

Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

2º CICLO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada



Mestrando: José Miguel Capela Gonçalves da Silva

Orientador: Professor Doutor Luís Vaz

Vila Real, 2019

Relatório elaborado com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, na Universidade de Trás os Montes e Alto Douro, em conformidade com o Artigo 20.º, alínea b) do Decreto-Lei n.º 79/2014 de 14 de maio, sob a orientação do Professor Doutor Luís Vaz.

Agradecimentos

Após um sonho realizado, resta-me a agradecer a todos os que tornaram este sonho possível. Agradeço à minha família, principalmente ao meu pai e à minha mãe porque sempre me acompanharam ao longo destes anos. Por todos os esforços que fizeram não só a nível económico, mas também por terem-me ensinado a desfrutar o máximo possível do meu percurso académico.

Agradeço aos meus tios por também nunca terem duvidado de mim e se mostraram sempre disponíveis para me apoiar ao longo destes anos.

Muito obrigado à minha namorada, a Tatiana, por me ter ensinado a nunca desistir e fazer das dificuldades aprendizagens e dar-me muita coragem para continuar no caminho certo e ultrapassar todos os obstáculos que me iam surgindo ao longo destes anos.

Aos meus amigos mais próximos por também me apoiarem e por me ancorarem em momentos de aflição e fraqueza. Agradeço-lhes toda a amizade, por terem sido sempre verdadeiros comigo, a lealdade e o apoio que sempre me transmitiram.

Ao professor José Pires, pela sua presença e ajuda prestada ao longo do estágio. O professor permitiu que os estagiários evoluíssem e crescessem com os seus erros, dando sempre os seus conselhos e conhecimentos, mostrando sempre o caminho mais indicado.

Ao professor orientador Luís Vaz, por ser um bom professor que nunca nos disse não, estando sempre disponível para nos ajudar e apoiar ao longo destes anos.

Aos meus colegas de estágio, Rui Pereira e Ângela Marinho, pela disponibilidade, carinho e apoio. Foi um ano de muita partilha, aprendizagem e entajuda que jamais irei esquecer. Consegui construir uma boa amizade com eles.

Agradeço a todos os que não foram aqui nomeados mas que de certa forma também contribuíram e participaram no meu caminho, tanto pessoal como profissional e

que permitiram ainda mais a minha evolução.

Agradeço ainda à Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro e à cidade que me acolheu há 5 anos e que me deu acesso a tantas experiências que nunca mais serão vividas, mas que para sempre serão lembradas.

Índice

Agradecimentos	3
Resumo	7
Introdução	9
Enquadramento pessoal	10
1 - CONTEXTO	12
1.1 A Escola	13
1.2 O Departamento de Educação Física	15
1.3 A turma.....	16
1.4 Estudo de turma.....	17
2 – ESTÁGIO PEDAGÓGICO	19
2.1 Planeamento	20
2.2 Unidades Didáticas.....	22
2.3 Planos de aula.....	25
2.4 Balanços de aula.....	27
2.5 Avaliação.....	28
2.6 Prática Pedagógica Supervisionada.....	30
2.7 Técnicas de Intervenção Pedagógica.....	33
2.8 Estilos de ensino.....	36
2.9 Práticas Pedagógicas Supervisionadas	37
3 – ATIVIDADES ORGANIZADAS PELO NÚCLEO DE ESTÁGIO.....	38
3.1 Palestra sobre o Programa de Educação para a Saúde	39
3.2 Caça ao Tesouro	41

3.3 Desporto Escolar	43
3.4 Torneio de Basquetebol 3x3.....	44
3.5 Taça Morgado	45
4. REFLEXÃO FINAL DE ESTÁGIO – CONCLUSÃO	46
4.1 Reflexões finais de estágio.....	47
5. Referências bibliográficas.....	49
6 - ANEXOS	50

Resumo

O presente documento visa fazer referência ao estágio que se realizou no ano letivo 2017/2018 na Escola Secundária Morgado Mateus, com o objetivo de incluir de forma minuciosa todo o trabalho que foi desenvolvido como estagiário de Educação Física.

O mencionado relatório de estágio para além de apresentar toda a atividade desenvolvida pelo docente ao longo do ano letivo, também tem como objetivo a reflexão crítica sobre toda a experiência pedagógica e pessoal em todo o contexto escolar. A prática do ensino supervisionado sem dúvida que foi um grande período de experiência, onde o professor estagiário tem a oportunidade de colocar em prática todo o seu conhecimento adquirido na sua formação base. A presença, a colaboração e a orientação do professor José Pires foi essencial para todo o meu processo de evolução, uma vez que desde logo me atribuiu durante todo o ano letivo uma turma do ensino secundário que estava sobre a minha responsabilidade.

Desta forma, numa primeira fase será realizada uma pequena introdução, seguida por uma exposição da minha experiência pessoal. Numa segunda fase, serão referidos o contexto e o local de estágio, que inclui a caracterização da escola, todos os recursos que a mesma dispõe e o departamento de Educação Física. Numa terceira fase, será abordada a prática profissional, incluindo todo o processo da parte prática. Ainda serão abordadas todas as atividades em que participei e auxiliei ao longo de todo o ano escolar.

Por fim, será realizada uma reflexão crítica sobre todo o trabalho desenvolvido e a experiência e aprendizagem que consegui retirar ao longo de todo este processo.

Palavras-chave: Estágio profissional; educação física; ensino supervisionado; ensino-aprendizagem.

Abstract

This document intends to make reference to the internship that takes place in the 2017/2018 school year at Morgado Mateus Secondary School, in order to include in detail all the work that has developed as a trainee of physical education.

The latest report, in addition to all the research developed by the teacher during the school year, also has a critical analysis of the whole pedagogical and personal experience in the whole school context. The practice of supervised teaching was undoubtedly a great period of experience, where the trainee teacher has an opportunity to obtain all the knowledge acquired in its training base. The presence, collaboration and guidance of Professor José Pires was essential for the whole process of evolution, since he assigned me all the way through the entire academic year to high school that was on my responsibility.

In this way, the first phase is a recent introduction, followed by an exposition of my personal experience. The second phase was developed in the context and place of internship, which includes a characterization of the school, all resources in the same way and the department of physical education. A third phase would be approached as a professional practice, including the whole and the process of the practical part. In the last point, all the activities that participated and helped throughout the school year were discussed.

Finally, a critical analysis will be carried out on all the work developed and an experience and learning that will be possible throughout the whole process.

Keywords: Professional internship; PE; supervised teaching; teaching-learning.

Introdução

Este estágio pedagógico integra o segundo ano de Mestrado em Ensino da Educação Física nos ensinos Básico e Secundário da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. O mencionado estágio pedagógico foi realizado no ano letivo 2017/2018 no agrupamento de escolas Morgado Mateus no distrito de Vila Real. Tendo como orientador da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, o Professor Doutor Luís Vaz, como supervisor de estágio o professor José Pires e, os colegas de núcleo de estágio a Ângela Marinho e o Rui Pereira.

A formação inicial visa que o estagiário vivencie o ensino teórico-prático e este momento só chega quando os estagiários realizam o seu estágio curricular supervisionado. Segundo Tardif (2002), a formação inicial visa habituar os futuros professores à prática profissional e fazer deles práticos reflexivos. É preciso salientar que a prática de ensino sobre a forma de estágio curricular supervisionado não é um mero espaço de aplicação de conhecimentos previamente aprendidos, mas sobretudo um espaço essencialmente de aprendizagem (Wielewicki, 2010).

Este estágio pedagógico foi muito enriquecedor em toda a minha formação académica porque é nesta fase que o professor finalmente entra em contexto real e que percebe que o conhecimento prático vai muito além de toda a teoria.

Assim, todas as informações referentes ao estágio estarão organizadas e expostas ao longo de todo o documento. O documento estará dividido em 4 grandes partes: a primeira parte corresponde ao contexto; a segunda parte ao estágio pedagógica; a terceira parte às atividades desenvolvidas ao longo do ano e a última expõe reflexões finais.

