

**UNIVERSIDADE DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO**

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO**

**MESTRADO EM ENSINO DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS  
ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO**

Francisco Manuel Carvalho Cerqueira

Novembro 2020



Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro  
RELATÓRIO DE ESTÁGIO NOS ENSINOS BÁSICO E SECUNDÁRIO

**FRANCISCO MANUEL CARVALHO CERQUEIRA**

Nº 62839

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA ESCOLA  
SECUNDÁRIA DE S.PEDRO, JUNTO DAS TURMAS DO 8º C E 11º C, NO ANO  
LETIVO DE 2019/2020

Relatório de estágio com vista á obtenção do grau de mestre em ensino de  
edução física nos ensinos básico e secundário.

**Professor orientador:**

Professor Francisco Saavedra

## **Agradecimentos**

Ao longo do meu desempenho no mestrado de ensino de educação física nos ensinos básico e secundário, foram diversas as pessoas que me ajudaram nesta caminhada, providenciando as melhores condições possíveis, sejam elas de afeto ou profissionais, para um melhor aproveitamento desta experiência. O percurso tornou-se bastante proveitoso muito graças a estas pessoas. Quando se entra num projeto destes nunca podemos estar sós, ou trabalhar sozinhos, precisamos sempre de uma boa equipa de trabalho, de bons orientadores e de pessoas amigas e familiares a dar apoio. Acima de tudo, gostaria de ter a humildade suficiente, para neste segmento poder ser grato a quem me proporcionou um excelente progresso.

Em primeiro lugar, gostaria de agradecer á instituição da universidade de Trás-os-Montes e Alto douro pela oportunidade e disponibilidade de realizar este mestrado.

Gostaria também de agradecer com especial carinho a todos os professores pelo profissionalismo e transmissão de conteúdos e competências.

Agradeço á escola secundária de S. Pedro e á professora Paula Guedes pela oportunidade de realizar o estágio curricular nesta instituição.

Por final, gostaria de agradecer aos meus familiares, amigos, colegas e á minha namorada pela compreensão, carinho e por terem criado condições favoráveis ao meu crescimento enquanto pessoa e profissional. Este percurso não teria sido o mesmo sem estas pessoas e instituições envolvidas, por tudo estarei sempre muito grato.

## Índice geral

<b>1</b>	<b>Introdução.....</b>	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>Enquadramento do meio escolar.....</b>	<b>11</b>
<b>2.1</b>	<b>Meio envolvente.....</b>	<b>11</b>
<b>2.2</b>	<b>Escola e recursos.....</b>	<b>11</b>
<b>2.3</b>	<b>Núcleo de educação física e de estágio.....</b>	<b>12</b>
<b>2.4</b>	<b>Turmas.....</b>	<b>12</b>
<b>2.4.1</b>	<b>11º C.....</b>	<b>13</b>
<b>2.4.2</b>	<b>8ºC.....</b>	<b>14</b>
<b>3</b>	<b>Atividades desenvolvidas.....</b>	<b>15</b>
<b>3.1</b>	<b>Atividades de ensino-aprendizagem.....</b>	<b>16</b>
<b>3.1.1</b>	<b>Planos de aula.....</b>	<b>17</b>
<b>3.1.2</b>	<b>Unidades didáticas.....</b>	<b>18</b>
<b>3.1.3</b>	<b>PES.....</b>	<b>21</b>
<b>3.2</b>	<b>Atividades de relação escola meio.....</b>	<b>24</b>
<b>3.2.1</b>	<b>Estudo de turma.....</b>	<b>24</b>
<b>3.3</b>	<b>Atividades de formação e desenvolvimento da escola.....</b>	<b>25</b>
<b>3.3.1</b>	<b>PAA.....</b>	<b>26</b>
<b>4</b>	<b>Mecanismos de avaliação.....</b>	<b>28</b>
<b>4.1</b>	<b>Avaliação diagnóstica.....</b>	<b>28</b>
<b>4.2</b>	<b>Avaliação formativa.....</b>	<b>30</b>
<b>4.3</b>	<b>Avaliação sumativa.....</b>	<b>30</b>
<b>5</b>	<b>Reflexão final.....</b>	<b>31</b>
<b>6</b>	<b>Conclusão.....</b>	<b>32</b>
<b>7</b>	<b>Referências.....</b>	<b>33</b>
<b>8</b>	<b>Anexos.....</b>	<b>35</b>

## Índice de tabelas

<b>Tabela 1-Characterização geral das turmas .....</b>	<b>13</b>
<b>Tabela 2-Ordem cronológica das UD.....</b>	<b>19</b>

## **Abreviaturas**

EAD - Ensino á distancia

UTAD - Universidade de trás os montes e Alto Douro

UD - Unidades didáticas

PES - Projeto de ensino supervisionado

PAA - Plano anual de atividades

EF – Educação física

## Resumo

O presente documento surge de forma a sintetizar e explicar tudo o que foi desenvolvido pedagogicamente neste segundo e, último ano, de mestrado em ensino de educação física nos ensinos básico e secundário destinado á realização de estágio curricular escolar.

A referida atividade decorreu na escola secundária de S. Pedro, na cidade de Vila Real, no ano letivo de 2019/2020. Foi-me atribuída a tarefa de lecionação de 2 turmas, uma turma do 8º ano de escolaridade e a outra do 11º ano de escolaridade.

Com a efetuação deste estágio foi possível adquirir diversas competências necessárias para exercer com sucesso, no futuro, a profissão de professor de educação física. Com a atribuição da responsabilidade de liderar e guiar uma turma de crianças no âmbito desportivo, a competência da liderança foi evidentemente o maior e mais importante acréscimo, no entanto a relação interpessoal com os alunos, o enriquecimento do conhecimento desportivo e a realização de atividades e documentos necessários para o bom desempenho pedagógico foram também outras das mais importantes mais valias deste estágio.

Ao longo deste documento, a realização deste estágio bem como o estudo científico da disciplina de educação física vão ser analisados ao detalhe de maneira a organizar tudo o que foi feito neste último ano bem como a sua sustentação científica para explicar o porquê de muitas das decisões e atividades pedagógicas desempenhadas.

**Palavras-chave:** Educação Física; Escola; Estágio pedagógico; Pedagogia; Didática;

## Abstract

The present document was developed in order to synthesize and explain everything that was conducted pedagogically in this second, and last year, of a master's degree in physical education teaching in basic and secondary education aimed at conducting school curricular internship.

This activity took place at the secondary school of S. Pedro, in the city of Vila Real, in the academic year 2019/2020. I was assigned the task of teaching 2 classes, one class from the 8th grade and the other from the 11th grade.

With the completion of this internship, it was possible to acquire several skills necessary to successfully exercise the job of physical education teacher in the future. With the responsibility of leading and guiding a group of children in sports, the leadership competence was evidently the biggest and most important skill acquired, however the interpersonal relationship with students, the enrichment of sports knowledge and the realization of activities and documents necessary for a good pedagogical performance were also some of the most important assets of this internship.

Throughout this document, the realization of this internship as well as the scientific study of the discipline of physical education will be analyzed in detail in order to organize everything that was done in the last year as well as its scientific support to explain why many of the decisions and pedagogical activities performed.

**Key-words:** Physical education; School; Pedagogical internship; Pedagogy; Didactics;

## 1 Introdução

O relatório final de estágio é sustentado por evidências científicas que provêm de uma significativa análise e estudo da área do conhecimento desportivo e que suportam a prática de ensino pedagógica supervisionada realizada neste último ano do mestrado de ensino de educação física nos ensinos básico e secundário.

Segundo Pimenta (2013), O papel do professor é muito complexo, porque está num processo de avaliação contínua e tem de conseguir expressar com clareza e objetividade as ideias e conceitos relacionados. O professor deve também ser um profundo entendedor da sua área de estudo, para que possa, da melhor maneira, transmitir o seu conhecimento aos alunos.

Considera-se de caráter extremamente importante fazer uma cautelosa filtragem de conteúdo e uma síntese organizada de modo a poder sempre evoluir e melhorar a função pedagógica para bem dos alunos e do seu conhecimento. O início da atividade profissional começa pela elaboração do estágio profissional e este período é muito importante na formação inicial dos professores. Assim sendo, os estudantes colocarão em prática as teorias estudadas, tendo como objetivo demonstrar uma postura correta, domínio dos conteúdos e da sala de aula, ou seja, demonstrarem que estão preparados para exercer o papel de professor (Milanesi, 2012).

Este ano letivo foi um ano atípico, com a chegada da pandemia de covid-19 no início de março, todos os planos para o resto do ano letivo foram alterados e forçaram os professores de todas as disciplinas, incluindo nós os professores de educação física, a uma adaptação rápida e eficaz para que os alunos não perdessem o seu direito á educação. Introduzimos assim o EAD que nos fez beneficiar muito em termos de ser uma nova experiência, mas que nos deixou um pouco desanimados pois gostaríamos de ter continuado com as atividades normais. Neste relatório serão também referidas a aulas de EAD.

Este documento apresenta todo o meu processo de ensino e de aprendizagem, nomeadamente atividades letivas e não letivas (lecionação de aulas à turma residente e partilhadas experienciando a conceção, o planeamento, a realização e avaliação). Aliado a todo este processo existiram sempre as emoções (alegria, êxtase, tristeza, angústia, insegurança e confiança).

A estruturação deste relatório tem por isso três partes essenciais: a parte pré textual, textual e pós textual. Sendo a parte textual, como seria de esperar, a mais relevante. Esta parte vai ser comentada nos seguintes parâmetros: (i) enquadramento do meio escolar, onde vai ser abordado o espaço físico, as turmas, grupo de estágio e os recursos onde se desempenhou este

estágio curricular, (ii) as atividades desenvolvidas, onde se refere todas as atividades realizadas tanto de âmbito de relação com a atividade pedagógica como os documentos realizados em núcleo de estágio, (iii) os mecanismos de avaliação, (iv) reflexão final, (v) conclusão e por ultimo (vi) as referências bibliográficas. Por fim segue-se a parte pós textual.

Do ano de estágio pretendi sempre retirar o maior número de experiências que contribuíssem para a minha aprendizagem. Através de discussões, trocas de opiniões, observações e reflexões acerca dos acontecimentos que surgiram durante o ano, os professores orientadores e coordenadores e, também, o núcleo de estágio, contribuíram imenso para o meu desenvolvimento profissional. Tudo isto resultou numa procura constante pela melhor prática pedagógica, absorvendo todas as vivências de forma a construir a minha identidade profissional.

