

UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO

MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada



Mestrando: João Sena

Orientador: Professor Doutor Luís Vaz

Orientador Cooperante: Professor José Pires

Vila Real

2020

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

Depois de mais uma conquista académica, resta-me agradecer a todos os envolvidos que fizeram com que a mesma se tornasse possível.

Primeiramente, quero agradecer à minha família, pais, avós e tios, que foram uma peça fundamental neste meu progresso, pelo suporte e apoio que me deram ao longo deste trajeto. Para além disso, pelos esforços realizados, tanto a nível psicológico/emocional, como a nível económico, para que eu pudesse ter um caminho inesquecível e que não irei voltar a ter tão cedo na vida. Obrigado por acreditarem que eu era capaz e nunca duvidarem de mim.

De seguida, quero agradecer aos meus amigos, que nunca me deixaram por ir para a universidade e que sempre me incentivaram a seguir o meu caminho, sempre com uma palavra de conforto e união. Tal como eu nunca os deixei, eles estiveram sempre cá para o que fosse necessário.

Agradeço também a todos os meus colegas da licenciatura e do mestrado de ensino, pelos momentos que passámos juntos, desde aventuras, conversas até aos trabalhos realizados em grupo, que sem eles nunca os poderia completar. Por fim, a estes companheiros quero dar um “Obrigado”, essencialmente por esta amizade.

A todos os meus professores desde a licenciatura até ao mestrado, que partilharam o seu conhecimento para comigo, também foi por estes/as professores/as que consegui chegar onde cheguei.

Ao professor José Pires, por todo o tempo gasto em mim, pela ajuda prestada, pela partilha de conhecimentos, pelos conselhos dados, pela disponibilidade no esclarecimento de dúvidas e acima de tudo por ter disso sempre “estás a fazer mal”, “não deves fazer assim”, “tens de fazer isto para melhorar”, “tens de mudar a tua estratégia”. Pois é com os erros que aprendemos a melhorar e ele foi a pessoa que fez com que eu saísse deste estágio com mais conhecimento e com mais estratégias de como dar uma aula e como controlar uma turma. Agradeço por me ter feito evoluir, mostrando sempre o caminho mais indicado.

À professora Ágata Aranha, pelo apoio dado ao longo destes cinco anos, pois

sempre que necessário ajudava os seus alunos em momentos de maior aflição, também pela partilha de conhecimentos, tanto na licenciatura como já no mestrado e agradecer também pela ajuda na elaboração deste relatório de estágio.

Um obrigado aos meus alunos pois, foi um ano diferente, a lidar com uma turma que não conhecia e mostraram muita vontade em realizar as várias atividades que levava para eles, agradeço por este ano incrível.

Para finalizar, um especial obrigado à cidade de Vila Real e à Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, que me acolheu nos últimos 5 anos e de onde vou levar comigo muitas experiências, muito conhecimento e muitas amizades para a vida.

Índice

Agradecimentos	3
Resumo	8
Abstract.....	9
Introdução	10
1. Organização curricular	12
2. Enquadramento pessoal	13
2.1 Quem é o estagiário?	13
2.2 Expetativas pessoais	14
2.3 Expetativas em relação aos alunos.....	15
2.4 Expetativas em relação à escola	15
2.5 Expetativas em relação ao orientador de estágio	16
2.6 Expetativas em relação ao supervisor de estágio.....	16
2.7 Expetativas em relação ao estágio profissional	16
3. Relação com a comunidade escolar.....	18
3.1 A escola.....	18
3.2 Sala dos professores/corpo docente	18
3.3 Departamento de Educação Física.....	18
3.4 Orientador de estágio	19
3.5 Coorientador da Universidade.....	20
3.6 A turma e os alunos.....	20
3.7 Estudo de turma	21
4. Estágio pedagógico	23
4.1 Conceção	23
4.2 Planeamento anual	24
4.3 Unidades didáticas	24

4.4	Planos de aula	26
4.5	Balanços de aula	28
4.6	Avaliação	28
4.7	Prática pedagógica supervisionada	30
4.8	Estilos de ensino.....	30
5.	Participação em atividades escolares.....	32
5.1	Torneio de basquetebol 3x3.....	33
5.2	Desporto escolar (Futsal feminino).....	34
5.3	Mega quilómetro e mega sprint	34
5.4	Taça morgado (futsal masculino)	35
5.5	Taça morgadinha.....	36
5.6	Caça ao tesouro.....	36
6.	Reflexão final de estágio.....	38
6.1	Aprendizagens como estagiário.....	38
6.2	Compromisso com a aprendizagem dos alunos.....	38
6.3	Prática pedagógica supervisionada	39
6.4	Experiência profissional	40
	Conclusão	42
	Aperfeiçoamentos e sugestões.....	44
	Referências Bibliográficas.....	46
	Anexos.....	48
7.	Planeamento anual	48
8.	Unidade Didática	50
9.	Plano de Aula + Balanço	52

Índice de Tabelas

Tabela 1: Documentos e Atividades para no Ano Letivo 2018/2019.....12

Tabela 2: Números de alunos e docentes por cada nível de ensino.....18

Tabela 3: Planeamento das modalidades ao longo do ano letivo.....24

Resumo

Passados seis anos, o estagiário volta à escola, porém houve uma troca de papéis, de aluno a professor. Pela primeira vez vivenciou o papel de professor, neste caso a fazer um estágio, mas mais tarde, quem sabe, como profissional de “raiz”. Com mais responsabilidade e mais maturo encarei de forma positiva o estágio profissional, o culminar da formação académica, que se apresenta como um período decisivo e de articulação dos saberes. O presente documento refere-se ao estágio realizado no Agrupamento de Escolas Morgado de Mateus no ano letivo de 2018/2019, e visa apresentar, todo o trabalho desenvolvido enquanto estagiário de educação física tal como uma reflexão crítica sobre a experiência pedagógica. Esta Prática de Ensino Supervisionada é o momento onde o estagiário coloca em práticas os conhecimentos adquiridos ao longo dos anos anteriores e que também obtém novos conhecimentos/estratégias. Para que este estágio fosse possível, a presença, orientação e colaboração do professor José Pires foi fulcral, pois fez possível a aquisição de novos conhecimentos. O relatório está estruturado de forma cronológica. Numa primeira fase será realizada uma breve apresentação, uma caracterização das expectativas referentes a esta experiência (estágio). A segunda fase irá conter o local de estágio e o contexto, incluindo a caracterização do agrupamento e os recursos que dispõe. Numa terceira fase irá ser abordada a prática profissional, tal como todos os componentes que foram utilizados para a mesma. Na quarta fase, irão ser abordadas as várias atividades realizadas e que participei durante todo o ano letivo. Para finalizar, irá ser realizada uma reflexão crítica sobre o trabalho desenvolvido, sobre a experiência e sobre a aprendizagem e novos conhecimentos adquiridos ao longo do ano.

Palavras-chave: Educação Física; Estágio Profissional; Prática de Ensino Supervisionada;

Abstract

After six years and back to school, however, the roles reversed from student to teacher. For the first time I experienced the role of the teacher, in this case doing an internship, but later, who knows, as a “root” professional. With more responsibility and more mature I looked positively at the professional internship, the culmination of the academic formation, which presents itself as a decisive and articulating period of knowledge. This document refers to the internship held at the Morgado de Mateus School Group (Agrupamento de Escolas Morgado de Mateus) in the 2018/2019 school year, and aims to present all the work developed as a physical education intern as a critical reflection on the pedagogical experience. This Supervised Teaching Practice is the time when the intern puts into practice the knowledge acquired over the previous years and also gets new knowledge / strategies. For this stage to be possible, the presence, guidance and collaboration of Professor José Pires was crucial, as it made possible the acquisition of new knowledge. The report is structured chronologically. In a first phase a brief presentation will be held, a characterization of the expectations regarding this experience (internship). The second phase will contain the internship location and context, including the characterization of the Grouping and the resources it has. In a third phase the professional practice will be addressed, as well as all the components that were used for it. In the fourth phase, will be addressed the various activities performed and in which I participated throughout the school year. At the end, a critical reflection will be held on the work developed, the experience and learning and the new knowledge acquired throughout the year.

Keywords: Physical Education; Pedagogical Internship; Supervised Teaching Practice.

Introdução

O Estágio Pedagógico em questão, integra o segundo ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), na Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD), em Vila Real. Este estágio pedagógico foi realizado no ano transato (2018/2019) no Agrupamento de Escolas Morgado de Mateus, também na cidade de Vila Real. Sendo que o orientador da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro foi o Professor Doutor Luís Vaz, tendo como Supervisor de Estágio o Professor José Pires.

Oliveira e Cunha (2006 e citado por Filho, 2010) referem que o estágio é uma grande oportunidade para um aluno começar a adquirir experiência profissional e que irá num futuro contribuir e ser importante para a entrada no mercado de trabalho. Neste estágio, os alunos irão pôr em prática o conhecimento adquirido tanto na vida profissional como académica.

O relatório que apresento é uma reflexão crítica do Estágio Pedagógico (EP) desenvolvido. Este EP é uma etapa final da formação e termina com uma prática de ensino, neste caso na escola Morgado de Mateus, e que nos irá preparar quanto pessoas e quanto futuros professores, face às adversidades e exigências desta profissão. Este estágio é uma fase bastante importante na vida académica de um aluno, é neste momento que o estagiário faz o primeiro contacto com comunidade escolar e onde passa toda a teoria adquirida nos anos transatos, para a prática, após este ano, estará pronto para entrar no mercado de trabalho. Contudo, nunca sabemos tudo e este estágio é a prova disso, estamos sempre a aprender, tanto com o nosso orientador como com todos os professores da comunidade escolar.

Sarnadas, M. L. (2011) refere que o estágio pedagógico se mostra como uma ótima oportunidade de aprendizagem, favorecendo um melhor espírito de trabalho individual, mas também em grupo, atitudes proactivas na identificação e resolução de problemas de nível pedagógico, capacidades de lecionação e a integração dos conhecimentos teóricos adquiridos durante os primeiros dois semestres do curso de Mestrado.

Sendo este estágio pedagógico, o momento mais alto no que diz respeito à iniciação à docência por parte de um estagiário, é nesta fase que o próprio põe em prática, na comunidade escolar, tudo o que aprendeu ao longo da sua vida académica, nunca estando fechado a novos conhecimentos que são transmitidos pelo orientador e até toda uma comunidade escolar.