Enquadramento pessoal

Desde criança sempre tive o gosto da prática do desporto, uma vez que sempre pratiquei as modalidades de futebol e futsal. À medida que ia crescendo, verifiquei que a minha paixão pelo desporto veio a aumentar cada vez mais, logo aquando da grande escolha da minha vida que foi escolher o curso de ingresso para a universidade, a minha decisão foi muito fácil, ou seja, já sabia que queria um curso relacionado com a prática do desporto. Lembro-me como se fosse hoje o primeiro dia que me apresentei às aulas do curso de Ciências do Desporto da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. Na altura quando iniciei esta aventura tinha a certeza absoluta que este era o caminho a percorrer, contudo estava consciente que não iria ser um processo fácil. Ao longo dos três anos de licenciatura, deparei-me com muitas aprendizagens, mas também com algumas dificuldades, mas sempre com uma força enorme de querer fazer mais e melhor.

Após estes três anos de licenciatura percebi o quanto passaram a “correr” porque dei comigo no mestrado que tanto desejava, o mestrado em ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. E nesta fase percebi que mais uma vez se avizinhava um novo desafio carregado de experiências, mas também de dúvidas e receios. Porque voltava a uma escola não como aluno, mas sim como professor.

Logo no início estava cheio de medo e receio, contudo quis sempre dar o melhor de mim e aproveitar ao máximo o estágio porque estava ciente que nunca mais iria ter acesso a uma oportunidade destas.

Ao longo deste processo, quis sempre alcançar uma relação aluno-professor assentado num bom clima durante todo o processo de ensino-aprendizagem porque queria muito poder acrescentar aspetos positivos aos meus alunos. Gostava que vissem a disciplina de Educação Física não como algo facultativo, mas como uma disciplina em que podiam aprender e divertir-se. Tinha perfeita noção que não iria ser um processo fácil

porque iria exigir de mim muito trabalho e dedicação, mas que no final iria ser recompensado. Apesar de não saber com aquilo que me ia deparar ou os alunos que me iam calhar, uma certeza tinha eu, iria dar tudo de mim com competência e responsabilidade para alcançar não só um desejo pessoal, mas também demonstrar respeito pelos meus alunos.

1 - CONTEXTO

1.1 A Escola

Agrupamento de Escolas Morgado Mateus

O agrupamento de Escolas Morgado Mateus foi criado no ano letivo 2012/2013, resultado de uma agregação entre a escola secundária Morgado Mateus e o Agrupamento de Escolas Monsenhor Jerónimo do Amaral. É constituído por quatro jardins de infância, cinco escolas básicas e pela escola secundária Morgado Mateus (escola-sede). Está situado no concelho de Vila Real.

A educação e o ensino são assegurados por 270 docentes e 59 assistentes operacionais. Na altura do estágio frequentavam a escola cerca de 1797 alunos.

A escolha recaiu sobre este local de estágio porque no meu primeiro ano de mestrado decidi obter informações através de colegas mais velhos sobre o que achavam acerca dos locais de estágio. Assim, as informações que obtive acerca do agrupamento de Escolas Morgado Mateus foram muito positivas não só em relação aos orientadores, mas também relativamente à organização do próprio estágio e a aprendizagem que eu iria ter acesso.

Após ter a confirmação e a indicação que efetivamente o meu estágio iria realizar-se no mencionado agrupamento, decidi aprofundar o meu conhecimento em relação ao estabelecimento de ensino, de modo a ocorrer uma compreensão mais profunda relativamente aos recursos disponíveis, conhecer o grupo de docentes e as atividades que estes realizam ao longo de todo o ano letivo.

Assim, considero que o estágio profissional é uma etapa em que se pretende dotar e capacitar o futuro professor de Educação Física de ferramentas que o auxiliem a desenvolver uma competência baseada na experiência refletida e com significado” (Batista & Queirós, 2015).

Relativamente às instalações do estabelecimento de ensino, estas também pesaram

na escolha da escola, uma vez que contém um pavilhão com excelentes condições, onde é possível realizar 3 aulas em simultâneo. Inclui 2 campos exteriores, uma arrecadação para guardar todo o material, em que a escola tem o cuidado de manter este material em boas condições e em constante renovação. A escola tem todos os materiais necessários para realizar qualquer modalidade desportiva incluída no programa de Educação Física (exceto as modalidades em meio aquático). Assim, os alunos tinham oportunidade de praticar modalidades desportivas como Basquetebol, Voleibol, Badminton, Atletismo, Andebol, Futsal, Corfebol, Râguebi, entre outros.

1.2 O Departamento de Educação Física

O departamento de Educação Física do agrupamento de Escolas Morgado Mateus demonstrou cumprir todas as orientações e objetivos segundo os Programas Nacionais de Educação Física (PNEF), respeitando as características inerentes às propostas curriculares, garantindo um conjunto de conhecimentos, capacidades e atitudes necessárias a uma cidadania responsável, ativa e saudável.

No que diz respeito aos níveis introdutório, elementar e avançado das modalidades, o departamento, possui documentos próprios onde constam os objetivos e metas a cumprir em cada ano de escolaridade. Inclui ainda a devida planificação das unidades didáticas, um programa anual de modalidades, os critérios de avaliação da Educação Física e por último um documento denominado de *roulement* onde especificava o espaço e a modalidade a ser respeitado por cada docente durante o ano letivo.

Relativamente à orientação do professor José Pires, posso mencionar que este recebeu de “braços abertos” os seus estagiários, mostrando sempre disponibilidade para nos ajudar quer no esclarecimento de dúvidas, aperfeiçoamento da prática e contribuiu para a nossa evolução enquanto futuros professores de Educação Física. Ao longo do estágio o professor José Pires deu sempre autonomia aos seus estagiários, pedindo sempre a nossa opinião relativamente à prática e como aperfeiçoarmos o nosso plano de aula, pondo-nos sempre a par das tarefas que eram necessárias realizar ao longo do ano letivo. Quanto aos restantes professores de Educação Física senti-me muito satisfeito quanto à forma como nos receberam, estando disponíveis para nos ajudar sempre que necessário.

1.3 A turma

Na primeira reunião do nosso local de estágio, o professor José Pires colocou os estagiários à vontade relativamente à escolha da turma. Desta forma, após a atribuição das turmas e a discussão e o acordo entre os estagiários, a turma 11ºA ficou sobre a minha orientação, sendo uma turma pertencente ao ensino científico-tecnológico.

A turma 11º A numa primeira fase era composta por 29 alunos, sendo que ao longo do ano letivo a turma teve algumas transferências, perfazendo um total de 26 alunos. Desses 26 alunos, 17 eram do sexo feminino e 9 do sexo masculino, a média de idades da turma era de 16 anos. Sendo importante referir que nenhum dos meus alunos estava ao abrigo das Necessidade Educativas Especiais (NEE).

No início do estágio senti que a atuação do professor de Educação Física é difícil porque, para que o processo de ensino fosse bem conseguido era crucial planificar antes as aulas e também que o professor conhecesse as características, capacidades e motivações dos alunos. Durante as aulas optei por postura profissional e correta, pensando sempre nas motivações e expectativas dos alunos, ajustando sempre os exercícios consoante as suas capacidades e necessidades. Todo o processo de controlo da turma e das aulas foi gradual que teve momentos positivos e outros negativos, contudo em geral consegui sempre adequar os objetivos de aprendizagem, concretizando-os sempre nas aulas.

1.4 Estudo de turma

O estudo de turma foi um instrumento que contribuiu para o aperfeiçoamento do conhecimento sobre a turma e também permitiu a caracterização da turma. O estudo de turma foi realizado até ao final Outubro e os alunos não revelaram nenhuma dificuldade na sua realização, uma vez que já tinham transitado do 10º ano, o que significa que enquanto turma já tinham uma relação criada. A planificação permite “introdução de novos dados ou da melhoria dos já existentes, mas sim de dinâmicas que o geram e que só podem ser objetivas (com uma intencionalidade de atingir um objetivo específico e devidamente identificado) e eficientes se todo o processo pedagógico decorrer de uma forma estruturada e coerente” (Almada, Fernando, Lopes, Vicente, & Vitória, 2008).

Após a recolha das informações sobre os alunos através do instrumento deu-se início à análise dos resultados. Esta análise permite verificar as condicionantes que afetam o rendimento dos alunos e permite a adoção de estratégias que vão ao encontro dos problemas verificados (Aranha, 2004). Estes resultados surgiram de dois questionários entregues, um de carácter sociométrico e outro com uma caracterização mais biográfica. O teste sociométrico continha questões relacionadas com: companhia nos intervalos; colegas para trabalhos, companhia para estudar, companhia para equipas de Educação Física. A caracterização biográfica incluía questões, sobre a idade, género, local de residência, a prática de exercício físico e a presença ou não de problemas de saúde. Após esta análise foi possível realizar organização e planeamento dos exercícios de acordo com os resultados obtidos, enquadrando com as características da turma. Desta forma respeitando as características da turma, decidi formar grupos homogéneos porque considerei que fosse o mais indicado para a evolução e a aprendizagem dos alunos.