## **2 Enquadramento do meio escolar**

### **2.1 Meio envolvente**

O referido estágio curricular foi realizado na escola secundária de S.Pedro, na cidade de Vila Real, no ano letivo de 2019/2020. A cidade de vila real situa-se na região Norte, sub-região do Douro e na região de Trás-os-Montes e Alto Douro, com cerca de 29 624 habitantes no seu perímetro urbano (2012). É capital da província tradicional de Trás-os-Montes e Alto Douro e capital de distrito. É sede de um município com 378,80 km<sup>2</sup> de área e 51 850 habitantes (2011), subdividido desde a reorganização administrativa de 2012/2013 em 20 freguesias. O município é limitado a norte pelos municípios de Ribeira de Pena e de Vila Pouca de Aguiar, a leste por Sabrosa, a sul pelo Peso da Régua, a sudoeste por Santa Marta de Penaguião, a oeste por Amarante e a noroeste por Mondim de Basto.

É uma cidade fortemente dependente dos estudantes universitários da UTAD e de serviços básicos por ser a capital do distrito Vila Real. Em recentes anos a cidade modernizou-se em conjunto com a universidade e mudou um pouco de ritmo para uma cidade mais “mexida” e com maior capacidade de fixar pessoas, este que é um problema grave da região interior de Portugal. Por isso, não só, os setores comuns da sociedade apresentaram um bom desenvolvimento nesta cidade transmontana, mas também a nível desportivo houve um investimento e conseqüente melhoria da cultura desportiva.

### **2.2 Escola e recursos**

A escola secundária S.Pedro apresentava uma boa estrutura e era bem localizada no centro da cidade, podendo talvez referi-la como sendo a escola secundária de referência, por boa estrutura e funcionamento pedagógico, da cidade de Vila Real. A escola tinha bastantes alunos por ano e só lecionava a partir do 7º ano até ao 12º ano. Na altura da realização do estágio a escola secundária S.Pedro encontrava-se em obras de requalificação, devido a isso muitos dos desportos coletivos lecionados foram forçados a serem realizados noutras instalações cedidas por outras entidades. Este facto levou ao cancelamento de algumas aulas destas modalidades devido ao mau tempo pois as instalações cedidas são a céu aberto. Para a realização dos desportos individuais, no meu caso, atletismo, a escola dispunha de um pavilhão destinados a estes. Outro desporto lecionado em que nos tínhamos de deslocar para fora da escola era a natação que foi abordada nas piscinas municipais de Vila Real.

### **2.3 Núcleo de educação física e de estágio**

O grupo de educação física da escola era um grupo constituído por 13 professores internos e o núcleo de estágio da UTAD. O grupo era dinâmico e trabalhador o que proporcionou uma excelente experiência pedagógica. Como professora interna na escola e com a função de orientar o núcleo de estágio estava a professora Paula Guedes. A sua experiência como professora de educação física, capacidade de transmitir conhecimentos e liderar foram muito proveitosos para um desenvolvimento de um forte núcleo de estágio. O núcleo de estágio de professores estagiários da universidade de Trás-os-Montes e Alto douro era composto por mim, o professor Luís Fontinha, o professor Miguel Coelho e a professora Débora. Todos os trabalhos, atividades pedagógicas e preparação dos processos ensino-aprendizagem foram desenvolvidos em conjunto para uma melhor experiência.

### **2.4 Turmas**

A cada professor estagiário foi atribuída a tarefa de lecionação de duas turmas, uma de 8º ano e a outra de 10º ano ou 11º ano, sendo que havia um total de 4 turmas, as turmas atribuídas á professora Paula Guedes, cada um dos 4 professores estagiários ficou encarregue de uma turma por período escolar divididos em duas unidades didáticas.

	11º C	8º C
<b>Nº de alunos</b>	24	28
<b>Masculino</b>	14	9
<b>Feminino</b>	10	19
<b>Idades</b>	15/16/17 anos	12/13/14 anos

*Tabela 1- Caracterização geral das turmas*

### 2.4.1 11º C

A primeira turma com quem iniciei a atividade letiva foi precisamente a turma do 11º C a 6 de novembro de 2019, no primeiro período escolar, com a modalidade de natação. O primeiro contacto com os alunos para qualquer professor é sempre difícil e, muitas vezes se refere, que a primeira impressão que os alunos têm do professor é a que fica para sempre. Este facto é ainda mais acentuado quando se trata de estar pela primeira vez á frente da gestão de uma turma, sozinho, e sendo esta turma de 11º ano e de idades compreendidas entre os 15, 16 e 17 anos piora ainda mais o cenário de “controlo” e “respeito” para o professor estagiário.

A turma era do âmbito de ciências e tecnologias e apresentava um bom aproveitamento nas restantes disciplinas e, conseqüentemente, em educação física também. O nível físico desta turma era bastante bom e a maioria dos alunos apresentava uma boa predisposição para atividade física e desportiva. Esta turma era bastante competitiva entre si e isso era bastante evidente nas aulas de EF, esta “rivalidade” que os alunos apresentavam entre si, especialmente entre aqueles com maior predisposição física, era na maioria dos casos positiva. Os alunos mostraram grandes resultados nas modalidades de natação e futsal.

Penso que ao longo da atividade letiva nesta turma consegui desenvolver uma excelente relação com alunos, as aulas tiveram um carater forte de trabalho, transmissão de conteúdos e conseguiu-se transmitir tudo o que tinha sido previamente planeado. No entanto, tentei sempre manter uma relação de amizade e de “brincadeira” para poder cativar os alunos a gostarem das minhas aulas e a estarem motivados para a prática de EF.

A turma apresentava um comportamento relativamente bom, com apenas algumas situações esporádicas de mau comportamento, mas sem aplicação de medidas de grande relevo para combater. Os alunos mostraram sempre respeito e amizade pelo professor e, aquilo que mais que me fez gostar desta turma, foi o facto de sempre demonstrarem vontade de praticar EF, obviamente nem toda a turma assim o era, mas a maioria sim e para um professor é bastante motivador.

Para primeira turma lecionada a experiência foi bastante positiva e os alunos facilitaram bastante este meu início de percurso. Ocorreram, como em qualquer turma e professor, acontecimentos que não deveriam ter acontecido, no entanto, todas as particularidades desta primeira atividade letiva serviram como uma ótima experiência para a minha carreira docente futura.

### **2.4.2 8ºC**

A segunda turma que me foi atribuída para a prática do ensino supervisionado foi a turma do 8ºC, a atividade nesta turma iniciou-se em fevereiro de 2020 com a leção das modalidades de natação e atletismo (salto em altura). Foi o meu segundo contacto em termos de liderar uma turma e o primeiro contacto com uma turma de ensino de terceiro ciclo. As idades dos alunos desta turma compreendiam entre os 12 e os 14 anos e, com isso, uma atenção redobrada ao comportamento e à questão das atitudes foi crucial.

A turma apresentava bons resultados nas disciplinas extra EF e, no geral, apresentava também uma boa aptidão e predisposição para a prática de EF. As aulas tiveram, na maioria das vezes, um caráter dinâmico e com bastantes condições para a aprendizagem dos alunos.

Contudo, por ser uma turma de idade relativamente baixa e de terceiro ciclo, como seria de anteciper, o comportamento muitas vezes não foi o desejado. Aconteceu muitas vezes de perder o controlo da aula por causa de situações esporádicas de mau comportamento, mas que com facilidade foram corrigidas.

A minha relação com esta turma não foi como eu gostaria, pois devido ao comportamento da turma e à necessidade de me “impor” em contexto de aula, isso, levou a que os alunos talvez não criassem afinidade, como eu gostaria, comigo e nem eu com eles.

As aulas nesta turma não chegaram ao fim devido à pandemia de covid 19 e com esta situação peculiar fomos obrigados a adaptar o nosso sistema de ensino para EAD e mudar tudo o que tinha sido delineado no início do ano. As restantes modalidades a serem abordadas até ao final do segundo período e as do terceiro período foram alteradas e foram introduzidas as aulas EAD, algo que os alunos pudessem fazer nas suas casas. A professora orientadora Paula Guedes deixou ao nosso critério o conteúdo dessas aulas e, portanto, decidimos trabalhar com os alunos alguns circuitos de treino de força adaptados à sua condição física e aos recursos disponíveis.

Foi uma excelente experiência a atividade letiva nesta turma e com certeza ofereceu bastantes instrumentos e competências para o futuro ensino no terceiro ciclo. O primeiro

contacto com a leção de salto em altura também foi uma experiência desafiante e enriquecedora, gostaria que pudesse ter sido levada até ao fim e sinto que, talvez, faltou essa parte para ser a melhor experiência possível em terceiro ciclo e para desenvolver a relação com os alunos que eu antecipava.

### **3 Atividades desenvolvidas**

Com intuito de organizar e preparar a prática pedagógica foram desenvolvidas ao longo deste último ano de estágio inúmeras atividades de diversos âmbitos e com diferentes funções. Podemos, portanto, assim dividir em atividades de ensino aprendizagem, atividades de relação escola meio e atividades de formação e desenvolvimento da escola. Com o acontecimento inesperado de uma pandemia e a alteração dos planos, reforçou-se a ideia de que ter um grupo de trabalho coeso e uma boa estruturação e planeamento são indispensáveis.

No início do ano letivo em conjunto com a professora orientadora Paula Guedes, o núcleo de estágio elaborou as estratégias necessárias para a melhor aprendizagem dos alunos e formulou o planeamento das unidades didáticas e turmas atribuídas. A estratégia letiva de cada professor ficou encarregue de si mesmo, mas tudo partiu de um coeso planeamento elaborado em conjunto.

