

Universidade de Évora

**Mestrado em Ensino da Educação Física nos
Ensinos Básico e Secundário**



Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizada por **Nuno Ricardo Madeira Laurentino**, no Agrupamento de Escolas nº4 de Évora – EB 2,3 Conde de Vilalva e Escola Secundária Gabriel Pereira, para a especialidade do grau de mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Orientadora: Mestre Ana Cruz Ferreira

2010

Universidade de Évora

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizada por **Nuno Ricardo Madeira Laurentino**, no Agrupamento de Escolas nº4 de Évora – EB 2,3 Conde de Vilalva e Escola Secundária Gabriel Pereira, para a especialidade do grau de mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Orientadora: Mestre Ana Cruz Ferreira



185369

2010

Índice

Índice.....	3
Resumo	4
Abstract	5
Introdução	6
1. Preparação Científica, Pedagógica e Didáctica	8
1.1. Conhecimento do Currículo.....	8
1.2. Conhecimento dos Conteúdos	9
1.3. Conhecimento dos Alunos	12
2. Planificação e Condução de Aulas e Avaliação de Aprendizagens.....	13
2.1.Perspectivas Educativas e Metodologia de Ensino em Educação Física	13
2.1.1. Etapas do Plano Anual de Turma	15
2.1.1.1. 3º Ciclo do Ensino Básico.....	15
2.1.1.2. Ensino Secundário.....	17
2.2. Preparação das Aulas	18
2.3. Condução das Aulas	19
2.4. Avaliação das Aprendizagens dos Alunos	23
3. Análise da Prática de Ensino.....	24
4. Participação na Escola	30
5. Desenvolvimento Profissional	33
Conclusão	35
Agradecimentos	37
Referências Bibliográficas	39
Anexos	42
Quadro Resumo da Avaliação Inicial	43
Quadro Resumo da Avaliação Final.....	44
Plano anual de turma	45
Plano de aula	46
Ficha de Registo da Avaliação Formativa	49

Resumo

Este relatório está inserido no âmbito da disciplina Prática de Ensino Supervisionada (PES), que permitirá a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

O relatório de estágio aborda o trabalho desenvolvido realizado durante o ano lectivo 2009/2010, como professor estagiário, na Escola EB 2,3 Conde de Vilalva, na Escola Secundária Gabriel Pereira e na Escola Básica 1-Jardim de Infância do Bacelo.

No final do estágio foi possível afirmar que o que aprendemos ao longo deste ano lectivo nos acompanhará para o resto da vida profissional e social, uma vez que este estágio curricular veio complementar a formação adquirida durante a Licenciatura, auxiliando na incrementação das competências técnico-científicas, sociais e pessoais, indispensáveis a esta actividade profissional.

Palavras-chave: Leccionação, escola, alunos, 1º,2º,3º ciclo, secundário, Prática de Ensino Supervisionada, professor, estágio, aulas.

**Report of Supervised Teaching Practice, held at Vertical Group No. 4 of Évora –
EB 2,3 Conde de Vilalva and Escola Secundária Gabriel Pereira.**

Abstract

This report is inserted in the supervised teaching subject, as known as *Prática de Ensino Supervisionada (PES)*, which purpose is to obtain Master's degree in Physical Education in primary and secondary education.

The stage report deals with all the work developed during 2009/2010 school year, as a student teacher, in *Escola EB 2,3 Conde de Vilalva*, *Escola Secundária Gabriel Pereira* and in *Escola Básica 1-Jardim de Infância do Bacelo*.

At the end of the stage, it was possible to state that what we have learned past this year will be useful and will be with us for the rest of our professional and social life due the formation acquired during graduation, improving technical, scientific, social and personal skills that are vital and indispensable to this professional activity.

Key-words: Teaching, school, students, primary and secondary education, supervised teaching, teacher, stage, classes.

Introdução

Este relatório está inserido no âmbito da disciplina Prática de Ensino Supervisionada (PES), que permitirá a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Durante o ano lectivo 2009/2010 foram leccionadas aulas na Escola Básica 1-Jardim de Infância do Bacelo, na Escola EB 2,3 Conde de Vilalva (pertencentes ao agrupamento nº4 de Évora) e na Escola Secundária Gabriel Pereira, permitindo a realização deste relatório.

O presente relatório incidirá sobre as cinco áreas fundamentais do estágio, conforme o "Guião para a Elaboração do Relatório". O primeiro capítulo abordará a Preparação Científica, Pedagógica e Didáctica, através do Conhecimento do Currículo, dos Conteúdos e o dos Alunos; o segundo capítulo consiste na Planificação e Condução de Aulas e Avaliação de Aprendizagens desenvolvendo os subcapítulos Perspectiva Educativa e Métodos de Ensino, Preparação das Aulas, Condução das Aulas e Avaliação das Aprendizagens dos Alunos; o terceiro capítulo compreende a Análise da Prática de Ensino e o quarto a Participação na Escola, sendo o quinto capítulo uma reflexão sobre o Desenvolvimento Profissional.

Desta forma, a PES assinala o culminar do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, na qual nos foi solicitada a leccionação de aulas ao 1º, 2º e 3º Ciclos de Aprendizagem e ao Ensino Secundário.

Este percurso foi acompanhado ao longo do ano por três orientadores de estágio, pertencentes ao Agrupamento de Escolas nº4 de Évora, à Escola Secundária Gabriel Pereira e à Universidade de Évora.

A leccionação de aulas a todos os ciclos de ensino aliada à presença constante de um ou mais professores orientadores de estágio, proporcionou uma vantajosa aprendizagem associada a uma melhor evolução como professores.

Segundo Nóvoa (1992), "A resposta à questão, porque é que fazemos o que fazemos na sala de aula?, obriga a evocar essa mistura de vontades, de gostos, de experiências, de acasos até, que foram consolidando gestos, rotinas, comportamentos com os quais nos identificamos como professores (...). A maneira como cada um de nós ensina está directamente dependente

daquilo que somos como pessoas (...). É impossível separar o eu profissional do eu pessoal” (p. 17)

1. Preparação Científica, Pedagógica e Didáctica

1.1. Conhecimento do Currículo

A Educação Física é uma área curricular que se relaciona com outras áreas, contribuindo fundamentalmente para a formação dos alunos ao longo do seu percurso escolar. Esta disciplina tem a seu cargo a promoção de um conjunto de contributos e riquezas patrimoniais específicas referentes ao corpo e à actividade física, que não são desenvolvidas por qualquer outra área ou disciplina do currículo escolar. Este percurso educativo tem o objectivo de erradicar o analfabetismo motor nos jovens, até ao final da escolaridade básica, utilizando para isso um conjunto de atitudes, capacidades, conhecimentos e hábitos referentes à Educação Física. Desta forma, são adquiridas competências nas distintas matérias da disciplina, aumentando a diversidade de experiências motoras vividas, que procuram a melhoria da qualidade de vida, da saúde e do bem-estar. (Competências Essenciais – P.N.E.F., 2001).

Segundo Pomar (2010a), as escolas são competentes para organizar o percurso e os requisitos educativos ao longo dos anos de cada ciclo, tendo continuamente como referência os objectivos do ciclo.

Enunciando separadamente os objectivos do currículo de Educação Física para cada ciclo: no 1º Ciclo, proporciona-se a aquisição dos conhecimentos essenciais a cada área de ensino da Educação Física; no 2º Ciclo, realiza-se uma recapitulação, aperfeiçoamento e/ou restabelecimento dos alunos, confirmando as bases de progresso subsequente; no 3º Ciclo, com o mesmo objectivo do 2º Ciclo, referenciando a realização estável e completa com as finalidades aguardadas para este ciclo. No Ensino Secundário existe uma divisão em dois “blocos”, o do 10º ano e o do 11º e 12º anos. No 10º ano, são recapituladas as matérias leccionadas no 9º ano de modo a que os alunos consigam evoluir nas mesmas e recuperar nas áreas com mais dificuldades. Nos 11º e 12º anos, os alunos escolhem as matérias onde querem evoluir e ser avaliados, porém, não se perde a variedade e a possibilidade de evolução e conhecimento de novas actividades (Pomar, 2010a). A planificação e leccionação das aulas durante este ano lectivo tiveram sempre em consideração o que foi referido anteriormente.

Segundo Pacheco (2000), “A construção do currículo real pelos professores e alunos na escola depende, em grande parte, dos limites impostos pelo currículo nacional que, na lógica da flexibilização, representaria “uma estrutura simplificada de objectivos, competências e aquisições essenciais pretendidas” (Roldão & Céu, 1998, cit. in Pacheco, 2000, p. 17). Colocar os professores a elaborar projectos em função das disciplinas e programas existentes, com a subsequente disciplinarização e desarticulação do conhecimento escolar, não é uma tarefa que conduz à identificação de um conjunto nuclear de aprendizagens básicas”(p. 73).

1.2. Conhecimento dos Conteúdos

Para a leccionação das aulas, foi seguido o Programa Nacional de Educação Física (PNEF) e as regras dos Departamentos de Educação Física das escolas, cumprindo sempre os objectivos por estes previamente determinados para cada ano de escolaridade e colocando cada aluno no seu nível de ensino adequado. O PNEF funciona como um fio condutor e como referências para a actividade do professor, o qual fica incumbido de seleccionar e leccionar as escolhas pedagógicas e metodológicas mais apropriadas.

Ainda neste seguimento, os planos de turma devem seguir o princípio da especificidade, ou seja, devem ser oferecidos variados processos e estratégias de ensino em cada ano de escolaridade e a todos os alunos, para que todos consigam evoluir da melhor maneira nas matérias leccionadas.