Através do estudo de turma, verifiquei que dos 26 alunos, 14 não praticam nenhum tipo de atividade física extracurricular e os restantes 12 alunos praticam algum desporto,

sendo que 10 praticam esporadicamente por lazer e 2 praticam a modalidade de basquetebol e ginástica. Segundo os resultados obtidos, o facto de haver mais de metade da turma a não praticar exercício físico regularmente acaba por ser um mau indicador para o rendimento dos alunos nas aulas de educação física.

Em modo conclusão, o estudo de turma permitiu o melhor conhecimento da turma e de todos os fenómenos de ensino-aprendizagem que se processam na mesma. Toda a informação recolhida e tratada deverá ser utilizada para otimizar a formação de grupos de trabalho de forma a promover a qualidade de ensino e consequentemente a qualidade das aprendizagens dos alunos.

2 – ESTÁGIO PEDAGÓGICO

2.1 Planeamento

O planeamento feito pelo professor para as suas aulas e para o ano letivo é importante para o desenvolvimento objetivo do processo educacional. Quando falamos de planeamento temos que estar cientes que é uma meta a ser alcançada daquilo que pretendemos realizar no futuro, para isso o planeamento deve abranger todos os fatores que influenciam o processo de ensino-aprendizagem, como por exemplo: condicionantes de espaço com determinadas modalidades, atividades extracurriculares, ocupação do pavilhão, desporto escolar, público alvo, metodologia a ser aplicada e recursos didáticos. O planeamento deve ser feito com antecedência, uma vez que o professor deve planejar bem a estrutura do seu ano letivo logo no início da lecionação. No planeamento deve constar a organização das atividades, através das unidades de ensino, a organização das aulas de cada atividade física ou modalidade desportiva, às quais correspondem a um programa específico, ao qual denominamos de unidades didáticas. O planeamento é fundamental para produzirmos uma aula com qualidade. É preciso compromisso, responsabilidade e competência para a prática na atividade educacional (Bossle, 2002).

No meu estágio foi visível que a modalidade a lecionar está dependente do planeamento do professor, mas também das modalidades a serem lecionadas pelos restantes docentes. O *roulement* do pavilhão da escola também permite que os docentes de Educação Física se organizem entre si, uma vez que neste documento está explícito o dia, a hora, o espaço e a modalidade que cada um vai abordar.

No primeiro período fiquei responsável por lecionar Corfebol e Basquetebol, contudo o professor orientador alterou este programa devido às condições climáticas, passando o Corfebol para o terceiro período e o Atletismo para o primeiro período. No segundo período fiquei de lecionar Futsal e Voleibol, e por último, no terceiro período fiquei de lecionar Corfebol e as modalidades opcionais. É importante referir que estas

modalidades opcionais foram discutidas com o professor orientador no início do ano letivo. Ficou definido que no final do segundo período iria ficar esclarecido as modalidades opcionais a abordar no terceiro período, tendo sido lecionadas as seguintes modalidades: Goalball, Voleibol Sentado, Badminton, Atividades em Ginásios, Aula de Step. Para além destas modalidades curriculares, já se tinha acesso às datas de algumas atividades extracurriculares a desenvolver ao longo do ano letivo como: o basquetebol 3x3 com início em Outubro, desporto escolar todas as quartas feiras, a taça morgado com início no dia 16 de Maio e por último o caça ao tesouro no dia 25 de Maio.

Tabela 1 – Organização das modalidades ao longo do ano letivo.

1º Período	2º Período	3º Período
1º - Atletismo 2º - Basquetebol	3º - Futsal 5º - Voleibol	6º - Corfebol 7º - Opcional

2.2 Unidades Didáticas

O planejamento das unidades didáticas serve de guia para todo o processo ensino-aprendizagem, uma vez que estrutura o espaço, o tempo e todos os conteúdos a abordar de cada modalidade.

Segundo Aranha (2008), a unidade didática deve ser avaliada através de 7 parâmetros:

1º Parâmetro – Objetivos/Conteúdos: os objetivos e conteúdos a abordar são pertinentes, adequando ao nível de ensino e estão corretamente explicitados e fundamentados;

2º Parâmetro – Avaliação Diagnóstica: prevê uma Avaliação Diagnóstica, apresentando o respectivo sistema de avaliação e ficha de registo, devidamente explicitado o seu conteúdo e regras de registo;

3º Parâmetro – Decisões de Ajustamento: as Unidades Didáticas são aplicadas e ajustadas através de decisões de ensino pedagógica e didaticamente corretas, em função da especificidade da escola e da(s) turma(s), e, ainda, das condições que a realidade de ensino oferece, verificados após a Avaliação Diagnóstica;

4º Parâmetro – Sequência e Continuidade: as atividades previstas na Unidade Didática formam uma unidade quanto aos processos e condições de progressão para os objetivos, seguindo uma lógica de abordagem das matérias, que não se orienta unicamente para a realização dos objetivos, mas visam promover o aperfeiçoamento e a consolidação do que foi abordado anteriormente, bem como o aperfeiçoamento das prestações dos alunos;

5º Parâmetro – Avaliação Contínua e Formativa: apresenta os respectivos sistemas de avaliação e fichas de registo devidamente explicitados no seu conteúdo e nas suas regras de registo, de modo a poder recolher informações sobre o nível de capacidades e comportamentos dos alunos. Prevê a utilização dessas informações para alterar/ajustar os objetivos pedagógicos e as estratégias de ensino-aprendizagem, de modo a promover a

melhoria das capacidades e comportamentos dos alunos, recorrendo a meios adequados (fichas de avaliação, balanços de fim da aula, conversas individuais, etc.);

6ª Parâmetro – Análise Crítica e Reflexão Sobre os Resultados (Balanço Final): realiza um balanço da Unidade Didática lecionada, analisando os resultados alcançados através da identificação de causas de (in)sucesso, que podem incluir as decisões/opções inicialmente tomadas – estratégias, metodologias, etc. – bem como os acontecimentos imprevistos, mas detetados no decorrer da atividade;

7º Parâmetro – Aperfeiçoamento e Sugestões: com base no balanço apresentado anteriormente, são apresentadas propostas de manutenção e/ou modificações de decisões/opções e/ou da estrutura da Unidade Didática (objetivos, conteúdos, estratégias de abordagem, etc.), visando a melhoria dos processos e/ou da utilização dos recursos com vista à sua eficácia.

As unidades didáticas permitem a organização didática e a definição de modos de atuação, devem ser práticas e úteis, definir com clareza objetivos a alcançar e aprendizagens a realizar e devem ser coerentes com os princípios educativos e as características programáticas. Assim sendo, ao longo do ano letivo realizei um total de 6 unidades didáticas, cada duas correspondentes a cada período do ano letivo. No entanto das 6 modalidades, uma delas causou-me mais dificuldade, que foi a primeira a ser realizada, referente à modalidade de Atletismo, não só por ser a primeira que iria realizar, mas também onde iriam ser abordadas 3 modalidades (Corrida com barreiras, Lançamento do dardo e Salto em altura) onde tem critérios muito específicos e rigorosos, e normalmente os alunos têm muitas dificuldades. Contudo, nesta fase o professor orientador assumiu um papel fundamental na minha aprendizagem indicando-me sempre os passos mais indicados para a minha correta leção.

No segundo período a lecionação ficou sobre a minha responsabilidade e de um modo geral tudo o que foi planeado foi respeitado e cumprido, uma vez que consegui que os alunos atingissem os objetivos propostos na unidade didática.

Em modo de conclusão, todas as unidades didáticas foram cumpridas e se por algum motivo não fosse possível cumprir devido a atividades escolares, jogos de desporto escolar no pavilhão ou a fatores excepcionais, nestes casos sofriam uma reformulação (adenda).