Todas as informações consideradas importantes estarão organizadas ao longo do relatório, desde a aprendizagens até as dificuldades sentidas ao longo do ano letivo.

1. Organização curricular

Antes do início do ano letivo, os estagiários tiveram uma reunião com o orientador de estágio para compreender o procedimento deste estágio pedagógico, desde a escolha das turmas, saber o horário previsto e o que iríamos fazer durante todo este ano. A mim foi-me atribuída uma turma do secundário, neste caso o 10º C, sendo que os 2 dias semanais para lecionar foram Terças-feiras, das 11:45h às 13:15h e Quintas-feiras das 10:05h às 11:35h, ambas as aulas com duração de 90 minutos.

Para além das aulas a lecionar, fazia sempre observação às aulas dos restantes colegas estagiários.

Para complementar as aulas dadas e observadas, ficou combinado o estagiário ter reuniões com o orientador de estágio, de modo a tirar qualquer tipo de dúvida e esclarecer qualquer situação.

Visto que o estagiário ficou ao encargo da turma do secundário, 10ºC, teve a responsabilidade de até ao fim do ano letivo, ser este mesmo a construir os vários documentos/atividades necessários/as para o correto desenvolvimento da turma.

Documentos/Atividades – Ano Letivo 2018/2019		
Planificação Anual	Observações	Grelhas de Avaliação
Unidades Didáticas	Documentos de apoio (Sebentas)	Folha de Presenças
Planos de Aula	Testes teóricos e seus Critérios de Avaliação	Registo de Sumários
Balanços dos Planos de Aula	Caderneta do Aluno	Organização de Atividades Escolares
Controlo de Atividades Escolares		

Tabela 1: Documentos e Atividades para no Ano Letivo 2018/2019.

2. Enquadramento pessoal

2.1 Quem é o estagiário?

Desde de pequeno que sempre tive uma paixão muito forte pelo Desporto, pratiquei diversas modalidades, ténis, futebol, badminton, entre outras, foi algo que eu nunca deixei por nada.

No que respeita, às aulas de Educação Física, naquele tempo chamadas aulas de “Ginástica” começaram no 1º ano, sendo que era nesta disciplina onde me sentia mais “à vontade” e onde me destacava mais em termos de notas.

Passados alguns anos e comigo a entrar no secundário, ainda não tinha 100% de certeza que ia para desporto, isto por ouvir muita gente a comentar que desporto não tinha saída, “se vais para desporto, não vais conseguir trabalho”. Contudo no meu último ano de secundário decidi lutar pelo que queria e pelo que gostava (Ciências do Desporto) e mostrar a toda a gente que quem quer, quem se esforça, consegue chegar ao seu objetivo.

Concorri e entrei na UTAD, no curso de Ciências do Desporto, tinha chegado a um novo mundo, com um pouco de receio do que iria encontrar, mas sempre com a cabeça levantada e pronto para ultrapassar os obstáculos que pudessem aparecer no trajeto. Até que chega o terceiro e último ano da licenciatura (2017) onde optei e me especializei em Prescrição de Exercício e Atividades de Academia. Foi o fim de três anos, onde vivi experiências diferentes, desenvolvi as minhas capacidades, adquiri novos conhecimentos.

Após terminar a licenciatura já tinha uma vaga ideia do que queria e não foi difícil a escolha em concorrer para o Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, também em Vila Real. Tinha o desejo de me tornar professor de Educação Física e trabalhar com crianças e foi para isso que trabalhei nos dois anos posteriores.

Este último ano de mestrado foi o que mais me marcou, é o momento onde o estudante dá o primeiro passo na profissão de docente e é a última fase antes de entrar para o mercado de trabalho. É neste ano que se entra em contacto com as crianças que sempre se quis trabalhar e não existe nada mais enriquecedor do que fazer parte do crescimento e da aprendizagem dessas mesmas.

2.2 Expetativas pessoais

Na hora de ir para a escola, surgiram de imediato muitas dúvidas de como agir em determinados casos, que estratégias deveria optar e como iria ser a experiência de estar do lado oposto ao que uma pessoa estava habituada. Mais exigência, mais maturidade e sobre tudo mais responsabilidade eram pontos fulcrais para o docente que iria iniciar esta nova fase.

Eram tempos de nervosismo, receios e muitas dúvidas. Por vezes pensava-se “Será que vou ser capaz?”, “Será que os alunos irão entender a matéria”, desta feita eram mesmo alunos “desconhecidos” e não os colegas de universidade que ajudavam quando se dava uma aula prática na universidade.

“Na verdade, os primeiros anos de prática do professor constituem um período de intenso desenvolvimento do seu conhecimento profissional. Há uma variedade de problemas práticos a resolver – como preparar as aulas, como se relacionar com os alunos, como manter o controlo da situação na aula, como se relacionar com os colegas e com os órgãos de gestão da escola. É necessário encontrar um estilo, conseguir um equilíbrio entre as diversas “frentes” de trabalho profissional e encontrar uma relação estável entre o lado profissional e o pessoal.” Ponte, J. P., Galvão, C., Trigo-Santos, F., Oliveira, H. (2001)

Para um bom desenvolvimento do aluno, também é necessária que a relação professor-aluno seja positiva e para tal o professor tem de conhecer e entender os seus alunos, de modo a perceber como poderá abordar cada situação.

Em contrapartida, não existiram apenas sentimentos menos positivos, a imensa vontade que o estagiário tinha fazia com que este procurasse maneiras de combater qualquer momento menos bom. O estagiário entrou confiante nas suas capacidades e com vontade de aprender e de nunca baixar os braços, para ter sucesso no fim desta nova experiência.

2.3 Expetativas em relação aos alunos

Logo na primeira reunião com o orientador de estágio e sem ter qualquer tipo de contato com os alunos, foi transmitido ao estagiário que não conhecia a turma do 10ºC, mas que existiam alunos que já estavam juntos no ano transato e outros e vinham de outras escolas da cidade de Vila Real, sendo esta turma constituída por 31 alunos.

No primeiro dia de aulas e numa primeira conversa com os alunos, a primeira impressão do estagiário foi que haviam, tanto alunos interessados, como alunos mais distraídos e dispersos em relação à atividade física. O primeiro pensamento do estagiário foi tornar o ambiente mais calmo e tentar perceber o que cada aluno gosta, pois, ao compreender os alunos é meio caminho andado para uma melhor relação professor-aluno e de seguida melhorar o rendimento do aluno em aula.

Para conhecer melhor os seus alunos e como instrumento importantíssimo o estagiário realizou o estudo de turma, desde modalidades preferidas, tempo casa-escola até mesmo algum tipo de doenças que tenha.

A primeira expetativa do estagiário foi que houvesse respeito professor- aluno e aluno-professor, bem como a máxima dedicação para terem uma aprendizagem completa, correta e com acompanhamento.

2.4 Expetativas em relação à escola

A escola é uma das instituições mais importantes da vida de uma pessoa, que se dedica ao ensino e aprendizagem dos alunos através dos docentes. É uma instituição de onde levamos muitos pontos para o resto da vida, desde conhecimentos, regras, valores, entre outros, todos utilizáveis onde quer que vamos.

A escolha do estagiário foi o Agrupamento de Escolas Morgado de Mateus em Vila Real, pelo facto de ser um desafio maior, pois na escola da sua infância conhecia maior parte do corpo docente e alunos. O facto de ter escolhido a Escola Morgado de Mateus foi por não conhecer ninguém e quando um dia entrar no mercado de trabalho não irá ser na própria “casa” e já estar mais preparado para o que irá enfrentar.

Em relação aos docentes a expectativa era conseguir uma boa relação entre eles, no que respeita ao material que iria encontrar para realizar as aulas, já sabia que eram muitos e com qualidade.

2.5 Expetativas em relação ao orientador de estágio

Em relação ao orientador de estágio, a expectativa era que para além de ser orientador, fosse um colega/amigo, com muita paciência e que confiasse nos momentos de maior aflição e na resolução de possíveis problemas que pudessem aparecer no decorrer de todo o ano letivo.

Por parte de colegas que já frequentaram esta escola, soube que é um professor com vários anos de experiência nesta escola, com bastantes conhecimentos e com muito experiência na orientação de estágios o que fez com que o estagiário tenha grandes expectativas face ao seu orientador.

2.6 Expetativas em relação ao supervisor de estágio

No que respeita ao Supervisor de Estágio, o estagiário esperou que se relacionasse bem com o seu orientador de estágio, de modo a que os momentos de avaliação sejam justos e não prejudiquem o estagiário.

Ao saber que o orientador já tinha experiência na orientação de estágios, tendo como supervisora de estágio a mesma pessoa e visto que ambos estão na cidade de Vila Real, esperei que não houvesse problemas no caso de possíveis reuniões, ou esclarecimentos, pois se encontram perto. No caso da relação com o estagiário, e tal como o orientador, espera-se que seja mais uma ajuda no desenvolvimento do estagiário como docente.

2.7 Expetativas em relação ao estágio profissional

Este Estágio Pedagógico é realizado no segundo ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, tem a duração de um ano letivo.

Segundo Matos, Z. (2012), o Estágio Pedagógico entende-se como um projeto de formação do estudante com a integração do conhecimento proposicional e prático necessário ao professor, numa interpretação atual da relação teoria – prática e contextualizando o conhecimento no espaço escolar. O projeto de formação tem como

objetivo a formação profissional do professor, promotor de um ensino de qualidade. Um professor reflexivo que analisa, reflete e sabe justificar o que faz em consonância com os critérios do profissionalismo docente e o conjunto das junções docentes, entre as quais sobressaem funções letivas, de organização e gestão, investigativas e de cooperação.

A expectativa do estagiário é que consiga passar a teoria adquirida tanto no ano anterior, tal como nos três anos de licenciatura, para a prática. Sendo que nos momentos de maior complexidade irá ter de arranjar estratégias para ultrapassar essas dificuldades.