Os professores, para realizarem uma boa planificação das suas aulas, têm que possuir um bom conhecimento do PNEF. Este é constituído por matérias nucleares (matérias a leccionar obrigatoriamente em todas as escolas) e matérias alternativas (adaptáveis pelas escolas, dependendo das suas características). Articulando o PNEF com os objectivos das diferentes matérias nucleares, segundo os Departamentos de Educação Física e a avaliação inicial, planeiam-se as aulas para o ano lectivo. Este programa salienta que o plano de turma deve desenvolver as competências motoras das diversas actividades físicas como também o progresso dessas capacidades. Relativamente aos conhecimentos, estes deverão ser desenvolvidos de forma articulada, realizando trabalhos de pesquisa e aulas teóricas (Pomar, 2010a).

A avaliação inicial ou avaliação diagnóstica é realizada para identificar as competências de cada aluno em cada matéria, permitindo posteriormente ajustar as aulas às suas características. Esta avaliação tem também como objectivo caracterizar os alunos e colocá-los em determinados níveis de ensino, auxiliando o professor na planificação das aulas consoante a evolução esperada para a aprendizagem dos alunos (Pomar, 2010a). Segundo o PNEF, as matérias são avaliadas em três níveis de ensino: Introdutório (habilidades, capacidades motoras específicas e conhecimentos que desempenham a aptidão física de base), Elementar (separação dos conteúdos pertencentes ao controlo da matéria nos seus factores fundamentais, com carácter mais formal) e Avançado (designa os conteúdos e formas de participação nas actividades características da matéria, relativas ao nível superior, surgindo geralmente como programa opcional). Após a realização da avaliação inicial, os seus resultados são apresentados aos alunos, contudo, deve ser claro que estes não influenciam a classificação final da disciplina, avaliando apenas o domínio psicomotor (Aranha, 2004).

Dado o número reduzido de aulas leccionadas no 1º Ciclo, não foi possível realizar uma avaliação inicial da turma, pelo que estas informações foram disponibilizadas pelo orientador de estágio, e pela professora de actividade física e desportiva desta turma.

No 2º Ciclo do Ensino Básico apenas foram leccionadas 10 sessões no 3º período do ano lectivo, motivo pelo qual também não foi realizada a avaliação inicial dos alunos, sendo a programação destas aulas de acordo com a planificação realizada pelo professor titular da turma.

No que diz respeito ao 3º Ciclo do Ensino Básico, foi acompanhada uma turma de 8º ano da Escola EB 2,3 Conde de Vilalva na qual também não foi realizada a avaliação inicial pelos professores estagiários, pois a PES teve início mais tardiamente do que o ano lectivo, pelo que esta avaliação foi realizada pelo professor titular da turma. Os dados recolhidos nesta avaliação foram cedidos para posterior análise, com vista à planificação das aulas para o restante ano lectivo, em conjunto com o professor orientador de estágio.

Por último, foi acompanhada uma turma de 11º ano do Ensino Secundário, na Escola Secundária Gabriel Pereira. A leccionação destas aulas apenas começara no final do 1º período lectivo, sendo este atraso motivado pelas

obras de renovação que decorreram na escola, não havendo, desta forma, um espaço apto e com a segurança necessária para a prática desportiva. Deste modo, nesta escola realizou-se a avaliação inicial dos alunos. Após o estudo dos dados obtidos, os mesmos foram apresentados aos alunos, dando-lhes a oportunidade de escolherem as matérias nucleares que preferiam aperfeiçoar e a partir daí serem avaliados, sem se perder a variedade e a possibilidade de desenvolvimento ou “redescoberta” de outras actividades, dimensões ou áreas da Educação Física (Jacinto, Carvalho, Comédias & Mira, 2001).

Como o PNEF indica a possibilidade de abordagem de algumas matérias alternativas, optou-se por incluir também nas aulas os seguintes conteúdos: Orientação (Escola EB 2,3 Conde de Vilalva), Jogos Populares e Tradicionais Portugueses (Escola EB 2,3 Conde de Vilalva e Escola Secundária Gabriel Pereira), Tag Rugby (Escola EB 2,3 Conde de Vilalva e Escola Secundária Gabriel Pereira), entre outros.

As matérias a leccionar em cada aula foram seleccionadas tendo em conta os resultados da avaliação inicial dos alunos, as especificidades da turma e de cada aluno em particular.

A leccionação no 1º Ciclo do Ensino Básico incidiu principalmente nos blocos programáticos de *Perícia e Manipulação*, de *Deslocamentos e Equilíbrios* e de *Jogos*.

Estes temas foram seleccionados a partir do Programa do 1º Ciclo do Ensino Básico, mais especificamente do 3º Ano de Escolaridade, tendo em conta os recursos materiais existentes na escola. Em relação ao 2º Ciclo, as aulas leccionadas tiveram em conta a avaliação inicial da turma, o PNEF e as regras do Departamento de Educação Física da escola em questão. O planeamento anual das aulas desta turma foi elaborado pelo seu professor estagiário conjuntamente com o orientador de estágio no início do ano lectivo. Porém, os planos de aula e a leccionação destas foram realizados conjuntamente pelos três elementos do núcleo de estágio.

A escolha das matérias e o planeamento das aulas do 8º ano de escolaridade realizou-se conjuntamente pelos professores estagiários e pelo orientador de estágio, tendo em conta a avaliação inicial dos alunos, o PNEF e o Regimento Interno do Departamento de Educação Física da escola. Por sua vez, a planificação do 11º ano foi realizada em conjunto com a professora orientadora

de estágio, baseando-se igualmente no PNEF, no regulamento interno do Departamento de Educação Física, na avaliação inicial dos alunos e nas matérias escolhidas pelos mesmos.

O conhecimento dos professores acerca do que ensinam e a forma como o transmitem é a base do nível de compreensão dos alunos, representando a ligação entre o conteúdo da disciplina e a pedagogia, numa percepção de tópicos particulares organizados, representados e adaptados consoante os diversos interesses e capacidades dos alunos (Borrvalho, 2002).

1.3. Conhecimento dos Alunos

Inicialmente, o conhecimento entre alunos e professor é realizado através de uma breve apresentação dos mesmos, auxiliada, por opção, pelo preenchimento de um pequeno questionário e de uma ficha de caracterização individual de cada aluno. A informação recolhida no primeiro contacto com cada turma foi posteriormente processada, permitindo um melhor conhecimento sobre cada um dos discentes. A avaliação inicial permite também ao professor reter informações sobre o comportamento, capacidades físicas em determinadas modalidades e grau de ensino em que o aluno se encontra.

O 3º ano de escolaridade do 1ºCiclo do Ensino Básico, pertencente à Escola Básica 1 - Jardim de Infância do Bacelo, no qual foram leccionadas algumas sessões. A caracterização desta turma foi facultada pela professora titular devido ao curto espaço de tempo que nos foi disponibilizado para estas sessões. A turma em questão era composta por 24 alunos, dos quais 12 eram do sexo masculino e os restantes 12 do sexo feminino, não existindo nenhum aluno com necessidades educativas especiais.

A caracterização da turma do 2ºCiclo do Ensino Básico, da Escola EB 2,3 Conde de Vilalva na qual foram leccionadas algumas sessões não foi disponibilizada, mas apesar disso, o professor orientador e o professor estagiário da turma, pelo facto de estarem presentes nas aulas, facultaram sempre que necessário, as informações sobre os alunos.

O 8º ano, referente ao 3ºCiclo do Ensino Básico e pertencente à Escola Básica 2,3 Conde de Vilalva de Évora, foi acompanhado com o supervisionamento do professor orientador. Esta turma era constituída por 17 alunos, 12 dos quais

eram raparigas (uma com necessidades educativas especiais) e 5 rapazes, com idades compreendidas entre os 13 e os 16 anos (média de idades de 15 anos). Na caracterização desta turma foram recolhidas também informações sobre os encarregados de educação, agregado familiar, saúde e alimentação de cada aluno, percurso casa-escola/escola-casa, meio escolar (se são repetentes, as disciplinas favoritas e as que menos gostam), e por fim recolhemos dados relativos à disciplina de Educação Física (quais as matérias mais e menos apreciadas) e à prática desportiva nos tempos livres.

O 11º ano do Ensino Secundário pertencia à área de Artes, da Escola Secundária Gabriel Pereira. Esta turma era constituída inicialmente por 25 alunos, 14 dos quais eram do sexo masculino e 11 do sexo feminino, com uma média de idades de 16 anos, não estando presente nenhum aluno com necessidades educativas especiais. A meio do 2º período, uma aluna reprovou à disciplina de Educação Física devido ao número de faltas a aulas. A caracterização desta turma incluiu as mesmas informações citadas para o 8ºano.

Relativamente ao nível de ensino, o 8º ano demonstrou ser uma turma homogénea, contudo, é de realçar a superioridade demonstrada por 3 dos alunos da mesma, não só durante a avaliação inicial mas também no decorrer de todo o ano lectivo. Contrariamente, o 11º ano era bastante heterogéneo, existindo uma diferença acentuada no nível de ensino entre géneros e também relativamente ao grupo de rapazes. Contudo, a avaliação inicial foi um excelente meio para identificar estas diferenças existentes dentro da turma permitindo um planeamento mais específico das sessões, tendo sempre em conta, tanto nas actividades planeadas como na formação de grupos, as capacidades de cada aluno.

2. Planificação e Condução de Aulas e Avaliação de Aprendizagens

2.1. Perspectivas Educativas e Metodologia de Ensino em Educação Física

Os métodos de ensino utilizados não são imutáveis, estando em constante desenvolvimento (Neto & Assunção, 2005). A escolha destes recaiu sobre o

Modelo por Etapas pois, segundo Rosado (2001), demonstra contrariar a simplicidade da sequência de acções de cada matéria representada pelo modelo em blocos, reunindo em cada bloco a abordagem de cada matéria.

Após o início das actividades nas escolas e a reunião com os professores orientadores, fomos informados de que o modelo de planeamento a operacionalizar ao longo do ano lectivo seria o modelo por etapas. Este modelo tem vindo a ser, há já alguns anos, uma prática constante nestas escolas, por se acreditar que este conduz a resultados mais consistentes e duradouros no que respeita à formação do educando, permitindo também uma avaliação mais justa e adequada. Pelos mesmos motivos, o Departamento de Educação Física da Universidade de Évora defende este modelo de planeamento.