A principal função das atividades realizadas durante este ano foi o planeamento da atividade de ensino, por isso considera-se fulcral entender a importância do planeamento. Segundo Yinger (1979), o planeamento é a principal ferramenta pelo qual os professores modulam os ambientes para controlarem com o seu próprio comportamento. Portanto, o professor, deve usar o planeamento como ferramenta para moldar o seu sistema de ensino e as suas aulas. Já, para Byra&Coulon (1994), uma proporção significativa do ensino consiste nas decisões que os professores tomam e que propõem para os seus alunos aprenderem e quais as atividades de ensino que são apropriadas. Para que os formadores de professores continuem a acreditar que o planeamento contribui para o ensino eficaz, é necessário continuar a examinar a relação entre o planeamento e a instrução de maneira mais completa. Por isso, não só é importante elaborar um coeso planeamento antecipado, mas, ao longo da atividade letiva, deve-se ir verificando as consequências desse planeamento, os seus pontos positivos e o que de bem se está a incutir nos alunos e os pontos negativos. Como afirma Armbuster&Brown (1984), regular o conhecimento, deve ser feito através de estratégias de autorregulação, como planeamento e deve-se, ao longo do processo de ensino verificar os resultados da estratégia adotada, monitorizar a sua eficácia. Deve ser aplicado sempre o modelo de aplicação da ação e

teste dessa ação, a revisão e a avaliação das estratégias implementadas. Só após a avaliação das estratégias implementadas pelo professor, é que este pode aferir a qualidade do seu projeto de ensino e dos seus métodos. Tendo em conta este facto, ao longo deste estágio e, no final de cada atividade desenvolvida, houve sempre uma cautelosa avaliação para poder melhorar as futuras atividades.

A atividade pedagógica inicia-se a partir do momento que são delineados os passos que se vão efetuar durante a mesma. Podemos afirmar que as atividades de planeamento desenvolvidas ao longo do ano foram os planos de aula, a elaboração das UD, o PES e o PAA. Não só de atividades de planeamento se constitui esta secção, mas, também, de atividades das quais o planeamento previu e teve como objetivo de delinear.

### **3.1 Atividades de ensino-aprendizagem**

O professor, na sua atividade profissional, trabalha num meio multifacetado e complexo, num contexto de constante mudança que resulta da intervenção de múltiplos fatores. Qualquer resposta simplista, nesse âmbito, que se limite a aplicar princípios gerais e conhecimentos científicos produzidos sem o devido fundamento, não pode constituir uma solução geral para os problemas da atividade letiva. É importante conhecer o que se pode definir por ensino-aprendizagem e a sua importância, o processo ensino-aprendizagem é uma relação entre o professor e os seus alunos, em que o professor tem a responsabilidade de transmitir e estruturar os conteúdos, e os alunos têm a tarefa de aprender esses conteúdos de forma participativa e empenhada.

O processo de ensino está, obrigatoriamente, aliado a uma, prévia, investigação e de aquisição de conhecimento e ferramentas para que, na sua melhor forma, o professor consiga transmitir tudo o que é essencial aos seus alunos e ser um profundo conhecedor da sua área de trabalho. O conhecimento que o professor deve obter e aplicar é o conhecimento na prática que, na perspetiva de Mellado (1998) citado por Bonito (2009), é um conhecimento que tem a ver com as situações reais da atividade docente e que permite aos professores poderem atuar na complexidade da aula. Os professores constroem modelos de atuação, guiados por princípios práticos e funcionais, que desenvolvem de forma lenta e gradual, através da experiência e do esforço. Segundo Pozo (1989), a aprendizagem passa a ser encarada como um processo interno do aluno e implica que este progrida na construção do seu conhecimento. Por isso, é importante que o professor saiba como e onde atuar, no processo de ensino, para que seja possível ao aluno criar as suas condições de aprendizagem. Não há processo de ensino-aprendizagem, que seja

proveitoso, sem haver compromisso por parte do professor, responsável pelo processo de ensino, e por parte do aluno, responsável pelo processo de aprendizagem em si mesmo. O segredo do bom ensino é o entusiasmo pessoal do professor, que vem do seu compromisso com a ciência e o estudo da sua área. Este entusiasmo pode e deve ser canalizado, mediante o planeamento e metodologia estipulados, sobretudo para o estímulo ao entusiasmo dos alunos pela realização, por iniciativa própria, dos esforços intelectuais e morais que a aprendizagem exige. Segundo Santos (2001), para obter resultados ótimos, o processo de ensino deveria, além de respeitar o processo natural de aprendizagem, facilitá-lo e incrementá-lo. Portanto, não só o professor deverá manter o que foi estipulado para a aprendizagem, mas deve também procurar maneiras e instrumentos de melhorar, ao longo, de toda a atividade letiva a facilidade com que os seus alunos deverão aprender.

As atividades de ensino aprendizagem podem ser divididas em três principais, os planos de aula, as UD e o PES, e podem ser definidas como as atividades fulcrais para a boa transmissão de conteúdos aos alunos e de estruturação das funções letivas.

### **3.1.1 Planos de aula**

Um professor, quando planeia as suas aulas, está a contribuir com segurança para o desempenho em sala de aula. Deste modo o professor pode evitar acontecimentos inesperados que possam ser prejudiciais ao processo de ensino-aprendizagem.

Os planos seguem uma estrutura predefinida fornecida pela professora orientadora ao núcleo de estágio para seguir sempre a mesma linha de trabalho que, de acordo com Bento (2003), para qualquer sessão de ensino, elaborada racionalmente, se deve estruturar em três partes: parte preparatória, parte principal e parte final, deve ser refletido os objetivos essenciais e estratégias de condução de ensino da aula, e, deve também conter características temporais e de espaço.

No início do plano de aula continha sempre a parte de enquadramento da aula, onde dispunha o local, a data e hora, o número da aula e o número de alunos, a duração e o tempo útil, o objetivo, a função didática, os conteúdos e os objetivos específicos. As partes mais relevantes desta estrutura inicial do plano de aula são: a função didática; os conteúdos; os Objetivos específicos;

As funções didáticas servem para definir qual vai ser a função da aula e qual vai ser o seu grau de dificuldade, nas primeiras aulas inicia-se por funções didáticas simples de 1ª transmissão e introdução, posteriormente, nas aulas seguintes, avança-se para as funções

didáticas de assimilação, consolidação e exercitação. Posteriormente, no âmbito dos conteúdos, surge as componentes da modalidade que está a ser abordada, que entram na aula e fazem parte dela mas não se constituem em objetivos principais, onde se inserem os objetivos específicos. Os objetivos específicos são as componentes da modalidade que queremos focar e priorizar para aquela aula.

Posteriormente na linha de estruturação do plano de aula segue-se os objetivos operacionais com as respetivas ações, contexto e critério de êxito. Os objetivos operacionais são os exercícios que vão ser aplicados na aula, mas nesta primeira parte da estruturação apenas são referidos a ação, que é uma componente da modalidade, o contexto de como se desempenhará o exercício e os critérios de êxito, ou seja, aquilo que esperamos ver o aluno executar em cada ação, o critério de êxito é aquilo que é aceite como como correto na realização de uma determinada ação. Por fim segue-se a tabela que esquematiza todo o decorrer da aula. Esta tabela apresenta um cabeçalho com o tempo, sequência das tarefas, estratégias/controlo da atividade e a organização.

No final da realização de cada aula cada estagiário realizava uma reflexão da mesma, servindo como apoio ao seu processo de ensino. Segundo Zeichner (1995), citado por Bonito, (2009), o processo de reflexão não deve ser um processo individual e orientado para um individuo só pois isso limitaria muito o crescimento e desenvolvimento do professor. A atenção do professor, na sua maneira de ver, deverá também ser virada para fora, para as condições sociais em que se situa essa prática. O autor reforça, além disso, a ideia de que a reflexão não deve ser tratada como um fim em si mesma, mas integrada em objetivos mais amplos, sob pena de solidificar e justificar práticas de ensino prejudiciais e conduzir à perpetuação de um modelo conhecido de mudança em que tudo continua na mesma. Após a análise do plano por parte de todos discutia-se aquilo que aconteceu e não deveria ter acontecido, o que não aconteceu e deveria ter acontecido e o que se deveria fazer nas aulas seguintes.

### **3.1.2 Unidades didáticas**

Segundo Bento (2003), e de acordo com as indicações do ministério da educação, o plano anual, obrigatoriamente, subdivide-se em períodos e com diferentes matérias. Ou seja, a elaboração da unidade didática consiste em planear, para diferentes períodos escolares e modalidades a abordar, a estruturação e distribuição dos conteúdos a serem transmitidos em ordem cronológica. De acordo com Siedentop (2008), os principais objetivos não são aqueles estipulados e pensados pelo professor, mas sim atingir objetivos individuais, por parte de cada

aluno, para uma determinada matéria de ensino. Bento (2003) afirma que, o planeamento da UD não se pode apenas centrar para a matéria em si, tem de desenvolver também o desenvolvimento da personalidade (habilidades, capacidades, conhecimentos, atitudes) dos alunos. Em contrapartida, Siedentop (2008), refere que o conteúdo das UD deve conter os três principais domínios educacionais: motor, cognitivo e afetivo.

As unidades didáticas são documentos elaborados anteriormente á introdução de um novo desporto na aula de educação física e que visam a distribuição dos conteúdos programáticos pelas aulas e dias estipulados. Cada aula terá uma função didática diferente e conteúdos programáticos diferentes. Nas aulas iniciais da unidade didática é fulcral começar por conteúdos programáticos mais básicos e ir, assim, dificultando o nível dos exercícios de aula para aula para poder haver evolução dos alunos. Os conteúdos programáticos e a distribuição das modalidades, por ano letivo, são normas disponibilizadas pelo ministério da educação e são seguidas por todas as escolas.

O esqueleto excel do documento da unidade didática foi fornecido pelo grupo de EF da escola de S. Pedro e seguia uma estrutura com base em 4 folhas. A planificação 1, a planificação 2, a avaliação formativa inicial e avaliação sumativa. Na primeira folha contém a contextualização da UD, com o local, a modalidade, a turma, o espaço temporal etc., e contem também as ponderações e percentagem que pesa a cada parâmetro de de avaliação. No caso do 11º C, por ser uma turma de secundário, a ponderação para as competências pesa mais (90%), enquanto que a ponderação das atitudes tem apenas um peso de 10%. No caso do 8º C que é uma turma de 3º ciclo a ponderação das atitudes é mais alta (20%) e o âmbito das competências apenas pesa os restantes 80%. Na segunda folha de planificação encontramos a definição de objetivos para as atitudes, conhecimentos e aptidão física, contém também a ordem cronológica de distribuição dos conteúdos programáticos e respetivas funções didáticas das aulas. Nas restantes 2 folhas de avaliação, a função delas foi para colocar as notas dos alunos ao avaliar os critérios de êxito das ações técnicas. Ao início das UD realizou-se sempre uma pequena avaliação formativa inicial de modo a obter uma ideia da evolução dos alunos ao longo da modalidade.