“Na base das expectativas do estágio pedagógico surgia, ainda, a importância que este evento apresenta na consolidação das aprendizagens e conhecimentos que vêm sendo adquiridos no percurso de formação académica. A transição de um plano predominantemente teórico para uma dimensão de carácter prático exige muito mais do que aplicar constructos teóricos, pois na dimensão real surgem as adversidades, a necessidade de conhecer o contexto e adequar as decisões tomadas, que alimentam as dúvidas e incertezas inevitáveis.” Teixeira (2013, citado por Freitas, 2015)

3. Relação com a comunidade escolar

3.1 A escola

O agrupamento Morgado de Mateus contém desde jardins de infância que conta com sete, escolas do 1º ciclo (três) e engloba também o 2º e 3º ciclo e o secundário.

Nível de ensino	Docentes	Alunos
Educação Pré-Escolar	32	281
1º Ciclo	115	514
2º Ciclo	47	304
3º Ciclo e Secundário	127	692
Outro nível de ensino	10	93

Tabela 2: Números de alunos e docentes por cada nível de ensino.

3.2 Sala dos professores/corpo docente

No que diz respeito à relação com o corpo docente, seja ele dentro ou fora da sua disciplina, o estagiário procurou manter uma boa relação com todos, procurou saber mais da turma em si e até mesmo aprofundou conhecimentos, sobretudo algumas estratégias que possam ter em comum para combater a falta de vontade de alguns alunos.

O mais positivo desta relação mesmo não sendo estes professores do Departamento de Desporto, é que existem sempre ideias que se conseguem trocar, refletir sobre algumas estratégias e ajudarem-se mutuamente no papel de docente.

3.3 Departamento de Educação Física

No Departamento de Educação Física do Agrupamento de Escolas Morgado de Mateus cumpriu com os objetivos estipulados pelo Programa Nacional de Educação Física, respeitando sempre o proposto.

Existem três níveis (introdutório, elementar e avançado), para os quais o Departamento tem documentos próprios onde constam os quais os objetivos a atingir para cada ano.

Para além disso, realiza-se uma planificação das unidades didáticas abordadas em cada período, para que não estejam todos os professores a dar uma determinada modalidade ao mesmo tempo e um programa de atividades anual. Em relação ao espaço a ser utilizado por cada docente, cabe a esses mesmo falar entre si e dependendo da modalidade entrar num consenso.

O estagiário desde o primeiro dia, foi recebido de braços abertos pelos restantes docentes, tentando integrar esse mesmo da melhor forma. Estavam sempre dispostos a ajudar e quando o estagiário tinha alguma dúvida, contribuíram sempre para que ele não saísse da escola com ela. De relevar, que quando o estagiário dava a sua opinião, seja em como abordar um exercício, ou até mesmo para preparar alguma atividade, todo o Departamento considerou as hipóteses, sendo esta uma maneira para o estagiário ver que está a ser bem aceite.

As reuniões de departamento e até mesmo as discussões críticas realizadas, são mais um ponto a favor do estagiário, que ouve as opiniões e argumentos dos colegas e retém o importante e o que acha mais correto, isso irá fazer com ganhe mais experiência e tenha mais argumentos para num futuro próximo interagir mais e melhor.

3.4 Orientador de estágio

“A supervisão, em contexto de formação, é entendida como um processo em que um profissional, em princípio mais experiente, mais informado e conhecedor dos segredos da profissão, orienta outro profissional, no seu desenvolvimento profissional e humano.” Alarcão & Tavares (2010, citado por Gaspar M., Seabra F., Neves C., 2012)

O Orientador de Estágio, José Pires, foi uma pessoa fulcral neste estágio, um professor com muita competência, paciência e dedicação. Foi um ano com altos e baixos, sendo que sem o orientador nada era possível, sempre a dizer onde o estagiário fez menos bem, onde poderia melhorar e não o iludindo dizendo que estava a ir muito bem.

Foi o orientador quem contribuiu mais para que a aprendizagem fosse progredindo, pois era ele quem no fim de cada aula, identificava os erros, os momentos da aula onde poderia melhorar e o que deveria mudar na postura, fazendo com que o estagiário evoluísse durante o ano letivo e que estivesse mais preparado para o que fosse necessário num futuro próximo.

Também no papel de amigo e não de orientador, foi importante. Nos momentos menos bons mostrou ser uma pessoa compreensível, bom conselheiro e sempre disposto a ajudar no que fosse necessário fora da escola.

3.5 Coorientador da Universidade

Em relação ao coorientador da Universidade, Professor Luís Vaz, deve-se salientar a sua disponibilidade, pois sempre que haviam dúvidas e que necessário, se mostrou interessado em colocar soluções e ajudar o estagiário em qualquer tipo de assuntos. Importante focar que tem muitos anos de docência, o que faz com que seja uma pessoa com muitos conhecimentos e com muitas maneiras de contruir e controlar uma aula.

De salientar por último, que para além de Coorientador da Universidade, também foi professor da unidade didática de Rugby, sendo que algumas das ideias de estratégias abordadas pelo estagiário, tiveram-no a ele como referência.

3.6 A turma e os alunos

Os alunos, que são as pessoas com quem o estagiário mais conviveu, são um ponto fulcral deste Estágio Pedagógico, pois foi com a sua turma que teve uma relação mais próxima e sobretudo, foi com esta mesma que o estagiário adquiriu a experiência e fez com que esta aventura fosse possível.

Existiam três turmas em escolha, sendo na primeira reunião ficou estipulado que apenas iríamos ser professores estagiários de uma. Após alguma análise, a escolha acabou por recair para uma turma que tinha este ano entrado no secundário, o 10°C.

A turma era composta por trinta e um alunos, sendo que quinze eram do género masculino e os restantes dezasseis eram do género feminino. Contudo, o estagiário acabou a lecionar aulas a 26 alunos, devido a mudanças de turma e de escola.

Em relação à análise da turma num primeiro instante, o estagiário percebeu logo de início que era uma turma bastante conversadora e que continha alguns alunos que poderiam trazer alguns problemas/confusões. Nas primeiras aulas, houve bastante atenção à organização da turma durante toda a aula, para que não se criassem problemas e para o estagiário ter um melhor controlo de toda a turma.

Uma análise de um modo geral, grande parte dos alunos mostrava bastante interesse na aula de Educação Física, motivados para fazer os exercícios e sempre bem dispostos e prontos a ajudar os colegas. Importante revelar que para termos os alunos empenhados e interessados, temos de conter várias características na aula como, evitar realizar sempre os mesmos exercícios, motivar os alunos, haver uma boa relação professor-aluno e aluno-professor. Também um ponto bastante relevante é saber quando um aluno não está bem e para além de professor, falar com ele como amigo.

O maior desafio para o estagiário foi fazer com que os alunos superassem as suas dificuldades e receios, fazendo com que eles cada vez tivessem mais gosto pela Educação Física.

Ao longo do ano e com o consequente conhecimento e experiência que foi adquirindo, ficou cada vez mais fácil fazer com que os alunos gostassem da Educação Física, estivessem motivados e não menos relevante, pois nesta disciplina é bastante importante, criar um ambiente saudável e uma boa relação entre os alunos.

O estagiário irá guardar na sua memória uma frase que nunca se irá esquecer, dita pelos alunos, “É a primeira vez que estamos a ter uma aula de Educação Física a sério!”. É bom ver o trabalho reconhecido pelos próprios alunos, que sempre serão lembrados como os primeiros de um futuro professor.

3.7 Estudo de turma

O Estudo de Turma foi um instrumento que serviu para aperfeiçoar o conhecimento da turma e tem com principal objetivo aprofundar o conhecimento sobre a turma e, consequentemente, permitir a elaboração e aplicação de determinadas estratégias, de modo a possibilitar a ocorrência de um aumento da eficácia da intervenção pedagógica, melhorando e facilitando, assim, o processo de ensino e aprendizagem, contribuindo para um bom ambiente intra-turma.

Sendo que algumas das questões foram:

“Tem algum problema de saúde? Se sim, qual?”

“Qual a sua modalidade favorita?”

“Qual a modalidade que menos gostam?”

“Pratica algum desporto?”

“A nota de Educação Física melhora ou piora a sua média?”

Toda a informação adquirida no estudo de turma, foi recolhida e tratada de modo a que a formação de grupos, as estratégias a utilizar e forma a abordar tivessem mais qualidade e de maneira a que os alunos tivessem maior facilidade a aprender.

4. Estágio pedagógico

4.1 Conceção

Conceção é a maneira de criar algo, seja um projeto, um estudo ou até mesmo um simples plano de aula, sempre seguindo certas regras e normas já estabelecidas.

Segundo Aranha (2004), a definição de objetivos está na base de toda a atividade pedagógica, sendo estes necessários para a avaliação, orientação e controlo do processo ensino-aprendizagem.

Segundo Aranha (2004), a definição de objetivos está na base da ação educativa, ou seja, de toda a atividade pedagógica. Sem eles, não se pode avaliar, corrigir, orientar, nem controlar o processo ensino-aprendizagem. Os objetivos permitem tomar decisões, definir estratégias e comportamentos. Por esse motivo constituiu-se necessário e, ao mesmo tempo, revelou-se como um veículo condutor de orientação em todo o processo ensino-aprendizagem. Por isso é estritamente fundamental definir objetivos em todo esse processo. Na definição de objetivos tem que se estabelecer o “Porquê?” e as funções dos mesmos.

Podemos retirar que ter objetivos traçados é meio caminho andado para o desenrolar da ação. Todos os passos que iremos dar, como o iremos dar e qual irá ser o comportamento ao dar esse “passo”, vai ser com o intuito de atingir um fim (objetivo traçado).

O estagiário numa primeira fase, sentiu-se ligeiramente confuso devido a nunca ter tido esta experiência, contudo com o passar das aulas foi-se sentido mais à vontade procurando sempre a melhor estratégia, os melhores conteúdos e a melhor maneira de fazer transpassar a teoria para a prática.

Foram estabelecidas regras e normas, contudo como no início a experiência não era muita, o estagiário não se conseguiu focar em tudo. Começou por dar mais ênfase ao comportamento e estabelecer estratégias que fizessem com que a aula decorresse de forma ordeira e sem problemas. Com o passar das aulas e com essas estratégias já definidas conseguiu centrar-se mais nos aspetos mais técnicos dos exercícios, dando mais instruções, corrigindo e dando mais feedback.