De uma forma um pouco mais descritiva, este modelo caracteriza-se por uma maior distribuição das aprendizagens no tempo, facilitando a inclusividade e a diferenciação do ensino e diversos outros aspectos essenciais à caracterização dos objectivos da Educação Física.

Neste sentido, o procedimento dos professores estagiários integrados nestas escolas foi pacificamente ajustado ao regulamento interno dos Departamentos de Educação Física, até porque durante as suas formações académicas foi abordado o modelo em questão, o que conferiu algumas bases e facilidades de acesso à informação que sustenta o mesmo, não esquecendo nunca o apoio constante de todo o Departamento para qualquer questão relacionada com este ou outro tema. Com o passar do tempo, este modelo foi-se revelando altamente eficaz e de fácil assimilação por parte dos “novos professores”.

Conforme Rosado (2001), os níveis de planeamento no modelo por etapas são:

1. Plano Pluri-anual;
2. Plano Anual de Turma;
 - Introdução;
 - Desenvolvimento;
 - Conclusão;
 - Plano de Etapa.
3. Plano de Unidade de Ensino;
4. Plano de aula.

O Plano Pluri-anual constitui uma referência essencial para a orientação e organização do trabalho do conjunto dos professores e de cada um em

particular. Tem também um objectivo pedagógico e constitui um documento de consulta para toda a comunidade escolar. Centra-se no valor educativo da actividade física ecléctica, pedagogicamente orientada para o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno. Durante este ano de estágio, baseámo-nos nos planos pluri-anuais já existentes nas escolas.

2.1.1. Etapas do Plano Anual de Turma

O plano anual tem como principal finalidade calendarizar as actividades próprias de cada matéria ao longo do ano lectivo e posteriormente seleccionar objectivos a atingir, definir prioridades de desenvolvimento e estabelecer metas para cada etapa. Segundo Aranha (2004), a planificação do plano anual por etapas precede a leccionação, que por sua vez precede a realização do planeamento das actividades. Cada etapa é composta por várias unidades de ensino, baseadas no PNEF e no Departamento de Educação Física da escola. As aulas devem ser previamente planeadas seguindo uma lógica evolutiva e com base nas unidades didácticas realizadas. A essa planificação chama-se planos de aula.

2.1.1.1. 3º Ciclo do Ensino Básico

O plano anual do 8º ano foi elaborado tendo como base todas as matérias, nomeadamente jogos desportivos colectivos, ginástica, atletismo, desportos de raquetes e outra matéria alternativa como a dança (critérios definidos pelo Departamento de Educação Física da escola). A organização do plano anual dependeu fundamentalmente das matérias identificadas como prioritárias, materiais e infra-estruturas disponíveis, bem como do sistema de rotação de espaços nas escolas. A organização do planeamento anual é muito abrangente, tornando-se mais específica apenas quando se tem em conta o planeamento das etapas e das unidades de ensino. O plano anual de turma está dividido em três etapas repartidas ao longo do ano lectivo:

1ª Etapa: Avaliação Inicial/Introdução e Aprendizagem

Esta primeira etapa visou sobretudo o conhecimento dos alunos e a realização da avaliação inicial da turma e de cada um dos alunos, bem como a identificação das estratégias de leccionação e condução da turma. A avaliação inicial assenta fundamentalmente nas matérias nucleares definidas pelo

Departamento de Educação Física e pelo Núcleo de Estágio. Esta etapa teve a duração de 52 aulas, dividida em 5 unidades de ensino distintas.

A primeira unidade de ensino denomina-se Apresentação e foi constituída por uma aula, na qual se realizou a apresentação dos alunos e dos professores. A segunda unidade de ensino ou mais concretamente a Avaliação Inicial foi constituída por treze aulas. A terceira, quarta e quinta unidades de ensino, denominadas Introdução/Aprendizagem, foram compostas por 21 aulas, numa das quais foi realizado o teste escrito de avaliação sumativa.

2ª Etapa: Aprendizagem e Desenvolvimento

Esta etapa teve como objectivo a aquisição de novas aprendizagens e conhecimentos sobre Educação Física, Saúde e Bem-estar, a evolução nas várias matérias e ainda a melhoria da condição física dos alunos através das aulas. Desta etapa fazem parte a sexta e sétima unidades de ensino.

A sexta unidade de ensino foi constituída por sete aulas, enquanto a sétima foi constituída por seis aulas, numa das quais se realizou o teste escrito de avaliação sumativa e noutra a auto-avaliação.

O planeamento da segunda etapa foi cumprido com alguns ajustes e alterações. As matérias foram todas abordadas, apesar da sua leccionação ter sido influenciada por factores externos: condições meteorológicas adversas e falta de água na escola.

3ª Etapa: Consolidação e Avaliação Final

Esta etapa teve início no 3º período lectivo, sendo as suas principais finalidades a revisão, consolidação e aplicação dos conteúdos leccionados ao longo do ano lectivo e a evolução do ponto de vista da condição física e do desempenho em determinadas matérias. As unidades curriculares correspondentes a esta etapa foram a oitava e nona. Esta etapa incidiu fundamentalmente nos jogos desportivos colectivos em situação de jogo formal e jogo reduzido.

O planeamento desta etapa foi cumprido, tal como o anterior, com alguns ajustes e alterações devidos à ocorrência de uma visita de estudo, de um torneio Compal 3x3 e à necessidade que os alunos tiveram de alterar a data do momento de avaliação escrita.

2.1.1.2. Ensino Secundário

O plano anual do 11º ano foi realizado com base nas seis matérias com melhor aproveitamento na avaliação inicial dos alunos, fazendo parte delas dois jogos desportivos colectivos, ginástica ou atletismo, um desporto de raquetes (Badminton) e outras matérias alternativas tais como Dança, Râguebi e Ténis (critérios definidos pelo Departamento de Educação Física da escola). A organização deste plano anual dependeu fundamentalmente das matérias identificadas como prioritárias, materiais e infra-estruturas disponíveis, bem como do sistema de rotação de espaços da escola.

Foi realizada uma divisão do plano anual de turma em três etapas, repartidas ao longo do ano lectivo:

1ª Etapa: Avaliação Inicial

Nesta primeira etapa visámos sobretudo conhecer os educandos e fazer a avaliação inicial da turma e de cada um dos alunos, bem como identificar as estratégias de leccionação e condução da turma.

Esta etapa deveria ter tido a duração de 13 sessões, mas apenas foram realizadas 8, pois as restantes estiveram condicionadas por outras actividades na escola e também pelo espaço reservado para a aula ser no exterior e ainda se encontrar em obras de remodelação.

A etapa foi dividida em duas unidades de ensino distintas, sendo elas respectivamente, a Apresentação e a Avaliação inicial dos alunos.

A primeira unidade de ensino foi constituída por uma aula, onde foi realizada a apresentação dos alunos e dos professores. A segunda unidade de ensino foi constituída por doze aulas, nas quais foi realizada a avaliação inicial, a qual assentou fundamentalmente nas matérias nucleares definidas pelo Departamento de Educação Física e pelo Núcleo de Estágio.

2ª Etapa: Aprendizagem e Desenvolvimento

Nesta nova etapa era pretendido que os alunos adquirissem novas aprendizagens e conhecimentos sobre a Educação Física, Saúde e Bem-estar, que evoluíssem nas várias matérias e a melhoria da sua condição física através das aulas. Esta etapa é composta pela 3ª, 4ª, 5ª e 6ª unidades de ensino.

Devido a factores externos, tais como condições meteorológicas adversas nos dias em que o espaço de aula foi no exterior, falta de material para as mesmas e a impossibilidade de prática de algumas modalidades dentro do pavilhão gimnodesportivo, as matérias ginástica de aparelhos (paralelas simétricas, assimétricas e trave), desportos de raquetes (ténis) e atletismo (apenas foi leccionado o salto em altura) não foram abordadas.

3ª Etapa: Consolidação e Avaliação

Esta última etapa incidiu na revisão, consolidação e avaliação das matérias abordadas. Esta etapa foi composta por 3 unidades de ensino, a 7ª, 8ª e 9ª. A sétima e a oitava unidade de ensino foram constituídas por seis aulas cada, enquanto a nona unidade de ensino foi composta por cinco. Nesta etapa foram leccionadas todas as aulas planeadas, mas também ocorreram algumas alterações ao planeamento anual, como por exemplo a alteração da data da avaliação escrita, a pedido dos alunos.

2.2. Preparação das Aulas

A planificação das aulas foi realizada com base nas características individuais dos alunos e das matérias e, nos níveis de ensino dos alunos em questão.

Na realização dos planos de aula tivemos como referência a manutenção de uma lógica evolutiva, aumentando ou ajustando o nível de dificuldade consoante a evolução dos alunos ao longo da aula.

Tentámos sempre inserir nos planos de aula exercícios que fossem motivadores, explicando aos alunos o porquê de os realizar. Foi também realizado um planeamento com o mínimo possível de tempos mortos, tentando que a evolução da aula e a mudança de exercícios não levasse à quebra do seu ritmo e da motivação dos alunos. Uma das técnicas que foi utilizada para este fim foi a definição dos grupos de trabalho durante o planeamento de aula, sendo estes grupos formados de acordo com a avaliação inicial e os níveis dos alunos.

Ao longo do ano lectivo, os planos de aula foram sofrendo algumas adaptações e melhoramentos, de acordo com os conselhos dados pelos orientadores de estágio e também com base no ganho progressivo de experiência de leccionação, contribuindo para um maior sucesso como professor.