2.3 Planos de aula

O plano de aula é um documento utilizado pelo professor nas aulas de educação física que permite um planeamento pormenorizado dos conteúdos a serem lecionados. Este instrumento para além de ajudar o professor a lecionar a aula, permitirá a rentabilização do tempo e deverá ser um documento que utilize uma linguagem simples e clara para que sempre o professor necessite de o consultar consiga ter uma leitura fácil e objetiva.

Segundo Aranha (2008), a elaboração de um plano de aula devia englobar os seguintes parâmetros:

1º Parâmetro – Coerência com a Unidade Didática: os objetivos e os processos (tarefas, estilos, métodos, estratégias, etc.) estão especificados corretamente e concordantes com os definidos na Unidade Didática;

2º Parâmetro – Unidade de Aula/Globalidade do Plano: o plano de aula tem uma estrutura global correta, metodológica e pedagógica apresentando opções de organização e de utilização de recursos que garantam um encadeamento ótimo entre as várias fases e situações da aula;

3º Parâmetro – Estratégias de Atuação: o plano prevê estratégias de atuação do professor que garantam um perfeito controlo dos comportamentos dos alunos (segurança, aprendizagem, disciplina, incentivo, feedback, etc.)

4º Parâmetro – Especificação e Clareza: o plano está explicitado de modo claro, objetivo e coerente de forma tão pormenorizada, quer nos aspetos organizativos, quer na condução e sequência das tarefas, que constitui um guia para a ação do professor, antecipando ou indicando as opções a tomar na condução da atividade dos alunos e na estruturação das condições de realização dessas atividades, de tal modo que outros professores (orientadores ou colegas) interpretem com objetividade e fidelidade a sua concretização;

5º Parâmetro – Definição de Objetivos: os objetivos da aula estão definidos de forma clara, precisa e com rigor pedagógico, permitindo uma flexibilidade de estratégias, e/ou de organização, sem, porém, alterar o contexto de realização da ação proposta nem os critérios de êxito delimitados;

6º Parâmetro – Análise Crítica e Reflexão Sobre os Resultados (Balanço Final): o estagiário faz um balanço da aula lecionada, caracterizando a atividade desenvolvida, sua e dos seus alunos, verificando a (in)correção das opções tomadas e analisando os fatores determinantes do (in)sucesso da aula;

7º Parâmetro – Aperfeiçoamento e Sugestões: são apresentadas propostas de manutenção e/ou modificação de elementos e/ou da estrutura da aula – estratégias, metodologias, organização, etc. – baseando-se na experiência concreta vivida e em orientação pedagógico-didática assimilada, sugerindo formas de melhoramento (correção) de comportamento, visando a melhoria do processo.

Ao longo deste ano letivo foram lecionadas por mim 128 aulas, correspondendo cada aula a 45 minutos de um bloco de 90 minutos, que perfaz um total de 64 planos de aula elaborados (12 de atletismo, 9 de basquetebol, 11 de futsal, 11 de voleibol, 9 de corfebol e 8 da modalidade opcional).

Os planos de aula estavam estruturados da seguinte forma: a primeira parte era constituída pelo cabeçalho, que incluía as informações relativas à data, a hora, o professor, o tempo, o material, o número de aula, a unidade didática, o espaço de aula, a turma e o objetivo específico da aula. A segunda parte incluía os objetivos operacionais que se dividem em ação, contexto e critérios de êxito. A parte final do plano é constituída pela sequência de tarefas, o tempo e a descrição de cada uma das tarefas, a organização e as estratégias e controlo da aula.

2.4 Balanços de aula

No final de cada aula era sempre realizado um pequeno balanço entre os colegas e o professor orientador que assistiam sempre à lecionação das aulas. Era neste contexto de debate que poderíamos partilhar ideias, dificuldades, estratégias e soluções para melhorar a nossa prestação nas aulas.

Para além disso, no final da aula lecionada era sempre realizado um balanço da aula, que era onde constava uma pequena reflexão sobre a aula, apontando os aspetos positivos e negativos da mesma, o que correu bem ou mal e como poder melhorar, o comportamento e a motivação dos alunos perante a aula.

Os meus balanços tinham a seguinte estrutura: em primeiro lugar um cabeçalho que incluía as informações temporais e espaciais da aula (a data, a hora, o professor, o tempo, o material, o número de aula, a unidade didática, o espaço de aula, a turma e o objetivo específico da aula). De seguida, incluía as considerações gerais (se a aula tinha ou não corrido com o planeado); comportamento e empenho dos alunos; estratégias utilizadas; feedback; gestão do tempo de aula e atividade motora; dificuldades dos alunos e do professor; adaptações ao plano de aula; sugestões/ alterações futuras.

Em suma, o balanço de aula assume um carácter importantíssimo na evolução do professor enquanto profissional de educação física, uma vez que permitirá que este tenha acesso a opiniões construtivas e um apoio fundamental que permitirá não um julgamento mas sim o crescimento do professor.

2.5 Avaliação

A avaliação deve ser entendida como um processo que pretende acompanhar as progressões do aluno durante o seu processo de aprendizagem, identificando os aspetos que já foram alcançados e encontrar as soluções mais adequadas para as dificuldades evidenciadas (Ribeiro, 1999). Assim, a avaliação está incluída no processo de ensino-aprendizagem e é a consciência do próprio sistema educativo (Aranha, 2004).

O avaliar é um ato que deve ser realizado de forma contínua e diária, onde o professor utiliza as situações de desempenho normal nas aulas. A avaliação permite também identificar problemas e resolvê-los de acordo com as necessidades e o contexto, facilita as tomadas de decisões, o aperfeiçoamento das atividades no sentido de obter a eficácia pedagógica e o sucesso escolar (Aranha, 2004).

Assim, durante o processo de ensino-aprendizagem, a avaliação inclui 3 tipos: a avaliação **diagnóstica**, a avaliação **formativa** e a avaliação **sumativa**. A **avaliação diagnóstica** é uma avaliação inicial, tendo como objetivo avaliar o nível dos alunos face à nova unidade didática a ser lecionada, que permitirá definir objetivos, estratégias e metodologias. Este tipo de avaliação é estritamente diagnóstica, não contando para a nota final do aluno naquela unidade didática. De seguida, a **avaliação formativa** tem como objetivo avaliar o nível do aluno de uma forma contínua realizada durante todo o processo de ensino-aprendizagem, com o objetivo de melhorar as aprendizagens em curso por meio de um processo de regulação permanente. Esta avaliação permitirá fornecer informações acerca do desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem para que o professor consiga ajustá-lo às características dos alunos a que se destina (Ribeiro, 1999). Este tipo de avaliação facilita a identificação e correção de erros parciais em cada sequência de objetivos. Por último, a **avaliação sumativa** tem como principal objetivo classificar os alunos no final da unidade didática segundo os níveis de aproveitamento apresentados.

Este tipo de avaliação não só fornece informação acerca da classificação como também permite fazer um balanço acerca da eficácia do ensino.

A avaliação diagnóstica era sempre realizada na primeira aula de cada unidade didática a ser lecionada, que permitia avaliar a turma na modalidade em questão em termos técnicos, motores e comportamentais. Quanto à avaliação formativa, esta era realizada em todas as aulas de educação física e onde eram recolhidas notas e informações relativamente a cada aluno individualmente. Estas informações eram registadas nas respetivas fichas para o efeito. A turma estava informada que em todas as aulas estavam sujeitos a avaliação. No final de cada unidade didática era realizada a avaliação sumativa, em que normalmente a avaliação e o desempenho do aluno não diferiam muito do que tinha sido avaliado ao longo da avaliação formativa, uma vez que se trata de uma avaliação contínua. Por último, no final do período era realizado um teste escrito que englobava os conteúdos das duas unidades didáticas abordadas ao longo do período, com o objetivo de testar os conhecimentos dos alunos.

2.6 Prática Pedagógica Supervisionada

A prática pedagógica supervisionada assume um peso importantíssimo no aluno estagiário porque permite a observação de orientadores competentes e assim irá facilitar que o estagiário adquira uma grande variedade de estratégias e de habilidades de ensino.

Ao longo deste ano de estágio pedagógico vivemos diversas situações que permitiram aperfeiçoar as nossas capacidades e competências enquanto docentes do agrupamento. A relação criada com o orientador de estágio foi a principal impulsionadora para que pudéssemos enriquecer os nossos conhecimentos e práticas, aumentando assim a nossa experiência pessoal e profissional.