4.2 Planeamento anual

Segundo Carvalho, Amorim, Cardoso, Silva, & Silva (2011, citado por Alves, J. F. C., 2012), *“Planear é estudar, organizar e coordenar ações a serem tomadas para a realização de uma atividade, com o objetivo de solucionar um problema ou alcançar um objetivo. O planeamento auxilia na orientação, organização e concretização daquilo que se deseja alcançar.”*

Este planeamento anual foi realizado em conjunto com todo o Departamento de Educação Física, de modo a que os professores de todos os anos saibam quando iram ser realizadas as atividades, o que cada um está a dar durante o ano letivo, para não haver sobreposição das modalidades durante os mesmos horários de aulas.

Este planeamento foi realizado com ajuda de alguns documentos. Um deles foi o Programa Nacional de Educação Física, onde mencionava quais as modalidades a abordar para cada ano. Contudo os conteúdos a abordar em cada modalidade foram retirados de um documento já elaborado pelo Departamento de Desporto do Agrupamento de Escolas Morgado de Mateus.

1º Período	2º Período	3º Período
* Condição Física	* Condição Física	* Condição Física
* Ginástica Acrobática	* Voleibol	* Atletismo
* Basquetebol	* Badminton	* Dança

Tabela 3: Planeamento das modalidades ao longo do ano letivo

4.3 Unidades didáticas

A unidade didática é um documento sobre a modalidade que o estagiário vai abordar, onde estão inseridas as informações, estratégias, metodologias e materiais a utilizar, fazendo com que o trabalho do professor esteja mais facilitado quando for lecionar determinada modalidade.

Após a construção da mesma, esta irá auxiliar o professor, pois este já saberá os objetivos a lecionar, progressões, regras e componentes críticas, o que irá fazer que o processo ensino-aprendizagem seja mais eficaz.

Para uma unidade didática ser avaliada corretamente, segundo Aranha (2008) deve-se debruçar sobre sete parâmetros:

1º Parâmetro- Objetivo/Conteúdos: elabora ou adota U.D. em que os objetivos e os conteúdos a abordar são pertinentes, adequados ao nível de ensino e estão corretamente explicitados e fundamentados;

2º Parâmetro- Avaliação Inicial (Diagnóstica): prevê uma avaliação diagnóstica, apresentando o respetivo sistema de avaliação e ficha de registo devidamente explicitado no seu conteúdo e nas suas 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, das condições que a realidade de ensino oferece, verificados após a avaliação diagnóstica;

4º Parâmetro- Sequência e Continuidade: as atividades previstas na U.D. 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: prevê uma avaliação contínua e formativa, apresentando o(s) respetivo(s) sistema(s) de avaliação e ficha de registo devidamente explicitado(s) 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 de aula, conversas individuais etc.);

6º Parâmetro- Análise Crítica e Reflexão Sobre os Resultados (Balanço Final): o estagiário faz um balanço da Unidade de Ensino 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 de modificação de decisões/opções e/ou da estrutura da U.D. (objetivos, conteúdos, estratégias de abordagem, etc.), visando a melhoria dos processos e/ou da utilização dos recursos com vista à sua eficácia.

Por fim, o estagiário teve maior facilidade em transmitir os conteúdos devido à unidade didática que contém definidos com clareza os objetivos a alcançar e as aprendizagens a realizar. Durante todo o ano letivo, o estagiário construiu 6 unidades didáticas.

4.4 Planos de aula

No que diz respeito ao plano de aula, é um documento mais detalhado que os restantes, com mais pormenores. O estagiário deve realizar um plano de aula detalhado, contudo deve ser de fácil leitura e compreensão, para que quando necessário o possa consultar facilmente.

Na construção de um plano deve-se conter sempre os conteúdos que irão ser abordados, como é que vamos abordar esse conteúdo, em que momento da aula (sequência dos conteúdos), durante quando tempo o iremos realizar e por fim com que objetivo irá ser utilizado.

Este plano pode dividir-se em quatro segmentos, o primeiro é o cabeçalho que contém: a modalidade/unidade didática, função didática, ano, nº da aula, nº da aula da unidade didática, data, nº de alunos, espaço, hora, tempo, nome do professor e nome do professor estagiário.

O segundo segmento aborda os objetivos específicos e respetivos conteúdos, que se complementam com o material.

Numa terceira parte contém os objetivos operacionais, contexto e critérios de êxito de modo a serem executados corretamente.

E por último a esquematização de toda a aula, com descrição, estratégias, organização da turma, sequência de tarefas e o tempo de cada uma delas.

Para elaborar um plano de aula, o mesmo, deverá conter sete parâmetros segundo Aranha (2008):

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 UD.

2º Parâmetro- Unidades de Aulas/Globalidade do Plano: o plano de aula tem uma estrutura global correta, metodológica e pedagogicamente, 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 e 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 (orientador 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, caracterizado 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.

4.5 Balanços de aula

No fim de cada aula, foi pedido ao estagiário que realizasse um pequeno balanço de como a aula tinha decorrido, uma breve reflexão de como foi a aula, o que foi realizado, os aspetos positivos e negativos da aula, o que deveria ter feito para correr melhor e o que não devo repetir nas aulas seguintes.

Em conjunto com o professor também era realizada uma breve conversa, de modo a que o orientador desse o ponto de vista dele e partilhassem ideias para melhorar o rendimento do estagiário quanto professor.

Os balanços têm uma grande importância na evolução do estagiário pois através deles e debatendo-os com o orientador ou até colegas de estágio conseguimos várias opiniões, várias maneiras de ver uma determinada situação o que nos fará pensar duas vezes na próxima vez que acontecer.

4.6 Avaliação

A avaliação consiste na recolha de dados e informações acerca dos alunos, com o intuito de observar como os alunos se comportam e quais as suas necessidades.

Segundo Simões, J., Fernando, C., Lopes, H. (2014), a avaliação é considerada parte integrante do processo educativo, imprescindível em qualquer proposta de educação.

Esta encontra-se ligada ao processo ensino e aprendizagem, mas muitas vezes a avaliação é apenas vista como uma mera atribuição de notas, dando aos alunos um “rótulo” e não como um meio de o mesmo orientar a sua prática indo deste modo ao encontro das reais necessidades dos seus alunos.

Esta avaliação é controlada através de três fases, a primeira é a avaliação, avaliação formativa e a avaliação sumativa.

No caso da Avaliação Diagnóstica, para Gonçalves F., Fernandes, M., Gaspar A., Oliveira, R., Gouveia, É. (2014), esta é uma ação importante no planeamento do processo de ensino aprendizagem, pois situa o aluno em relação aos conhecimentos e aptidões objetivados para o seu nível de ensino.

O estagiário estando de acordo com os autores, realizou na primeira aula de cada unidade didática uma avaliação diagnóstica. Sempre que possível em situação de jogo reduzido, sem qualquer tipo de feedback para os alunos, para conseguir ver onde estes tinham mais dificuldades.

A Avaliação Formativa, que segundo Gonçalves, F., Aranha, Á. (2008), acompanha todo o processo ensino-aprendizagem, identificando aprendizagens bem sucedidas e as que levantam dificuldades, para que se possam ultrapassar as últimas levando os alunos à proficiência e ao sucesso. A avaliação formativa deve ser a principal modalidade de avaliação, consistindo no acompanhamento permanente da natureza e qualidade da aprendizagem de cada aluno, orientando a intervenção do professor de modo a dar-lhe a possibilidade de tomar as decisões adequadas às capacidades e necessidades dos alunos.

Este tipo de avaliação foi realizado durante todas as aulas à exceção nas de avaliação diagnóstica e avaliação sumativa. O estagiário durante todas essas aulas, retirava apontamentos, acerca dos alunos, de modo a verificar se em aulas posteriores, se notavam melhorias no desempenho.

A Avaliação Sumativa “...como próprio nome diz é efetuada no final do processo de ensino aprendizagem e tem a função classificatória, isto é, classifica os alunos no final de um período letivo, segundo níveis de aproveitamento apresentados.” Silva, W. G., Peric, R. B. A. (2009)

Neste momento de avaliação que acontece no fim de cada unidade didática, o estagiário recorreu sempre que possível, à situação de jogo reduzido, o que lhe permitiu visualizar se os alunos desde a avaliação diagnóstica conseguiram evoluir e atribuir uma nota final no final do período.

4.7 Prática pedagógica supervisionada

O professor José Pires, foi uma peça importantíssima para toda a evolução do estagiário, logo desde o primeiro dia. Facilitou no processo de integração e orientou o professor estagiário para que este soubesse o que fazer em determinadas situações, logo teve um papel fundamental para que a prática pedagógica fosse lecionada corretamente.

No que respeita à parte prática, o professor observou todas as aulas lecionadas pelo estagiário e no fim indicou onde é que errou mais. Com isto o estagiário, ficou a saber onde esteve menos bem e arranjou soluções para esses pontos.

Para além do orientador ter um papel fundamental no desenrolar da prática, também foi uma pessoa com quem se conseguiu ter uma boa relação, estando sempre presente quando algo não corria bem com o estagiário, tanto na vertente profissional como na vertente mais pessoal.

4.8 Estilos de ensino

Relativamente aos estilos de ensino podemos dividi-los em dois grupos, os estilos diretos e os indiretos.

Segundo Gallahue (2008, citado por Claro Jr, R. S., Filgueiras, I. P., 2009), os de estilos diretos são abordagens mais tradicionais que envolvem baixos processos de raciocínio (a memória, a lembrança, a identificação e operações de classificação) e todas as decisões são centradas no professor. O docente é que decide o que fazer, como fazer e quando. Os estilos de ensino diretos diminuem os equívocos ou interpretações erradas durante as atividades, conduzem a um bom controle da sala e são fáceis de aplicar tanto em pequenos ou grandes grupos.