	11º ano	8º ano
1º período	Natação	
2º período	Futsal	Natação/Atletismo
3º período		Voleibol

*Tabela 2-Ordem cronológica das UD*

Estas foram as unidades didáticas propostas em reunião de estágio no início do ano para a minha atividade de ensino supervisionada. Contudo, devido á pandemia de covid 19, apenas se realizaram três das quatro modalidades propostas e sendo que Natação/Atletismo no 8º ano ficou por acabar também. Assim sendo, o voleibol que seria lecionado ao 8º ano, foi substituído por EAD.

Devido á minha experiência, anterior á realização deste estágio, na modalidade da natação, penso ter sido esta a unidade didática mais fácil para mim de transmitir conhecimento aos alunos tanto no 11º ano como no 8º ano. O futsal também foi relativamente acessível de lecionar pois é uma modalidade que eu já pratiquei e a maioria dos alunos tem boa predisposição para esta modalidade. Quanto ao ensino de atletismo no 8º ano, mais concretamente o salto em altura, foi algo relativamente novo para mim, mas que me proporcionou uma excelente aprendizagem e experiência nesta modalidade.

### **3.1.2.1 Natação**

A unidade didática de natação ao 11º ano iniciou-se a 5 de novembro e terminou a 12 de dezembro e contabilizou um total de 12 aulas de 90 min ou 24 aulas de 45 min. Os objetivos principais desta unidade didática foi aperfeiçoar a técnica do nado de crol e do nado de costas, as duas técnicas fundamentais da natação, e, ao mesmo tempo, a introdução da técnica do nado de bruços.

### **3.1.2.2 Futsal**

Quanto á segunda unidade didática proposta, ensino de futsal na mesma turma de 11º ano, esta iniciou-se a 7 de janeiro e terminou a 11 de fevereiro, contabilizando um total de 10 aulas de 90 min ou 20 aulas de 45 min. Devido ao facto de o futsal ser um desporto muito comum e amplamente praticado por a população em geral, a jogabilidade e a noção técnico-tática estavam num bom nível. Contudo, como foi verificado no estudo turma, a turma em questão não tinha o futsal como desporto preferido.

### **3.1.2.3 Atletismo e natação 8ºano**

Em relação á turma de 8º ano e á leção de natação e atletismo (salto em altura) foi mais complicado tirar uma conclusão concreta daquilo que foi a evolução dos alunos nestas duas modalidades devido á sua forçada interrupção com a instalação da pandemia de covid-19. No

entanto, mesmo não tendo corrido como previsto, houve bastantes análises a retirar nas poucas aulas que ocorreram.

Quanto á abordagem de natação, esta começou a 10 de janeiro e terminaria a 27 de março, no entanto a escola secundária S. Pedro fechou a sua atividade em 9 ou 10 de março. Objetivo fulcral desta modalidade nesta turma foi a cimentação por parte dos alunos das técnicas de nado de crol e costas com foco principal na respiração e na coordenação dos membros superiores e inferiores em ambas as técnicas. A primeira parte desta unidade didática foi lecionada pela minha colega do núcleo de estágio. A modalidade de salto em altura, este foi o primeiro contacto dos alunos com esta modalidade, e, por isso, a abordagem necessariamente foi diferente, de cariz introdutório e com exercícios bastante simplificados. A Unidade didática iniciou-se a 9 de janeiro, com a minha colega professora estagiária, e terminaria a 26 de março. O foco desta unidade didática foi a introdução desta modalidade e só foi abordada a técnica de transposição da barra em salto de tesoura.

#### **3.1.2.4 EAD**

A pandemia de covid 19 apanhou o mundo de surpresa e deixou muitos setores da sociedade desprevenidos e sem meios para continuar a sua atividade normal. Um dos setores mais afetados foi sem dúvida o do ensino. As escolas e os professores tiveram de adaptar á nova realidade e com isso surgiu o método de ensino EAD.

Em conjunto com a professora orientadora Paula Guedes decidiu-se aplicar, através da plataforma zoom, a introdução de exercícios, de carater básico, de condição física com recurso a apenas material que os alunos disponham nas suas casas. As aulas por EAD foram de duração ligeiramente mais pequena e os exercícios de condição física durariam um total de mais ou menos 10 a 15 min.

A resposta dos alunos face a este novo sistema de ensino foi bastante positiva, mostraram uma boa adaptação e graças também a um bom “á vontade” com as novas tecnologias evidenciado por esses mesmos alunos o ensino tornou-se relativamente fácil para os professores.

#### **3.1.3 PES**

O projeto de ensino supervisionado surgiu em forma de documento no início do ano letivo de 2019/2020, a ser apresentado antes do início da atividade pedagógica, com o intuito

de preparar e organizar o que se sucederia no ano de estágio. É fundamental e obrigatório, antes de iniciar qualquer atividade letiva, mais importante ainda se tratando de um estágio curricular, apresentar e definir uma linha de atitudes a comportar e uma estrutura a cumprir de modo a atividade letiva se desempenhar do modo que foi planeada.

Segundo Gaspar, Neves & Seabra (2012), o conceito de supervisão limitou-se, tradicionalmente, à formação inicial de professores. Contudo, e face às alterações na visão da escola e na função do professor e importância do professor na vida dos alunos, houve a necessidade de alargamento, do conceito de supervisão, ao contexto escolar. Desta forma, o conceito de supervisão pedagógica estende-se a toda a ação pedagógica, sendo assim é considerada uma peça fundamental na gestão escolar. Gaspar, Neves & Seabra (2012) afirmam ainda que o objetivo principal da supervisão pedagógica deverá ser, ensinar os professores a ensinar, e este conceito de serem professores a ensinar e transmitir conhecimentos pedagógicos a outros professores, leva a que, esse ensino e formação de novos professores, deve ser levada a cabo por professores com experiência e competência ao longo de todo o seu percurso profissional, com vista à promoção do desenvolvimento profissional. Segundo Gaspar, Neves & Seabra (2012), salientam que, em contexto de formação, o conceito de supervisão, é visto como um processo em que o profissional mais experiente, informado e mais conhecedor dos segredos da profissão, orienta e supervisiona outro profissional no seu desenvolvimento profissional e humano.

No PES, os principais componentes deste documento, foram o enquadramento, da escola, das atividades que iriam se desenrolar, das tarefas do ensino aprendizagem, da relação da escola com o meio e das atividades de formação e desenvolvimento, foi também contida a revisão da literatura, onde comporta alguma pesquisa científica á cerca da prática pedagógica e da formação de professores, e, por fim, a metodologia e os procedimentos.

A questão da metodologia e os procedimentos englobaram aquilo que seria feito em campo, ou seja, nas ditas aulas de educação física, como forma de poder levar a prática do estágio no caminho certo e manter a sua devida organização. Os instrumentos utilizados nesta metodologia, apresentada no PES, e feita durante o ano letivo, foram:

O recurso a gravação de um vídeo pequeno de cada aula que nem sempre foi possível e apenas foi utilizada em aulas de caráter mais importante. Segundo Schön (1992), O vídeo diário possibilita ver as nossas aulas e as nossas ações e, assim sendo, formular uma crítica para os nossos momentos de ação. Através da captação em vídeo das aulas podemos observar as nossas prestações e onde se encontram os nossos erros e como podemos tirar melhor proveito da aula.

Uma das vantagens do vídeo é que pode ser revisto, e por isso os professores podem voltar atrás e observar o vídeo as vezes que entender.

Foi também o diário de bordo e reflexivo que, segundo Silva e Duarte (2011), O diário reflexivo consiste num conjunto de narrações que refletem as perspetivas do professor, nas dimensões objetiva e subjetiva, sobre os processos mais significativos da sua ação. O desenvolvimento profissional do professor torna-se perceptível através do registo dos pensamentos e sentimentos que esta experiência durante o processo de ensino e das atividades envolvidas na sua preparação. Este diário permitiu e ajudou bastante na elaboração de documentos após a realização do estágio curricular pois manteve pormenores e peculiaridades que aconteceram em algumas aulas que foram esquecidas e porque descrevia uma grande parte daquilo que foi feito em campo, ou seja, na aula;

Outro dos instrumentos utilizados utilizado foi o recurso às fichas de observação, e no que consiste as fichas de observação? As fichas de observação ajudaram o professor estagiário a poder avaliar a aula do colega de acordo com uma série de parâmetros estipulados para avaliação. Este facto permite ao professor estagiário desenvolver um espírito crítico e transferir competências de observação para a futura carreira docente. Segundo Reis (2011), A observação das aulas constitui um ótimo processo para os supervisores recolherem evidências que lhes permitam tirar conclusões e proporcionar feedback aos professores e estabelecer com estes últimos, metas de desenvolvimento;

Por último há a ficha de gestão do tempo de aula, que comporta temas como a instrução, a organização, tempo motor específico e tempo motor não específico. Para sabermos se uma aula foi produtiva ou não o tempo motor específico tem de ocupar a maior parte da aula dando também espaço para abordar as outras componentes. A parte da atividade motora é a componente mais importante de uma aula de EF mas quanto tempo de AM deverá ter uma aula de ED? Deverá ter uma percentagem de AM superior a 70 % e o resto do tempo deverá ser de instrução (inicial, final e eventual entre exercícios) e de organização. E como calcular o tempo disponível para a prática? A fórmula para calcular o tempo disponível para a prática pode ser descrita como:

**TDP= Tempo útil-(tempo de instrução+tempo de organização).**

De referir que existe diferença entre TDP e AM, AM é o tempo de aula específico em que os alunos estão a praticar atividade física e TDP é o tempo proposto pelo professor, no planeamento de aula, para a prática de AM mas que nem todo este tempo projetado pelo professor se converte de facto em AM.