Segundo Aranha (2008), a aula deve seguir 10 parâmetros e que segundo a autora são os fundamentais para a evolução do estagiário:

1º Parâmetro - Introdução da aula: no início da aula, o estagiário, de forma clara e sem perda de tempo informa os alunos dos objetivos da aula relacionando-os com aulas ou etapas da Unidade Didática, sublinhando as regras a cumprir e os cuidados a ter (comportamentos, atitudes, normas de segurança, disciplina, etc.), não se observando dispersão dos alunos;

2º Parâmetro - Mobilização dos alunos para as atividades: o estagiário intervém sistemática, correta, e estrategicamente com os alunos (individual, grupo ou turma) solicitando a superação das suas capacidades na realização das tarefas incentivando-os, assim, a participar ativamente nas atividades propostas;

3º Parâmetro - Organização, Controlo e Segurança das Atividades: o estagiário organiza a atividade no espaço da aula de tal modo que lhe permite o cumprimento dos objetivos da aula e a deteção e prevenção de situações de risco, posicionando-se e circulando no espaço de aula, intervindo sistematicamente na execução das tarefas pelos alunos, ajudando-os e eliminando assim fatores perturbadores de eficácia da aula;

4º Parâmetro - Gestão dos Recursos: o estagiário faz a gestão do tempo de aula (período de instrução/demonstração, de organização e de transição) de material utilizado e dos grupos constituídos, de acordo com os objetivos da aula, adaptando-se oportunamente aos seus imprevistos tendo em vista a maximização do tempo de empenhamento motor;

5º Parâmetro - Instrução/Introdução das atividades: o estagiário explica e/ou demonstra clara e oportunamente a atividade/exercício, recorrendo, quando necessário, a alguns alunos e/ou a auxiliares de ensino, para o apoiar na transmissão da matéria, com eficácia e economia de tempo;

6º Parâmetro - Regulação das Atividades: o estagiário intervém sistemática e eficazmente na ação dos seus alunos, corrigindo (feedback), estimulando (incentivo) e estruturando o seu comportamento (disciplina/condução apropriada/sócio afetividade) a fim de os orientar na correta execução dos exercícios e no adequado comportamento, mantendo elevados os níveis de motivação e empenho dos alunos;

7º Parâmetro - Linguagem Utilizada: o professor utiliza uma linguagem clara e acessível à compreensão do seu significado pelos alunos utilizando termos técnicos oportuna e adequadamente;

8º Parâmetro- Sequência da aula: a aula apresenta uma estrutura coordenada, coerente, contínua e sem quebras em que a intensidade e dificuldade das tarefas estão adequadas às capacidades dos alunos;

9º Parâmetro - Conclusão da Aula: o professor conclui a aula de modo sereno e tranquilo, realizando um balanço da atividade (dando feedback aos alunos) e despertando os alunos para as etapas seguintes da Unidade Didática (extensão dos conteúdos- aulas seguintes);

10º Parâmetro - Concordância com o plano/Adaptabilidade na Aula: a aula decorrer genericamente de acordo com o plano de aula e/ou perante situações imprevistas, o

professor revela capacidade para se adaptar, integrando-as ou não no plano previsto, sem, contudo, perder de vista os objetivos definidos e o essencial da aula.

Ainda hoje recordo a primeira aula em que lecionei sozinho, senti-me um pouco ansioso, mas ao mesmo tempo muito ambicioso porque queria dar o melhor de mim. Estar neste contexto foi uma das primeiras experiências para mim como professor, contudo foi notória a minha evolução desde a primeira aula até à última. Consegui criar um bom relacionamento com todo o departamento de educação física, com os meus alunos, orientadores e restantes colegas de estágio. Consegui lecionar as aulas respeitando sempre o que tinha sido planeado e obedecendo à respetiva organização e gestão de tempo. Ao longo de todo o ano de estágio a modalidade que tive mais dificuldade em lecionar foi o atletismo, porque por si só é uma modalidade exigente com muitos critérios e objetivos que devem ser concretizados para uma correta execução da modalidade. Após o estudo contínuo sobre a modalidade senti-me confiante e à vontade para lecionar a unidade didática, uma vez que consegui transpor esta confiança nas minhas aulas e nos meus alunos. Desta forma, penso que os objetivos foram alcançados com sucesso porque os alunos sempre mostraram disponibilidade e responsabilidade em realizar os exercícios propostos.

2.7 Técnicas de Intervenção Pedagógica

As técnicas de intervenção pedagógica estão relacionadas com um vasto número de destrezas que o professor deverá dominar e assentam em quatro dimensões: Instrução, Gestão, Disciplina e Clima (Siedentop, 1983, citado por Aranha, 2004). De acordo com Aranha (2004) as técnicas de intervenção pedagógica podem ajudar o professor a melhorar a sua intervenção pedagógica, logo, praticar um ensino mais eficaz.

A dimensão instrução refere-se ao procedimento relacionados com a promoção de atividades de aprendizagem e dos comportamentos do professor que está relacionado com os objetivos de aprendizagem. Visa a comunicação de informação sobre a matéria de ensino, como a preleção, a explicação, a demonstração e o feedback. Inicialmente as instruções ocupavam mais tempo do que o previsto porque os alunos não estavam habituados ao meu método de trabalho e noutros casos não percebiam os objetivos do exercício, então tinha que reformular a instrução. Antes do início da instrução deixava bem claro junto dos alunos que aquando das instruções não queria ninguém falar ou distraído, logo optei sempre por uma postura rígida nas aulas para os alunos perceberem que estavam perante uma figura de autoridade. Quanto à demonstração era sempre realizada por um aluno com o objetivo de exemplificar bem o exercício e ao mesmo tempo dar feedbacks corretivos com uma linguagem simples e adequada ao nível dos alunos. Também sempre que possível no decorrer das aulas tentava aperfeiçoar a qualidade dos feedbacks pedagógicos como forma de aumentar a motivação dos alunos e o seu desempenho.

A dimensão gestão refere-se aos procedimentos relacionados com a promoção de estruturas de organização e dos comportamentos do professor que visam produzir elevados índices de envolvimento dos alunos com a matéria de ensino, como por exemplo a gestão das situações de aprendizagem, de organização, de transição e do comportamento

dos alunos. Esta dimensão inclui todos os comportamentos e destrezas, técnicas de ensino que fazem parte do reportório do professor para rentabilizar o tempo da aula (Aranha, 2004). Uma estratégia que adotei para rentabilizar o tempo da aula foi dar 10 minutos de tolerância para os alunos estarem prontos para começarem a aula, por cada minuto de atraso era somado à sua ficha e no final era descontado na pontualidade. Uma outra estratégia que optei, foi de antes do início da aula, ter o material pronto, tanto da modalidade como de aquecimento para quando os alunos chegassem não houvessem perdas de tempo. Uma outra estratégia era trazer as equipas programadas e constituídas antes da aula ser realizada, como uma forma de rentabilizar o tempo da aula.

A dimensão disciplina refere-se aos procedimentos relacionados com a promoção de comportamentos apropriados e dos comportamentos do professor que visam a modificação de condutas inapropriadas em condutas apropriadas, tais como: a diminuição e promoção de comportamentos apropriados, ou seja, todos os comportamentos e destrezas técnicas de ensino que fazem parte do reportório do professor para diminuir e promover comportamentos apropriados (Aranha, 2004). A minha turma para além de ser um pouco “preguiçosa” considero que não houve qualquer comportamento fora do normal ou situações que pudessem perturbar o bom funcionamento das aulas. Poderá ser devido ao facto de ser uma turma de 11º ano e por já estar enquadrada com o que é o ensino secundário.

A dimensão clima refere-se aos procedimentos relacionados com a promoção de um ambiente humano e pelos comportamentos do professor, que se relacionam diretamente com as interações e relações humanas, visando um clima positivo, tais como interações com os alunos e entusiasmo no seu aperfeiçoamento, ou seja, tem por âmbito todos os comportamentos e destrezas técnicas de ensino que fazem parte do reportório do professor para conseguir um clima educacional agradável e positivo (Aranha, 2004).

Durante as minhas aulas foi fácil criar um clima positivo com os meus alunos porque consegui criar uma boa relação com a minha turma.