2.3. Condução das Aulas

A condução das aulas é fundamental na eficácia do ensino das actividades físicas e desportivas, assumindo uma grande relevância, não devido à dificuldade dos alunos em se concentrarem nas tarefas durante um grande período de tempo, mas na indisciplina constante e consciente de alguns, que utilizam a disciplina de Educação Física para revelarem a suas capacidades atléticas, tendo a nota no final do ano garantida (segundo a mentalidade do aluno), mesmo antes da leccionação das aulas por parte do professor (Ribeiro & Ribeiro, 1990).

Tal como é defendido por Ribeiro & Ribeiro o ano escolar exigiu sempre uma planificação cuidada e um controlo permanente da actividade, com o apoio dos registos de observação das aulas, os alunos foram sempre informados previamente que estes registos não serviam para comparar os resultados obtidos entre eles, mas sim para a avaliação do desempenho de cada indivíduo, comparando os dados com um leque de critérios previamente concebidos (Ribeiro & Ribeiro, 1990).

Ao longo deste ano lectivo, a linguagem e o tom de voz foram adaptados aos diferentes níveis de ensino nos quais tivemos oportunidade de estagiar e ao local onde as aulas foram leccionadas, estimulando sempre a realização dos exercícios e ajudando todos os alunos, especialmente os que tinham maiores dificuldades na sua realização, motivando-os para que não desistissem das aulas nem das tarefas propostas, conseguindo assim obter a sua evolução.

No decorrer do ano tentámos sempre contribuir para o desenvolvimento da maturidade de cada educando, para a sua evolução como pessoa na sociedade e mesmo como aluno. Além disso, estabelecemos uma boa relação professor/aluno, fomentando sempre o respeito entre ambas as partes mas, ao mesmo tempo, estimulando uma relação aberta, estando sempre disponível para ajudar os alunos em qualquer problema que surgisse tanto nas aulas como fora destas. Com esta atitude foram obtidos muitos benefícios para o ambiente da aula e a motivação dos alunos para a mesma, cativando a sua atenção, especialmente dos alunos do 11º ano, os quais considerávamos uma turma um pouco desassossegada e problemática.

Segundo Brás (1990), "O desenvolvimento da criança no âmbito das actividades que integram a educação física, tal como noutras áreas, está em

grande parte dependente das aprendizagens que lhes são proporcionadas pela escola do 1º Ciclo” (p.7).

No 1ºCiclo do Ensino Básico, devido à idade dos alunos, temos que ter em conta a sua actividade, pelo que houve necessidade de implementar algumas regras desde o primeiro dia de aulas, as quais foram interpretadas como um desafio pelos alunos. À medida que os alunos fossem cumprindo as regras, estas iam também progredindo. Os planos de aula previam um período de pausa para os alunos beberem água e irem a casa de banho, não sendo admissível a interrupção constante da aula para este fim.

Relativamente ao tempo de instrução, este tinha que ser curto e explícito, preferencialmente com demonstração dos exercícios, para uma melhor apreensão dos objectivos por parte dos alunos. As sessões tinham que ser sempre compostas por exercícios muito activos e de curta duração, pois se assim não fosse, estes alunos facilmente perdiam o interesse e a atenção durante a aula. Pelo mesmo motivo, o tempo de transição entre exercícios tinha que ter a menor duração possível, estando o material necessário para cada aula, sempre que possível, previamente montado, aumentando assim o tempo de aprendizagem. Segundo Carreiro da Costa (1984) “o tempo de aprendizagem é um factor fundamental. A centração na matéria de ensino origina valores elevados de aprendizagem. Ao invés, o tempo gasto em assuntos não relacionados com os objectivos traduz-se em menos aprendizagem.” (p. 23).

As aulas leccionadas ao 1ºCiclo do Ensino Básico tinham início na sala de aula, onde era realizada uma breve explicação dos objectivos. Seguidamente, era solicitado aos alunos que se levantassem de forma ordenada e que formassem uma fila, dirigindo-se regradamente até ao local onde se iria realizar a aula. Posteriormente, os alunos sentavam-se para ouvirem a explicação do primeiro exercício.

Além de tudo isto, foi importante o acompanhamento constante de toda a turma e os *feedbacks* positivos e correctivos aplicados relativamente aos exercícios, sendo rara a utilização de *feedbacks* negativos, para evitar a desmotivação por parte dos alunos. Como os exercícios eram sempre muito dinâmicos, existia motivação para a aula e o clima da mesma era excelente.

No 2º Ciclo do Ensino Básico, a leccionação das aulas foi condicionada pelo facto das mesmas serem coincidentes com aulas, de outras turmas, por nós leccionadas. Além disto, esta turma estava também a cargo de outro professor estagiário, pelo que nunca leccionamos uma aula completa, mas apenas partes de aulas. O professor estagiário responsável pela turma já tinha implementado algumas regras, muitas das quais idênticas às que foram implementadas no 1ºCiclo. O comportamento da turma não era dos mais fáceis, os alunos eram bastante irrequietos e distraíam-se facilmente. Contudo, a presença de um “novo” professor foi para estes alunos uma motivação para a melhoria do seu comportamento e atenção. De uma forma geral, a condução da aula no 2º Ciclo foi análoga à do 1º Ciclo.

Relativamente ao 3ºCiclo do Ensino Básico, a planificação e condução das aulas foi um pouco diferente da do 1º e 2º Ciclo. Os alunos do 8º ano eram muito empenhados, existindo pouca dispersão destes ao longo das aulas. Nesta turma foram implementadas também algumas regras para fomentar um melhor controlo dos alunos. Relativamente ao tempo de instrução, tentámos que este fosse curto, com uma explicação sucinta e precisa, pedindo a um aluno para exemplificar o exercício quando possível e necessário. O tempo dos exercícios normalmente era apenas o essencial para que os alunos os compreendessem e aprendessem com eles. Se necessário, o tempo dos exercícios era ajustado consoante o empenho e os resultados dos mesmos obtidos pelos alunos.

Segundo Williams (2006), para se aplicar um *feedback* é necessário entender as outras pessoas e as suas reacções de forma a aprimorar a nossa capacidade de dar retorno. A capacidade de fazer uma leitura das outras pessoas não é uma habilidade inata, mas algo que se desenvolve. No que se refere ao acompanhamento dos alunos, optámos pela utilização de *feedbacks* positivos, correctivos e alguns negativos, específicos e de fácil compreensão por parte dos alunos, para que estes conseguissem assimilar o exercício da melhor forma possível. A esta turma atribuímos *feedbacks* negativos pois os alunos já tinham maturidade para compreenderem o que era pretendido sem desmotivarem.

O clima da aula foi agradável no geral, existindo apenas dois alunos aos quais foi atribuída especial atenção para que estes não destabilizassem o ambiente

da aula. O sucesso na prática da actividade física aliado ao prazer das experiências por esta proporcionada, num clima estimulante e de apoio pela parte do docente, leva a uma atitude positiva relativamente a estas actividades criando o desejo de continuar a praticá-las. (Silva, 2009).

A leccionação das aulas ao Ensino Secundário foi um pouco distinta do que foi referido para os outros anos lectivos, apesar de existirem também algumas semelhanças. Devido ao facto desta turma ser um pouco problemática, tivemos necessidade de implementar desde cedo algumas regras e ser menos condescendentes com estes alunos, para que não existissem brincadeiras.

À semelhança com os outros anos lectivos, procurámos que o tempo de instrução fosse reduzido, preciso e sucinto, para que os alunos não dispersassem dos objectivos da aula (Aranha, 2004). O tempo de transição também foi reduzido pois tentámos sempre que possível, montar o material necessário à aula com antecedência. Relativamente ao tempo de duração dos exercícios, nesta turma não podia ser muito longo porque a turma desmotivava e desinteressa-se muito rapidamente. Por este motivo, optou-se por exercícios de curta duração e com objectivos específicos a atingir. Os professores mais eficazes tentam sempre que os alunos obtenham um maior tempo de prática e exercitação nas tarefas de aprendizagem. (Brophy & Good, 1986; Carreiro da Costa, 1991, 1995; Piéron, 1988, cit. in Costa, 1996).

Durante as aulas intervimos sempre que necessário utilizando *feedbacks* para que os alunos conseguissem realizar os exercícios como pretendido. Segundo Magill e Schmidt (1989, 1988, cit. in Costa, 1996), o feedback é determinante na aprendizagem das habilidades motoras. Como já foi referido, esta turma tinha um comportamento complicado, pelo que optámos por ser muito rígidos desde a primeira aula, não dando muita confiança aos alunos no início. Este método revelou-se bastante positivo pois a turma foi-se moldando e ficando mais maleável, criando-se, posteriormente, um bom ambiente de aula. Os comportamentos desadequados ao ambiente da aula foram diminuindo depois de várias repreensões, com o objectivo de evitar a repetição dos mesmos, sendo valorizados, por outro lado, os comportamentos adequados (Aranha, 2004).

2.4. Avaliação das Aprendizagens dos Alunos

A avaliação é a recolha sistemática de informação sobre a qual se possa formular um juízo de valor que facilite a tomada de decisões (Peralta, 2002).

Neste ponto, apenas poderemos referir as avaliações realizadas nas turmas do 3ºCiclo do Ensino Básico e do Ensino Secundário, porque nas restantes turmas estas não foram efectuadas. Avaliar competências implica observar os alunos na realização das actividades tão próximas quanto possível de situações reais, utilizando para tal um variado leque de instrumentos que possibilitem a recolha de evidências sobre o desenvolvimento das competências do aluno ou sobre a sua demonstração em situação (Peralta, 2002). Ao longo do ano lectivo realizaram-se essencialmente três tipos de avaliação: inicial, formativa e sumativa.

Como já foi referido, na avaliação inicial temos que identificar e recolher dados sobre todas as competências e capacidades dos alunos numa fase inicial que permitam adaptar o trabalho às características dos mesmos. Esta avaliação assume um carácter de prognóstico e de motivação para o ano lectivo. Este tipo de avaliação coloca os alunos em determinados níveis de ensino (Não introdutório, Introdutório, Elementar e Avançado) o que permite ter uma percepção de como podemos trabalhar o processo de aprendizagem e a sua evolução durante o ano. Esta avaliação ocorre no início do ano lectivo mas também poderá ocorrer no início de uma unidade de ensino ou de uma nova aprendizagem (Pomar, 2010a). Para este tipo de avaliação, utilizou-se, entre outros exercícios, o protocolo do *Fitnessgram* (Lee, Blair & Jackson, 1999).