### 3.2 Atividades de relação escola meio

A escola tem a obrigação de não funcionar apenas como uma instituição só, a escola deve se inserir no quotidiano, de não só alunos, professores e auxiliares, mas como também da sociedade em geral. Segundo Linhares *et. AL.* (2014), a escola tem a obrigação social de ir além do que a simples transmissão de conhecimento e conteúdos programáticos de forma sistematizada, como instituição, esta tem de se preocupar em fornecer ao aluno a capacidade de obter informações para o seu campo profissional e as suas necessidades de desenvolvimento individual e social. Já, Barbosa e Calil (2002), afirmam que é importante que o professor tenha consciência de que uma das suas principais funções, além da transmissão de conteúdos programáticos, é organizar, para que o aluno, em relação com o meio, possa criar assim situações que o levem a construir o seu próprio conhecimento e a desenvolver espírito crítico. Portanto os principais condutores que o levam o aluno a inserir-se no meio extraescolar e criar condições para se desenvolver nele são os professores.

É importante para o professor saber o que a escola representa para os seus alunos, e é fulcral fazer da escola e dos estabelecimentos de ensino em geral um espaço atrativo para os alunos e transmitir competências para um desenvolvimento do seu relacionamento interpessoal pois os alunos de hoje são os profissionais de amanhã. Podemos assim afirmar que a escola é a base da sociedade e da formação da geração futura.

#### 3.2.1 Estudo de turma

Numa turma em contexto escolar é sempre difícil encontrar um ambiente homogéneo em questão a gostos por disciplinas, capacidades de aprendizagem e personalidade em geral, dificultando assim a estruturação das aulas e a capacidade de cativação dos alunos por parte do professor. Coloca-se, portanto, a questão de como o professor deve agir e de que maneira pode ele conhecer os seus alunos para poder facilitar o processo de ensino-aprendizagem.

Foi no intuito de responder a estas necessidades que se desenvolveu este estudo de conhecimento geral das características dos alunos, mas focando essencialmente na parte desportiva e na sua relação com este meio. Segundo Frade *et. AL.* (2019), o professor deve procurar conhecer cada aluno seu como uma “síntese individual” ou conhece-lo através da sua interação com o meio cultural, político, económico e educacional. Já Kramer (2006) afirma que é necessário considerar a diversidade de aspetos sociais, culturais, políticos e económico/financeiros para que tenhamos uma visão mais aprofundada sobre quem é a criança

e o nosso aluno, dessa forma, a nossa construção de projeto de ensino irá, forçadamente, adaptar-se á realidade dos nossos alunos.

Inicialmente foi instruída uma explicação geral, referindo o objetivo da implementação dos respetivos questionários, que seria a consequente realização de um Estudo da Turma, estando os dados sujeitos a tratamento sigiloso e confidencial.

Os dados para a elaboração do Estudo foram recolhidos, através da implementação do instrumento de trabalho, a Ficha de Caracterização da Turma e Experiência Desportiva do Aluno.

A Ficha de Caracterização da Turma e de experiência desportiva do aluno foi efetuado na aula de Educação Física. O questionário foi realizado através de plataforma digital e lido previamente em voz alta, de forma a não haver dúvidas. Os dados recolhidos foram tratados na folha de cálculo “Microsoft Excel” surgido expressos em valores absolutos, sob a forma de representação gráfica dos parâmetros avaliados. Este questionário foi apenas aplicado por mim á turma do 11º C.

### **3.2.1.1 Estratégias aplicadas**

A principal função da aplicação do estudo de turma é poder efetuar uma linha de estratégias e poder trabalhar e incidir na turma após conhecer as suas características que, segundo Frade *et. Al.* (2019), quando um professor conhece melhor a sua turma pode adquirir instrumentos para que a sua aula seja mais atrativa e eficaz. Com este estudo consegui adotar atitudes e estratégias de intervenção pedagógicas adequadas à turma e às características e necessidades dos alunos, que lhes permitiram obter mais sucesso no processo de aprendizagem. As principais estratégias que adotei foram:

- Implementação de jogos pré-desportivos e desafios com grande componente lúdica e de competição;
- Utilização de grupos de trabalho heterogéneos;
- Elaboração, prévia á aula, de grupos de trabalho;
- Glorificação das iniciativas de cooperação entre os alunos;
- Exercícios mais direcionados ao desenvolvimento biológico dos alunos e não predominantemente ao desenvolvimento cronológico;

## **3.3 Atividades de formação e desenvolvimento da escola**

A escola é um local de constante mudanças e adaptações, e assim é, porque se trata de uma instituição que necessita de acompanhar as novas tendências e pensamentos. A escola compromete-se em reinventar-se sempre para fornecer o melhor ensino aos alunos e as ideias mais modernas. Segundo Kiewra&Gubbles (1997), a pesquisa sobre a formação de professores evidenciou que ser bom professor é um dom que tem de se adquirir. Requer conhecimentos da sua área, que têm de ser aprendidos, e competências relacionais e de ensino que precisam de constante desenvolvimento.

Não escapando a esta ideia de constante desenvolvimento dos métodos de ensino, está a disciplina de EF, que, também, sente a necessidade de renovar o seu modelo de ensino. O professor de EF deve procurar sempre novos exercícios para aplicar nas suas aulas e novas maneiras de integrar os seus alunos na sua disciplina, como tal, o professor deve para sempre, durante a sua atividade pedagógica, procurar aumentar o seu campo de conhecimento, na sua área, e constante formação a par do sistema de ensino.

Durante este último ano de estágio não tivemos a oportunidade de realização de uma ação de formação específica, no entanto, isso não significou que não houvesse uma aprendizagem por nossa parte, o núcleo de estágio, tanto nos conhecimentos desportivos como nos conhecimentos do âmbito do ensino escolar em geral. Esse facto deve-se á relação positiva estabelecida com os professores do grupo de educação física, em especial com a professora orientadora, e, na relação com interna do núcleo de estágio. A observação das aulas dos restantes colegas do núcleo de estágio e a partilha de ideias trouxe-nos uma excelente formação e conseqüente desenvolvimento.

### **3.3.1 PAA**

Segundo Padilha (2001), o plano de ensino é a previsão e estruturação dos objetivos e tarefas de trabalho, de um docente, para um ano ou semestre. É um documento elaborado, dividido por unidades sequenciais, no qual aparecem objetivos específicos, conteúdos programáticos e desenvolvimentos a aplicar de forma sistemática e estruturada. No âmbito das atividades de formação e desenvolvimento da escola podemos inserir o PAA, que surge de forma a integrar todas as atividades a realizar pela escola e os dias em que isso vai acontecer. A cada departamento compete a elaboração do seu PAA e fica encarregue de propor as suas atividades para o melhor funcionamento da escola e aprendizagem dos alunos. As atividades inseridas no PAA não são de cariz de ensino programático nem se englobam nas aulas normais estipuladas, são sim atividades extracurriculares a desempenhar em um ou alguns dias e têm sobretudo um

carater lúdico. Estas atividades produzem um efeito muito bom no gosto dos alunos pela disciplina.

O PAA deste ano da escola de S. Pedro do departamento de educação física foi elaborado pelos professores internos e pelo núcleo de estágio em conjunto. Muitas atividades que foram estipuladas já acontecem habitualmente todos os anos nesta escola e outras foram propostas pelo grupo de estágio como novas atividades a implementar. Essas novas atividades foi o fitness júnior e a prova de orientação que seriam realizadas no terceiro período letivo, contudo, estas atividades, não foram realizadas devido á pandemia, deixando assim algum desapontamento ao núcleo de estágio por não ver nenhuma das suas atividades a ser realizada.

As atividades organizadas pelo grupo de educação física da escola S. Pedro, que se realizaram até ao encerramento das escolas, foram o dia europeu do desporto escolar no dia 27/09/2019 e o corta mato no dia 08/10/2019.

### ***3.3.1.1 Dia europeu do desporto escolar***

A primeira atividade que foi realizada foi o dia europeu do desporto escolar e para celebrar esta data decidiu-se organizar o relvado de um estádio municipal da cidade de Vila Real de modo a haver bastantes jogos de futsal, ao mesmo tempo, para poder integrar várias equipas e alunos. Nesta atividade o núcleo de estágio atuou na organização do evento, na logística da montagem do espaço para a realização dos jogos e colaborou durante a atividade na organização das equipas, na arbitragem dos jogos e no controlo dos alunos. A atividade realizou-se com sucesso e todos os alunos envolvidos tiveram uma boa experiência do que aquele dia representava.

### ***3.3.1.2 Corta mato***

segunda atividade integrada pelo núcleo de estágio foi o corta-mato que é realizado todos os anos a nível municipal pela totalidade das escolas do município de vila real. O corta mato consiste numa corrida, separada por escalões de idades, num percurso de dimensão média e em piso de terra. O objetivo é averiguar quem efetua a corrida no menor tempo possível e os primeiros classificados apuram-se para uma fase seguinte. Nesta atividade o núcleo de estágio colaborou no início, na logística do evento, e colaborou durante o evento no controlo dos alunos e estruturação das corridas por idades. Esta atividade também se revelou ser um sucesso, muito por causa de ter uma boa planificação com várias entidades envolvidas, e os alunos tiveram bom aproveitamento.

## 4 Mecanismos de avaliação

Uma das partes mais importantes da carreira do docente de ensino é, sem dúvida, a avaliação, e, para um professor estagiário em primeiro contacto com esta vertente, torna-se ainda mais importante. É necessário o professor estagiário averiguar e conhecer bem os parâmetros de avaliação, o seu peso na nota do aluno e, mais importante ainda, a consequência da sua decisão no futuro do aluno.

É importante definir o que podemos considerar por avaliação, que, segundo Bloom, Hastings e Madaus (1975), a avaliação pode ser considerada como um meio de adquirir e processar as evidências necessárias para melhorar o processo ensino-aprendizagem, já para Bevenutti (2002) avaliar é mediar o processo ensino/aprendizagem, é oferecer recuperação imediata, é promover cada ser humano.

A definição de avaliação apresentada anteriormente pretende implementar uma cultura reflexiva, verificando simultaneamente os processos de ensinar e aprender, do trabalho cooperativo implementado à prática da avaliação em todas as dimensões. Ser capaz de dar resposta a todos os envolvidos no processo ensino-aprendizagem, orientar e delinear diretrizes de padrão de atuação dos mesmos. Importa aqui fixar as seguintes questões: Porquê? para quê? o quê? quem? como? quando?

Certo que existe também uma conotação negativa no processo de avaliação, deixando por vezes o aluno em estado de pressão e ansiedade para obter a melhor nota como evidencia Darido (2012), a avaliação não deve ser uma ferramenta de pressão e castigo, a avaliação deve mostrar-se útil para todas as componentes do ensino, professores, alunos e escola. Ela contribui para a formulação do autoconhecimento, por parte do aluno, e para a análise dos conteúdos já abordados e aprendidos pelos alunos. Ela deve servir também como ferramenta para o professor analisar o seu planeamento e estruturação da atividade letiva.