Gallahue (2008, citado por Claro Jr, R. S., Filgueiras, I. P., 2009), defende que os estilos diretos são: o **Estilo comando** em que o principal objetivo é que o aluno aprenda a habilidade motora com rapidez e exatidão com base nas decisões, orientações e reorientações do professor. O aluno responde imediatamente após o estímulo, replica, reproduz o que foi requisitado. **Estilo de prática**, no qual o determina o que deve ser praticado igualmente ao estilo de comando, porém os alunos decidem a respeito da ordem das tarefas, o momento de iniciar e finalizar, o intervalo da prática, o ritmo e onde farão a prática. Os alunos são encorajados a tirar dúvidas e recebem mais reorientação (feedback) dos professores. Os docentes supervisionam e reorientam os alunos durante a prática e termina a atividade com uma conclusão. **Estilo recíproco**, que é conhecido como “ensinar o colega”. O aluno trabalha com um parceiro na aquisição da nova habilidade. Com bases nos critérios dados pelo professor o parceiro observa e orienta seu colega durante a prática. O professor dirige as orientações somente ao observador da vez para não diminuir sua responsabilidade de miniprofessor. Esse estilo de ensino é uma excelente maneira de envolver toda a sala, enfatizando as correções e promovendo a socialização. **Estilo de autoverificação**, que é esperado do aluno que desenvolva uma consciência acerca de seu desempenho para que possa realizar uma auto-avaliação baseadas em critérios específicos. O professor deve oferecer feedback para a sala toda comentando a realização do trabalho. Crianças no estágio inicial do desenvolvimento das habilidades motoras podem não se beneficiar desse estilo pelo fato de não ter um feedback cinestésico pleno. **Estilo de inclusão**, que introduz um conceito diferente, há múltiplos desempenhos numa mesma atividade. O professor decide o conteúdo e os níveis de desempenho para realização da tarefa disponível para o aluno. Para executar a tarefa as crianças decidem em qual nível de desempenho se encontram e a executam no nível que se incluíram. O professor precisa considerar o nível de compreensão dos alunos e não deve esperar decisões abstratas sobre os níveis de desempenho de uma tarefa.

Os estilos indiretos necessitam de prática e paciência do professor, e são os seguintes: **Estilo de descoberta guiada**, onde o professor prepara uma sequência de questões para ajudar o aprendiz a fazer descobertas. As questões convidam os alunos a resolver problemas, a comparar e a optar pela melhor forma de realizar o movimento. O feedback é periódico e o professor reconhece as descobertas conceituais dos alunos.

Estilo de descoberta convergente, onde as crianças são desafiadas por meio do processo de descoberta a solucionar corretamente a tarefa de movimento sugerida pelo professor. O docente pode dar feedback e sugestões sem aproximar-se da solução adequada. O professor deve estar aberto a várias soluções apresentadas pelos alunos.

Estilo de descoberta divergente, em que o objetivo do estilo é envolver o aluno na descoberta e produção de outras maneiras de responder (motoras) às solicitações da tarefa. É preciso oferecer tempo para os alunos questionarem, explorarem e projetarem soluções de movimento. O docente deve ser imparcial no feedback e fornecer para toda a turma. O professor precisa considerar o nível de proficiência nas habilidades, maturidade emocional, compreensão e, principalmente, a segurança das crianças nesse estilo. Gallahue (2008, citado por Claro Jr., R. S., Filgueiras, I. P., 2009)

Posto isto, dependendo das unidades didáticas a serem lecionadas o estagiário optou por escolher alguns estilos de ensino. Durante todo o ano, utilizou o Estilo Recíproco, Estilo de Auto verificação, Estilo de Descoberta Convergente e Estilo de Descoberta Guiada.

5. Participação em atividades escolares

O estagiário, para além das aulas a lecionar e as suas avaliações, colaborou também na elaboração das atividades propostos pelo Departamento de Educação Física. São atividades elaboradas para os alunos da escola, de modo a transmitir alguns momentos de maior prazer, divertimento e uma boa maneira de promover a atividade física.

Durante o ano letivo, participou em seis atividades, tendo sido estes durante os três períodos existentes. No que diz respeito ao primeiro período, colaborou no torneio 3x3 (Basquetebol) e no desporto escolar, neste caso no futsal feminino e no Mega Quilómetro e Mega Sprint.

No segundo período, continuou com o desporto escolar vindo do 1º período.

Já no terceiro e último período, colaborou na Taça Morgado, na Taça Morgadinha e numa atividade mais abrangente que foi o Caça ao Tesouro.

Destas experiências podemos retirar a forte entre ajuda do Departamento, que tudo

fez para que as atividades fossem bem conseguidas e sempre dentro dos prazos previstos com antecedência. No que diz respeito ao estagiário, dedicou-se bastante, sempre com muita vontade e muita alegria, ajudando os professores em tudo o que fosse necessário, tal como os alunos que muitas vezes surgiam com dúvidas acerca das atividades.

5.1 Torneio de basquetebol 3x3

O objetivo desta atividade tem sobretudo como base sensibilizar os jovens para a prática da modalidade, aumentar o gosto pela atividade física, a adequação do comportamento em competição e não menos relevante, a convivência entre os participantes, proporcionando momentos de prazer.

Os recursos utilizados para a elaboração destas provas foram: **Materiais**, cones; bolas de basquetebol; coletes; sinalizadores; cronómetros; apitos; fichas de inscrição; fichas de registo; papel e caneta; aparelhos de som e microfone. **Humanos**, 13 professores; 1 funcionário escolar, 6 árbitros. **Financeiros**, não foram aplicáveis.

A atividade começou a ser divulgada uma semana antes do começo da mesma, foram afixados cartazes, fichas de inscrição e foram passadas mensagens às turmas de modo a ficarem a conhecer os horários dos treinos e que idades poderiam participar.

Em relação às tarefas, estas foram distribuídas pelos vários professores colaboradores de modo a que no dia da atividade tudo corresse dentro da normalidade. Deste, cronometristas, speakers, registo de jogos, entre outros.

O torneio foi realizado no pavilhão da Morgado de Mateus, tendo participado apenas alunos do 9º ano de escolaridade até ao 12º, incluindo cursos profissionais.

Não houve grandes atrasos no começo do torneio, contudo com o desenrolar da atividade surgiram imprevistos e acabou por haver um desvio de alguns minutos.

Por fim, o papel do estagiário nesta atividade foi de speaker, tendo como principais objetivos, divulgar os jogos que iam decorrer, o número do campo onde iria acontecer, avisar o início e o fim de jogo e sempre que possível animar a plateia.

5.2 Desporto escolar (Futsal feminino)

Tem como objetivos, sensibilizar os jovens para a prática da modalidade, aumentar o gosto pela atividade física, a adequação do comportamento em competição e não menos relevante, a convivência entre os participantes, proporcionando momentos de prazer.

No que diz respeito aos recursos utilizados, os **Materiais** foram, bolas de futsal, apitos, coletes e equipamento. **Humanos**, 3 professores; 1 funcionário escolar e 1 aluno voluntário. **Financeiros**, não foram aplicáveis.

Durante as duas semanas anteriores a começarem os treinos, foram afixados cartazes, fichas de inscrição e foram passadas mensagens às turmas de modo a ficarem a conhecer os horários dos treinos e que idades poderiam participar.

O papel do estagiário no desporto escolar foi ser treinador da equipa de juvenis femininas de futsal, com quinze e dezasseis anos, sendo responsável pela organização e lecionação dos treinos e acompanhamento da sua equipa a jogos.

O desporto teve a duração de dois períodos (primeiro e segundo período), sendo que os jogos tanto eram realizados na própria escola, como numa outra escola do distrito.

Foi uma experiência positiva para o estagiário, onde viveu de tudo, desde grandes alegrias, a momentos de maior tristeza e confusão. Estes momentos, foram uma aprendizagem para o futuro docente que terá, de certo, mais estratégias para combater este tipo de ocasiões, caso voltem a suceder.

5.3 Mega quilómetro e mega sprint

O objetivo desta atividade tem sobretudo como base aumentar o sucesso escolar dos alunos, aumentar o gosto pela atividade física e não menos relevante, a convivência entre os alunos, proporcionando momentos de prazer.

A prova do Mega Quilómetro consistia em percorrer 1000 metros, já a prova do Mega Sprint consistia numa prova de velocidade de 40 metros.

Os recursos utilizados para a elaboração destas provas foram: **Materiais**, cones;

sinalizadores; cronómetros; apitos; fichas de inscrição; fichas de registo; papel e caneta.

Humanos, 13 professores. Financeiros, não foram aplicáveis.

A atividade começou a ser divulgado uma semana antes do começo da mesma, através de cartazes afixados pela escola.

Em relação às tarefas, estas foram distribuídas pelos vários professores colaboradores de modo a que no dia da atividade tudo corresse dentro da normalidade. Deste, cronometristas, acompanhamentos até ao próximo posto, entre outros.

Focando mais na atividade, esta foi realizada na própria Escola Morgado de Mateus, tendo sido constituída pela prova de velocidade (40 metros) e a prova de 100 metros.

Nem todos os alunos chegaram na hora prevista, o que fez com que a atividade atrasasse ligeiramente, as provas foram realizadas sem que houvessem complicações em termos físicos e o seu desenrolar foi positivo.

Por fim, o papel do estagiário nesta atividade foi cronometrista na prova dos 1000 metros, sendo que teve um bom desempenho e sem erros, o que facilitou na atribuição dos tempos de prova.

5.4 Taça morgado (futsal masculino)

O objetivo desta a atividade “intraescola” tem sobretudo como base aumentar o sucesso escolar dos alunos, aumentar o gosto pela atividade física e não menos relevante, a convivência entre os alunos, proporcionando momentos de prazer.

Os recursos utilizados para a elaboração desta atividade foram: **Materiais**, bolas de futsal; equipamentos; coletes; sinalizadores; cronómetro; apito; fichas de inscrição; fichas de registo; papel e caneta. **Humanos**, 9 professores; 1 funcionário escolar. Financeiros, não foram aplicáveis.

A atividade começou a ser divulgado nos fins do 2º período através da afixação de cartazes, fichas de inscrição e foram passadas mensagens às turmas de modo a ficarem a conhecer que idades poderiam participar.

A Taça Morgado começou a decorrer a partir de Maio, sendo que todas as quartas feiras existiam jogos a contar para esta mesma. Podiam participar desde o 9º ano até ao 12º ano, incluindo o curso profissional e a equipa de desporto escolar masculino.

O papel do estagiário nesta atividade, foi a de treinador da equipa do 10º ano. Primeiro teve de fazer uma seleção de 12 jogadores, de entre as várias turmas desse ano de escolaridade e após isso comandou a equipa durante o decorrer do torneio.

5.5 Taça morgadinha

O objetivo desta a atividade “intraescola” tem sobretudo como base aumentar o sucesso escolar dos alunos, aumentar o gosto pela atividade física e não menos relevante, a convivência entre os alunos, proporcionando momentos de prazer.