No decorrer do estágio, a avaliação inicial só foi realizada ao 11º ano, avaliando os alunos em basquetebol, voleibol, futebol, andebol, na ginástica de solo, acrobática, de aparelhos (mini-trampolim) e badminton. As restantes modalidades não puderam ser avaliadas devido à falta e/ou impossibilidade de utilização do material. Nos jogos desportivos colectivos a turma apresentou melhores resultados no basquetebol e mais fracos no futebol. Relativamente à ginástica, os melhores resultados foram referentes à ginástica acrobática e os piores ao mini-trampolim. Por último, nos desportos de raquetes, mais concretamente no badminton, todos os alunos inseriam-se no nível elementar ou no avançado.

No 8º ano a avaliação inicial foi realizada pelo professor orientador. Os alunos foram avaliados no basquetebol, voleibol, futebol, andebol, ginástica de solo, trave, mini-trampolim, salto do plinto, no atletismo, na velocidade, estafetas, lançamento do peso e no salto em altura. Nos desportos colectivos os alunos revelaram melhores resultados no basquetebol e futebol e piores no andebol. Na ginástica apresentaram melhores valores na trave e piores valores no mini-trampolim. Por sua vez, no atletismo os melhores resultados foram apresentados nas estafetas e os piores no salto em altura.

Quanto à avaliação formativa, foi realizada durante todo o ano lectivo, com o auxílio de observações e registo das actividades práticas (aspectos a melhorar e aspectos positivos), do comportamento e da assiduidade dos alunos durante as aulas. Segundo Pomar (2010a), a avaliação formativa é a mais importante para o processo de ensino-aprendizagem. Modo de avaliação em que a preocupação central é recolher informações que ajudem no processo de ensino e ao aluno a melhorar as suas aprendizagens. Este tipo de avaliação realizada nos dois anos de ensino supramencionados foi baseado na assiduidade, comportamento e evolução dos alunos.

Relativamente à avaliação sumativa, decidimos informar os alunos nas aulas precedentes às das avaliações sobre as matérias que iriam ser avaliadas na seguinte aula prática. Este tipo de avaliação contava também com um teste escrito em cada período lectivo, cumprindo sempre o que era pedido nos PNEF e no Regimento Interno do Departamento de Educação Física das escolas. A avaliação sumativa aspira reflectir, de forma breve e codificada, a distância a que se ficou de uma meta que, directa ou indirectamente, se julgou ser importante atingir (Cortesão, 2002).

3. Análise da Prática de Ensino

O início do estágio pedagógico pressupõe uma readaptação a um conjunto de factores que fazem deste ano uma etapa muito particular. O ambiente nas escolas onde leccionámos foi muito bom e o grupo de estágio funcionou como uma equipa, predominando o espírito de cooperação e entajuda. Foi muito importante as várias conversas informais entre o núcleo de estágio após as

intervenções pedagógicas, possibilitando-nos obter ideias e estratégias diferentes ou esclarecer algumas dúvidas enquanto professores/alunos.

Este ano proporcionou-nos uma experiência de leccionação diferente das situações de micro-ensino vividas durante a licenciatura e de todos os outros estágios realizados. Aos professores estagiários foi oferecida a oportunidade de vivência de um contacto directo com a verdadeira realidade do professor de Educação Física, pelo facto de ficarmos responsáveis por todo o processo ensino-aprendizagem de diferentes turmas.

Este ano lectivo começou com algumas dificuldades, pois não foi fácil conciliar a leccionação em duas escolas distintas e com diferentes formas de trabalhar. Além disso, ainda foi de salientar o facto de este estágio ter sido iniciado cerca de um mês após o início do ano lectivo, e na Escola Secundária Gabriel Pereira o espaço reservado para as aulas de Educação Física ainda se encontrar em obras, adiando ainda mais o início das aulas nesta escola até ao final do 1º período lectivo.

Durante todo o ano lectivo foi acompanhado o 8º ano da Escola E.B. 2,3 Conde de Vilalva e o 11º ano da Escola Secundária Gabriel Pereira. Uma das maiores discrepâncias entre estas apoiava-se na forma como encaravam a disciplina de Educação Física. A turma do 3º Ciclo do Ensino Básico demonstrava interesse na aprendizagem e gosto pela disciplina, ao contrário da turma do Ensino Secundário. A turma do 11º ano era bastante heterogénea, na qual existiam alunos muito bons e que demonstravam gosto pela disciplina e outros que eram muito fracos na prática da Educação Física e evidenciavam obrigatoriedade pelas aulas. As estratégias de ensino utilizadas para esta turma foram: motivar os alunos para a prática da disciplina, exigir o cumprimento de regras e utilizar estratégias de motivação/cumprimento das tarefas. Na fase inicial os jogos pré-desportivos não eram o suficiente para motivar os alunos. Foi necessário cativá-los através de valorizações de comportamentos empenhados e participativos, perante toda a turma. As regras que foram estabelecidas no início do ano nem sempre foram acatadas pelos alunos, principalmente no que se refere ao cumprimento da hora de chegada ao espaço da aula. Isto levou à realização de uma ficha de registo das chegadas às aulas e imposição de regras que definissem que a partir de determinada hora de chegada os alunos tinham falta. Esta regra imposta



funcionou com êxito, resolvendo assim o problema. Em relação ao comportamento, no início do ano lectivo, este era bastante indisciplinado, mas ao longo das aulas foi melhorando e no final do ano esta turma pôde ser considerada como bem comportada. Utilizaram-se estratégias que motivassem os alunos para as diferentes tarefas e os obrigassem a cumprir as regras implementadas. Foi fomentada a competitividade em todos os exercícios para que estes fossem realizados com empenho e entre os exercícios competitivos foram realizados exercícios critério, obtendo-se desta forma uma turma empenhada e motivada nas tarefas.

Após o primeiro período lectivo (onde apenas foram leccionadas 7 sessões) os alunos compreenderam a existência de regras que tinham que ser cumpridas, tal como nas outras disciplinas, e que todos os seus comportamentos e atitudes na aula de Educação Física se iriam reflectir na nota da disciplina. Para essa consciencialização contribuíram algumas conversas e repreensões que foram realizadas no primeiro período lectivo e na primeira aula do segundo. No segundo período lectivo a atitude da maior parte dos alunos modificou-se. Os alunos começaram a chegar às aulas no horário estabelecido, tornaram-se mais participativos e evoluíram na maioria das matérias, tais como ginástica, jogos desportivos colectivos, na realização dos testes de aptidão física e no atletismo. Outro aspecto que permitiu a crescente motivação dos alunos, para além das valorizações de comportamentos empenhados e participativos, foi a possibilidade que os alunos tiveram de experimentar matérias que desconheciam ou nunca tinham praticado, tais como o Tag Rugby, o Cálcio, a ginástica de aparelhos e a dança. Embora algumas sejam matérias alternativas no currículo dos alunos, acresce-lhes a curiosidade e expectativa, captando-lhes a atenção e aumentando a possibilidade de sucesso na disciplina. Durante o terceiro período lectivo, à semelhança do anterior, os alunos perduraram motivados e empenhados.

Todo este processo levou a uma constante auto-análise, acto extremamente importante na medida em que nos consciencializou da prestação enquanto professores. Desta forma e com o decorrer do tempo, foram adoptadas estratégias que levaram à modificação do comportamento dos alunos e da maneira destes encararem a disciplina.

Quanto à relação que foi estabelecida com os alunos, é possível referir que talvez devido a características pessoais tenha sido dada demasiada atenção a factores organizativos, que no início do ano conduziram a alguma impaciência relativamente à turma. Com o passar do ano lectivo e com o conhecimento adquirido sobre dos alunos e as suas alterações comportamentais, o factor organizativo foi ficando para segundo plano e estabeleceu-se uma relação de maior proximidade e empatia com a turma, desenvolvendo todo o processo de ensino-aprendizagem num clima agradável, dinâmico e de elevada exigência física.

Em relação ao 8º ano não foram sentidas dificuldades significativas na leccionação das aulas, no decorrer do ano lectivo. Algumas das estratégias de ensino utilizadas foram os mesmos que para o Ensino Secundário. A turma mostrava-se regularmente motivada para a prática da disciplina e ouviam atentamente tudo o que o professor dizia. As regras que foram estabelecidas no início do ano foram cumpridas no geral sem que houvesse algo a salientar. Em relação ao comportamento, esta turma era bastante disciplinada. Como qualquer adolescente, estes alunos também exibiam brincadeiras mas nunca houve um comportamento que saísse fora do que é considerado aceitável, bastando uma chamada de atenção para que o ambiente da aula voltasse ao normal. Foram utilizadas estratégias que motivassem os alunos para a tarefa a realizar e os obrigasse a cumprir as regras estabelecidas. O principal desafio com esta turma foi a criação de exercícios que possibilitassem a evolução dos alunos nas várias matérias, utilizando especialmente os jogos.

Como o professor orientador de estágio desta escola mencionou esta é uma turma que todos os professores gostariam de ter, demonstrando claramente a atitude e o comportamento desta turma.

Ao longo do primeiro período lectivo os alunos comportaram-se sempre disciplinadamente, demonstrando empenho nas tarefas propostas e não havendo nada a apontar sobre atrasos às aulas. No segundo período lectivo, a atitude dos alunos não se modificou, tornando-se estes mais participativos e demonstrando evolução na maioria das matérias. Outro aspecto que permitiu a crescente motivação dos alunos, para além das valorizações de comportamentos empenhados e participativos, foi a possibilidade que estes tiveram de experimentar matérias que antes não tinham praticado (salto em

comprimento), à semelhança da turma de Ensino Secundário. Durante o terceiro período lectivo, os alunos mantiveram-se motivados e empenhados. Houve alguma alteração do comportamento dos alunos no final do período, ficando mais inquietos, possivelmente devido ao cansaço que já se fazia sentir, aliado às elevadas temperaturas exteriores.

