

Universidade de Trás os Montes e Alto Douro

**Relatório da Prática de Ensino Supervisionada**

Dissertação em Mestrado em  
Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Andreia Inácio Lourenço

Ágata Cristina Marques Aranha



Vila Real, 2019

Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Dissertação de Mestrado em  
Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Andreia Inácio Lourenço

Ágata Cristina Marques Aranha

Composição do Júri:

---

---

---

Vila Real, 2019

# Dedicatória

Dedico este trabalho:

- ao meu irmão;
- aos meus pais;
- ao meu padrinho.

## Agradecimentos

Este trabalho só foi possível concluí-lo com o apoio:

- do meu irmão, a quem devo a conclusão do estágio;
- aos meus pais, pela força, perseverança, apoio e por nunca me terem deixado desistir;
- aos meus padrinhos, amigos de caminhada na minha vida pessoal;
- ao meu primo Pedro, pelas suas palavras de pura amizade e encorajamento;
- à professora Paula Liberal, porque sem o seu apoio, exemplo e amizade, não seria possível esta meta, com sucesso;
- à professora Ágata Aranha, por todo o acompanhamento realizado, pela amizade e carinho manifestados e pela sua total abertura, sempre que precisei;
- aos meus melhores amigos, que fizeram o longe estar perto, nomeadamente a Ana Isa Carvalho, Marcelo Ribeiro e o Telmo Pinto;
- às minhas colegas de quarto – a Catarina Sena e a Ana Cristina Santos – que souberam estar presentes nos melhores e piores momentos, apoiando, acarinhando e incentivando;
- aos meus amigos que me acompanharam, o meu agradecimento pela amizade e apoio dispensados.

A este valioso grupo, o meu MUITO OBRIGADA.

## Resumo

O estágio pedagógico está inserido no curso de Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, tendo sido realizado na Escola Básica 2,3 Diogo Cão, sob a supervisão da professora Paula Liberal e, por parte da UTAD, a professora Ágata Aranha.

Este documento é o resultado da lecionação de duas turmas do 8.º e do 9.º ano e do desenvolvimento de todo o processo de estágio. Nele abordo os modelos de supervisão pedagógica, estágio, tarefas realizadas, nomeadamente as tarefas de ensino-aprendizagem e da escola meio, assim como tudo o que as envolve, bem como a ação de informação e, por fim, uma reflexão sobre a prática-pedagógica.

As práticas-pedagógicas do estágio e a diversidade de situações a que estive sujeita, em situações de disparidade de atitudes e competências dos discentes, proporcionaram-me formas de abordagens diferentes, fornecendo-me ferramentas que não seriam possíveis obter em ambientes mais homogêneos e pouco sujeitos ao desafio.

Durante o estágio foi possível confrontar-me com áreas que domino e outras em que fui confrontada com aspetos em que tive mais dificuldade, nomeadamente nas áreas relacionadas com a comunicação, o feedback e as atividades realizadas em ambientes diferentes. Com o tempo e com o recurso a diferentes estratégias, foram sendo ultrapassadas.

Este processo foi essencial para o meu crescimento pessoal e profissional, pelas reflexões obtidas na relação entre estagiária e Professora Orientadora, entre estagiários, bem como o exercício de autorreflexão tão necessário à implementação das mudanças.

Este estágio preparou-me para a vida e para a minha inserção no mercado de trabalho, que se avizinha no tempo.

Palavras-Chave: Estágio Pedagógico; Supervisão Pedagógica; Reflexão; Ensino-Aprendizagem

## Abstract

The pedagogic internship is inserted in the Master's degree of the course of Teaching of Physical Education in Primary and Secondary Education, having been completed in the Basic School 2,3 Diogo Cão, under the supervision of teacher Paula Liberal and, in UTAD's case, Professor Ágata Aranha.

This document is the result of the teaching of two classes from the 8th and 9th grade and the development of all the process of the internship. In it I approach the molds of pedagogic supervision, internship, completed tasks, specifically the teaching-learning tasks and of school-environment, as well as everything it envelopes, along with the lecture and, finally, a reflection about the pedagogic practice.

The pedagogical practices of the internship and the diversity of situations to which I have been subjected, in situations of disparity of attitudes and competences of the students, have given me different forms of approaches, providing me with tools that would not be possible to obtain in more homogeneous environments and little subject to the challenge.

During the internship, it was possible to confront areas that I have mastered and others where I was confronted with aspects that I had the most difficulty, especially in areas related to communication, feedback and activities carried out in different environments. Over time and with the use of different strategies, they were overcome.

This process was essential for my personal and professional growth, for the reflections in it obtained in the relationship between internee and the Supervising Teacher, between interneers, as well as the self-reflective exercise that is so needed to insertion of changes.

This internship has readied me for life and for my insertion in the job market, that is growing nearer with every passing second.

**Keywords:** Pedagogical Internship; Supervised Teaching; Reflection; Teaching-Learning

# Índice Geral

Dedicatória.....	i
Agradecimentos.....	iii
Resumo .....	iv
Abstract.....	v
Índice Geral .....	vi
Lista de Abreviaturas.....	vii
Introdução.....	1
1. Supervisão Pedagógica .....	3
1.1. Modelos de Supervisão Pedagógica.....	4
2. Estágio Pedagógico .....	5
3. Tarefas Realizadas .....	7
3.1. Tarefas Ensino-Aprendizagem.....	8
3.1.1. Planificação .....	8
3.1.2. Unidades Didáticas .....	8
3.1.3. Planos de Aula .....	9
3.1.4. Avaliação .....	11
3.1.5. Observações .....	12
3.2. Tarefas Escola-Meio.....	14
3.2.1. Estudo de Turma.....	14
3.2.2. Assessoria à direção de Turma .....	15
3.2.3. Corta-Mato.....	15
3.2.4. Mega-sprint.....	16
3.2.5. Desporto Escolar.....	16
3.2.6. Semana de Atividades .....	16
4. Ação de Informação .....	18
5. Reflexão da Prática Pedagógica.....	19
Conclusão.....	22
Referências.....	23
Anexos.....	24

## Lista de Abreviaturas

EP – Estágio Pedagógico

ET – Estudo de Turma

IMC – Índice de Massa Corporal

NE – Núcleo de Estágio

NEE – Necessidades Educativas Especiais

PA – Plano de Aula

PO – Professora Orientadora

PS – Professora Supervisora

UD – Unidade Didática

UTAD – Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

## Introdução

O presente documento intitulado “Relatório da Prática de Ensino Supervisionado”, tem como objetivo relatar o estágio pedagógico (EP) realizado no ano letivo de 2016/2017, tendo em vista a obtenção do grau de Mestre, do Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD).

Para quem tem o desejo de ser docente de educação física, o EP é o último momento do percurso académico. Ele encerra um capítulo importante da formação e inclui todos os saberes e competências angariados até esse momento. Por isso o EP tem muito de investimento pessoal e transmite um cariz individual de certezas e incertezas, que em conjunto com a reflexão pessoal transforma o estagiário e o faz evoluir no seu dia-a-dia.

O EP foi realizado numa Escola pertencente ao Agrupamento de Escolas Diogo Cão, mais propriamente a Escola Básica 2.º e 3.º ciclos Diogo Cão. Sendo um Agrupamento com características muito específicas, devido à sua população escolar e a ser considerado um “território educativo de intervenção prioritária”, com contrato de autonomia, é também um agrupamento de referência para a educação de alunos cegos e com baixa visão, assim como para a intervenção precoce na infância. Logo a peculiaridade deste Agrupamento exigiu conhecimento pormenorizado sobre o seu funcionamento, bem como a interiorização da sua cultura escolar, valores e missão.

Para o EP foi atribuída uma turma do 9.º ano, tendo ainda tido a possibilidade de lecionar uma turma do 8.º ano a partir do terceiro período.

No início do ano letivo foi realizada uma reunião com a Professora Orientadora (PO) e a Professora Supervisora (PS), para informar sobre as tarefas a levar a efeito durante o EP.

O presente documento reflete todas as vertentes deste EP, pelo que se começa por referir, no Capítulo 1, o modelo de supervisão pedagógica utilizado, tendo como referência o que a literatura científica transmite.

O EP e todo o relato circunstanciado desta vertente, tem cabimento no capítulo 2, com a caracterização do meio onde ele se desenvolve.

A parte significativa do presente documento tem o seu desenvolvimento no Capítulo 3, começando por elencar as tarefas realizadas durante o estágio, que compreendem as tarefas de ensino-aprendizagem, culminando nas tarefas Escola-Meio. Na vertente das tarefas ensino aprendizagem serão desenvolvidas as informações relacionadas com as tarefas, a planificação, as unidades didáticas (UD), os planos de aula (PA), a avaliação e as observações. No que concerne às tarefas Escola-Meio, desenvolver-se-ão os relatos relacionados com o Estudo de Turma, a Assessoria à Direção de Turma e às atividades de Corta-Mato, do Mega-Sprint e, finalmente, do Desporto Escolar.