2.8 Estilos de ensino

Segundo Mosston (1966) formulou e propôs vários estilos de ensino da Educação Física. A teoria deste autor engloba estilos de ensino centralizadores, ou seja, aqueles em que o professor é o centro do processo ensino-aprendizagem e os estilos descentralizadores em que os alunos são caracterizados como sujeitos ativos nas suas aprendizagens, tendo o professor apenas como um guia. Foram apresentados pelo autor, os seguintes estilos: estilo A – comando direto; estilo B – baseado na tarefa; estilo C – ensino recíproco; estilo D – autoavaliação; estilo E – ensino inclusivo; estilo F – descoberta guiada (convergente); estilo G – resolução de problemas; estilo H – programa individualizado; estilo I – alunos iniciados; estilo J – autoensino.

Os estilos utilizados ao longo do ano foram: o de autoavaliação, o inclusivo e o de comando direto. O estilo de autoavaliação, o aluno assume para ele próprio a avaliação do seu desempenho – utilização da auto-percepção e auto-feedback.

O estilo inclusivo, onde o professor promove a inclusão dos alunos no desempenho de uma tarefa, permitindo que todos se diferenciem no máximo das suas capacidades. E por último, o estilo de comando direto que se baseia na concepção de que o professor deve atuar como protagonista do processo de planeamento, implementação e avaliação das atividades a serem realizadas passivamente pelos alunos. O objetivo na utilização deste estilo de ensino é que os alunos aprendam e reproduzam um padrão de movimento correto.

2.9 Práticas Pedagógicas Supervisionadas

Em relação à supervisão do professor José Pires, considero que a presença do mesmo ao longo do estágio foi importantíssimo para a nossa aprendizagem e evolução enquanto professores. Logo desde o primeiro contacto com o professor, foi notório a sua capacidade de organização e orientação. Percebi que o professor iria exercer sobre os estagiários um papel fundamental para uma correta lecionação no estágio. Os estagiários estavam perante uma pessoa cheia de experiência e com múltiplas vivências, o que iria permitir que as dificuldades fossem substituídas por uma capacidade enorme de crescimento.

No entanto também foi visível logo desde o primeiro contacto que o professor José Pires era uma pessoa extremamente acessível, uma vez que a sua relação com os restantes membros da comunidade escolar era muito positiva. Esta relação também foi muito importante para os estagiários, porque sem dúvida tornou o processo de adaptação muito mais fácil.

No que respeita à nossa prática nas aulas, o professor José Pires teve sempre o cuidado de nos observar atentamente com o objetivo de no final das aulas ao invés de nos julgar, indicar críticas construtivas para que pudessemos aprender com os nossos erros. Para além da questão profissional, fiquei muito satisfeito por ter conseguido criar uma boa relação com o professor, porque sempre me senti apoiado e respeitado. Todo este processo permitiu a minha evolução enquanto futuro professor de educação física.

No que se refere ao grupo dos estagiários, não tenho nada a apontar, porque ao longo do ano letivo souberam demonstrar respeito entre si e nunca tentaram passar por cima uns dos outros. Foram sempre capazes de juntos discutiram aspetos positivos e negativos para que todos pudessem evoluir.

3 – ATIVIDADES ORGANIZADAS PELO NÚCLEO DE ESTÁGIO

3.1 Palestra sobre o Programa de Educação para a Saúde

Esta atividade foi desenvolvida na comunidade escolar por assumir um cariz fundamental na vida dos alunos. Achamos pertinente o desenvolvimento desta atividade no âmbito da saúde porque a educação para a saúde em contexto escolar permite que as crianças e os jovens desenvolvam conhecimentos, atitudes e valores que no futuro os ajudarão a fazer opções e a tomar decisões adequadas à sua saúde, ao seu bem-estar físico, social e mental, bem como a saúde daqueles que os rodeiam, permitindo-os assim exercer um papel interventivo. Desta forma, achei muito interessante o professor José Pires mostrar-se disponível para desenvolver este tipo de atividades com a nossa turma, assim permitiu a possibilidade de fazermos algo com a turma mais prático e interessante para os alunos. Perante o que nos foi proposto pelo professor orientador, tanto eu como os restantes colegas (Rui Pereira e Ângela Marinho) chegamos rapidamente a um consenso, uma vez que decidimos abordar uma formação sobre os primeiros socorros e o suporte básico de vida. Esta decisão não foi difícil porque todos nós de certa forma possuímos formação e conhecimento na área, sendo que dois de nós somos nadadores salvadores e a colega é bombeira.

Assim, uma forma de planearmos e organizarmos melhor a atividade, pedimos a colaboração da Cruz Branca da cidade que desde logo mostraram disponibilidade para desenvolver a atividade. Foi-lhes pedido para se deslocarem à escola e com eles trouxeram o material necessário para uma correta demonstração e para que os alunos sentissem em tempo real algumas das situações que futuramente podiam experienciar.

Numa primeira fase para os alunos perceberem bem o que iria ocorrer, começamos por definir o sistema nacional de socorro e depois foram apresentadas e explicadas diversas situações, como por exemplo: as situações de emergência, as hemorragias, a perda súbita de consciência, as convulsões, o suporte básico de vida, a posição lateral de

segurança, a obstrução da via aérea, traumatismos e quedas, entorses, fraturas, picadas e crises asmáticas. Tentamos sempre que estas explicações assumissem um carácter teórico-prático, para que os alunos sempre que estejam a vivenciar uma situação de crise tenham algumas competências para não entrar em pânico, mas sim saber como agir e como reagir nestas situações. No decorrer da formação, foi visível o quanto os alunos estavam empenhados e atentos ao que lhes ia sendo explicado. Foi sem dúvida uma aula muito produtiva porque estamos a contribuir para que os nossos alunos futuramente saibam agir com segurança e de imediato perante situações de perigo.

3.2 Caça ao Tesouro

Logo no início do ano, o professor José Pires indicou aos seus estagiários que muito proximamente teriam que organizar uma atividade denominada caça ao tesouro. Portanto, o núcleo de estágio teve um envolvimento assíduo relativamente à organização e planeamento para que esta atividade fosse realizada.

O caça ao tesouro é uma atividade que envolve toda a comunidade escolar, nomeadamente: os alunos, os docentes e os assistentes operacionais. No entanto, é uma atividade que também envolve alunos pertencentes a outras escolas, como escolas do distrito do Porto. Contudo, esta atividade apenas contou com a participação dos alunos da escola Morgado Mateus. Registaram um total de 400 alunos que tinham que realizar um percurso ao longo da serra do Alvão.

Para esta atividade os alunos teriam que percorrer cerca de 15 quilómetros e formar equipas com 6 elementos no máximo. Este percurso já estava programado pelo professor José Pires, no entanto o núcleo de estágio teve o cuidado de percorrer este percurso pelo menos duas vezes, com o objetivo de planear bem o mesmo, tirar algumas dúvidas relativamente à passagem em algumas zonas e por último sinalizar bem o percurso.

Durante o percurso existiam postos de controlo onde os alunos tinham que realizar uma determinada tarefa, caso os alunos conseguissem realizá-la com sucesso, estes tinham acesso a uma “moeda de ouro”. Quando os alunos chegassem ao último posto de controlo teriam que realizar um desafio opcional, se o conseguissem realizar com sucesso, tinham direito a uma moeda extra. Importa ressaltar que por cada moeda que a equipa conseguisse, tinham direito a uma rifa para um sorteio. No entanto, apenas a equipa com pelo menos 5 moedas de ouro tinham direito a uma rifa para um sorteio. Este sorteio tinha como prémios 3 bicicletas.

No entanto, foi notória a dedicação e o trabalho que o núcleo de estágio dedicou para que esta atividade se realizasse da melhor forma possível, contudo por adversidades climáticas não foi possível que a mesma se realizasse. Os estagiários sentiram uma grande tristeza por todo o seu trabalho não ir para a frente e a atividade ficou em standby.

3.3 Desporto Escolar

O estágio também contava com uma outra medida que também foi muito importante para a evolução dos estagiários, que foi o Desporto Escolar. O desporto escolar permite promover o acesso à prática desportiva, com o objetivo de contribuir para a promoção do sucesso escolar dos alunos, estilos de vida saudáveis e valores e princípios associados a uma cidadania ativa.