Todo o processo que envolveu a leccionação nesta turma levou a uma reflexão sobre as diferenças entre níveis de ensino e diferentes estratégias que se podem aplicar durante a prestação como professor.

Quanto à relação estabelecida com esta turma, pode referir-se que o bom relacionamento com os alunos, tanto fora como durante as aulas, se reflectiu no bom clima da mesma, desenvolvendo-se todo o processo de ensino-aprendizagem num ambiente agradável, dinâmico e de elevada exigência física.

Analisando a prática de ensino ao primeiro ciclo, no primeiro momento de intervenção com o 3º ano, foram estabelecidas, com os alunos, algumas regras e sinais para que as aulas decorressem com a maior regularidade possível e sem dispersão da atenção por parte dos mesmos. Ao longo das aulas, essas regras e sinais, foram sendo alteradas conforme as necessidades e os objectivos. Quando o professor intervém, os alunos devem estar receptivos para poderem prestar atenção ao que será dito (Cruz & Carvalho 1992), e para isso o professor deve: combinar regras e sinais para conseguir ser ouvido por todos, esperar que os alunos voltem à calma e que o ambiente seja sereno sempre que a informação for geral, e, dispor os alunos de modo a ser visto e ouvido por todos.

A explicação das tarefas foi sempre breve e com uma linguagem simples, para que todos os alunos conseguissem compreender facilmente os objectivos pretendidos. Para facilitar a compreensão dos exercícios, estes eram sempre exemplificados, sendo solicitado por vezes a alunos a execução desta demonstração, reforçando durante a mesma, os objectivos pretendidos.

Em cada exercício, os alunos realizavam algumas repetições do mesmo após a explicação e só depois eram realizadas algumas correcções. Estas correcções eram focadas em partes dos exercícios e não na sua totalidade, permitindo que os alunos, em seguida, realizassem novamente a parte do exercício corrigida anteriormente, aplicando um reforço positivo a pequenos progressos,

motivando, desta forma, os alunos. Durante a execução dos exercícios, a localização preferencial do professor foi junto dos alunos com maiores dificuldades, mas de forma a observar e controlar toda a turma.

Nas progressões realizadas nos exercícios, houve evoluções individuais, pelo que foi realizado um ensino diferenciado dependendo sempre das dificuldades e evoluções de cada aluno. Os alunos que executassem correctamente os exercícios passavam para a progressão seguinte com aumento do grau de dificuldade, enquanto os alunos com maiores dificuldades deveriam treinar o exercício repetidamente até à realização correcta do mesmo e só nesse momento avançariam para a progressão seguinte.

Segundo Pomar (2010b), no 1º Ciclo do Ensino Básico, a disciplina de Educação Física segue como características fundamentais: a variabilidade, a diversidade, a exploração de materiais e as relações inter-individuais.

A arrumação do material e colocação do mesmo nos locais correctos foi realizada conjuntamente com os alunos. Quando possível, o material era preparado antes da aula, permanecendo assim até ao final da mesma e, posteriormente, era solicitado aos alunos para recolherem o mesmo, sempre sob supervisão. Quando os planos de aula possuíam um momento de montagem de material, optou-se por planear no mesmo momento uma pausa para os alunos beberem água, e desta forma, todo o material necessário era preparado evitando que os alunos passassem por um “tempo de espera”.

A formação de grupos foi realizada tal como indicam os autores Cruz & Carvalho (1992).

- Dar indicações para que todos saibam o que fazer e com quem;
- Não perder tempo na constituição dos grupos (por exemplo, alunos a correr e formar pares, “rei manda”- todos os alunos com camisola branca vão para perto do espaldar);
- Criar diversidade de interacções na turma, variando os grupos (num jogo de relaxamento foi utilizado o jogo da “água e esponja”).

Apesar da curta duração da experiência como professor do 1º Ciclo do Ensino Básico, esta revelou-se muito interessante e positiva, permitindo compreender como funciona a planificação, leccionação das aulas e desenvolvimento destes alunos. Um dos pontos que mais despertou a atenção foi o modo como os alunos interagem com o professor, mais concretamente a afectividade que

demonstram com quem lhes lecciona a disciplina de actividade física e desportiva.

Por último, a leccionação ao 2º Ciclo do Ensino Básico, mais concretamente ao 5º ano, revelou-se uma experiência muito idêntica à vivida no 1º ciclo, não havendo grandes diferenças no controlo da turma e na planificação das aulas.

É de salientar a importância da observação das intervenções pedagógicas dos professores estagiários pelos professores orientadores de estágio, pois é essencial na formação de um novo docente ter em consideração a opinião de professores mais experientes. Esta interacção auxilia na percepção das limitações e potencialidades da leccionação do novo professor e ainda na apresentação de alternativas aos exercícios e estratégias adoptadas.

Foi igualmente fundamental a assistência às aulas por parte dos colegas de estágio, devido à proximidade e facilidade de comunicação que permite a troca de experiências e opiniões, fundamentais no processo de aprendizagem.

Segundo Ribeiro (1999, cit. in Revista de Desporto e Saúde da Fundação Técnica e Científica do Desporto, 2007), “Um ensino sem objectivos seria um ensino “cego” e ao acaso, sem avaliação seria um ensino pouco empenhado na melhoria da qualidade da educação. O que interessa não será tanto o alcançar de resultados, mas também, e a maior parte das vezes, os processos que se percorrem. É necessário dar-se mais importância aos objectivos do processo para visar o sucesso do ensino.” (p. 100)

4. Participação na Escola

Relativamente a este item, o grupo de estágio realizou três actividades: duas na Escola EB 2,3 Conde de Vilalva e uma na Escola Secundária Gabriel Pereira.

As duas actividades realizadas na Escola EB 2,3 Conde de Vilalva foram a Prova de BTT e a Corrida Solidária. Optou-se pela realização destas actividades de forma incutir a prática de exercício físico ao ar livre à comunidade escolar, demonstrando como este se pode tornar agradável.

A realização da Prova de BTT teve como principal objectivo a divulgação da modalidade, a promoção do gosto pela prática desportiva, a integração da comunidade escolar nas actividades organizadas pela escola e a promoção de

uma prática competitiva, em que os valores de *fair-play* estivessem presentes. Ao nível do estágio pedagógico e de acordo com os seus objectivos, a realização desta actividade teve, para os professores estagiários, os seguintes objectivos: tomar conhecimento das formas de organização de uma actividade na escola, e de organização de uma actividade de cariz competitivo, conhecer e aplicar todos os pressupostos e estratégias de organização de uma actividade competitiva de forma a garantir uma elevada participação, cooperar com os elementos do grupo de Educação Física para o desenvolvimento do projecto e, finalmente, sensibilizar os alunos para a importância da sua participação na actividade e integração no meio escolar.

Concluiu-se que a actividade poderia ter sido mais produtiva ao nível da participação da comunidade escolar (15 participantes) tal como em termos de conhecimentos e aprendizagem da modalidade abordada. Foi de realçar também a boa planificação, organização e estruturação da actividade, evitando a ocorrência de distúrbios e imprevistos durante a prova. Não menos importante foi a atitude demonstrada pelos professores/instrutores dinamizadores da actividade que a conseguiram tornar mais “divertida”, mas sem esquecer o seu objectivo principal. Pode também concluir-se que os objectivos iniciais desta actividade foram praticamente todos cumpridos, excepto a participação de um número reduzido de alunos, devendo-se este facto, às condições climatéricas desfavoráveis. Em termos de conclusão, esta actividade foi bastante importante por ser um projecto elaborado para a comunidade escolar, oferecendo bases para elaborações futuras de actividades deste género.

A actividade Corrida Solidária foi organizada pelos dois núcleos de estágio que leccionaram aulas nesta escola, consistindo numa proposta de Médicos do Mundo, para fomentar a consciência sobre a solidariedade entre os mais jovens, a favor da educação para o desenvolvimento e da saúde. Os seus principais objectivos são sensibilizar crianças de toda a comunidade educativa para a necessidade de uma vida saudável e reflectir sobre as condições de vida e a problemática dos países em desenvolvimento. Pretendeu ainda demonstrar aos alunos de várias idades a importância da sua participação e capacidade para mudar situações de injustiça mundial tendo por fim, a finalidade de angariar fundos para apoiar um projecto humanitário em Timor

Leste e outros projectos similares em Portugal. A população alvo desta actividade foi toda a comunidade escolar e agregados familiares, pertencentes às Escolas do agrupamento n.º4 de Évora. A actividade mobilizou um grande número de organizadores e de meios disponíveis para a realização da mesma. A Corrida Solidária contou com a presença de cerca de 900 participantes de diferentes anos lectivos, idades e sexos. Sendo as nossas expectativas de 1150 participantes, concluiu-se que o número real foi próximo do número esperado. Ao longo de toda a caminhada fomos sempre acompanhados pela Polícia da Escola Segura, sendo inserida, durante a mesma, uma pequena actividade de demonstração de uma aula de academia, onde todos os participantes colaboraram. A actividade decorreu sem quaisquer problemas, tendo uma adesão extremamente satisfatória que, pela motivação e satisfação dos intervenientes, lhe deu uma enorme dimensão.

Na Escola Secundária Gabriel Pereira foi organizada uma formação e um torneio de Tag Rugby – Rugby adaptado a pisos duros. Esta actividade foi destinada à comunidade escolar visando a introdução do Rugby na escola, realizada através de acções de formação/sensibilização do Tag Rugby.