Também no Capítulo 4 faz-se o enquadramento da Ação de Informação levada a efeito na comunidade escolar, com resultados muito positivos, culminando-se este documento na Reflexão da Prática Pedagógica que ocupa todo o Capítulo 5.

É neste momento de finalização e de reflexão pessoal que se faz uma abordagem crítica, avaliando os aspetos mais positivos desta experiência, bem como dos aspetos negativos que após este exercício, nos obriga a alterar e a evoluir.

O balanço final do EP fica patente neste último Capítulo.

## **1. Supervisão Pedagógica**

Segundo Alarcão e Tavares (2003, p.16), a supervisão de professores é o “processo em que um professor, em princípio mais experiente e mais informado, orienta um outro professor ou candidato a professor no seu desenvolvimento humano e profissional. (...) Tem um objetivo: o desenvolvimento profissional do professor.”

“Para Alarcão e Tavares (2003, p.144), a supervisão promove “o desenvolvimento qualitativo da instituição escolar e dos que nela realizam o seu trabalho de estudar, ensinar ou apoiar a função educativa por intermédio de aprendizagens individuais e coletivas, incluindo os novos agentes”. (...)”

Esta definição foi verificada durante o meu EP, sob a orientação de uma professora com mais experiência, que nos transmitiu alguns dos seus conhecimentos, sendo recetiva às novas ideias que eram propostas.

“(...) “Uma das funções principais da supervisão (...) será identificar os constrangimentos a uma educação transformadora, bem como os espaços de manobra que tornem possível colmatá-los” (Vieira & Moreira, 2011, p. 13).”

“(...) A supervisão pedagógica pode, então, ser entendida como um processo de trabalho com professores/as, para melhorar a sua prática e para promover o seu crescimento profissional (Duffy, 1998)”

Indo ao encontro das definições anteriormente apresentadas, podemos concluir que supervisão pedagógica é um processo de trabalho realizado entre o professor supervisor e o professor estagiário, onde o professor mais experiente funciona como um guia introdutório a este “novo mundo”, aproveitando desta forma para enriquecer o seu repertório de conhecimentos através da partilha destes, o que por seu lado aumenta a qualidade da própria educação e escola. Sendo então considerado um processo de evolução continua.

### **1.1. Modelos de Supervisão Pedagógica**

Segundo Alarcão, I./ Tavares, J. (2003), existe um conjunto de cenários, mais virtuais do que reais, sobre diversos pontos de vista relativos a uma série de questões de formação e de supervisão. As práticas de supervisão e de formação conduzem-nos a nove tipos de cenários que se citam: o cenário da imitação artesanal, o cenário da aprendizagem pela descoberta guiada, o cenário behaviorista, o cenário clínico, o cenário psicopedagógico, o cenário pessoalista, o cenário reflexivo, o cenário ecológico e o cenário dialógico.

A UTAD não possui um modelo definido de EP, sendo o estágio direcionado para o cenário de imitação artesanal, também apelidado de modelo de mestria e o cenário reflexivo, que neste modelo chamamos de modelo reflexivo.

Foi essencialmente nestes dois modelos que se desenvolveu de EP.

Em estágio, iniciamos o primeiro mês de aulas realizando a observação das práticas pedagógicas da PO, aprendendo o seu *modus operandi*, isto é, aprendendo os seus métodos e a sua forma de estar. O restante período de EP foi lecionado pela professora estagiária que colocou em prática os seus próprios métodos.

Aplicando o modelo reflexivo, no final de cada aula era feita uma reunião com a PO, onde eram abordados os aspetos positivos e negativos da mesma.

O modelo reflexivo implica que a reflexão seja um modelo de transformação, um instrumento de ação crítica, um questionamento constante que nos ajuda a evoluir. “Este questionamento toma a experiência educativa como ponto de partida e de chegada, conferindo-lhe um lugar central na (re)construção do conhecimento e da ação do professor. Revisitar a experiência através de lentes críticas permite desocultar a existência de barreiras à mudança, explicar a sua origem e significado, analisar as suas implicações e, eventualmente, criar modos de ação alternativos.” (Vieira, F. et al, 2006)

Posteriormente eram realizados balanços de aula, fazendo-se a reflexão das mesmas, decorrendo a necessidade de se corrigirem os aspetos menos conseguidos e se aprofundarem aqueles que tinham sido alcançados pela positiva.

O professor de hoje é sobretudo um professor que reflete o seu dia a dia. O mundo está em constante mudança e as pessoas também. Isto leva-nos a concluir que o que pode ser hoje um modelo bem alcançado, amanhã poderá não ser bem assim. É na reflexão constante, assente na investigação, que o professor se deve adequar constantemente aos modelos e ao seu meio ambiente.

## **2. Estágio Pedagógico**

O estágio pedagógico foi realizado na EB2,3 Diogo Cão, de Vila Real, no ano letivo 2016/2017, sob a orientação da professora Paula Liberal e da parte da UTAD, sob a supervisão da professora Ágata Aranha.

A escola foi escolhida em função da sua localização, bem como do público-alvo que desejava trabalhar.

Pelo facto de já ser uma utilizadora habitual destas instalações, uma vez que estava a dar treinos de basquetebol nos escalões de minibasquete (8 – 10 anos) e no escalão de sub16, feminino, foi-me permitido conhecer um pouco da sua cultura escolar e do seu posicionamento e articulação com entidades e clubes do meio.

Esta escola era a sede do Agrupamento de Escolas com o mesmo nome.

Devido às suas características e da população escolar que servia, era considerada “território educativo de intervenção prioritária” desde 2009. Era um agrupamento com contrato de autonomia no ano de 2012/13, sendo também um agrupamento de referência para a educação de alunos cegos e com baixa visão, assim como para a intervenção precoce na infância.

Sob o ponto de vista desportivo esta escola possuía um pequeno ginásio, um pavilhão situado fora do recinto da escola, dois campos de futsal exteriores, com tabelas de basquetebol anexadas nas laterais e uma caixa de areia.

Para a lecionação da natação eram utilizados os espaços das piscinas municipais e do ginásio clube de Vila Real. Todos estes espaços situavam-se próximos do recinto escolar.

A gestão de todos estes espaços era realizada pelo grupo de educação física, de forma rotativa, atendendo às características da lecionação.

A PO possuía quatro turmas de lecionação, sendo diretora de turma de uma delas. Estas turmas foram distribuídas pelos quatro estagiários, de forma aleatória, através de um sorteio. A turma pela qual fiquei responsável era constituída por dezassete alunos, sendo sete do sexo masculino e dez do sexo feminino. Neste conjunto de alunos, cinco eram considerados com necessidades educativas especiais (NEE).

Foram realizadas reuniões regulares entre o NE e o grupo de professores de educação física. As reuniões dentro do grupo de estágio permitiam o desenvolvimento de competências pessoais e profissionais, enquanto as reuniões com o grupo de professores permitiam um melhor enquadramento profissional face ao contexto da escola, uma vez que nos possibilitou ser um grupo completamente integrado na dinâmica da escola.

Por outro lado, eram realizadas reuniões frequentes entre a PO e o NE. Nestas eram abordados, entre outros assuntos, todos os temas relacionados com o funcionamento do

estágio, a documentação necessária, as tarefas a realizar e as realizadas, datas de entrega de documentação e o comentar, em jeito de balanço, as atividades que já tinham sido realizadas.

### 3. Tarefas Realizadas

No início do EP, foi realizada uma reunião entre os estagiários, orientadores e supervisores, onde nos informaram de um conjunto de tarefas a executar durante este.

Segundo Aranha, A. (2008), estas tarefas seriam divididas em quatro grupos.

O primeiro grupo era referente às atividades de ensino-aprendizagem, onde foi realizada a planificação e organização do ano letivo, começando pela planificação de períodos, seguido pela unidade didática e os planos de aula. Este grupo também incluía a lecionação de aulas.

O segundo grupo era referente ao meio-escolar, tendo sido realizado um estudo de turma, que nos permitiu ter um maior conhecimento sobre a turma que estávamos a abordar.

O terceiro grupo incluía as ações no âmbito da escola. Neste, o núcleo de estágio (NE) elaborou em conjunto uma ação de formação para os docentes da instituição e participou nas restantes atividades que a escola realizou no âmbito da disciplina, entre elas, o desporto escolar, o corta-mato e as provas para mega sprint. Neste mesmo âmbito realizaram-se três torneios no final de cada período, todos eles organizados pelo NE. Assim, no primeiro período realizou-se o torneio de voleibol; no segundo, o torneio de basquetebol; finalmente, no terceiro o torneio de futsal.