A avaliação, neste estágio, foi atingida com a avaliação diagnóstica, realizada no início de cada UD com o intuito de averiguar o nível dos alunos, avaliação formativa durante a UD, com o intuito de ver a melhoria individual de cada aluno, os seus pontos fortes, pontos fracos e a avaliação sumativa final.

### 4.1 Avaliação diagnóstica

A primeira avaliação a ser efetuada, no início de cada ano letivo, é a avaliação diagnóstica, esta constituiu-se numa “simulação” da avaliação final. Assim sendo, entre os resultados da avaliação diagnóstica e os resultados da avaliação, podemos verificar qual foi a evolução do aluno, e, por isso, verificar a utilidade do planeamento do professor e do aproveitamento dos alunos. Assim sendo, Kraemer (2005) afirma que a avaliação diagnóstica tem como função averiguar a reação do aluno a novas aprendizagens, que lhe vão ser propostas ao longo da atividade letiva, e a aprendizagens anteriores que servem de base para a aquisição das novas, no sentido de averiguar a prestação futura e, em certos casos, de resolver situações presentes.

Sugerido pela professora orientadora, realizou-se nas primeiras aulas de cada UD, as avaliações diagnósticas. Considera-se este momento avaliativo de elevada importância, pois só assim foi possível determinar os conteúdos programáticos a desenvolver, bem como o conhecimento do nível cognitivo e psicomotor de cada aluno. O processo desta avaliação foi realizado através da avaliação da prestação em exercícios específicos da nova modalidade a introduzir. No caso da modalidade de natação, a avaliação consistiu na observação do nado das técnicas a abordar, crol, costas no 8º ano e crol, costas e bruços no 11º ano. Já em futsal, consistiu na observação dos conteúdos técnico-táticos de um jogo formal de 5x5. Por último, em atletismo (salto em altura), consistiu na observação da técnica de subida para o colchão em salto de tesoura.

Os parâmetros avaliadores dependem de cada modalidade e daquilo que o professor espere que o aluno atinja numa determinada ação técnica. Por isso, é fulcral que o professor delineie, previamente, aquilo que ele quer que o faça para poder considerar correto. Sendo assim, a essas obrigações ou objetivos que o aluno precisa de atingir, e que são considerados na parte desportiva como corretos, chama-se de critérios de êxito. O professor estabelece quais são os critérios de êxito em cada ação e, assim, consegue, através da observação, avaliar o desempenho do aluno.

Segundo Rezende (1995), a questão da observação, no processo de avaliação, traz uma série de vantagens, e Blasquez (2011) afirma que o professor de educação física deve ser um excelente observador. Durante todo o processo de avaliação, e especialmente na avaliação diagnóstica, as temáticas da observação e captação da informação necessária são fulcrais. O professor deve ser capaz de observar o essencial e avaliar, de forma correta, a totalidade da turma.

## 4.2 Avaliação formativa

O processo de avaliação não deverá ser um processo de um único momento, pois, a evolução e a prestação do aluno não se refletem num único momento. É importante o professor oferecer sempre instrumentos, ao longo do processo ensino-aprendizagem, para que o aluno evolua e para que se possa medir a sua prestação em vários momentos. Como tal, Darido (2012) afirma que, a observação avaliadora deverá ser feita ao longo de todas as aulas e situações e, as elações que o professor retira destes momentos de avaliação devem ser comunicadas aos alunos, deixando-os assim a par das suas dificuldades e avanços alcançados. Este é o sentido da avaliação processual, dividir e analisar vários momentos de avaliação, dando assim, um maior conhecimento das capacidades dos seus alunos ao professor, e a isto se chama de avaliação formativa.

A avaliação formativa tem como principais objetivos a obtenção rigorosa dos dados ao longo do processo, melhorar e aperfeiçoar o processo que avaliávamos e selecionar os meios didáticos adequados aos alunos, permitindo uma ação reguladora entre o processo de ensino e o processo de aprendizagem e a adaptação do sistema ao indivíduo. O processo de avaliação formativa, no exemplo do nosso estágio, consistiu numa recolha de dados referentes á evoluções dos alunos e á adaptação do professor, face aos resultados encontrados, na sua aula. O registo da assiduidade e da pontualidade insere-se, também, no âmbito da avaliação formativa, e, foi apontado em todas as aulas. Com a introdução de novos conteúdos, nas diferentes unidades didáticas, ao longo das aulas, foi sempre feito uma pequena avaliação, através do método de observação e registo, dos conteúdos que foram abordados até á data, de modo a que se soubesse sempre se seria seguro avançar para conteúdos mais complexos.

## 4.3 Avaliação sumativa

Segundo Darido (2002), quando se avalia um aluno ao fim de um processo, geralmente, denomina-se de proposta de avaliação sumativa. A avaliação sumativa é a totalidade de todos os momentos de avaliação, somados, que compõem a nota final do aluno, e que, de maneira geral, pretende ajuizar o progresso realizado pelo aluno no final de uma unidade de aprendizagem, no sentido de aferir resultados já colhidos por avaliações, do tipo formativa, e obter indicadores que permitam aperfeiçoar o processo de ensino.

A avaliação sumativa é a totalidade dos momentos de avaliação somados para averiguar a nota final do aluno, no seu âmbito, a avaliação sumativa contempla a nota das competências,

após a avaliação dos critérios de êxito nos respetivos conteúdos, a nota do teste teórico e averiguação do relacionamento interpessoal, e, na parte das atitudes, contempla a responsabilidade, a cidadania/Liberdade e excelência/exigência. Nos diferentes níveis de ensino as ponderações para cada vertente são diferentes, devido a dar-se mais importância, no terceiro ciclo, às atitudes, do que por exemplo no secundário.

A avaliação sumativa é, portanto, a avaliação que resume as notas todas de tudo o que o professor tinha estipulado anteriormente que seria objeto de avaliação, as notas são lançadas ao fim de cada período e, por isso, contêm mais ou menos duas unidades didáticas, duas modalidades. O professor deve ser o mais imparcial e justo possível, os parâmetros de avaliação estão desenhados de maneira a que todos possam atingir a sua melhor nota, obviamente que nem todos os alunos têm a mesma predisposição física, nem sequer a mesma aptidão para todas as modalidades, há vários fatores que o professor deve ter em conta para nunca prejudicar o aluno mas, sem nunca, faltar ao compromisso de uma nota justa dentro daquilo que estipulou avaliar.

## 5 Reflexão final

Aquando de uma reflexão final de um projeto, como este de realização de estágio, destacamos sempre o que de melhor poderia ter ocorrido e o que ocorreu de acordo com as nossas expectativas. Nenhum projeto deve ser concluído sem antes haver uma reflexão, um espaço dedicado a uma opinião final, uma espécie de balanço final. Neste segmento destacarei algumas das expectativas que tinha anteriormente à realização do estágio, o que ocorreu de acordo com as minhas expectativas, o que foi planeado, em conjunto com os meus colegas do núcleo de estágio e professora orientadora, e ocorreu de forma certa e o que, na minha opinião, e falando pelo núcleo de estágio de geral, o que falhou e poderia ter sido evitado.

Anteriormente à realização deste estágio, as minhas expectativas foram, talvez, um pouco depreciativas no sentido em que pensei que seria demasiado exigente para mim a realização deste projeto, que seria talvez algo em que eu não fosse tão profissional como gostaria. Contudo, à medida da realização do estágio, apercebi-me que estaria, a maioria das vezes, a par dos desafios e concluí com sucesso esta minha etapa de formação. A desconfiança que sentia em mim mesmo, previamente à realização, foi desaparecendo com a atividade letiva e, com um acréscimo sentido de confiança e liderança, penso ter efetuado a melhor experiência possível desta etapa formativa da minha carreira docente.

A inclusão total nas atividades letivas, implementada pela professora orientadora e os professores coordenadores da UTAD, estabeleceram um ótimo espírito crítico em cada um de nós do núcleo de estágio e, portanto, a capacidade de questionar certas atitudes tomadas e decisões foi sempre presente, nunca desrespeitando nenhuma decisão. Com a elaboração do PAA, em que o núcleo de estágio, teve participação direta, essa inclusão evidenciou-se bem desde o início. A programação da atividade do ensino-aprendizagem foi desenhada em conjunto, contudo, a maneira de aplicar essa atividade foi da decisão de cada professor estagiário, a elaboração dos planos de aula, UD e estudo de turma tiveram um papel crucial no processo de bom planeamento. Ao ter um bom planeamento, como aquele que nos foi imposto pela UTAD e professora orientadora, a atividade letiva torna-se relativamente fácil de prever e antecipar acontecimentos inesperados. Destacaria, talvez, o planeamento e as suas atividades como um ponto extremamente positivo neste projeto, além desse, destacaria também a excelente coesão do núcleo de estágio, o empenho e respeito dos alunos nas aulas dos professores estagiários, os processos de avaliação e a atividade de ensino-aprendizagem em geral como os pontos mais positivos e que levarei para o futuro.

Alguns dos pontos negativos que gostaria de salientar, que na minha ótica poderiam ter sido evitados, foi talvez a organização para algumas modalidades e o tempo de AM que se perdeu por causa desse facto. Muitas vezes a transição da escola para os locais onde a aula se desenrolaria fez perder muito tempo útil para a prática, e, a organização dos alunos e professores para esse facto por vezes também não foi a melhor. Outro ponto negativo talvez terá sido a falta de material para a realização de algumas modalidades, nomeadamente o espaço, e que com a falta de condições meteorológicas propícias, por vezes as aulas foram canceladas. Essa falta de condições de espaço e cancelamento das aulas levou a alterações inesperadas nas planificações e conteúdos ficaram por abordar, mas, por outro lado, penso que esse facto também nos fortaleceu como futuros docentes a estar preparados para não ter todas as condições possíveis pois, uma grande parte das escolas apresenta uma falta de material.