Assim, o professor José Pires era o docente responsável pela equipa de futsal de juvenis feminina. Desta forma, o núcleo de estágio ficou responsável por toda a gestão do processo de treino e competitivo de equipa. Os treinos do desporto escolar realizavam-se todas as quartas-feiras, entre as 16h e as 18h. Importa ressaltar que o desporto escolar estava completamente aberto para receber as adolescentes que pertenciam ao escalão etário de juvenis.

Para além da organização dos treinos e das competições do desporto escolar estarem ao encargo dos estagiários, o professor José Pires teve sempre o cuidado de comparecer e participar em todos os treinos do desporto escolar.

Na minha opinião, esta experiência foi muito boa para mim pois sempre fui jogador de futsal e tenho um gosto enorme por este desporto e, portanto, deu-me um gosto enorme participar nos treinos desta equipa e principalmente uma equipa feminina, estando eu habituado a um contexto de equipa masculina. Esta medida do desporto escolar no meu ver assume nas escolas um papel muito importante porque permite que os alunos melhorem não só a nível físico, mas também a nível social e no seu rendimento escolar.

3.4 Torneio de Basquetebol 3x3

O primeiro período do ano letivo contou com o desenvolvimento de um torneio de basquetebol 3x3. Foi um torneio organizado pela professora de educação física Helena Cunha, que permitiu a participação de todos os alunos da escola, contudo divididos pela faixa etária e género. O torneio desenrolou-se pela parte da manhã e para a sua realização todos os professores do departamento de educação ajudaram.

No entanto, dois dos estagiários do núcleo de estágio ficaram responsáveis pela realização do quadro competitivo na mesa de resultados, a chamada das equipas e a distribuição dos alunos pelos campos de jogo. Contudo, os restantes estagiários ficaram responsáveis pela arbitragem dos jogos. No meu ver, foi uma experiência incentivadora porque permitiu a união do departamento de educação física e também a entreaajuda dos estagiários.

3.5 Taça Morgado

A Taça Morgado e Morgadinha é um torneio de futsal organizado pelo professor Carlos Pires e o seu núcleo de estágio já há alguns anos. Sendo que a Taça Morgado pertence ao futsal masculino e a Taça Morgadinha ao futsal feminino. Este torneio faz uma seleção das equipas por ano de escolaridade e os jogos são realizados todas as quartas-feiras ao longo do mês de Maio. As equipas do desporto escolar também participam e no caso da competição feminina é convidada uma equipa fora da escola.

Assim, depois de realizado um sorteio cada professor ficou responsável por uma equipa, que no meu caso foi 11º ano. A minha função foi fazer uma seleção dos alunos e orientar a equipa no dia da competição. Tive muito gosto de participar nesta competição, uma vez que me esforcei muito pela minha equipa, contudo não foi possível chegar à final como eu gostaria. Mas o facto de ter participado e ver a minha equipa a esforçar-se muito foi fundamental para tornar esta experiência muito importante para mim.

4. REFLEXÃO FINAL DE ESTÁGIO – CONCLUSÃO

4.1 Reflexões finais de estágio

Este estágio pedagógico é a fase final do percurso académico enquanto professor de Educação Física e para mim foi das experiências mais importantes da minha vida. Depois da licenciatura e do mestrado chegou a altura de colocar todos os conhecimentos adquiridos em prática. Após este longo processo posso afirmar que finalmente consegui alcançar um dos meus objetivos de vida, que foi sempre chegar a professor de Educação Física. Ser professor na escola Morgado Mateus permitiu-me vivenciar múltiplas experiências que de certa forma me fizeram sentir útil no processo de ensino-aprendizagem na turma onde lecionei. Posso agora afirmar que foi notória a minha grande evolução porque as competências que no início tinha, no final do ano tinham progredido imenso. Tive sempre o cuidado e a preocupação de conseguir uma boa relação com os meus alunos, mas sempre assente na responsabilidade e educação e, o facto de este objetivo ter sido concretizado foi muito gratificante para mim.

Como professor fui também capaz de aliar a teoria à prática, porque para além da mera teoria, é importante ter competências ao nível da prática e só assim formamos bem os nossos alunos.

Ainda hoje me recordo quando tive o primeiro contacto com a minha turma, senti-me muito ansioso porque não fazia ideia do que iria encontrar do lado de lá, ou seja, não sabia se iriam ser alunos bem comportados ou empenhados ou o contrário. Contudo no meu ver, consegui criar empatia com a minha turma, o que facilitou muito todo o processo de leção das aulas. Consegui sempre que os alunos vissem as aulas por um lado como um divertimento, mas também com respeito e responsabilidade, o que facilitou o próprio processo de aprendizagem dos alunos.

Em suma, ao longo deste ano letivo aprendi muito e ganhei muitas competências aos diversos aspetos da aula em si mesmo, tanto a nível prático como a nível teórico, mas

não só como também desenvolvi estratégias como lidar com os alunos em contexto de sala de aula, tornar o tempo da aula rentável, melhorar as minhas intervenções coletivas e tornar as minhas aulas mais interessantes. A nível teórico pressenti muito a minha evolução, porque à medida que ia elaborando os planos de aula e as unidades didáticas, as minhas dificuldades na realização destes documentos foram diminuindo.

Em relação ao núcleo de estágio, fiquei muito satisfeito com o bom ambiente que juntos conseguimos construir ao longo do ano. Sem dúvida que esta cooperação entre todos e a presença do professor José Pires tornou muito mais fácil este processo, porque estavam sempre todos disponíveis para ajudar, aprender e evoluir.

Para terminar, foi uma experiência muito importante que jamais esquecerei, porque a fim e ao cabo, este estágio pedagógico foi a primeira experiência que tive como professor de Educação Física em tempo e contexto real. Desta experiência levo comigo uma bagagem cheia de vivências novas, concretizações e muita saudade.

5. Referências bibliográficas

- Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A. & Vitória, M. (2008). A Rotura – A Sistemática das Atividades Desportivas. Torres Novas: Edições Vamos Mais Longe.
- Aranha, Á. (2004). Organização, Planeamento e Avaliação em Educação Física. (Série Didáctica; Ciências Sociais Humanas; 47) Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Aranha, Á. (2008). Supervisão Pedagógica em Educação Física e Desporto – Parâmetros e Critérios de Avaliação do Estagiário de Educação Física: Documento de orientação. Vila Real: UTAD, 2008.
- Batista, P., & Queirós, P. (2015). colocar a aprendizagem no centro da Educação Física. Desafios renovados para a aprendizagem em Educação Física.
- Bossle, F. (2002). Planeamento de ensino na educação física uma contribuição ao coletivo docente. Movimento. Porto Alegre. Vol. 8, n. 1 (2002), p. 31-39.
- Mosston, M. (1966). Teaching physical education. Columbus, OH: Charles E. Merrill.
- Tardif, M. (2002). Saberes docentes e formação de professores. São Paulo: Vozes.
- Ribeiro, V. M. (1999). A formação de educadores e a constituição da educação de jovens e adultos como campo pedagógico. Educação & Sociedade, 20(68), 184-201.
- Siedentop, D. (1983). Developing Teaching Skills in Physical Education. Palo Alto. Mayfield Pub. Comp.
- Wielewicki, H. (2010). Prática de Ensino e Formação de Professores: Um estudo de caso sobre a relação universidade-escola em cursos de licenciatura. Produção de terceiros sobre Paulo Freire.