Como a PO possuía uma direção de turma, realizou-se ainda assessoria a esta, que nos permitiu entender melhor o funcionamento da escola e das suas dinâmicas.

Por último, o quarto grupo consistiu na elaboração de um dossier que foi entregue no final do EP, no qual constavam todos os grupos acima mencionados, acrescentando a autoavaliação e heteroavaliação em relação aos restantes membros do NE.

### **3.1. Tarefas Ensino-Aprendizagem**

#### **3.1.1. Planificação**

A planificação no ensino é, segundo Aranha, A. (2004), “feito em função dos objetivos definidos e de modo a garantir, tanto quanto possível, a consecução desses objetivos, ou seja, as opções tomadas antes e durante o processo ensino-aprendizagem devem ser coerentes com os objetivos inicialmente selecionados”.

Tomando este princípio como aceite, no início do ano foi realizada uma reunião com a PO, que nos forneceu o planeamento anual que a escola utilizaria. Em função disto ficou então decidido que se realizariam duas modalidades por período: atletismo e voleibol, no primeiro período; andebol e basquetebol, no segundo; futsal e natação no terceiro. A unidade didática de atletismo seria lecionada pela PO.

A PO recebeu as planificações (exemplo de uma planificação em Anexo I) no início de cada período.

Embora concebido de forma definitiva, o planeamento terá de ser considerado flexível, de forma a poder ajustar-se a situações não previstas no início do ano. Foi o que aconteceu. Ao longo do ano foram ocorrendo diversas situações não previstas (greves, falta de espaços disponíveis, atividades previstas no Plano de Atividades da escola, entre outras), pelo que surgiu a necessidade de fazer a este nível a gestão de contingências.

A planificação era constituída por: número de aula; tempo de aula; tipo de aula (avaliação diagnóstica, formativa, sumativa e sumativa-teórica), interrupções letivas, feriados e a semana de atividades, que coincidiu com a última semana de cada período. Nesta semana normalmente eram organizados os torneios desportivos.

A planificação orientou-me durante o ano letivo e ajudou-me a realizar a sequencialização da unidade didática (UD).

#### **3.1.2. Unidades Didáticas**

Tal como refere Aranha, A (2004) “em educação física, a cada bloco ou conjunto de aulas, de cada atividade física ou modalidade desportiva, chama-se Unidade de Ensino. A esta corresponde um programa específico, ao qual se chama Unidade Didática.”

A PO começou por fornecer ao NE uma UD como exemplo. Foi a partir desta que foram elaboradas as cinco UD – voleibol, andebol, basquetebol, futsal e natação.

A criação da UD baseou-se em três grupo: planificação, sequencialização e estratégias (exemplo de uma UD em Anexo II).

A planificação está subdividida em quatro partes:

- a população-alvo, constituída por ano, turma, número de alunos, género e alunos com NEE;

- critérios, parâmetros e ponderações de avaliação, nos domínios socio afetivos, cognitivos e psicomotores, cujas ponderações nos foram dadas pela escola, tendo decidido as escalas de avaliação;

- caracterização dos recursos (temporais, materiais e humanos);

- definição de objetivos (domínios socio afetivo, cognitivo e psicomotor), onde foram criados objetivos para cada domínio, tendo em conta a modalidade que se iria abordar.

A sequencialização foi baseada na planificação de cada período, tendo sido decididos os objetivos de cada aula, bem como a função didática, tendo em conta o material, o espaço e o tipo de estratégias a utilizar no plano de aula (PA).

Quanto às estratégias planeadas, foram descritas e colocadas em prática durante a lecionação da UD.

Das cinco UD realizadas, a que eu mais receava era a natação, devido a ser a em que eu menos dominava na totalidade. No entanto surpreendeu-me pela positiva, sendo uma das que eu mais gostei de lecionar, apesar do pouco tempo que possuía.

A UD que eu possuía mais facilidade e mais à-vontade, foi basquetebol, devido à prática que já possuo com a modalidade.

Por outro lado, a que eu tive mais dificuldade foi o futsal, em parte pelo facto de as aulas serem lecionadas no exterior e haver mais fontes de distração e pelo pouco tempo de lecionação que tinha disponível.

As duas UD de natação e futsal foram lecionadas ao mesmo tempo, sendo os blocos de 45 minutos dedicados ao futsal e os de 90 minutos à natação.

Poderei concluir que lecionar em diferentes instalações (piscina, pavilhão e exterior), foi uma boa experiência, tendo em conta que tive de adaptar as estratégias no momento da execução, de forma a cativar / motivar os alunos para a prática desportiva.

No final de cada UD foi realizado um balanço onde constam os aspetos positivos e a melhorar, corrigidos na UD seguinte.

Os balanços das UD foram elaborados em torno dos seguintes pontos: o que aconteceu, o que fiz (estratégias aplicadas) e o que faria em próximas situações (sugestões).

### **3.1.3. Planos de Aula**

Segundo Aranha, A. (2004), o PA é uma sequência lógica e contínua da UD. “de modo a garantir a consecução dos objetivos pré-definidos na UD” cada aula deve ser “previamente planeada, de acordo com as aulas antecedentes e dando continuidade às que se seguem. A este plano chama-se PA”.

O PA é constituído por identificação, na qual consta o nome do professor, a UD referente, o número da aula da UD e da aula, a data, o ano e a turma, a hora da aula, o tempo horário, o número de alunos, a instalação, o objetivo específico da aula, a função didática, os conteúdos a abordar e o material.

Os objetivos operacionais são regidos por ação, contexto e critérios (retirados do documento de apoio fornecido pela PO).

Seguindo-se a sequência de tarefas, divididas numa tabela, definimos o tempo, a sequência de tarefas, as estratégias de avaliação e controlo (descrição e esquema). Neste domínio incluímos a transição, a organização, instrução e os objetivos operacionais (exemplo de um PA em Anexo III).

Na elaboração dos PA tive em conta a caracterização das turmas, adaptando os exercícios de forma evolutiva (dos mais simples aos mais complexos).

Os critérios de êxito que constam nos PA eram retirados de documentos de apoio fornecidos pela PO, com exceção das duas últimas UD que foram elaborados pelo NE.

Os PA eram entregues à PO antes do início de cada aula, sendo estas observadas pela mesma e pelo NE.

Num exercício de autorreflexão concluo que demonstrei uma evolução entre os primeiros PA e os seguintes, na sequência das sugestões da PO, de forma a simplificar e a usar uma linguagem mais precisa, bem como na forma de apresentação do PA e diminuição dos seus critérios de êxito, por exercício operacional.

Na lecionação, inicialmente, tive dificuldade no controlo do tempo. Tal aspeto comprometeu algumas vezes o cumprimento do PA. Neste início de lecionação, o facto de estar focada no PA e na organização, impediu-me de dar mais feedbacks do que eu desejaria. Posteriormente, os PA foram adaptados devido aos alunos estarem empenhados e a cumprir os objetivos das aulas ou pela necessidade de se fazer adaptações aos exercícios.

Com a experiência da lecionação foi notada uma evolução pessoal, em especial nos aspetos de controlo de turma, implementação de estratégias, organização e diminuição do tempo de empenhamento não motor e aumento de feedback positivo.

Após a lecionação de todas as aulas era realizado uma reunião com a PO, em que esta nos indicava alguns aspetos que considerava ser necessário melhorar, fazendo ainda o feedback positivo encontrado nas aulas, com base nos parâmetros de avaliação que constam em *“Supervisão Pedagógica em Educação Física e Desporto: Parâmetros e Critérios de Avaliação do Estagiário em Educação Física”*. De realçar que era nestes momentos, na fase final do encontro, que a PO fazia sugestões que permitiam reajustar tanto os PA como as estratégias durante a lecionação, bem como sugestões em relação aos objetivos operacionais, mostrando-se aberta a ouvir sugestões por parte do estagiário.

Em função destas reuniões eram elaborados os balanços dos PA onde contavam tanto os imprevistos acontecidos em contexto de aula, como a apresentação de sugestões de melhoria de próximos PA em situações idênticas.

Estes balanços seguiam sempre a seguinte estrutura:

- 1.º Considerações gerais;
- 2.º Avaliação do comportamento dos alunos;
- 3.º Avaliação das estratégias;
- 4.º Avaliação do tempo de atividade motora;
- 5.º Dificuldades dos alunos;
- 6.º Dificuldades do professor;
- 7.º Alterações do plano de aula;
- 8.º Sugestões de Aperfeiçoamento.

#### **3.1.4. Avaliação**

Segundo Aranha, A. (2004) “a avaliação refere-se à recolha de informações necessárias para um (mais) correto desempenho. É um regulador por excelência de todo o processo ensino-aprendizagem. É a consciência do próprio sistema educativo”.

