de ensino e para realizar o planeamento de cada modalidade.

Quanto à **avaliação formativa** compreende os diversos caminhos da formação do aluno, bem como serve de espelho para a prática pedagógica do professor. Avaliar formativamente é entender que cada aluno tem características

diferentes e o seu próprio ritmo de aprendizagem, influenciando no conhecimento distinto entres eles. Esta avaliação propõe a um acompanhamento do desenvolvimento das aprendizagens do aluno, fazendo com as informações recolhidas direcionem à ação pedagógica, aproximando a relação entre professor e aluno.

Nesta avaliação, o professor é um agente fundamental pois tem como função a organização dos processos de planeamento e atribuição de feedbacks para que os alunos percebam os movimentos necessários para alcançar as aprendizagens. No entanto, não são os únicos essenciais neste processo de ensino-aprendizagem, os alunos para uma boa assimilação devem colaborar e interiorizar os feedbacks recebidos.

Assim sendo, ao longo de todas as aulas o professor emitiu o máximo de feedbacks possíveis para ajudar na evolução e motivação dos alunos, recolhendo os erros e dando as suas respetivas correções e também reconhecendo quando estes executavam corretamente.

A **avaliação sumativa** consiste num balanço do que o aluno aprendeu ao longo do ano letivo.

De Ketele (1986), entende a avaliação sumativa como aquela que ocorre depois de uma sequência mais ou menos longa de aprendizagem, com o objetivo de fazer um balanço e tendo em vista a decisão de sanção ou de certificação: o aluno pode ou não passar para o ano ou secção seguinte.

Esta avaliação tem como objetivo avaliar todo o processo de ensino-aprendizagem, verificando a evolução do aluno e analisando os resultados atingidos tendo em conta o objetivo pretendido.

Nesta avaliação foram adotados testes teóricos para avaliar o conhecimento dos alunos face cada modalidade abordada e nas duas últimas de aula de cada unidade didática foi realizado avaliação prática. Como já referido anteriormente a avaliação é um processo contínuo como tal as exibições dos alunos nas avaliações nem sempre definiram as suas notas, uma vez que alguns não souberam controlar o nervosismo da avaliação e tendo se refletindo nas suas ações. De forma a não prejudicar os alunos houve uma avaliação de aula a

aula (avaliação formativa) e esta avaliação serviu para esclarecer algumas dúvidas de alguns alunos, nunca com intenção de os prejudicar.

No final de cada período os alunos realizaram sempre autoavaliação e no final desta o professor orientador deu total liberdade para o professor estagiário fazer a atribuição das notas. Após uma reflexão ponderada e a atribuição de notas, ambos reuniram para uma supervisão e para opinar/defender a atribuição das mesmas. Assim sendo, após um consenso as notas foram lançadas em reunião de professores da turma.

O processo de atribuição de notas foi de facto uma tarefa muito difícil para o encargo do autor do presente documento, pois, sentiu dificuldades em atribuir o mesmo nível a alguns alunos achando que a escala de 1 a 5 um pouco ingrata e até injusta para diferenciar os alunos.



## Capítulo 6

## **6. Dificuldades sentidas, resoluções e futuro pedagógico**

O estágio pedagógico foi o primeiro contacto com a realidade no mundo escolar do autor deste relatório. Ao longo do ano letivo foram apresentadas algumas dificuldades mas facilmente foram arrançadas soluções para a melhoria da sua performance aula após aula.

Ainda antes do início das aulas, o professor estagiário sempre mencionou que o seu maior desafio seria manter o respeito dos alunos por este ser de baixa estatura e aparentar ser novo de idade. Ao contrário do esperado, rapidamente esse receio desapareceu uma vez que os alunos sempre mostraram muito interesse nas suas aulas, respeitando-o e até ganhando carinho pelo mesmo.

Com o início do estágio, a sua maior dificuldade foi o planeamento das aulas, uma vez que nunca tinha lecionado aulas de quarenta e cinco a noventa minutos. O tempo previsto para cada exercício e a quantidade de exercícios foi uma tarefa arduamente complexa no início do estágio mas com ajuda do professor orientador a tarefa rapidamente tornou-se fácil. No meio desta dificuldade a única coisa que tranquilizava o autor, era já ter experiência na área do treino sabendo que na prática facilmente conseguia adaptar a aula.

Outra dificuldade sentida foi na abordagem de algumas modalidades com menos conhecimento, fazendo com que exigisse um maior estudo para combater esses obstáculos. O facto de o autor não se sentir confiante em algumas modalidades por falta de conhecimento em alguns gestos técnicos de algumas modalidades condicionou algumas aulas, pois não conseguiu dar os feedbacks necessários aos alunos. Assim sendo, está dificuldade foi um alerta para futuramente este antes de começar a lecionar uma unidade didática realizar sempre um breve estudo às regras, às execuções e critérios de êxito dos conteúdos abordados.