6 - ANEXOS

6.1 Exemplo de unidade didática

										Escola Secundária Morgado de Mateus.																			
										UID_Basquetebol																			
Prof. Orientador: José Pires										Prof. Estagiário: José Silva										Curso: Científico-Tecnológico									
POPULAÇÃO ALVO	ANO	11º	CRITÉRIOS, PARÂMETRO S E PONDERAÇÕ ES DE AVALIAÇÃO	D. Sócio-afetivo	25%	Áreas Práticas Realizadas / Disciplinas / Comportamento Intencional / Respeito	10,0%			ESTRATÉGIAS A ADOPTAR NA LECÇÃO																			
	TURMA	A		D. Cognitivo	15%	Teste Teórico	15,0%																						
	MASCULINO	11		D. Psicomotor	60%	Conteúdos / Atividades / Teste prático	45,0%																						
	FEMININO	16																											
CARACTERIZA ÇÃO DOS RECURSOS	TEMPORES	Início e Término		Início a 10/11 e término a 15/12							► O início da aula ocorre após 8 minutos do toque de entrada; ► Montagem do material, antes do início da aula; ► Equipes / grupos pré-definidos (se possível), mantendo a mesma composição ao longo dos exercícios; ► Na montagem inicial, manter os alunos todos dentro do meu campo de visão; ► Questionamento aos alunos que se encontram distraídos ou estão passivos "desmotivados" da aula; ► Os conteúdos adotam uma abordagem metodológica sequencial de modo intersequencial de modo simples para o complexo, utilizando as progressões pedagógicas, com vista à progressão dos gestos a ensinar, de modo a que a sua aprendizagem seja facilitada; ► Dar, sempre que possível, por utilizar equipamentos específicos, aumentando a tempo potencial de aprendizagem;																		
		Número de Aulas		9 Aulas de 90 minutos de tempo letivo efetivo																									
	MATERIAS	Instalações		1/3 do Pavilhão e 2/3 do Pavilhão																									
		Material Didático		Bolas de basquetebol, Cones, Coletes, Sinalizadores																									
DEFINIÇÃO DE OBJETIVOS	HUMANOS	Funcionários		1 Funcionário de Apoio as aulas de E.F.																									
		Outros		1 professor orientador e 2 professores estagiários que ajudam na montagem e desmontagem do material e na leção da aula																									
	DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO	1 - Análise, interpretação e aplicação dos conhecimentos teóricos sobre o basquetebol. 2 - Conhece a função e o modo de execução das principais ações técnicas da modalidade.									► Na transição de exercícios, os alunos que não fazem aula também ajudam na montagem do material, com a ajuda necessária e dirigem-se ao local de instrução para ouvir; ► Na parte final, realizar um jogo formal de modo a manter a motivação dos alunos e a aplicar os conteúdos abordados na aula; ► Os alunos recolhem sempre o material e arrumam-no no final da aula, sob o meu supervisão; ► Promover atenção às condições de segurança, e chamar a atenção dos alunos conscientizando-os para o cumprimento de determinadas normas definidas previamente.																		
	DOMÍNIO COGNITIVO	1 - Comportamentos, atitudes e valores. 2 - Realização efectiva das aulas práticas. 3 - Cooperar com os colegas de turma em situação de exercício. 4 - Aceita as indicações que lhe dirigem. 5 - Trata cordalmente e com respeito os colegas. 6 - Evita ações que ponham em risco a integridade física.																											
DOMÍNIO PSICOMOTOR	1 - Realiza oportunamente e adequadamente as ações técnicas do basquetebol. 2 - Basquetebol - Passe de ombro, arranque em drible, passe e corte, mudanças de direção, transposição defensiva/ataque, contra-ataque.																												
Aula	Data			Objectivo Específico				Estratégias	Função Didáctica	MATERIAL																			
1 e 2	10/nov	Sala 3.1		Aula Teórica: Introdução à UID do Basquetebol; Descrição do passe de ombro; Revisão de conteúdos: Passe picado e de peito				Questionário, Apresentação PowerPoint	Introdução / 1ª Transmissão	Computador, Bolas, Cones, Sinalizadores																			
3 e 4	13/nov	1/3 do Pavilhão		Descrição do arranque em drible; Revisão de conteúdos: Drible de proteção, Drible em progressão; Passe de peito; Passe picado; Lançamento na passada e em apoio.				Individualmente e	Transmissão / Assimilação	Bolas, Cones, Sinalizadores																			
5 e 6	17/nov	Campo exterior		Descrição do passe e corte; Descrição das mudanças de direção; Revisão de conteúdos: Lançamento na passada e em apoio.				Individualmente e	Transmissão / Assimilação	Bolas, Cones, Sinalizadores																			
7 e 8	20/nov	2/3 do Pavilhão		Descrição da transposição defensiva; Descrição do contra-ataque				Individualmente e	1ª Transmissão / Assimilação	Bolas, Cones, Sinalizadores																			
9 e 10	24/nov	1/3 do Pavilhão		Descrição do jogo formal; Revisão e consolidação de todos os conteúdos abordados				Individualmente e	Consolidação	Bolas, Cones, Sinalizadores																			
11 e 12	27/nov	Sala 4.1		Teste de Avaliação				Individualmente e	Avaliação Teórica	Testes																			
13 e 14	04/dez	2/3 do Pavilhão		Avaliar a prestação prática dos alunos na modalidade do basquetebol				Individualmente e	Avaliação Prática	Bolas, Cones, Sinalizadores																			
15 e 16	11/dez	Sala 4.1		Auto e hetero avaliação				Individualmente e	Auto e Hetero Avaliação																				
17 e 18	15/dez	1/3 do Pavilhão		Aula final				Individualmente e																					

6.2 Exemplo de plano de aula



PLANO DE AULA

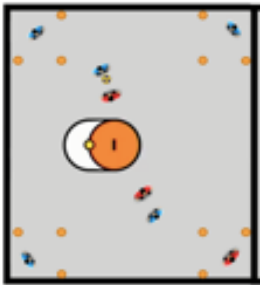
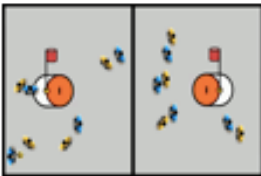


Ano: 11º	Turma: A	Data: 27-04-2018	Função didática:
Aula n.º: 105 e 106		Aula da U.D.: 11 e 12	Transmissão / Assimilação
Espaço: 1/3 do pavilhão		Duração: 70 minutos	Modalidade:
N.º alunos: 27		Hora: 10h05 às 11h35	Corfebol
Professor: José Pires		Prof. Estagiário: José Silva	
Material: Bolas, Coletes, Sinalizadores e Cestos.			
Objetivos específicos da aula: Domínio da Desmarcação.			
Conteúdos: Passe, Recepção, Desmarcação, Lançamento em apoio, Lançamento na passada.			

Objetivo operacional	Ação	Contexto	Critério de êxito
1º	Desmarcação	Grupai	Aproximar-se do defesa e mudar de direção e velocidade repentinamente para desequilibrar o adversário;
2º	Jogo Formal	Grupai 8x8	- Ocupação equilibrada do espaço de jogo, tentando criar linhas de passe mais ofensivas ou de apoio ao jogador com bola; - Todos os abordados anteriormente.

Tempo	Sequência das Tarefas	Descrição	Organização	Estratégia/Controlo
10h05 – 10'		Tempo de balneário		
10h15 – 2'	Introdução da aula	Registo de Presenças Alunos organizados de frente para o professor, alertando sobre os aspetos de segurança. De seguida, faz ponte com as aulas anteriores e uma breve introdução aos: Objetivos da aula; Critérios de êxito		- Questiona o aluno sempre que necessário; - Proporciona o diálogo entre aluno e professor.
10h17 – 20'	Aquecimento	Corrida de 12 minutos de aquecimento. Tabata: - Mountain climbers - Polichinelos - Prancha - Salto canguru		- Questiona o aluno sempre que necessário; - Proporciona o diálogo entre aluno e professor.
10h37 – 6'	T/I/O	O professor, organiza e instrui os alunos para o exercício seguinte.		

Cont. 6.2 Exemplo de plano de aula

10h43 – 12'	1º Objetivo Operacional	Exercício de Desmarcação replicado na outra metade do campo. Numa situação de 2 contra 2, os alunos procuram desmarcar-se para finalizarem através de ajuda dos apoios nos cantos do campo. O aluno só pode finalizar depois de ter recebido um passe do apoio. Variante: Introduzir mais uma bola e realizar 1 contra 1.		• Circulação à volta do exercício sempre de frente para os alunos; • Observar erros; • Reforço positivo; • Feedbacks
10h55 – 2'	T/I/O	O professor, organiza e instrui os alunos para o exercício seguinte.		
10h57 – 23'	2º Objetivo Operacional	Jogo Formal 8x8. Os alunos que estão de fora ficam atentos às regras de jogo, esperando substituir os colegas. 3 equipas: Verde, Vermelha e Sem Colete		• Circulação à volta do exercício sempre de frente para os alunos; • Observar erros; • Reforço positivo; • Feedbacks.
11h20 – 1'	T/I	O professor reúne os alunos para finalizar a aula.		
11h21 – 4'	Conclusão da aula	O professor faz as considerações finais da aula e ponte para a próxima aula. Arrumo do material.		• Alunos de costas para o campo, de forma a que estejam todos no ângulo de visão do professor;
11h25 – 10'		Tempo de Balneário		