Segundo a mesma autora “qualquer tarefa, atividade ou comportamento pode ser avaliado: os programas de educação física, as unidades didáticas, os planos de aula, a atividade e a intervenção pedagógica do professor, a atividade e o comportamento (cognitivo, motor, socio afetivo) dos alunos, as estratégias, as metodologias, a organização, etc.”

A referida autora refere ainda que “(...) avaliar e classificar são duas tarefas diferentes, com funções diferenciadas e, embora a segunda espelhe a primeira, não se deve confundir avaliação com classificação”.

Atendendo a estes princípios, durante o EP foram realizados três momentos de avaliação: diagnóstica, formativa, sumativa (onde se integrava a sumativa teórica). Com a finalidade de concretizar estes momentos foi criada uma escala (presente na UD) de 1 a 5, em que 1 correspondia a “não executa”; 2, “executa insuficiente”; 3, “executa razoavelmente”; 4, “executa bem”; 5, “executa muito bem”.

Esta escala foi elaborada desta forma, para facilitar a atribuição de classificação. Permitiu ainda distinguir os níveis de sucesso de cada aluno.

Tendo por base o Decreto-Lei n.º 17/2016, de 4 de abril, sobre os diversos tipos de avaliação existente no ensino básico, a avaliação diagnóstica foi uma forma de avaliação que facilitou a integração escolar dos alunos, sustentou a definição de estratégias de ensino e apoiou a orientação escolar e vocacional. A avaliação diagnóstica consistiu em perceber em que patamar os alunos e a turma se encontravam.

A avaliação formativa gerou medidas pedagógicas adequadas às características dos alunos e às aprendizagens a desenvolver e recorreu a dispositivos de informação detalhada sobre os desempenhos. A avaliação formativa foi utilizada para ajudar os alunos a melhorar e, desta forma, definindo novos PA mais adequados.

A avaliação sumativa (sumativa prática e teórica) realizou-se no final de cada período letivo e deu origem, no final do ano letivo, a uma tomada de decisão sobre a progressão, retenção ou reorientação do percurso educativo dos alunos. Neste tipo de avaliação foram elaborados dois testes diferentes, tendo em conta a tipologia dos alunos com e sem NEE. A avaliação sumativa prática consistia no mesmo plano da avaliação diagnóstica, permitindo ver a evolução motora dos alunos. A avaliação sumativa teórica, por outro lado, serviu como uma ferramenta de avaliação do conhecimento cognitivo, juntamente com o questionamento realizado em aula.

No final dos períodos eram realizadas duas reuniões: uma com a PO, para discutir as propostas de notas e alterar se necessário; outra com o conselho de turma, para proposta de notas e decisão estabelecido por este órgão.

### **3.1.5. Observações**

Durante o EP foram realizadas observações a todos os elementos envolvidos (vinte à PO, sem juízos de valor e quarenta e cinco a cada um dos estagiários pertencentes ao núcleo, com juízos de valor).

A importância das observações foi aprender tanto com a PO, como com cada um dos estagiários, pois a observação, segundo Aranha, A. (2007), a “observação é uma capacidade essencial a qualquer professor ou treinador. Ela tão importante na análise e avaliação das prestações dos alunos ou atletas, como na da própria atividade do professor. Ela permite identificar prestações menos eficazes, e, conseqüentemente, melhorar essa atividade. É neste contexto que a observação é largamente utilizada no apoio à formação de professores”.

A observação de aula permitiu corrigir erros, tanto a nível de organização como de estratégias aplicadas e sugestões de melhoria da intervenção dos estagiários. Para este fim, foi elaborada uma ficha de registo e, posteriormente, realizados os cálculos de gestão dos tempos de aula (exemplo de uma ficha de observação em Anexo IV).

Foi realizada a observação direta, que teve a duração de todo o estágio.

Em cada observação foram tidos em atenção os seguintes parâmetros: introdução à 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 (Aranha, A. 2008).

Na gestão do tempo de aula foi calculado o tempo disponível para a prática, o tempo útil, o tempo de empenhamento motor específico e o tempo de empenhamento motor não específico (Aranha, A., 2007).

## **3.2. Tarefas Escola-Meio**

### **3.2.1. Estudo de Turma**

O Estudo de Turma (ET) teve por base a publicação de Aranha, A e Coelho, N. (2007) "Modelo de um estudo de turma: estágio pedagógico em educação física e desporto – Série didática. Ciências aplicadas, 333".

Antes de iniciar a leção das aulas, na minha turma foi aplicado um ET, que consistia na aplicação de um questionário semiaberto adaptado, de um teste sociométrico e na medição do Índice de Massa Corporal (IMC). O emprego deste estudo permitiu conhecer melhor as características individuais, de forma detalhada, as particularidades cotextuais, sociais, culturais e psicológicas de cada um dos alunos da turma que me foi atribuída. Deste modo era permitido adequar as estratégias de ensino mais corretas (Questionário ET em Anexo V).

Este ET teve como objetivo o melhor conhecimento da turma, preferências e características individuais, saber quem praticava desporto e que tipo e os grupos existentes dentro da turma.

Embora a turma tivesse dezassete alunos, a amostra incidu sobre dezasseis alunos.

O questionário possuía três grupos: identificação dos alunos, saúde e educação física. No parâmetro relacionado com a identificação dos alunos foram incluídos o IMC e as características do aluno; na saúde, os problemas de saúde e as dificuldades motoras que cada aluna sentia; em educação física, o interesse pela disciplina e a vida desportiva.

Com a realização do estudo sociométrico, que estava estruturado em dois grupos (trabalho e lazer) pôde-se verificar a existência de grupos dentro da turma, bem como o seu líder e alguns alunos que poderiam ser rejeitados.

Foram desenvolvidas algumas estratégias na sequência do ET, entre as quais se destacam as seguintes:

- Implementação do espírito de equipa e valorização da coesão de turma;
- Ter em atenção os alunos com problemas de saúde;
- Utilizar aquecimentos diferentes de forma a cativar e motivar os alunos para a prática;
- Integrar os alunos com mais dificuldades em demonstração de alguns exercícios simples.

O ET influenciou a criação dos PA, principalmente nos exercícios de aquecimento, na organização de grupo e na escolha de elementos a utilizar na demonstração de exercícios.

A aplicação das estratégias referidas resultou no aumento da autoestima, numa melhor integração na dinâmica da aula, num aumento de coesão da turma e na motivação para a prática.

Assim, foram obtidos resultados bastante positivos.

### **3.2.2. Assessoria à direção de Turma**

A PO possuía uma direção de turma, na qual lecionava uma aula de Oferta Complementar de 45 minutos, onde se discutiam todos os assuntos relacionados com os alunos. Também nesta aula foram aplicados questionário de orientação sexual e testes de orientação vocacional.

Para além das reuniões acima descritas, realizei assessoria à direção de turma, no que a PO solicitava. Este tipo de atividade revelou-se muito importante, uma vez que na própria Universidade não tivemos a oportunidade de desenvolver este tipo de experiência, o que nos permitiu conhecer dinâmicas de trabalho fora da disciplina, importantes para a profissão.

Neste âmbito ainda estavam enquadradas as reuniões com os encarregados de educação e outros assuntos oriundos da direção da escola.

### **3.2.3. Corta-Mato**

Participámos na atividade de “corta-mato”, no dia 9 de novembro de 2016. Esta atividade foi organizada em conjunto com o núcleo de professores de educação física da escola, tendo cada um dos professores ficado encarregado pela divulgação e inscrição em contexto de cada uma das turmas, sendo a participação dos discentes completamente voluntária.

Esta atividade esteve globalmente bem conseguida. No entanto, na minha perspetiva, num próximo evento procederia da seguinte forma: dividir os alunos por provas e anos e atribuir um professor a cada um dos grupos; pedir para os alunos avisarem o professor responsável quando os encarregados de educação os viessem buscar, de modo a haver um maior controlo sobre os alunos; fazer uma lista e assinalar o número de dorsal, para saber a quem foi entregue, caso falem. É de salientar que o ponto de encontro marcado no local do evento foi muito importante, para o caso de algum elemento se perder, bem como o lanche organizado pela escola.

Considerando que este tipo de iniciativa não só mobiliza toda a escola assim como a comunidade envolvente, seria muito útil haver uma divulgação prévia através de cartazes elaborados pelos alunos, permitindo uma interdisciplinaridade no processo, bem como a utilização de clubes internos da escola, como por exemplo a rádio escolar, a associação de estudantes, entre outros.

### **3.2.4. Mega-sprint**

Foi realizado o mega-sprint no dia 3 de março de 2017. Durante as aulas foram recolhidos os dados das provas e feita a seleção de elementos que participaram. Esta atividade foi alargada a todas as turmas da escola. Foi uma atividade que estava incluída no Plano Anual de Atividades e foi realizado o acompanhamento dos alunos ao evento.