Esta actividade teve como objectivos a divulgação e estimulação da prática da modalidade na comunidade escolar e a apresentação de uma metodologia de ensino centrada no jogo com estratégias de ensino para os problemas mais frequentes.

O projecto foi composto por duas fases:

1ª - Formação e sensibilização de professores e alunos para o ensino e a prática do Rugby. Para esta fase foi preparada uma apresentação audiovisual e uma actividade prática, desenvolvida nas instalações da Escola;

2ª – Realização de um torneio inter-turmas.

Numa fase intermédia da actividade, os professores estagiários disponibilizaram-se para leccionar aulas de Tag Rugby às turmas em que os professores titulares destas não se sentissem à vontade para tal.

A actividade realizou-se com a participação de 98 alunos distribuídos por 14 equipas, incluindo todos os anos escolares e possibilitando uma grande interacção entre os elementos da comunidade escolar.

Outro dos aspectos positivos desta actividade foi a fácil ligação estabelecida entre os professores de Educação Física, proporcionando um bom ambiente de descontração e ao mesmo tempo de interiorização de conhecimentos e aprendizagens.

Em suma, os objectivos iniciais foram cumpridos, contribuindo satisfatoriamente para o sucesso da actividade e permitindo a obtenção de experiência para a organização de eventos futuros.

5. Desenvolvimento Profissional

O primeiro contacto com as escolas onde se realizou o estágio pedagógico durante este ano lectivo foi bastante satisfatório, representando, o culminar de 4 anos de estudo e o início da aplicação dos conhecimentos aí adquiridos, para finalmente podermos tornar professores de Educação Física. Durante este dia, a ansiedade e o nervosismo sentidos inicialmente foram-se atenuando e fomos integrando-nos na realidade de cada uma das escolas, tomando consciência de que iríamos ter um papel crucial na formação dos alunos das turmas que nos foram destinadas.

Ao longo de todo o ano, os professores orientadores de estágio deram-nos a possibilidade de planear as aulas que leccionámos, mas, estando sempre presentes para nos corrigir e orientar na aplicação prática desse planeamento, caso necessário. Foi importante na nossa evolução profissional a sabedoria que nos foi transmitida pelos professores orientadores, pois o conhecimento da experiência prática só pode ser adquirido quando vivido.

Por saber que a equipa profissional que nos rodeava estava sempre disponível para ajudar, tentámos manter-nos actualizados através da pesquisa de conhecimentos e estudos recentes, pedindo o auxílio, tanto dos professores orientadores de estágio como de outros professores dos Departamentos de Educação Física das escolas nas quais leccionamos, sobre as ideias que tínhamos para aplicar nas aulas e na forma de as planear.

Por querermos evoluir o mais possível como professores e aproveitar todas as experiências proporcionadas, de forma a adquirir o máximo de conhecimentos profissionais, foi aceite o convite de um professor da Escola Básica 1-Jardim de

Infância do Bacelo para a leccionação voluntária de aulas de Actividade Física, uma vez por semana, tal como a leccionação, ao longo de todo o ano lectivo em Actividades Extra Curriculares da disciplina de Actividade Física e Desportiva, na cidade de Montemor-o-Novo.

Sempre que possível, participámos nas reuniões referentes às turmas nas quais leccionamos aulas e nas do Departamento de Educação Física das escolas, participando de forma activa sempre que solicitado e necessário.

As dificuldades que encontrámos ao longo deste ano foram sempre que possível resolvidas com os professores orientadores e o núcleo de estágio, o que auxiliou bastante o trabalho de equipa desenvolvido.

Conclusão

O estágio pedagógico que agora termina foi, sem dúvida, um momento de convergência, por vezes também de confrontação, entre a formação teórica e o mundo real do ensino.

Como professores estagiários, assumimos inúmeras responsabilidades que passaram pelo controlo de quatro turmas, duas ao longo de todo o ano, tarefa esta que, inicialmente, transparecia alguma complexidade, agravada por uma certa ansiedade e nervosismo pela procura da perfeição, não só em termos de leccionação, mas em tudo o que envolve a actividade de docência.

O contacto com a realidade desta profissão colocou-nos perante numerosos desafios, acontecimentos e situações. O que até então tinha sido apenas teoria ou meros treinos entre colegas de turma, foi aplicado à realidade, diferenciando os estatutos professor e aluno, adoptando comportamentos adequados a este novo meio.

Segundo Bart Crum (2002), “a formação no âmbito do domínio pedagógico do conteúdo é definitivamente a competência essencial para o professor de Educação Física.” (p. 67).

No final do ano lectivo foi gratificante sentirmos que o trabalho que foi desenvolvido com os alunos foi reconhecido pelos mesmos e pelos professores que nos acompanharam, pois o sentimento de valorização motiva a continuar este percurso de aprendizagem para evoluirmos como docente e a cada ano dar um passo maior a nível pessoal e profissional.

A relação professor orientador *versus* professor estagiário foi fundamental no bom desenvolvimento do estágio pedagógico e das competências a adquirir. Os professores orientadores das escolas e do núcleo de estágio tiveram um papel de socialização evidente, deles vieram muitos conhecimentos, ideias, encorajamentos, críticas e a avaliação definitiva.

Neste momento somos capazes de afirmar, que o que aprendemos ao longo deste ano lectivo nos acompanhará para o resto da vida profissional e social, uma vez que este estágio curricular veio complementar a formação adquirida durante a Licenciatura, auxiliando na incrementação das competências técnico-científicas, sociais e pessoais, indispensáveis a esta actividade profissional.

Este foi, sem dúvida, o ano mais importante e mais significativo da formação académica.

Agradecimentos

A todos os funcionários da Escola EB 2,3 Conde de Vilalva e à Escola Secundária Gabriel Pereira, por todo o apoio concebido ao longo deste ano lectivo em todas as actividades desenvolvidas por mim e pelo núcleo de Prática de Ensino Supervisionada.

Aos Professores do Departamentos de Educação Física das Escolas EB 2,3 Conde de Vilalva e Secundária Gabriel Pereira, pelo apoio e companheirismo proporcionado aos professores estagiários.

Aos Professores Orientadores Sérgio Magalhães e Isabel Gancho por terem acompanhado todo este processo demonstrando sempre a maior disponibilidade, pelo bom ambiente vivido e por tudo o que aprendi durante o estágio.

À Professora Orientadora de Estágio da Universidade de Évora Mestre Ana Cruz Ferreira, por todo o apoio e acompanhamento prestado.

À Professora Clarinda Pomar, por ter estado sempre disponível para qualquer esclarecimento.

Aos restantes professores da Universidade de Évora que me apoiaram ao longo da minha formação académica, agradeço igualmente, todos os conhecimentos que me transmitiram.

Aos colegas da Prática de Ensino Supervisionada Nuno Lobo e Rui Carrilho, pela cooperação, ajuda e amizade.

À Liliane Damásio e à Ana Damásio por toda a amizade, paciência e tempo disponibilizado para me ajudarem ao longo de toda a minha formação académica.

Agradeço ainda à minha família e alguns amigos por todo o apoio que me deram ao longo deste ano e de toda a minha formação académica.

A todos e sem distinção,

Muitíssimo Obrigado

Referências Bibliográficas

Aranha, Á. (2004). *Organização, Planeamento e Avaliação em Educação Física, Série Didáctica, Ciências Sociais e Humanas*. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro Vila Real.

Borrvalho, A. (2002). *Didáctica da Matemática e Formação Inicial: Um Estudo com Três Futuros Professores. Tese de Doutoramento não publicada*. Évora: Universidade de Évora.

Brás, J. (1990) *Significado e implicações da existência de Educação Física no 1º Ciclo do Ensino Básico (Publicado no âmbito do Programa de apoio à Educação Física no 1º Ciclo do Ensino Básico)*. Município de Oeiras.

Cortesão, L. (2002). *Formas de ensinar, formas de avaliar: Breve análise de práticas correntes de avaliação*. In A. Abrantes, & F. Araújo, *Reorganização Curricular do Ensino Básico-Avaliação das Aprendizagens: das concepções às práticas*. Lisboa: Editorial do ME/DEB. pp. 37-42.

Costa, C. d. (1996). *Condições e Factores de ensino - aprendizagem e condutas motoras significativas: uma análise a partir da investigação realizada em Portugal*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa.

Costa, F. C. d. (1984). O que é um ensino eficaz das actividades físicas no meio escolar? *Horizonte*. vol 1, nº1, pp 22-26.

Crum, B. (2002). Funções e competências dos professores de EF: consequências para a formação inicial. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*, pp. 61-76.

Cruz, S., Carvalho, L. & outros. (1992). *Manual de Educação Física 1º Ciclo do Ensino Básico (Indicações metodológicas gerais. Programa de apoio à Educação Física)*. Oeiras: Publicidade e Artes Gráficas Lda.

Educação, M. d. (2001). *Ministério da Educação*. Obtido em 2 de Outubro de 2010, de Currículo Nacional do Ensino Básico. Competências Essenciais: http://www.cercifaf.org.pt/mosaico.edu/1c/index_1c.htm?http://www.cercifaf.org.pt/mosaico.edu/1c/competencias.htm

Gonçalves, F., & Aranha, Á. (2008). Avaliação/Classificação da disciplina "seminário" - Métodos e técnicas de avaliação. *Revista de Desporto e Saúde da Fundação Técnica e Científica do Desporto*, pp. 91-100.

Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J. & Mira, J. (2001). *Programas de Educação Física do 10º, 11º e 12º anos*. Lisboa: Editoria do ME/DES.

Lee, C. D., Blair, S., & Jackson, A. (1999). Cardiorespiratory fitness, body composition and all-cause and cardiovascular disease mortality in men. . In C. D. Lee, S. Blair, & A. Jackson, *Am J Clin Nutr.* pp. 373-380.

Neto, L. P. & Assunção, J. R. (2005). *Educação Física*. Rio de Janeiro: Âmbito Cultural Edições, Ltda.