## 6 Conclusão

Chegando ao fim do estágio, é importante fazer um balanço final daquilo que ocorreu neste último ano e realçar aquilo que foi mais importante. A realização deste estágio foi um passo crucial na minha formação de futuro docente de educação física, as adversidades que enfrentei e superei, todas as competências que adquiri e as relações que estabeleci, tudo, foi

uma mais valia para o meu desenvolvimento. Um professor deve ser o mais competente a nível profissional e técnico possível, mas, no entanto, deve também servir de modelo comportamental e transmitir conhecimentos aos seus alunos que transpõem a sua área de ensino.

Ao longo deste estágio, uma das mais importantes competências adquiridas foi a da liderança, é fundamental para um professor saber organizar, guiar e controlar uma turma de alunos. Desde o início da atividade de lecionação, com a primeira turma do 11º C, até ao ensino de EAD através de videochamada, desenvolvi um “á vontade” muito significativo. A comunicação e o conhecimento no âmbito desportivo foram também outras das inúmeras mais valias adquiridas. Nunca pensei em estar a liderar uma turma enquanto se dava a instalação de uma pandemia, e que, por força desse evento, estaria envolvido no desenvolvimento e na adaptação da escola a um “novo normal”. A possibilidade de adquirir e experienciar tudo o que este estágio me proporcionou deve-se também a estar incluído num excelente grupo de trabalho, o núcleo de estágio e, sem dúvida, que todos os trabalhos e planeamentos que realizamos em conjunto, se refletiram na melhor prática possível de ensino supervisionado. Em conjunto com o núcleo de estágio, a professora orientadora e os professores da UTAD, foram também uma peça crucial na minha aprendizagem, por terem me dado a oportunidade de estar á frente de um projeto destes e por me darem feedback de erros a corrigir e sugestões de melhorias.

Concluindo e chegando a etapa final do Mestrado, a realização deste Estágio Pedagógico enriqueceu-me a nível pessoal e profissional pelas dificuldades reais que tive que ultrapassar. O bom clima e o espírito de entre ajuda esteve sempre presente no núcleo de Estágio e com os professores da escola secundária S. Pedro, facilitando a troca de informação, hábitos de trabalho e na organização dos projetos escolares. Foi sem dúvida um processo trabalhoso, onde foram muitas as coisas a assimilar e a aprender, mas, tudo fez parte para o meu desenvolvimento.

## 7 Referências

Armbuster, B.B. and BROWN. A.L (1984) ‘learning from Reading: the role of metacognition’, in ANDERSON, R.C., OSBORN, J. and TIERNEY, R.J (eds) Learning to read in american Schools: Basal Readers and Content Text, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, pp. 273-81.

Barbosa, E. G. & Calil, R. C. Formação do professor: a técnica do saber fazer. Trabalho de conclusão de curso (Licenciado em Pedagogia). Belém: UNAMA, 2002.

Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física* (3a ed.). Lisboa: Livros horizonte.

Benvenuti, D. (2002). *Avaliação, sua história e seus paradigmas educativos*. *Pedagogia, São Miguel do Oeste*, v. 1, n. 1, jan.

Bloom, B.S., Hastings, J.T., Madaus, G.F. (1975). *Evaluación del aprendizaje*. Buenos Aires: Troquel.

Bonito, J. (2009). *Ensino, Qualidade e Formação de Professores*. Departamento de Pedagogia e Educação da Universidade de Évora.

Byra, M., & Coulon, S. C. (1994). The Effect of Planning on the instructional behaviours of Preservice Teachers. *Journal of Teaching in physical Education*, 13(2), 123-129. Doi: 10.1123/jtpe.13.2.123

Darido, S.C. *Linguagens, códigos e suas tecnologias*. Secretaria de Educação Médio e Tecnológica. PCN + Ensino: orientações educacionais complementares aos PCNs. Brasília: MEC/SEMTEC, 2002. P.139-179

Darido, S. C. (2012). *Avaliação em educação física na escola*. UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA. Prograd. Caderno de formação: formação de professores didática geral. São Paulo: Cultura Acadêmica, 16, 127-140

Das Graças Frade, E., Gonçalves, Y. R. R. R. C., & Lopes, J. (2019). Uma análise de como o ambiente influencia na aprendizagem e no comportamento de estudantes e sua importância na formação inicial de professores. *DOXA: Revista Brasileira de Psicologia e Educação*.

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

Kiewra, K.A., & Gubbels, P.S. (1997). Are educational psychology courses educationally and psychologically sound? What textbooks and teachers say. *Educational Psychology Review*, 9(2), 121-148.

Kraemer, M. (2005). *Avaliação da Aprendizagem como Construção do Saber*. V Coloquio Internacional sobre Gestión Universitaria en América del Sur – Mar del Plata; 8,9 y 10 de Diciembre.

Kramer, S. (2006). A infância e a sua originalidade e sua singularidade. In J. Beauchamp, S. D. Pagel, & A.R. Nascimento (Orgs.), *Ensino fundamental de nove anos: orientações para a inclusão da criança de seis anos de idade* (pp. 13-24). Brasília, DF: FNDE: Estação Gráfica.

Linhares, P. C. A., da Silva IRINEU, T.H., da SILVA, J. N., de FIGUEIREDO, J.P., & de SOUSA, T. P. (2014). A importância da escola, aluno, estágio supervisionado e todo o processo educacional na formação inicial do professor. *Revista Terceiro Incluído*, 4(2), 115-127.

Milanesi, I. (2012). Estágio supervisionado: concepções e práticas em ambientes escolares. *Educar em revista*, (46)

Padilha, Paulo Roberto. Planejamento dialógico; como construir o projeto político pedagógico da escola. São Paulo: Cortez; Editora, Instituto Paulo Freire, 2001 (Guia da escola cidadã. V.7).

Pimenta, S. G. (2013). O estágio na formação de professores: unidade entre teoria e prática. *Cadernos de pesquisa*, (94), 58-73.

Pozo, J. I. (1989). Teorias cognitivas del aprendizaje. Madrid: Ediciones Morata.

Reis, P. (2011). Observação de aulas e avaliação do desempenho docente.

Santos, S. (2001). O Processo de Ensino- Aprendizagem e a Relação Professor –Aluno: A aplicação dos “sete princípios para a boa prática na educação de ensino superior”. Caderno de Pesquisas em Administração, São Paulo, v.08,no1, janeiro/março.

Schön, D. (1992). Formar professores como profissionais reflexivos. *Os professores e a sua formação*, 2, 77-91.

Siedentop, D. (2008). Aprender a enseñar la Educación Física. Barcelona: INDE Publicaciones.

Silva, M., & Duarte, M. (2011). O diário de aula na formação de professores reflexivos: resultados de uma experiência com professores estagiários de Biologia/Geologia. *Revista Brasileira de Pesquisa em Educação em Ciências*, 1(2)

Trigueiro, R. C. (2009). A importância do planejamento para professores no processo ensino aprendizagem

Yinger, R. (1979). Routines in teacher planning. *Theory into practice*, 18(3), 163-169

## 8 Anexos

### 8.1 Anexo 1- Ficha de caracterização da turma

#### 8.1.1 Idade:

- 15 anos
- 16 anos

#### 8.1.2 Género:

- Masculino
- Feminino

**8.1.3 Quantas refeições fazes ao dia?**

- 2
- 3
- 4 ou mais

**8.1.4 Como te deslocas para a escola?**

- A pé
- Carro/mota
- Transportes públicos

**8.1.5 Tens algum problema de saúde?**

- Sim
- Não

**8.1.5.1 Se sim, qual?**

- Asma
- Escoliose
- Asma de esforço
- Problemas de rins

**8.1.6 Gostas da aula de Educação Física?**

- Sim
- não

**8.1.7 Como mais gostas de trabalhar?**

- Individualmente
- a pares
- em grupo

**8.1.7.1 Dentro dessa estrutura, gostas de competir?**

- Sim
- não

**8.1.8 Qual a modalidade Desportiva que mais gostas?**

- Futsal
- Basquetebol
- Andebol
- Voleibol
- Ginástica
- Atividades rítmicas
- Atletismo
- Patins
- Jogos de raquetes
- Desportos de combate
- Orientação
- Natação
- Outros

**8.1.9 Qual a modalidade Desportiva que menos gostas?**

- Futsal
- Basquetebol

- Andebol
- Voleibol
- Ginástica
- Atividades rítmicas
- Atletismo
- Patins
- Jogos de raquetes
- Desportos de combate
- Orientação
- Natação
- Outros

**8.1.10 Qual a relação que consideras que deve existir com o professor?**

- Proximidade
- Respeito
- Distanciamento

**8.1.11 Praticas algum tipo de atividade física?**

- Sim
- não

**8.1.11.1 Se sim qual?**

- Andebol
- Atletismo
- Basquetebol
- Corrida
- Futebol
- Ginásio
- Ciclismo
- Ginástica
- Kickboxing
- natação

**8.1.11.2 Quantas vezes por semana?**

- 1
- 2
- 3
- 4 ou mais

**8.1.12 Praticas Desporto Escolar?**

- Sim
- Não

**8.1.12.1 Se sim, Qual?**

- Futsal
- Basquetebol
- Andebol
- Voleibol
- Ginástica
- Atividades rítmicas

- Atletismo
- Patins
- Jogos de raquetes
- Desportos de combate
- Orientação
- Natação
- Outros

#### **8.1.13 Praticas algum desporto federado?**

- Sim
- Não

##### **8.1.13.1 *Se sim, qual?***

- Futsal
- Basquetebol
- Andebol
- Voleibol
- Ginástica
- Atividades rítmicas
- Atletismo
- Patins
- Jogos de raquetes
- Desportos de combate
- Orientação
- Natação
- Outros