### **3.2.5. Desporto Escolar**

“No âmbito da educação, a dinamização do Desporto Escolar ganha especial relevância, quer como programa que fomenta a introdução à prática desportiva e à competição, quer enquanto estratégia de promoção do sucesso educativo e de estilos de vida saudáveis”. In Despacho n.º 6827/2017 – Programa de Desporto Escolar 2017/2021.

Quanto ao Desporto Escolar houve um maior envolvimento dos estagiários. No início do ano foi elaborado um cartaz e foram feitas as inscrições dos alunos que o iriam frequentar durante o ano.

Os treinos foram realizados inicialmente no polivalente e, posteriormente, no exterior, sendo realizados às terças-feiras, das 13,20 horas às 14,05 horas e às quintas-feiras das 13,20 horas às 14,50 horas.

Foram obtidas as autorizações dos encarregados de educação para as atividades do desporto escolar e da competição.

O NE foi responsável pelos treinos e pelo acompanhamento dos alunos às competições. O ténis de mesa foi a atividade desportiva que foi solicitada. Sendo um desporto que nunca tinha tido a oportunidade de o praticar, considero ter sido uma experiência muito positiva por me permitir aprender e aprofundar os conhecimentos da modalidade. Uma vez que este desporto foi desenvolvido junto de diversas faixas etárias, promoveu não só os conhecimentos desportivos, mas também a socialização, a ligação entre os mais velhos e os mais novos, a aceitação das vitórias e das derrotas e o desenvolvimento do espírito de equipa.

### **3.2.6. Semana de Atividades**

A semana de atividades coincidiu com a última semana de aulas em todos os períodos e era destinada para visita de estudo e torneios desportivos.

Os torneios do terceiro ciclo eram organizados pelo NE, incluindo a divulgação, a inscrição e a sua estruturação.

Foram realizados três torneios. O primeiro, de voleibol, foi realizado no dia 15 de dezembro de 2016. O segundo, de basquetebol, realizou-se em 3 de abril de 2017. E o terceiro, de futsal, no dia 16 de junho de 2017.

DE salientar que neste último, o nono ano não participou devido à preparação para exames.

Durante o decurso dos torneios, a função de arbitragem e de coordenação coube ao NE.

#### **4. Ação de Informação**

A Ação de Informação, levada a efeito pelo NE, realizou-se no dia 9 de maio de 2017, foi subordinada ao tema “Atividade Física Adaptada”, subdividida em duas modalidades – futsal para cegos e voleibol sentado. Este tema foi escolhido devido à escola ser uma escola de referência no domínio da visão e haver a necessidade de possibilitar a informação para os professores, em situações de futuro, nos domínios da visão e da mobilidade motora adaptada.

Apesar de estar dirigida aos professores da escola, a Ação de Informação foi aberta a todos os interessados.

Foram criados meios de divulgação (cartaz). Foi elaborado um flyer para distribuição aos participantes.

Foi realizado um documento de apoio à apresentação do trabalho. A apresentação foi dividida em duas partes. Cada parte era composta por teoria e prática, nas quais os participantes colaboraram na parte prática.

Esta atividade foi muito positiva uma vez que deu a possibilidade aos participantes de sentirem o que as pessoas com este nível de incapacidades passam. Os materiais para as atividades foram distribuídos pelo NE.

Considero que a atividade permitiu concluir que num próximo evento semelhante, a parte teórica deve ser menor e a parte prática deve ser mais aprofundada.

No final foi pedido aos participantes o preenchimento de um inquérito, para nos permitir fazer um balanço reflexivo.

Esta Ação permitiu que eu retirasse algumas conclusões. Em primeiro lugar, embora não sentisse, no imediato, grande ajuda, devido à escola não possuir alunos com aquelas características, serviu a todos os participantes para recolher ensinamentos em situações futuras de forma a trabalhar e inserir este tipo de alunos no ensino de educação física normal, demonstrando-se que não é uma “missão impossível”, antes porém, desejável, pois é na diferença que todos aprendemos melhor.

## 5. Reflexão da Prática Pedagógica

*...” goste do que faz, se respeite e respeite o aluno,  
os pais de alunos e não se ache o dono da verdade, compreendendo  
que o aluno chega à escola com um saber e veja os pais e os elementos da  
sociedade como educadores...”*

*(in A Prática de Ensino e o Estágio Supervisionado, 1991)*

O culminar do meu percurso académico teve um forte contributo da experiência obtida no meu EP. O percurso académico anterior, baseado na Licenciatura de Ciências de Desporto e no Mestrado no Ensino de Educação Física nos Ensino Básico e Secundário, só poderia ter culminado com êxito, através dos conhecimentos e experiência obtidos no EP.

A expectativa que tinha do EP, talvez por dar treinos a diferentes faixas etárias, era diferente da realidade, uma vez que os atletas estavam mais predispostos para a prática, enquanto os alunos exigiram uma abordagem diferente, por serem grupos heterogêneos, com diferentes interesses e perfis também diferenciados.

Por isso o EP foi uma experiência extraordinária pelos contributos variados que recebi de diferentes fontes, em especial por parte dos alunos, tornando-se uma vivência memorável em todas as vertentes profissionais futuras.

O contributo que recebi teve um impacto muito positivo no meu EP, por ter sido muito bem recebida, por toda a comunidade escolar, que tiveram a preocupação de me integrarem em toda a cultura de escola, que desconhecia.

A relação com os docentes do grupo de educação física foi muito boa, tendo a partilha de conhecimentos e os convívios fora do horário escolar, favorecido a minha integração no grupo, pelo que senti, logo desde o início, mais uma professora de entre aquele grupo e menos uma estagiária. As próprias reuniões do grupo de educação física eram muito positivas, porque todos tinham em conta a minha opinião.

A oportunidade de iniciar o estágio com as observações à PO, além de me permitirem, como referi anteriormente, observar uma professora mais experiente, ver os seus métodos e aprender com ela, também me possibilitou o conhecimento mais rigoroso das turmas com que ia trabalhar. Esta facultou-nos uma aula para aplicação do ET, que se veio a verificar ser mais uma ferramenta para a lecionação das aulas.

De acordo com Viera, F. et all (2006), “(...) a principal dimensão da reflexão foi o processo de ensino-aprendizagem, nomeadamente os papéis pedagógicos, as estratégias didáticas e de aprendizagem e os objetivos e pressupostos de aprendizagem.”

Atendendo a estes princípios, a dimensão da minha reflexão, começou com o processo de ensino aprendizagem, logo quando dei início à primeira aula. Nesta a ansiedade e o nervosismo do momento aliados ao facto de estar a ser avaliada, levaram-me a ter uma atitude mais rígida do que seria de supor. Esta forma de lecionar só foram superadas passadas algumas aulas e após várias reuniões com a PO, tornando-se com o tempo mais natural e fluída.

Em relação ao feedback, foi mais escasso no início, tornando-se mais frequente ao longo do estágio. Procurei promover um clima positivo na aula, transmitindo uma afetividade essencialmente positiva, elogiando, incentivando o esforço do aluno e /ou da turma. Segundo Avões, P. (2015), "(...) o feedback deve ser claro, intencional, significativo e dirigido à tarefa, aos processos e autorregulação e não à própria pessoa (...) pois nos casos em que o feedback se dirige mais ao aluno do que à tarefa pode ter efeitos negativos no desempenho dos alunos dado que ao chamar a atenção para a identidade dos próprios alunos, aqueles que temem o fracasso tendem a minimizar o esforço, de forma a evitar os riscos envolvidos na resolução de tarefas mais desafiadoras".

Quanto às estratégias utilizadas, no início realizava a chamada de forma a poder decorar o nome de todos os alunos; posteriormente e após alcançado este objetivo, passei a retirar a chamada de forma a aumentar o tempo de empenhamento motor/ aprendizagem dos alunos e garantir um clima motivacional positivo que desse para garantir a concretização dos objetivos delineados; também tinha sempre em atenção o relembrar das regras de segurança utilizando uma linguagem adequada e acessível; por outro lado tinha em atenção a posição dos alunos, em especial quando havia maior foco de distração; tentei variar nas formas de aquecimentos de maneira a motivar e a estimular os alunos para a prática desportiva. Estas estratégias foram aplicadas durante o estágio e foram evoluindo durante o estágio, pelo que surtiram o efeito desejado e servir-me-ão para o futuro.

Um dos aspetos em que verifiquei ter tido mais dificuldade foi o da comunicação. Não pelo facto da linguagem em si, nem pelo tempo despendido, mas sim na projeção de voz, tendo tido a necessidade de arranjar estratégias para combater esta lacuna. Com o tempo registei melhoria neste aspeto.