Os recursos utilizados para a elaboração desta atividade foram: **Materiais**, bolas de futsal; equipamentos; coletes; sinalizadores; cronómetro; apito; fichas de inscrição; fichas de registo; papel e caneta. **Humanos**, 9 professores; 1 funcionário escolar. Financeiros, não foram aplicáveis.

Tal como a Taça Morgado, a atividade começou a ser divulgado nos fins do 2º período através da afixação de cartazes, fichas de inscrição e foram passadas mensagens às turmas de modo a ficarem a conhecer que idades poderiam participar. Os jogos também eram realizados nas quartas-feiras de Maio e os níveis de escolaridade que podiam participar eram idênticos.

Também neste “torneio” o papel do estagiário foi o de treinador, sendo que desta vez assumiu a sua equipa do desporto escolar, tendo inclusive chegado à final, mas saindo derrotado.

5.6 Caça ao tesouro

A última atividade do ano letivo foi o Caça ao Tesouro, mais abrangente, mais difícil de organizar e que tinha como objetivos, uma grande responsabilidade na organização de todas as tarefas, a convivência entre os alunos, proporcionando momentos

de prazer e aumentar o gosto pela atividade física.

A elaboração desta atividade teve os seguintes recursos: **Materiais**, bolas; papel; palhinhas; garrafas; varas; canetas; puzzles; sprays; esponjas; água; baldes; cizal; cartão; frascos; apitos; fichas de registo; fichas de inscrição. **Humanos**, 16 professores e 2 colegas voluntários. **Financeiros**, não foram aplicáveis.

Após uma reunião com o Departamento de Educação Física, ficaram atribuídas as tarefas, desde posição nos postos, controlo dos alunos, acompanhamento até aos autocarros, entre outros. O papel do estagiário nesta atividade foi: primeiramente e em conjunto com o professor e com os colegas estagiários, marcar antecipadamente o caminho por onde ia ser realizada a atividade e os seus respetivos postos, onde ser iriam realizar as atividades.

Já no dia do Caça ao Tesouro, foi mais cedo para o local de atividade de modo a organizar os últimos pontos que faltavam.

Levou os colegas estagiários ao seu posto, referiu o que tinham de realizar e voltou com o grupo dele para o local destinado ao mesmo.

A atividade teve a duração de uma manhã inteira e terminou a meio da tarde.

Importante referir que os alunos, professores e funcionários participaram no Caça ao Tesouro e mostraram-se de agrado a esta atividade, tendo acabado sem lesões e sem complicações. Após o fim, o estagiário reuniu-se com o orientador e colegas estagiários de modo a decidir quem ganhou a atividade neste ano letivo.

Os vencedores tiveram direito ao prémio já antes mencionado, que não era nada mais, nada menos que uma bicicleta.

6. Reflexão final de estágio

6.1 Aprendizagens como estagiário

Enquanto estagiário foram muitas as aprendizagens adquiridas ao longo do ano. Mesmo que não sejam todas mencionadas no relatório, estas estão com o estagiário e serão úteis se necessário num futuro próximo.

O planeamento, realização e avaliação foram os 3 pilares que serviram de base para este estágio pedagógico. No planeamento, como o nome indica, é a fase onde o estagiário planeia e constrói o necessário para lecionar, a realização, é o momento onde passamos para a prática, quando lecionamos as aulas e por fim a avaliação, que consoante o trabalho dos alunos, passamos a dar as notas. Em todos estes três pontos é possível adquirir novos conhecimentos e novas estratégias, preparando o estagiário para o futuro.

Para além das aulas em si, também foi possível para o estagiário experienciar reuniões de Departamento, reuniões finais de nota e passar pela organização de algumas atividades, o que será fulcral para nos anos seguintes, já ter uma ideia como interagir e participar nestes momentos.

6.2 Compromisso com a aprendizagem dos alunos

No que respeita às aprendizagens dos alunos, tudo se tornou mais fácil pois os mesmos se mostraram interessados e motivados na disciplina da Educação Física.

Num primeiro momento e após uma conversa com o Professor José Pires, nada se sabia em relação à turma em questão, pois vinha do 9ºano e não haviam grandes informações sobre esta. Contudo na primeira aula prática tudo se tornou mais “claro”, os alunos mostraram-se interessados e motivados na disciplina de Educação Física, o que facilitou na aprendizagem dos alunos.

Por vezes até eram os alunos a pedir ao professor para abordar algo mais complexo, o que obrigou o professor a procurar novos exercícios, novas maneiras de abordar os conteúdos.

Desde o início do ano que a aprendizagem dos alunos era o objetivo do estagiário e que tudo iria fazer para que, no fim do ano eles se sentissem com um maior à vontade em todas as modalidades abordadas neste ano letivo.

Na primeira aula de cada unidade didática, existia sempre uma aula teórica com o intuito de mostrar aos alunos o que iriam abordar e a sua consequente explicação, no caso de haver dúvidas ou dificuldades, este era o primeiro momento onde o estagiário fazia o possível para o aluno sair esclarecido e começava a ter uma ideia de onde precisava de aprofundar mais. E assim foi, aula após aula, o estagiário procurou novas estratégias, novos exercícios de modo a que todas as dificuldades sentidas pelos alunos fossem ultrapassadas com êxito.

Neste momento, o estagiário sabe que se dedicou no seu papel de professor e que sempre procurou que os alunos evoluíssem a todos os níveis e que acabassem o ano com muito mais bases do que quando chegaram.

6.3 Prática pedagógica supervisionada

No ponto de vista do estagiário, a Prática Pedagógica Supervisionada é bastante importante para o mesmo pois como vivenciou no ano de estágio, dúvidas e dificuldades foi o que mais apareceram no seu caminho. Mas durante o ano e graças ao crescimento que teve, foi conseguindo ultrapassar todos estes obstáculos. Importante referir que o acompanhamento do orientador da escola foi fulcral para esta sua evolução, tornando-o um melhor profissional e acima de tudo uma melhor pessoa. Não menos importante, as relações criadas com os alunos, professores do Departamento de Desporto e de outras disciplinas e funcionários da escola, também ajudaram na integração do estagiário e no desenrolar do ano positivo conseguido por ele.

Segundo Souza, V. N., Santos, L e Oliveira, C. M. (2018), o docente orientador durante o estágio faz a diferença, pois o mesmo tranquiliza e ajuda os alunos a ultrapassarem as dificuldades encontradas durante o período de estágio.

6.4 Experiência profissional

“A prática do estágio é importante por trazer vários benefícios ao progresso do ensino na formação académica e deve acontecer durante a passagem do discente na 5.ª graduação, proporcionando condições para o sucesso dos estudantes ao processo de formação de professores.” Souza, V. N., Santos, L., Oliveira, C., M. (2018)

No 2º ano de Mestrado e ano de Estágio Pedagógico, foi sem dúvida uma das fases mais altas da vida do estagiário. Uma fase de muito trabalho, de muita dedicação que obrigou a este passar por experiências que nunca tinha passado, mas que irá fazer com que o seu futuro seja mais risonho.

Importante referir que este ano não foi apenas um ano de ensino, nunca um professor está apenas a ensinar. A aprendizagem é constante ao longo de toda a vida e em todo e qualquer momento, um indivíduo está a aprender qualquer coisa, seja com o orientador, seja com o seu aluno. Basta um comportamento, uma atitude diferente de alguém e o estagiário tem de tentar perceber essa pessoa e arranjar maneira de fazer com que ela entenda determinada situação.

Exemplo disto é este ano, quando o professor prepara uma aula e esta não corre como o esperado é porque algo correu mal, alguma coisa correu menos bem. Neste momento o professor tem de procurar onde pode melhorar para nas aulas seguintes, estar pronto a não cometer os mesmos erros. A isto chama-se aprendizagem: planeou → correu mal, planeou de novo → correu bem. Sendo que uma frase que me marcou durante o estágio foi “Com os erros é que se aprende, ninguém nasce ensinado.”

Graças a este ano, o estagiário sente-se com maior vontade em exercer esta profissão. Foi uma experiência enriquecedora tanto a nível profissional como a nível pessoal, da qual nunca se irá esquecer, por ser o primeiro ano em que teve o papel de professor.

A nível das atividades escolares, adquiriu bastantes conhecimentos relativamente à organização de eventos e caso seja necessário no futuro, preparar algum evento, o estagiário sente-se preparado para desempenhar essa função.

Segundo Mafuani (2011, citado por Bernary, K., Paz, D. M. T., 2012), a experiência do estágio é essencial para a formação integral do aluno, considerando que cada vez mais são requisitados profissionais com habilidades e bem preparados.

No futuro, quando já estiver ativo na profissão o estagiário vai relembrar com alegria e nostalgia os momentos que passou na Escola Morgado de Mateus, as experiências e os conhecimentos que lá adquiriu, fazendo com que este se tornasse no profissional que é.

Conclusão

Chegou ao fim este ano letivo, um ano bastante diferente de todos os outros que já passei, pelo facto de ter sido estagiário de professor de Educação Física. Diferente, trabalhoso e muito motivador para mim, foi uma aventura que irei levar para a vida e que irei ter prazer de contar a quem me perguntar “Como foi o teu estágio?”, “É muito difícil?”. Vai ser com muita satisfação e muita nostalgia que irei recordar este último ano do Mestrado.

O estágio pedagógico é a última fase e a mais importante para um estagiário, pois é quando coloca tudo o que aprendeu na licenciatura e no mestrado em prática. Após este EP e após ter vivenciado esta nova experiência com altos e baixos, o estagiário tem como a próxima fase a entrada no mercado de trabalho como professor de Educação Física, estando já preparado para o que se segue.

Segundo Ponte, J. P., Galvão, C., Trigo-Santos, F., Oliveira, H. (2001), o estágio constitui uma experiência reconhecida por todos os jovens professores como muito positiva. O estágio, pela sua duração prolongada, pela forte responsabilidade que atribui aos formandos, pelas condições de enquadramento num grupo de trabalho de pares e com um apoio direto do orientador da escola, parece constituir um enquadramento muito favorável para o início do processo de integração na profissão. Na sua configuração atual, o estágio permite ir aprendendo a lidar com uma grande variedade de problemas e situações práticas de um modo bastante apoiado.

Esta experiência por si, fez-me ver o quanto eu tenho gosto pelo desporto, pela educação física e por ensinar os alunos. Um professor não deve ter medo de errar, muito pelo contrário, é com os erros que este aprende. O erro leva-nos a procurar a solução correta, o que faz com que nós cheguemos a casa e que dispensemos de algum do nosso tempo para procurar estratégias mais adequadas. E só assim um professor poderá desempenhar corretamente o seu papel diante os alunos.