##### **8.1.13.2 *Quantas vezes por semana?***

- 1
- 2
- 3
- 4 ou mais

##### **8.1.13.3 *Há quanto tempo praticas?***

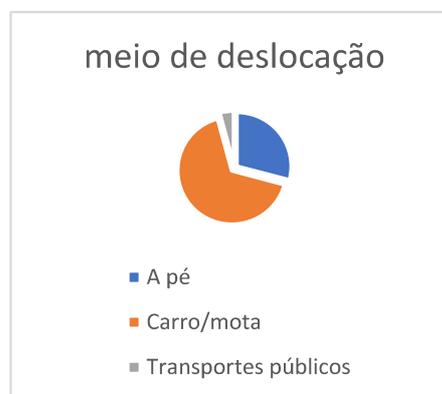
- 1
- 2
- 3
- 4 ou mais

## **8.2 Anexo 2- Resultado do tratamento de dados**

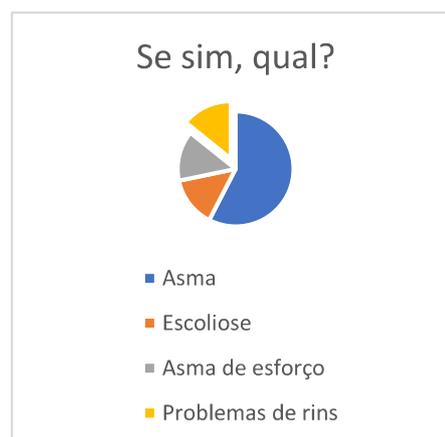
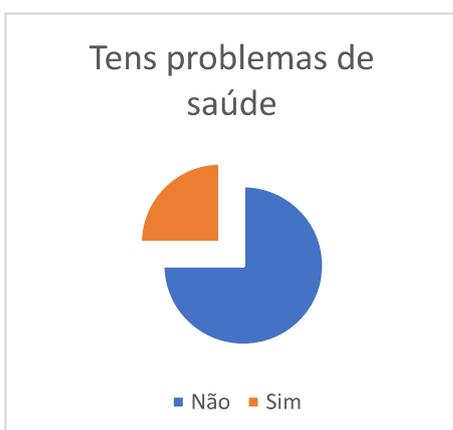
### **8.2.1 Idade e género**

A turma em estudo foi o 11º C da escola secundária S. Pedro e é constituída por 14 rapazes e 10 raparigas com idades a variar entre os 15 e os 16 anos. Em que apenas 6 alunos ainda não tinham completado 16 anos.

### 8.2.2 Meio de deslocação e refeições diárias



### 8.2.3 Problemas de saúde

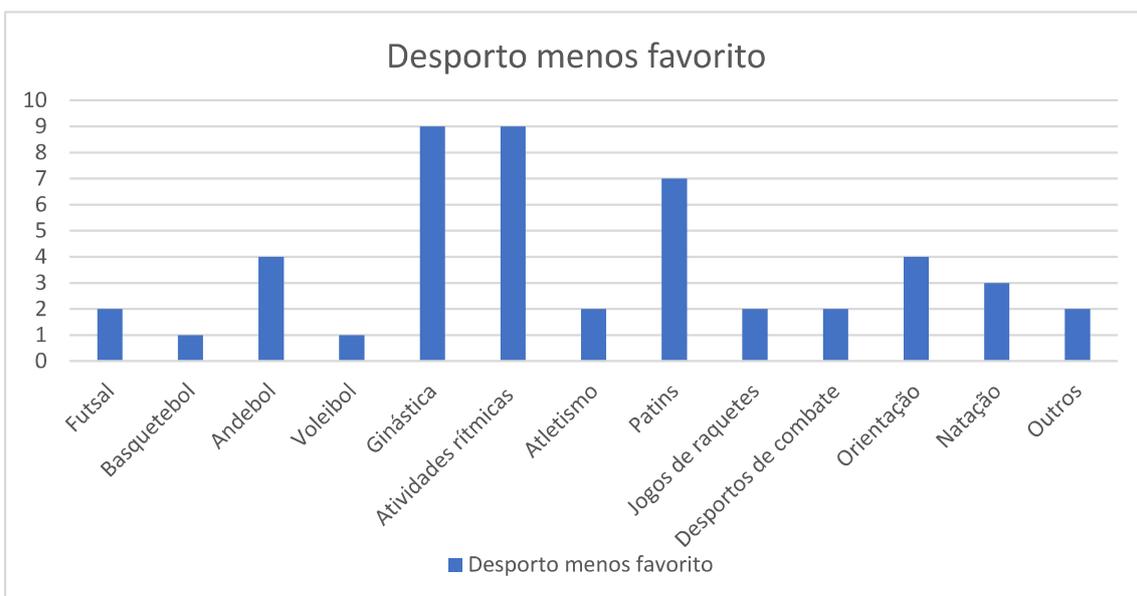
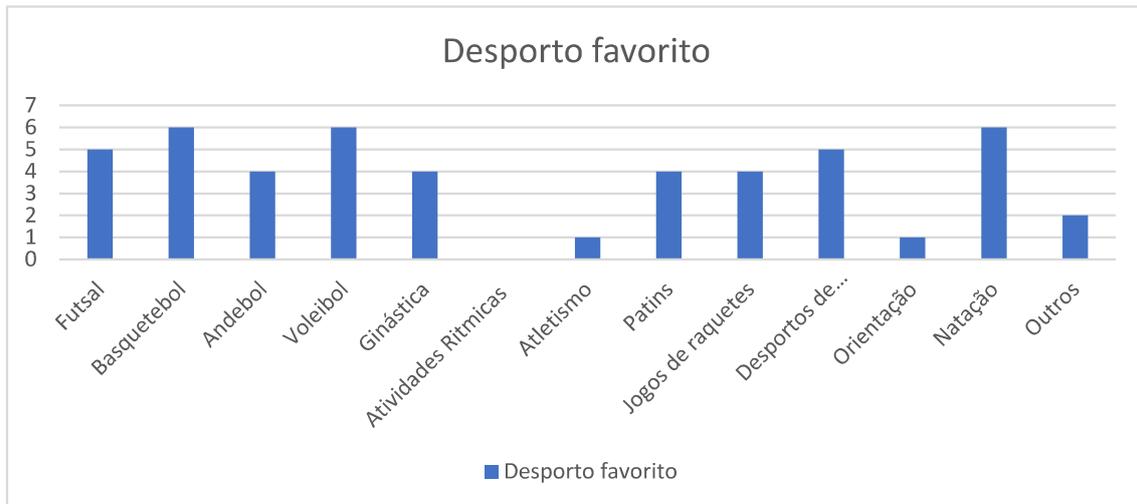


### 8.2.4 Aulas de educação física

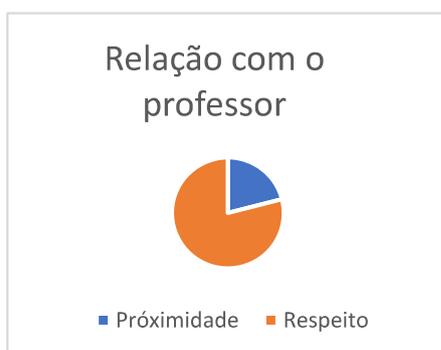
Neste ponto os alunos responderam todos que gostavam das aulas de educação física;



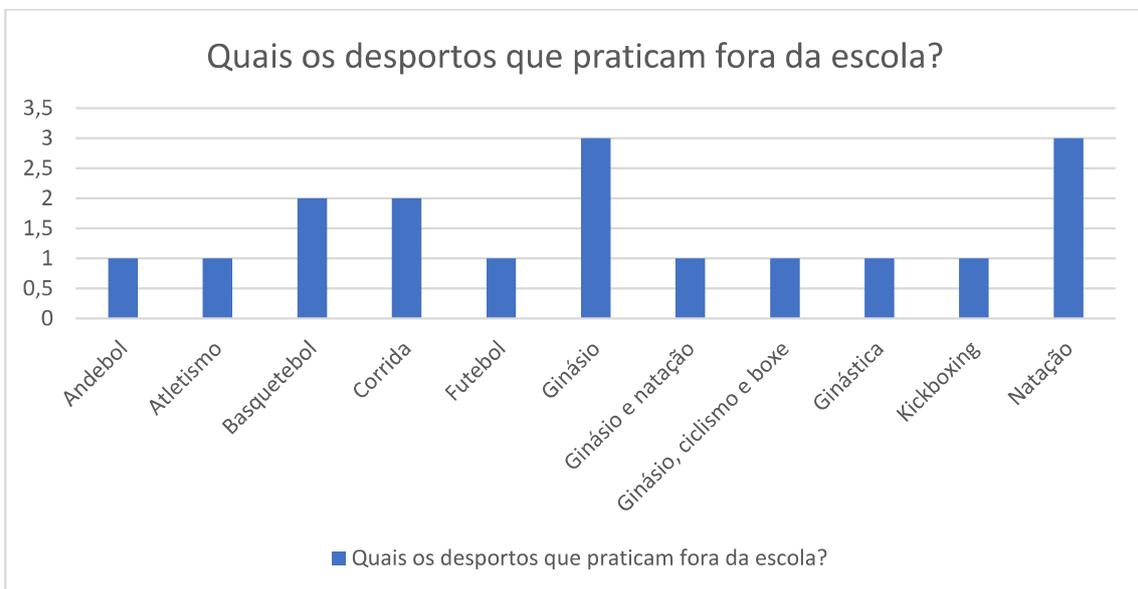
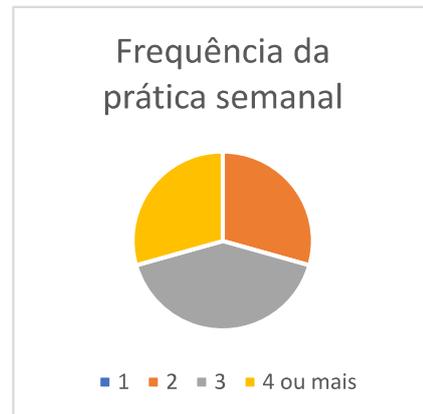
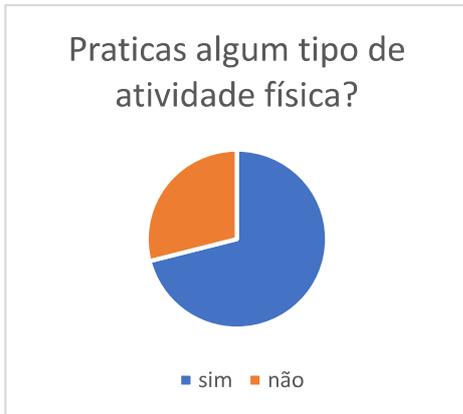
### 8.2.5 Modalidades



### 8.2.6 Relação com o professor



### 8.2.7 Atividade física



### 8.2.8 Desporto escolar



Apenas dois alunos praticam desporto escolar, sendo que um pratica basquetebol 3x3 e o outro pratica natação;

### 8.2.9 Desporto federado



Apenas responderam “sim” seis alunos, sendo que um deles pratica natação, dois praticam basquetebol, um andebol, um futebol e um pratica ginástica;