Aconteceram diversos imprevistos ao longo do estágio, durante as aulas como fora delas, o que me causou diversas dificuldades. Tendo a necessidade de me ajustar às situações verificadas, consegui fazer uma gestão de imprevistos com bastante sucesso, pois todas as situações verificadas foram resolvidas com êxito.

Uma das vantagens que me foi possibilitada foi lecionar em dois níveis distintos, em duas turmas diferentes (turmas do 8.º e do 9.º ano). Esta situação permitiu-me experimentar formas diferentes de trabalhar, o que num só nível e numa só turma seria impossível aprender

com esta prática. Consegui alcançar os objetivos traçados quer para uma, quer para outra turma, apesar de serem turmas com características diferentes.

Sobre a Ação de Informação, apesar das circunstâncias terem levado a um stress prévio à apresentação, o que é certo é que esta foi concretizada com bastante êxito, superando mesmo as expectativas. Esta Ação deu a possibilidade de partilhar informação e de projetar num futuro a ideia de que a partilha de conhecimento e a reflexão serão para continuar.

Em relação aos torneios e outras atividades foram fatores importantes no meu desenvolvimento pessoal e social, tanto na organização destes, como na participação, pela responsabilidade que estes eventos acarretavam.

Por fim, considero ter sido esta uma experiência única irrepetível, extremamente necessária para todos os que desejam seguir esta carreira, pois é um contexto totalmente diferente do treino e das aulas da faculdade.

## Conclusão

O Relatório da Prática de Ensino Supervisionada encontra-se patente no presente documento e contém os passos mais importantes que foram dados no ano letivo de 2016/2017, como elemento fundamental para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Subjacente a este documento e a todo o material elaborado durante o EP, fica um conjunto importante de saberes para a prática docente futura.

Se se consideram importantes, no desenvolvimento de todo o documento, as práticas supervisionadas assentes em critérios teóricos inerentes à supervisão pedagógica, não menos importante e, quiçá, fundamental, foi a oportunidade para refletir e aproveitar os ensinamentos dados pela PO, pela partilha e reflexão feitas pelos restantes colegas de estágio, bem como a reflexão individual que tal exercício obriga.

A sociedade atual está em constante mudança. Adequar a prática à necessidade de ensino que a sociedade hodierna exige, requer da parte dos professores uma perceção de que todos nós estamos em construção e que somos seres inacabados.

De acordo com Freire, P. (1996) “o sujeito que se abre ao mundo e aos outros inaugura com seu gesto a relação dialógica em que se confirma como inquietação e curiosidade, como inconclusão em permanente movimento na História”.

Este é e será o nosso desafio.

## Referências

- Alarcão, I. & Tavares, J. (2016). *Supervisão da Pática Pedagógica: Uma Perspetiva de Desenvolvimento e Aprendizagem (2ª Edição)*. Coimbra: Edições Almedina, SA
- Aranha, A. & Coelho, N. (2007). *Modelo de um Estudo de Turma: Estágio Pedagógico em Educação Física e Desporto (Série Didática. Ciências Aplicadas; 333)*. Vila Real: UTAD.
- Aranha, A. (2004). *Organização, Planeamento e Avaliação em Educação Física (série Didática. Ciências Sociais e Humanas; 47)*. Vila Real, UTAD.
- Aranha, A. (2007). *Observação de Aulas de Educação Física: Sistematização de Observação e Fichas de Registo (Série Didática. Ciências Aplicadas; 334)*. Vila Real: UTAD.
- Aranha, A. (2008). *Supervisão Pedagógica em Educação Física e Desporto: Parâmetros e Critérios de Avaliação do Estagiário em Educação Física (documento de orientação)*. Vila Real, UTAD.
- Avões, Patrícia (2015). *O Feedback dos Professores e o Envolvimento dos Alunos na Escola: Um Estudo com Alunos do 9º ano. Tese de Mestrado*. Universidade de Lisboa Instituto de Educação, Lisboa.
- Decreto-Lei n.º 17/2016, de 4 de abril, *Avaliação do Ensino Básico*, publicado no Diário da República, 1.ª série — N.º 65 — 4 de abril de 2016
- Despacho n.º 6827/2017, Diário da República, 2.ª série — N.º 152 — 8 de agosto de 2017.
- Fazenda, I., Ribeiro M., Bizzo, N., Pontuschka, N., Kulcsar, R., Piconez, S., Kenski, B., & Boulos, Y. (1991). *A Prática de Ensino e o Estágio Supervisionado*. S.Paulo: Papyrus.
- Ferreira, P. & Fernandes, P., (2015). *Supervisão Pedagógica em Contexto de Formação Inicial de Professores do 1ºCEB: Uma Análise Focada nos Relatórios de Estágio*. *Saber e Educar*, 244–253.
- Freire, P. (1996). *Pedagogia da Autonomia: Saberes Necessários à Prática Educativa*. São Paulo: Paz e Terra.
- Vieira, F., Moreira, M., Barbosa, I., Paiva, M. & Fernandes, I. (2006). *No Caleidoscópio da Supervisão: Imagens da Formação e da Pedagogia*. Mangualde: Edições Pedagogo.

## **Anexos**

## Anexo I – Exemplo de uma Planificação

**Planificação 2º Período 9ºC**

39 Aulas – 13 blocos de 45min + 13 blocos de 90 min

Janeiro		Fevereiro		Março		Abril	
3ª Feira	5ª Feira	3ª Feira	5ª Feira	3ª Feira	5ª Feira	3ª Feira	5ª Feira
Dia 03 AULA 37 45 min AV.D	Dia 05 AULA 38 e 39 90 min AV.F		Dia 02 AULA 50 e 51 90 min AV. F		Dia 02 AULA 61 e 62 90 min AV.F	Dia 04 AULA 75 45 min S.A	
Dia 10 AULA 40 45 min AV.F	Dia 12 AULA 41 E 42 90 min AV.F	Dia 07 AULA 52 45 min AV.S	Dia 09 AULA 53 e 54 90 min AV.S	Dia 07 AULA 63 45 min AV.F	Dia 09 AULA 64 e 65 90 min AV.F		
Dia 17 AULA 43 45 min AV.D	Dia 19 AULA 44 E 45 90 min AV.F	Dia 14 AULA 55 45 min AV.D	Dia 16 AULA 56 e 57 90 min AV. F	Dia 14 AULA 66 45 min AV.ST	Dia 16 AULA 67 e 68 90 min AV.F		
Dia 24 AULA 46 45 min AV. F	Dia 26 AULA 47 e 48 90 min AV.F	Dia 21 AULA 58 45 min AV.F	Dia 23 AULA 59 e 60 90 min AV.F	Dia 21 AULA 69 45 min AV.F	Dia 23 AULA 70 e 71 90 min AV.F		
Dia 31 AULA 49 45 min AV.F		Dia 28 FÉRIAS CARNAVAL		Dia 28 AULA 72 45 min AV.S	Dia 30 AULA 73 e 74 90 min AV.S		

	<b>U.D – Andebol</b> , lecionada pela Professora Estagiária Andreia Lourenço- 18 aulas (6 blocos de 45 min + 6 blocos de 90 min).
	<b>U.D – Basquetebol</b> , lecionada pela Professora Estagiária Andreia Lourenço- 20 aulas (6 blocos de 45 min + 7 blocos de 90 min ).
	Semana de Atividades (Torneio de Basquetebol) – 1 bloco de 45 min
	<b>Férias de Carnaval</b> – Dia 28/Fev.
Legenda:	<b>AV. D</b> – avaliação diagnóstica; <b>AV. F</b> – avaliação formativa; <b>AV. S</b> – avaliação sumativa; <b>AV.ST</b> - avaliação sumativa teórica; <b>S.A</b> – semana de atividades