Para além da aprendizagem ao longo do ano letivo, irei recordar tanto as relações criadas com os alunos das várias turmas, como as relações com os professores do Departamento de Educação Física. Quando necessário eram as primeiras pessoas a “dar a mão”, a ajudar no que fosse preciso.

Também a realçar, a relação com o orientador, que nunca duvidou das minhas capacidades, me motivou e fez com que me sentisse mais motivado para finalizar esta etapa académica.

“Ter sucesso é falhar repetidamente, mas sem perder o entusiasmo.” –
Winston Churchill

Aperfeiçoamentos e sugestões

No início do ano letivo e com a chegada da primeira aula a lecionar a primeira impressão do estagiário foi o receio, a incerteza do que fosse encontrar e que fosse acontecer e o imenso nervosismo.

Na sua primeira aula, foi visível o enorme nervosismo com que lecionou a aula e com a falta de experiência na leção de aulas cometeu muitos erros. Contudo com o passar do tempo os erros passaram a ser aprendizagens e com ajuda de todos os conhecimentos que trouxe do anterior de mestrado e também da licenciatura tudo melhorou. O estudo de turma realizado no início do ano, acrescentou informação acerca da turma e facilitou também a adaptação das estratégias a escolher para a intervenção pedagógica.

Numa primeira fase também foi importante a relação estabelecida com toda a comunidade. A relação professor-alunos e alunos-professor foi uma das relações mais importantes, pois uma maneira para o professor saber como atuar, é conhecer os alunos, conhecer os seus comportamentos e atitudes.

Numa parte mais prática, foi bastante motivador e desafiante para o estagiário começar a lecionar as aulas. No início com algumas dificuldades bastante visíveis, mas com a aquisição da experiência, aula após aula, essas dificuldades foram superadas, também graças à ajuda do professor orientador José Pires. Após as aulas do estagiário eram realizadas sempre reflexões em conjunto onde retiravam os pontos positivos e os pontos menos bons, onde poderia melhorar. Após saber onde poderia melhorar, o futuro professor teve a preocupação de despender algum tempo, para procurar como aperfeiçoar a intervenção em determinados momentos da aula.

Um ponto importante no EP, é após cada aula, cada unidade didática, realizar sempre um balanço, uma reflexão onde apontamos o que correu bem e menos bem, tal como algumas sugestões de aperfeiçoamento de alguns exercícios, organizações e até mesmo estratégias.

Importante referir que nos desportos coletivos, nos devemos centrar em lecionar os gestos técnicos, mas centrados no jogo e não em exercícios mais analíticos, sendo que os feedbacks passados para os alunos também devem ser dados de um modo mais coletivo.

No que diz respeito a sugestões na lecionação de aulas, é importante mencionar sempre as regras de segurança, não só no início da aula, como no decorrer da mesma, independentemente da modalidade que esteja a ser lecionada. Outra sugestão é nunca perder o contato visual de todos os alunos, para isso devemos ter em atenção a circulação do professor e evitar passar no meio dos exercícios. Os feedbacks podem ser dados de uma forma individual ou coletiva, a primeira é dirigida a um determinado aluno, o que faz com que este esteja mais atento e saiba que aquele é dirigido só ao próprio, evitando que o resto do grupo que realiza corretamente, pare o exercício e perca tempo de empenho motor. Os feedbacks de grupo são utilizados quando existe um maior número de aluno a realizar mal um gesto técnico/exercício.

Desde o início do ano até ao fim, houve uma grande progressão do estagiário no que respeita às estratégias de organização e controlo, o que permitiu cada vez mais ter uma aula calma, bem conseguida e com os alunos motivados.

Referências Bibliográficas

Alves, J. F. C. (2012). *Relatório de estágio pedagógico desenvolvido na escola secundária com 3º CEB quinta das flores junto da turma do 9ºA no ano letivo 2011/2012*. Coimbra: Universidade de Coimbra – Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/19133483.pdf>

Aranha, Á. (2004). *Organização, Planeamento e Avaliação em Educação Física*. (Série Didática; 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: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

Bernardy, K., Paz, D. M. T. (2012). *Importância do estágio supervisionado para a formação de professores*. Brasil: Unicruz

Claro Jr, R. S., Filgueiras, I. P. (2009). *Dificuldades de gestão de aula de professores de educação física em início de carreira na escola*. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – 2009,8 (2): 9-24

Filho, A. (2010). *O Estágio Supervisionado e sua importância na formação docente*. Revista P@rtes.

Freitas, D. (2015). *Relatório do Estágio em Educação Física realizado na Escola Secundária Jaime Moniz*. Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto nos Ensinos Básico e Secundário. Funchal: Universidade da Madeira

Gaspar, M. I., Seabra, F., & Neves, C. (2012). *A supervisão pedagógica: significados e operacionalização*. Revista Portuguesa de Investigação Educacional, vol. 12, 2012, pp. 29-57

Gonçalves, F., Aranha, A. (2008). *Avaliação/Classificação da Disciplina “Seminário” – Métodos e Técnicas de Avaliação*. Motricidade. (SciELO) 4 (4): 91-100.

Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2008000400011

Gonçalves F., Fernandes, M., Gaspar A., Oliveira, R., Gouveia, É. (2014). *A Avaliação Diagnóstica em Educação Física: uma Abordagem Prática a Nível Macro*. Madeira: Universidade da Madeira.

Matos, Z. (2012). *Normas orientadoras do estágio profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em ensino e educação física nos ensinos básicos e secundários*. Porto.

Ponte, J. P., Galvão, C., Santos, F. T., & Oliveira, H. (2001). *O início da carreira profissional de jovens professores de Matemática e Ciências*. Revista de Educação, 10 (1), 31 – 45.

Sarnadas, M. L. (2011). *Relatório final de estágio*. Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Coimbra: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Disponível em: <https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/17639/1/Relat%c3%b3rio%20Final%20de%20Est%c3%a1gio%20-%20Mariana%20Sarnadas%20FINAL.pdf>

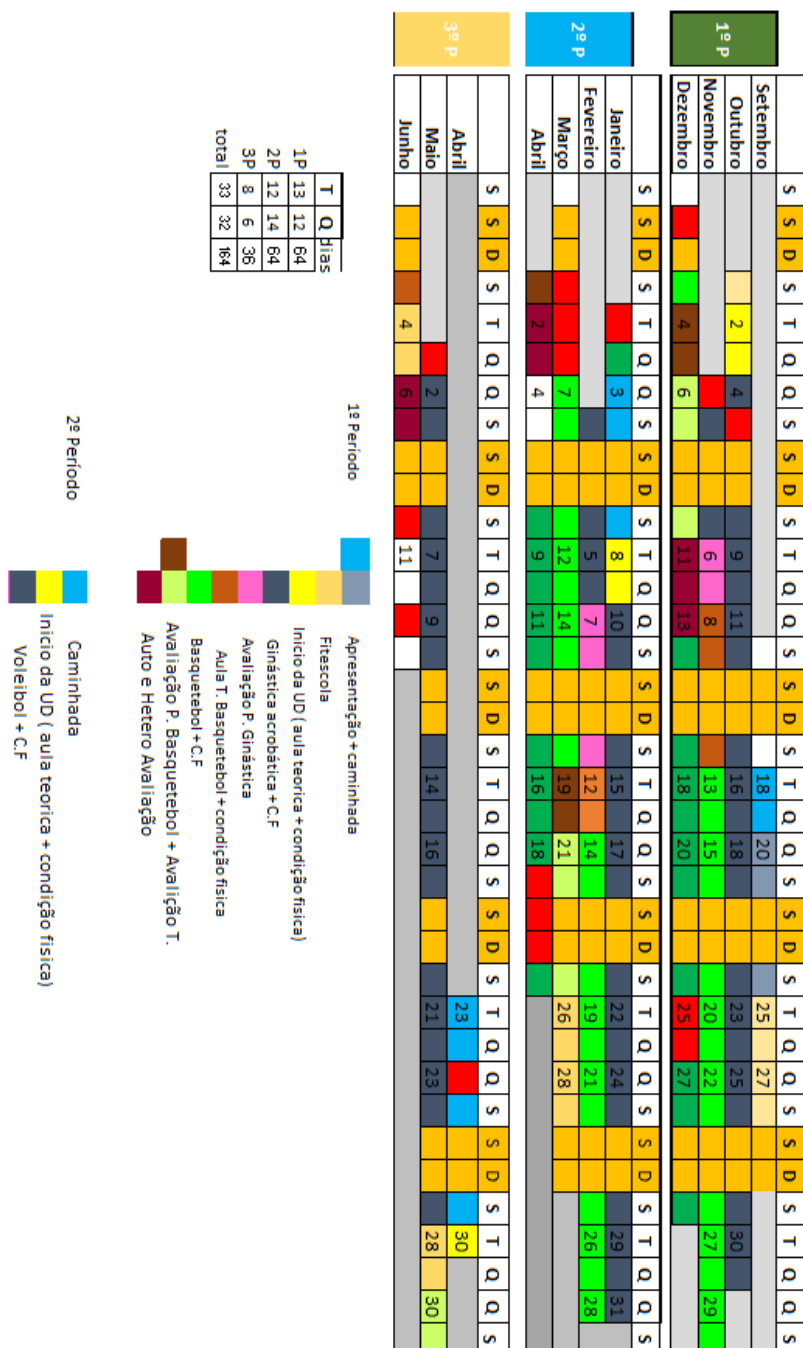
Silva, G. W., Peric, R. B. A. (2009). *AVALIAÇÃO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: entre a teoria e a prática*. Revista Interfaces: ensino, pesquisa e extensão.

Simões, J., Fernando, C., Lopes, H. (2014). *Avaliar em Educação Física – A Necessidade de um Quadro Conceptual*. Madeira: Universidade da Madeira

Souza, V. N., Santos, L., Oliveira, C. M. (2018). *A importância da prática do estágio supervisionado na formação de professores*.