O ano de estágio foi uma mais-valia no processo de aprendizagem quer a nível pessoal e profissional do professor estagiário, levando bastante experiências para um possível futuro no ensino. As estratégias utilizadas para controlar a

turma, os exercícios com êxito na captação e evolução dos alunos, os erros cometidos, os métodos de ensino, todas as superações, foram e serão uma ferramenta importante para o autor levar do estágio para um futuro próximo, sem nunca esquecer que a aprendizagem é um processo contínuo e deve haver sempre um estudo constante.

## Conclusão

No final do estágio curricular proposto pela Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, o autor do relatório conclui que ser professor é uma tarefa árdua que exige um vasto conhecimento e conseqüentemente uma procura em saber-se sempre mais.

Este estágio teve como objetivo preparar futuros professores numa situação real, onde permitiu que estes colocassem em prática todos os conhecimentos adquiridos anteriormente.

Ser professor foi de facto das experiências mais difíceis e ao mesmo tempo enriquecedoras que o professor responsável por este relatório passou. Percebendo que ser professor não passa só por dar aulas, mas também pela relação aluno-professor; a compreensão das diferenças de cada aluno, a competência de compreender que cada aluno tem capacidades e níveis de aquisição de conhecimento distintos, o educar a turma, o perceber o problema de cada aluno e os seus comportamentos foi o que mais despertou interesse neste docente.

Com o final do ano letivo o autor do presente relatório concluiu que conseguiu atingir com os objetivos apontados pela universidade sentindo-se realizado e satisfeito com todo o trabalho elaborado sentindo-se mais preparado que ontem para o futuro mas sempre consciente que a aprendizagem será contínua e que um bom professor é sempre um bom aprendiz.

## Referências

ALVES, Andreia (2013). “A supervisão pedagógica e a reflexividade docente.” Obtido de: <https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/2595/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20Andreia%20Alves.pdf>. Consultado em dezembro de 2016.

ANDRADE GALLIANO DAROS & MACHADO PRADO (2015). “*Feedback no processo de avaliação da aprendizagem no ensino superior*”. Obtido de: [http://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2015/17456\\_9283.pdf](http://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2015/17456_9283.pdf). Consultado em novembro de 2016.

ARANHA, A. (2004). “*Organização, planeamento e avaliação em Educação Física*”. Série Didática – Ciências sociais e humanas; 47. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. Consultado em setembro de 2016.

ARANHA, A. (2005). “*Pedagogia da Educação Física e do Desporto I*”. Série Didática – Ciências sociais e humanas; 53. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. Consultado em setembro de 2016.

ARANHA, A. (2007). “*Observação de aulas de Educação Física*”. Série Didática – Ciências aplicadas; 334. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. Consultado em setembro de 2016.

CARNEIRO, Alexandra (2014). “*Partilhas e aprendizagens através da observação de aulas em parceria relato de uma experiência*.” Obtido de: <http://www.fep.porto.ucp.pt/sites/default/files/files/FEP/SAME/4AOE/POTAixUCP.pdf>. Consultado em outubro de 2017.

CASIMIRO DA SILVA COSTA, Henriqueta (2009). “*O supervisor e o desenvolvimento de uma prática pedagógica partilhada*.” Obtido de: <https://repositorioaberto.uab.pt/bitstream/10400.2/1454/1/O%20supervisor%20e%20o%20desenvolvimento%20de%20uma%20pr%C3%A1tica%20pedag%C3%B3gica%20p.pdf>. Consultado em setembro de 2017.

DIREÇÃO-GERAL DA EDUCAÇÃO (2001). “*Programa de Educação Física do Ensino Básico do 3º ciclo*”. Obtido de: [http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ficheiros/eb\\_ef\\_programa\\_3c.pdf](http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ficheiros/eb_ef_programa_3c.pdf). Consultado em setembro de 2016.

GIOVAVANA DOS SANTOS & MELLO (2008). “*Contribuição da avaliação no processo de ensino-aprendizagem: opinião de alunos e professores de educação física*”. Obtido de: <http://www.motricidade.com/index.php/repositorio-aberto/40-docencia/1190-contribuicao-da-avaliacao-no-processo-ensino-aprendizagem-opiniao-de-alunos-e-professores-de-educacao-fisica>. Consultado em dezembro de 2016.

MARCELO GARCÍAS, Carlos (2009). “*Desenvolvimento profissional docente: passado e futuro.*” Obtido de: <https://idus.us.es/xmlui/handle/11441/29247>. Consultado em setembro de 2017.

NUNES, VÍTOR MANUEL DE SOUSA (2017). “*Reflexão sobre a prática pedagógica, processo de ação e transformação, na experiência profissional.*” Obtido de: <http://repositorio.utad.pt/handle/10348/7490>. Consultado em junho de 2017.