## Anexo II – Exemplo de uma UD

Agrupamento de Escolas Diogo Cão			UNIDADE DIDÁTICA		Basquetebol	Planificação		
POPULAÇÃO ALVO	ANO	9º	CRITÉRIOS, PARÂMETROS E PONDERAÇÕES DE AVALIAÇÃO	D Sócio-afetivo	20%	Material	4,0%	Observação Direta; Frequência; S - Traz material; N - não traz material
	TURMA	C				Empenho/Cooperação	4,0%	Observação Direta; Frequência; 3 - Muito Empenhado; 2 - Interessado; 1 - Nada Interessado
	Nº Alunos	17		D Cognitivo	10%	Comportamento	8,0%	Observação Direta; Frequência; 3 - Bem comportado; 2 - Mais ou Menos Comportado; 1 - Mal comportado
	Feminino	10				Organização e Autonomia	4,0%	Observação Direta; Frequência; 3- Fez todas as Aulas; 2- Relatório Organizado; 1- Relatório Mal organizado; 0 - Não Fez Relatório
	Masculino	7		D Psicomotor	70%	Teste Teórico/Questionamento	10,0%	Realização do TT; Cotação 100%, conforme matriz respetiva; Observação direta
	NEE	5				Avaliação Contínua das destrezas	60,0%	Observação Direta; Escala par: 1(NE) 2(EI) 3(ER) 4(EB) 5 (EMB); (soma / max ) X 100
						Avaliação Prática	10,0%	Observação Direta; Escala par: 1(NE) 2(EI) 3(ER) 4(EB) 5 (EMB); (soma / max ) X 100
<b>Nota :</b> Os alunos com atestado médico serão avaliados através do domínio Cognitivo (80 %) e o domínio Sócio Afetivo (20%)								
CARACTERIZAÇÃO DOS RECURSOS	TEMPORAIS	Início e Término	Início a 14 de Fevereiro de 2017 e Término a 4 de Abril de 2017					
		Número de Aulas	7 blocos de 45 min + 7 blocos de 90 min (21 aulas no total) - 3ª Feira (10:00 - 10:45) + 5ª Feira (15:00 - 16:30)					
	MATERIAIS	Instalações	3ª Feira 45' : Pavilhão 5ª Feira 90' : Pavilhão					
		Material	Bolas, cestos, sinalizadores, coletes					
	HUMANOS	Professor	Andreia Lourenço - Responsável pela lecionação da Unidade Didática					
Outros		Alunos - Responsáveis pela regulação das aprendizagens (estilo de ensino recíproco e auto-avaliação); Assistentes Operacionais: Srº Luís, Srª Irene - Responsáveis pelo controlo geral e apoio educativo.						
DEFINIÇÃO DE OBJETIVOS	DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO	A - Na perspetiva da qualidade de vida, da saúde e do bem-estar: (1) Promover o gosto pela prática regular das atividades físicas e assegurar a compreensão da sua importância como fator de saúde e componente da cultura, na dimensão individual e social; (2) Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais. B - Participar ativamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e do grupo: (1) Relacionando-se com cordialidade e respeito pelos seus companheiros, quer no papel de parceiros quer no de adversários; (2) Promovendo a entreajuda; (3) Cooperando nas situações de aprendizagem e de organização, escolhendo as ações favoráveis ao êxito, segurança e bom ambiente relacional, na atividade da turma; (4) Cumprindo com empenho e brio as atividades letivas propostas. (5) Promove regras e hábitos de pontualidade, assiduidade, higiene e saúde. C - Realizar e analisar, do Basquetebol, passes, dribles, lançamentos e ações técnico-táticas ofensivas e defensivas, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento como praticante.						
	DOMÍNIO COGNITIVO	A - Na perspetiva da qualidade de vida, da saúde e do bem-estar: (1) Promover a aprendizagem de conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades físicas; (2) Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança. B - Analisar e interpretar a realização das atividades físicas selecionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva, etc. C - Realizar e analisar, do Basquetebol, passes, dribles, lançamentos e ações técnico-táticas ofensivas e defensivas, cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento como praticante.						
	DOMÍNIO PSICOMOTOR	A - Na perspetiva da qualidade de vida, da saúde e do bem-estar: (1) Melhorar a aptidão física, elevando as capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às necessidades de desenvolvimento do aluno. B - Em situação de exercício critério e em exercício competitivo <b>Jogo 5 x 5</b> , realiza: 1) <b>Passe de Ombro</b> – Deve ser utilizado para as distâncias maiores. 2) <b>Arranques em drible</b> - Deve ser utilizado a quando inicia o drible, aproveitando para ganhar vantagem do oponente direto. Existem dois tipos de Arranques: Direto e Cruzado. 3) <b>Mudanças de Direção</b> - Vão ser abordadas 3 tipos de mudanças, pela frente, pelas costas e entre pernas 4) <b>Lançamentos</b> - Os lançamentos são utilizados para marcar pontos. Existem três tipos de lançamentos: em apoio, na passada e em suspensão. 5) <b>Ressalto</b> - O ressalto desempenha um papel fundamental no desenrolar do jogo. Os jogadores devem estar preparados pois qualquer lançamento pode ser falhado e, como tal, é importante estar preparado para o ressalto. Existem dois tipos de ressalto: ofensivo (nova oportunidade de lançamento) e defensivo (recuperar a posse de bola). 6) <b>Aclaramento</b> - O jogador que vê um companheiro da sua equipa aproximar-se em drible na sua direção, deverá afastar-se da sua posição inicial mantendo o espaço livre para o seu colega de equipa. 7) <b>Desmarcação</b> - Libertar-se parcial ou totalmente da presença do adversário direto para encontrar uma situação favorável para receber a bola. Esta pode ser feita de duas formas: desmarcação para a bola (abrir); desmarcação para o cesto (corte).						
Agrupamento Vertical de Escolas Diogo Cão			Estagiária: Andreia Inácio Lourenço (nº 53902)			Disciplina: Educação Física 2016 -2017		

Sequencialização Basquetebol							
AULA		DATA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	FUNÇÃO DIDÁTICA	ESPAÇO	MATERIAL	ESTRATÉGIAS
Ano	UD						
55	1	14/fev	Avaliação Diagnóstica	Avaliação / Controlo	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
56 e 57	2 e 3	16/fev	Domínio do Lançamento na Passada Domínio do arranque Direto Domínio do arranque Cruzado	1ª Transmissão (aquisição) 1ª Transmissão (aquisição) 1ª Transmissão (aquisição)	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
58	4	21/fev	Domínio do Lançamento na Passada Domínio do arranque Direto Domínio do arranque Cruzado	2ª Transmissão (assimilação) 2ª Transmissão (assimilação) 2ª Transmissão (assimilação)	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
59 e 60	5 e 6	23/fev	Domínio de Mudanças de Direção Domínio da Desmarcação	1ª Transmissão (aquisição) 1ª Transmissão (aquisição)	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
61 e 62	7 e 8	02/mar	Domínio de Mudanças de Direção Domínio da Desmarcação Domínio do Lançamento em Apoio	2ª Transmissão (assimilação) 2ª Transmissão (assimilação) 1ª Transmissão (aquisição)	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
63	9	07/mar	Avaliação do Domínio Cognitivo	Avaliação/ Controlo	Sala	Caneta	Teste Teórico
64 e 65	10 e 11	09/mar	Domínio do Lançamento em Apoio Domínio do Lançamento em Suspensão	2ª Transmissão (assimilação) 1ª Transmissão (aquisição)	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
66	12	14/mar	Domínio do Lançamento em Suspensão Domínio do Ressalto	2ª Transmissão (assimilação) 1ª Transmissão (aquisição)	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
67 e 68	13 e 14	16/mar	Domínio do Ressalto Domínio do Passe de Ombro	2ª Transmissão (assimilação) 1ª Transmissão (aquisição)	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
69	15	21/mar	Domínio do Passe de Ombro Domínio do Aclaramento	2ª Transmissão (assimilação) 1ª Transmissão (aquisição)	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
70 e 71	16 e 17	23/mar	Domínio do Aclaramento	2ª Transmissão (assimilação)	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
52	18	28/mar	Avaliação Sumativa	Avaliação/Controlo	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
53 e 54	19 e 20	30/mar	Avaliação Sumativa	Avaliação/Controlo	Pavilhão	Bolas, balizas, sinalizadores, coletes	Exercícios critério; Situação de jogo
55	21	04/abr	Semana de Atividades	SA	Pavilhão		

**Estratégias de Abordagem da Unidade Didática**

Este ponto enuncia as estratégias aplicadas durante a leção da Unidade Didática, com o objetivo de aumentar o tempo de empenhamento motor/ aprendizagem dos alunos, garantir um clima motivacional positivo para desse garantir a concretização dos objetivos delineados. Assim sendo, ao longo das aulas foram utilizadas estratégias abaixo mencionadas:

- Não realização da chamada dos alunos, de modo a aumentar o tempo de empenhamento motor;
- Os alunos devem estar colocados estrategicamente em forma de meia-lua, de frente para o professor e de costas para a porta de entrada, outras aulas e para o sol (aula exterior) Esta estratégia permite ao professor um maior controlo da classe e evita a desconcentração e comportamentos fora da tarefa por parte dos alunos;
- Instruções essenciais, linguagem acessível e demonstração com alunos no local da sua realização de todas as tarefas;
- Mencionar os critérios de êxito relativamente a um gesto sempre na instrução que precede a realização do exercício em vez de mencionar todos na introdução da aula (aulas com mais do que um objetivo específico);
- Realização de várias formas de aquecimento, diversificação de tarefas/exercícios de forma a motivar e a estimular os alunos a superar as suas capacidades;
- Colocação das bolas no banco sueco; as bolas mais macias são dadas as meninas;
- Inclusão dos alunos com menos aptidão nos grupos mais fortes;
- Aplicação de vários níveis de complexidade de execução no mesmo exercício;
- Promoção de um clima positivo na aula, transmitindo uma afetividade essencialmente positiva, elogiando, incentivando o esforço do aluno, Feedbacks essencialmente individuais. Referência constante aos critérios de êxito;
- Sinais de reunião (1 apito). Ao ouvirem 1 apito, os alunos param de realizar o exercício e colocam logo a bola debaixo do braço. Ao som de 1 apito seguido de chamada aproximam-se de mim e posicionam-se de modo a ouvirem a explicação do próximo exercício;
- Alunos que não fazem aula ajudam na colocação do material e realizam a tarefa de árbitros. Realizam também um relatório da aula.
- No fim de cada aula é realizado oralmente um questionamento à turma de modo a rever a aula.