Anexos

7. Planeamento anual



Avaliações teóricas	
1º Período	06/dez
2º Período	21/mar
3º Período	30/mai

3º Período

 Avaliação P. Voleibol
 Aula T. Badminton + condição física
 Badminton + C.F
 Avaliação P. Badminton + Avaliação T
 Fitescola
 Auto e Hetero Avaliação
 Aula livre

 Caminhada
 Início da UD (aula teorica + condição física)
 Atletismo + C.F
 Avaliação T. Atletismo
 Fitescola
 Auto e Hetero Avaliação
 Aula livre

Atividades extracurriculares

7 Nov- Desporto escolar (futsal)
 21 Nov- Desporto escolar (futsal)
 6 Dez- Basquetebol 3x3
 21 Dez- Mega Sprinter
 13 Mar- Desporto escolar (futsal)
 10 Abr- Desporto escolar (futsal)
 8 Mai- Taça Morgadinha (futsal feminino)
 15 Mai- Taça Morgado (futsal masculino)
 29 Mai- Taça Morgadinha (futsal feminino)
 31 Mai- Caça ao Tesouro

8. Unidade Didática

 Escola Secundária Morgado de Mateus. UD_Basquetebol										Prof. Orientador: José Pires Prof. Estagiário: João Sena Curso:										 ESTRATÉGIAS A ADOPTAR NA LECCIONAÇÃO									
POPULAÇÃO ALVO	ANO	10 ^ª	CRITÉRIOS, PARÂMETROS E PONDERAÇÕES DE AVALIAÇÃO	D. Sócio-afetivo SABER ESTAR	25%	Aulas Práticas Realizadas / Disciplina / Comportamento Interesse / Empenho	10,0%		▶ O início da aula ocorre após 10 minutos do toque de entrada;																				
	TURMA	C		D. Cognitivo SABER COMO SE FAZ	15%	Teste Teórico	15,0%			▶ Montagem do material, antes do início da aula;																			
	MASCULINO	13		D. Psicomotor SABER FAZER	60%	Conteúdos Programáticos/ Teste prático	45,0%				▶ Equipas / Grupos pré definidos (se possível), mantendo a mesma organização ao longo dos exercícios;																		
	FEMININO	14					15,0%					▶ Na instrução inicial, manter os alunos todos dentro do meu campo de visão;																	
CARACTERIZAÇÃO DOS RECURSOS	TEMPORAIS	Início e Término		Início a __/13/11__ e término a __/06/12__									▶ Questionamento aos alunos que se encontrem distraídos ou sejam possíveis “destabilizadores” da aula;																
		Número de aulas		7 Aulas de 90 minutos de tempo letivo efetivo																									
		Instalações		1/3 do Pavilhão																									
	MATERIAIS	Material Didático		Sinalizadores, bolas de basquetebol, cones, coletes																									
	HUMANOS	Funcionários		1 Funcionário de Apoio as aulas de E.F																									
DEFINIÇÃO DE OBJETIVOS	DOMÍNIO SÓCIO-AFETIVO	1- O aluno coopera com os companheiros, incentiva e apoia a sua participação na atividade, apresentando sugestões de aperfeiçoamento, e considerando, por seu lado, as propostas que lhe são dirigidas. 2- Aceita as decisões da arbitragem. 3- Trata cordalmente e com respeito os colegas e adversários.								▶ A aula está dividida em duas partes: H15, sendo os primeiros 45 de condição física e os restantes de conteúdo da UD.																			
	DOMÍNIO COGNITIVO	1- O aluno analisa a sua ação e as dos companheiros, nos diferentes tipos de situação, apreciando as qualidades e características do movimento. 2- Conhece o objetivo do jogo e as regras do jogo. 3- Compreende e respeita as regras de jogo colocando em prática os conhecimentos adquiridos; 4- Demonstra ter adquirido os conhecimentos sobre as técnicas abordadas num teste teórico.																											
	DOMÍNIO PSICOMOTOR	No contexto de coreografia, aplica e utiliza corretamente os vários elementos técnicos abordados nas aulas. 1) Mudança de direção e de mão pela frente 2) Passe de peito, passe pichado e recepção 3) Lançamento na passada e lançamento parado 5) Drible de progressão 6) Paragem e rotação sobre um apoio																											
vista à fragmentação dos gastos a																													

Aula	Data	Objectivo Específico	Estratégias	Função Didáctica	MATERIAL	
31 32	1 2	Transmissão de conteúdos técnicos	Sala de aula	Introdução	Computador e projetor	ensinar, de modo a que a sua aprendizagem seja facilitada;
33 34	3 4	Passe e receção	Turma dividida em grupos	Introdução	Sinalizadores, bolas, cones e coletes	► Optar, sempre que possível, por utilizar aquecimentos específicos, aumentando o tempo potencial de aprendizagem;
35 36	5 6	Drible de progressão	Turma dividida em grupos	Introdução	Sinalizadores, bolas, cones e coletes	► Na transição de exercícios, os alunos que não fazem aula também ajudam na montagem do material, caso seja necessário e dirigem-se ao local de instrução para ouvir;
37 38	7 8	Mudança de direção e de mão pela frente	Turma dividida em grupos	Introdução	Sinalizadores, bolas, cones e coletes	► Na parte final da aula, realizar sempre jogo formal de modo a manter a motivação dos alunos e a aplicar os conteúdos abordados nas aulas.
39 40	9 10	Lançamento parado e na passada	Turma dividida em grupos	Introdução	Sinalizadores, bolas, cones e coletes	► Os alunos recolhem sempre o material e arrumam-no no final da aula, sob a minha supervisão;
41 42	11 12	Paragens e rotação sobre um apoio	Turma dividida em grupos	Introdução	Sinalizadores, bolas, cones e coletes	► Prestar atenção às condições de segurança, e chamar à atenção dos alunos consciencializando-os para o cumprimento de determinadas normas definidas previamente.
45 46	13 14	Avaliação	Turma dividida em grupos	Avaliação	Sinalizadores, bolas, cones e coletes	

9. Plano de Aula + Balanço



Plano de Aula

Modalidade: Basquetebol		Função Didática: Introdução	
Ano: 10ºC	Aula Nº 35/36	Aula da U.D: 5/6	Data: 20/11/2018
Nº de Alunos: 27	Espaço: 1/3 Pavilhão	Hora: 11:45h	Tempo: 90min
Professor: José Pires		Professor Estagiário: João Sena	

Objetivos Específicos	Conteúdos	Material
Domínio da Condição Física	Saltar a corda, deslocamentos laterais, flexões e skipping	Sinalizadores, cordas e coluna
Domínio do Drible de progressão	Passe picado, passe de peito, receção, drible de progressão	Sinalizadores, coletes, bolas

Objetivos Operacionais			
Nº	Ação	Contexto	CrITÉrios de Êxito
1	Corrida	Individualmente	Realizar os 6 minutos de corrida em ritmo constante, sem paragem
2	Circuito	Grupos (por género)	Saltar a corda- Velocidade constante, saltar a pes juntos. Deslocamentos laterais- Tronco direito, pernas ligeiramente fletidas, deslocamento rápido e não cruza o passo Skipping- Tronco em extensão, elevação rápida e alternada dos joelhos ao peito, acompanha o movimento com a mão contrária à perna que eleva Flexões- Tronco em extensão, braços à largura dos ombros, flexão e extensão do cotovelo dos braços.
3	Drible de progressão	Grupos	Drible de progressão- Olhar dirigido para a frente, batimento da bola, ao lado e à frente do corpo, a bola não passa do nível da cintura, driblar com a mão mais afastada do defensor, batimento realizado através da flexão do pulso
4	Jogo reduzido 5x5	Grupos (por género)	Drible de progressão- Olhar dirigido para a frente, batimento da bola, ao lado e à frente do corpo, a bola não passa do nível da cintura, driblar com a mão mais afastada do defensor, batimento realizado através da flexão do pulso



Hora	Tempo	Sequência da Tarefa	Descrição	Estratégias	Organização
11:55	3'	Instrução Inicial	Parte da aula anterior. Referência ao objetivo específico da aula e como esta se vai desenvolver.	Alunos em meio círculo de frente para o professor.	
11:58	6'	1ª Objetivo Operacional	Como forma de aquecimento, os alunos realizam de corrida.	2 a 2; 6 minutos de corrida; No fim dos 6 minutos, uma volta a andar.	
12:04	5'	T/ P/ O – O professor instrui e organiza os alunos para a realização do exercício			
12:09	17'	2ª Objetivo Operacional	Exercício em circuito 1. Saltar à corda 2. Deslocamentos laterais 3. Flexões 4. Skip	4 grupos (três de 7 alunos e um de 6), passando sequencialmente pelas 4 estações. 3 séries, 40 segundos de exercício por 30 de descanso.	
12:26	5'	T/ P/ O – O professor instrui e organiza os alunos para a realização do exercício			
12:31	8'	3ª Objetivo Operacional	Exercício critério: Jogador realiza drible de progressão até ao colega e vai para o fim dessa fila. *Variante: Com lançamento ao cesto	4 grupos (por género). Campo dividido em 2	
12:39	3'	T/ P/ O – O professor instrui e organiza os alunos para a realização do exercício			
12:42	20'	4ª Objetivo Operacional	Jogo reduzido 5x5	4 equipas (por género) + suplentes Campo dividido em 2.	

13:02	3*	Conclusão da aula	Questionamento acerca da matéria abordada na aula. Abordagem da próxima aula.	Alunos em meio círculo de frente para o professor.	
-------	----	-------------------	---	--	---

Balanço

Nesta aula os alunos, devido a virem de um teste, mostraram uma maior dispersão, estavam mais desatentos e com menos vontade para a aula. Contudo foram melhorando, em especial na segunda parte da aula.

Na condição física (corrida + circuito), os alunos estavam muito faladores e muito distraídos, o que me fez impor condições na aula, o tempo que eles demorassem a voltar ao normal e não falar era o tempo que eu ia retirar na parte de jogo formal. Foi uma condição que correu bem, visto que o comportamento dos alunos mudou radicalmente.

Numa segunda parte da aula, o exercício critério de drible de progressão foi realizado com êxito e com empenho por parte dos alunos o que me fez dar mais tempo de jogo formal.

Na fase de jogo fui eu que fiz as equipas, contudo na próxima aula irei abordar outra estratégia. Como fiz as equipas mistas os rapazes mal passavam a bola às raparigas, para combater isso inseri a variante “só é considerado ponto se a bola passar por todos os elementos de uma equipa”.

PÁGINA EM BRANCO