## Anexo III – Exemplo de um PA



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DIEGO CÃO – VILA  
REAL

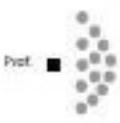
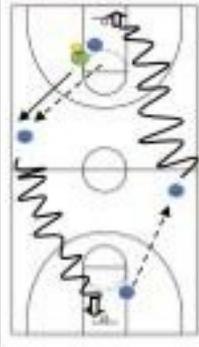


PLANO DE AULA		
<b>Professor:</b> Andreia Lourenço	<b>Unidade didática:</b> Basquetebol	
<b>Aula U.D.:</b> 15	<b>Aula nº:</b> 89	<b>Data:</b> 25/03/2017
<b>Ano/Turma:</b> 9ºC	<b>Hora:</b> 10h00 – 10h45	<b>Tempo horário:</b> 45'
<b>NºAlunos:</b> 17	<b>Instalação:</b> Pavilhão (Escola E.B. 2.3 Diego Cão)	
<b>Objetivo específico:</b> Domínio do Recsalto Domínio do Passe de Ombro	<b>Função didática:</b> 2ª Transmissão (assimilação) 1ª Transmissão (aquisição)	<b>Conteúdos:</b> Recsalto, Passos de Ombro.
<b>Material:</b> Bolas, Coletes, Sinalizadores		

OBJETIVOS OPERACIONAIS			
Nº	Ação	Contexto	Crítérios de êxito
1	<b>Recsalto e Passe de Ombro</b>	Exercício crítico: 1x0	<p><b>Recsalto:</b> - Ofensivo: Antecipar-se ao defensor para lhe ganhar a posição; Realizar movimentos rápidos, com mudanças de direção, dificultando o bloqueio defensivo; Saltar para a bola, agarrá-la sobre a cabeça e, sem baixar os braços, lança-la novamente. - Defensivo: Observar a movimentação do atacante após o lançamento; Ocupar uma posição entre o cesto e o atacante; Bloquear o atacante; Saltar para a bola, agarrá-la com as duas mãos e protegê-la amento em apoio, com a diferença de ser antecedido de um salto. O lançamento deve ser executado no ponto mais alto do salto.</p> <p><b>Passe de Ombro</b> Segurar a bola com as duas mãos ao lado e por cima do ombro; Colocar o cotovelo numa posição levantada; Avançar o corpo e a perna do lado da bola; Fazer a extensão do braço e finalizar o passe com golpe de pulso.</p>
2	<b>Jogo Condicionado</b>	3x3	<u>Todos os critérios acima mencionados</u>

Este documento encontra-se disponível em: <http://www.agrupamento-vr.com/pt/contato>



Tempo	Sequência de tarefas	Estratégias de avaliação e controlo	
		Descrição	Esquema
10h10 2'	<b>Introdução de aula</b>	A professora, com os alunos em forma de meia-lua à sua frente, informa qual o objetivo da aula. Expõe as regras de segurança e as normas de funcionamento e de conduta da Unidade Didática e da aula.	
10h12 1'	<b>T/D</b>	A professora mobiliza os alunos	
10h13 10'	<b>Aquecimento Esportivo / 1º Objetivo Operacional</b>	<p>Os alunos formam duplas, sendo que enquanto um lança e vai ao próprio ressalto o outro tem de ir ao meio campo e voltar, para receber um passe do colega. Após o colega passar a bola, vai ao meio campo e volta para o cesto e espera que o colega lhe passe a bola, sempre assim.</p> <p>Do outro lado realiza, a pessoa que atacou, passe a tabela e passe de ombro para o colega que finaliza no cesto contrário.</p> <p><b>Estratégia 1:</b> A professora circula pelo campo e posiciona-se de forma a visualizar toda a turma.</p> <p><b>Estratégia 2:</b> controlar a segurança dos alunos.</p> <p><b>Estratégia 3:</b> A professora dá feedback quando necessário.</p>	
10h23 3'	<b>T/Oit</b>	A professora reúne os alunos, explica como quer que o jogo decorra, forma equipas e mobiliza os alunos.	
10h26 12'	<b>2º Objetivo Operacional</b>	<p>Alunos realizam jogo 3x3. Mas após ressalto defensivo, é obrigatório realizar passe de ombro. Para isso é preciso que pelo menos um colega da equipa se desloque para receber a bola (campo inteiro)</p> <p><b>Estratégia 1:</b> A professora circula pelo campo e posiciona-se de forma a visualizar toda a turma.</p> <p><b>Estratégia 2:</b> controlar a segurança dos alunos.</p> <p><b>Estratégia 3:</b> A professora dá feedback quando necessário.</p>	

Doc. de apoio ao aluno - 2020-2021 - VILA REAL - AGRUPAMENTO DE ESCOLAS D. JOÃO DE CASTRO - VILA REAL - WWW.AGRUPAMENTO-DE-ESCOLAS-DE-CASTRO.VILA-REAL.PT - WWW.AGRUPAMENTO-DE-ESCOLAS-DE-CASTRO.VILA-REAL.PT





## Anexo IV – Exemplo de uma Ficha de Observação

<b>Aula N°:</b>		<b>Unidade Didática:</b>		<b>Início da Aula:</b>	
<b>Ano:</b>		<b>Tempo Horário:</b>		<b>Final da Aula:</b>	
<b>Turma:</b>		<b>Instalação:</b>			
<b>Data:</b>		<b>Professor:</b>			

<b>Tempo</b>	<b>Comportamento</b>	<b>I</b>	<b>O/T</b>	<b>TE</b>	<b>TNE</b>

<b>Gestão de Tempo de Aula:</b>	
<b>Início da aula (min)</b>	
<b>Fim da aula (min)</b>	
<b>Tempo útil (Sec)</b>	

<b>Total:</b>	
<b>I/O/T</b>	
<b>TE</b>	
<b>TNE</b>	

<b>TDP = Tu – (I+O/T)</b>			
		<b>% de Tu</b>	<b>% de TDP</b>
<b>TDP=Tu - I/O/T</b>			
<b>TE</b>			
<b>TNE</b>			

## Ficha de Registo

<b>Parâmetros</b>	<b>Pontuação</b>
1°	
2°	
3°	
4°	
5°	
6°	
7°	
8°	
9°	
10°	
<b>Total</b>	

Nota Final (0-20):

## Anexo V – Questionário ET

Mestrado em ensino da Educação Física nos ensinos básico e secundário  
Agrupamento de Escolas Diogo Cão  
2016-2017



## Estudo de Turma

O objetivo do presente inquérito é proporcionar ao professor de educação física o conhecimento melhorado dos seus alunos de forma a contornar possíveis dificuldades ou problemas que possam surgir, razões pelas quais este inquérito é absolutamente confidencial. É pedido aos alunos honestidade e sinceridade para os resultados serem credíveis e posteriormente o tratamento de dados seja o melhor.

### Identificação do Aluno

Nome: \_\_\_\_\_

Ano: \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_ Nº: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_

Data de Nascimento: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

### Saúde

1) Tem problemas de saúde? Sim  Não   
1.1) Quais?

2) Tem dificuldades motoras? Sim  Não   
2.1) Quais?

### Educação Física

3) Gostas da disciplina? Sim  Não

4) Qual é o tipo de Aquecimento que mais gostas?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Mestrado em ensino da Educação Física nos ensinos básico e secundário  
Agrupamento de Escolas Diogo Cão  
2016-2017



**Vida Desportiva**

5) Praticas alguma modalidade? Sim  Não   
5.1) Qual?

6) Praticas alguma modalidade federada? Sim  Não   
6.1) Qual?

Mestrado em ensino da Educação Física nos ensinos básico e secundário  
Agrupamento de Escolas Diogo Cão  
2016-2017



### Teste Sociométrico

Enumera três pessoas com quem gostarias de ir ao cinema.

---

---

---

Enumera três pessoas com quem não gostarias de ir ao cinema.

---

---

---

Enumera três pessoas com quem gostarias de formar um grupo

---

---

---

Enumera três pessoas com quem não gostarias de formar um grupo

---

---

---

Obrigada pela Atenção!