Nóvoa, A. (1992). *Os professores e a sua formação*. In A. Nóvoa, *Formação de Professores e Profissão Docente*. Lisboa: Publicaçõess Dom Quixote. pp. 15-33.

Pacheco, J. (2000). *O papel dos diversos actores educativos na construção de uma escola democrática*. In J. Pacheco, *A flexibilização das políticas curriculares. Actas do Seminário*. Guimarães: Centro de Formação Francisco de Holanda. pp. 71-78.

Peralta, M. (2002). *Como avaliar competências? Algumas considerações*. In A. Abrantes, & F. Araújo, *Reorganização Curricular do Ensino Básico- Avaliação das Aprendizagens: concepções às práticas*. Lisboa: Editorial do ME/DEB. pp. 27-33.

Pomar, C. (2010a). *Avaliação em Educação Física. Mestrado em Ensino da EF nos Ensinos Básico e Secundário. Didáctica da Educação Física*. Évora: Universidade de Évora.

Pomar, C. (2010b). *Fundamentos e enquadramento normativo da intervenção no 1º CEB. Prática de Ensino Supervisionada. Mestrado em Ensino da Educação Básica*. Évora: Universidade de Évora.

Ribeiro, A. & Ribeiro, L. (1990). *Planificação e Avaliação do Ensino-Aprendizagem*. Lisboa: Universidade Aberta.

Ribeiro, L. (1999). *Avaliação da Aprendizagem*. Lisboa: Texto Editora.

Rosado, A. (2001). *Planeamento da Educação Física: Modelos de Leccionação*. De http://home.fmh.utl.pt/~arosado/Modelos20021_ficheiros/v3_document.htm

Schon, D. (1983). *Educating the reflective practitioner*. San Francisco: Jossey-Bass.

Silva, Elsa. (2009). *Caracterização da situação de ensino - aprendizagem com base nos resultados da investigação*. Coimbra: Universidade de Coimbra - Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física.

Williams, R. L. (2006). *Preciso saber se estou indo bem! Sextante*.

Anexos

Quadro Resumo da Avaliação Inicial

Escola E.B.2.3. Conde Vilva
Departamento de Educação Física e Desporto
Prática de Ensino Supervisionada



Resultados da avaliação inicial																	
Nº	Desportos colectivos				Desportos individuais								Total F	Total NI	Total I	Total E	Total A
	Basquetebol	Voleibol	Futebol	Andebol	Ginástica				Atletismo								
					Solo	Trave	Minitrampolim	alto no plin	Velocidade	Estafetas	Lanç. do peso	Salto em Altura					
1	E		E	E	A	A	A	E	E/A	E/A	E	E	0	0	0	8	5
2	I		NI	NI	NI	NI	E	NI	I	I	I	I	0	5	5	1	0
3	I		I	NI	I	E	NI	NI	I	I	F	I	1	3	6	1	0
4	E		E	E	I	A	E	A	E/A	E/A	E	E	0	0	1	8	4
5	E		E	E	E	A	A	E	I	E/A	E	E	0	0	1	8	3
6	E		E	E	A	A	A	E	I	E/A	E	E	0	0	1	7	4
7	I		I	NI	NI	A	NI	NI	NI	NI	E	I	0	6	3	1	1
8	I		I	NI	E	I	NI	E	I	I	I	I	0	2	7	2	0
9	E		I	I	NI	E	I	I	I	I	I	I	0	1	8	2	0
10	E		E	E	A	A	A	A	E/A	E/A	E	E	0	0	0	7	6
11	I		E	I	A	A	E	E	I	I	E	I	0	0	5	4	2
12	E		E	E	NI	E	NI	E	I	I	E	I	0	2	3	6	0
13	E		E	E	I	A	NI	I	E/A	E/A	E	I	0	1	3	6	3
14	E		E	E	E	A	I	E	I	E/A	I	I	0	0	4	6	2
15	E		E	E	A	A	E	A	E/A	E/A	E	E	0	0	0	8	5
16	E		E	I	E	E	NI	E	E/A	E/A	I	I	0	1	3	7	2
17	E		E	E	A	E	A	A	E/A	E/A	E	E	0	0	0	8	5
18																	
19																	
20																	
21																	
22																	
23																	

Falta **F** Não Introdutório **NI** Introdutório **I** Elementar **E** Avançado **A**

Quadro Resumo da Avaliação Final

Escola Secundária Gabriel Pereira - Departamento de Educação Física CÁLCULO DA CLASSIFICAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Professora: Isabel Gancil
Ano lectivo: 2009/2010

Professor Estagiário:
Turma/Ano: 11º

Nuno Laurentino

nº	idade	Var/veim		s. & a. (E)		s. & a. (D)		Ext. braços		Abdominais		Ext. tronco		Flex. Ombro		IMC		classificação	0-20 Valores	CLASSIFICAÇÃO FINAL (níveis)	
		voltas	ZSAF?	cm	cm	ZSAF?	nº	ZSAF?	nº	ZSAF?	nº	ZSAF?	nº	ZSAF?	Peso	Altura	nº				ZSAF?
2	17	24	Não	25	31	Não	7	Sim	36	Acima	44	Acima	1	Sim	56	1.61	22.4	Sim	Bom	12.05	14
3	0	0	Não	0	0	Não	7	Não	84	Não	33	Não	1	Sim	52.6	1.65	19.3	Não	inserir dado(s) ou data(s)	0	0
4	16	28	Não	32	36	Não	4	Não	81	Acima	44	Acima	1	Sim	52	1.89	18.2	Sim	Suficiente	13.85	10
5	17	100	Acima	29	30	Não	19	Sim	84	Acima	40	Acima	1	Sim	77	1.83	23.0	Sim	Muito Bom	15	18
6	19	21	Não	28	26	Não	13	Sim	81	Acima	45	Acima	1	Sim	69	1.71	23.6	Sim	Bom	11.5	14
7	16	74	Sim	37	34	Não	30	Sim	38	Sim	34	Acima	1	Sim	56.5	1.74	18.7	Sim	Muito Bom	11.2	16
8	16	44	Sim	39	38	Não	15	Sim	33	Sim	46	Acima	1	Sim	46	1.59	18.2	Sim	Muito Bom	19.5	17
9	17	62	Sim	33	34	Não	25	Sim	81	Acima	37	Acima	1	Sim	73.3	1.91	20.1	Sim	Muito Bom	16.3	16
10	17	0	Não	0	0	Não	0	Não	0	Não	0	Não	0	Não	85	1.86	24.6	Sim	inserir dado(s) ou data(s)	11.8	2
11	17	20	Não	34	36	Não	10	Sim	19	Sim	33	Acima	1	Sim	57.6	1.56	23.7	Sim	Bom	20	16
12	20	0	Não	0	0	Não	0	Não	0	Não	0	Não	0	Não	0	0	#DIV/0!	#DIV/0!	inserir dado(s) ou data(s)	0	0
13	16	95	Acima	25	31	Não	16	Sim	81	Acima	40	Acima	1	Sim	50	1.65	18.4	Não	Muito Bom	16.3	19
14	17	50	Não	25	28	Não	15	Não	81	Acima	36	Acima	1	Sim	57	1.63	21.5	Sim	Suficiente	9.5	15
15	16	44	Não	25	29	Não	20	Sim	81	Acima	45	Acima	1	Sim	79	1.87	22.6	Sim	Bom	13	15
17	17	44	Sim	30	30	Não	15	Sim	80	Acima	36	Acima	1	Sim	45.9	1.55	19.1	Sim	Muito Bom	13.1	15
18	18	74	Sim	34	33	Não	19	Sim	81	Acima	36	Acima	1	Sim	67	1.76	21.6	Sim	Muito Bom	14.6	19
19	16	66	Sim	26	27	Não	15	Não	81	Acima	42	Acima	1	Sim	85	1.93	22.8	Sim	Bom	17	17
20	16	21	Não	27	30	Não	12	Sim	81	Acima	26	Sim	2	FALSO	79	1.65	29.0	Acima	Suficiente	11.9	13
21	17	25	Não	27	30	Não	13	Sim	81	Acima	39	Acima	1	Sim	60	1.65	22.0	Sim	Bom	13.6	15
22	17	32	Não	30	30	Não	8	Sim	81	Acima	35	Acima	1	Sim	49.2	1.65	18.1	Sim	Bom	12.6	14
23	16	79	Sim	30	30	Sim	30	Sim	81	Acima	28	Sim	1	Sim	63.2	1.75	20.6	Sim	Muito Bom	17.2	18
24	16	85	Sim	32	32	Sim	13	Não	81	Acima	36	Acima	1	Sim	65	1.78	20.5	Sim	Muito Bom	18.8	18
25	17	73	Sim	32	31	Sim	37	Acima	81	Acima	40	Acima	1	Sim	69	1.75	22.5	Sim	Muito Bom	11.6	18
26	16	80	Sim	30	30	Sim	15	Não	81	Acima	45	Acima	1	Sim	61	1.71	20.9	Sim	Muito Bom	12.8	18
27	16	73	Sim	22	25	Sim	16	Sim	81	Acima	38	Acima	1	Sim	63.5	1.79	19.8	Sim	Muito Bom	9.5	16

Plano anual de turma

1ª Etapa - Avaliação Inicial											
Unid. Ensino	2ª Unidade de Ensino										
Aulas	Aula 1/2	Aula 3	Aula 4/5	Aula 6	Aula 7/8	Aula 9	Aula 10	Aula 11/12	Aula 13	Aula 14/15	Aula 16
Matéria	Apresentação Normas e regulamentos da disciplina. Critérios de Avaliação	Avaliação Inicial de velocidade 40m e 60m	Fitness Gram Pesagem e medição, Iteabilidade, força superior. Avaliação inicial de resistência	Fitness Gram Força Superior e Início da avaliação inicial do salto em altura	Avaliação inicial de Basquetebol, Futebol e atletismo	Condição física, teste de resistência	Fitness Gram: Aptidão Aeróbica (teste do vai e vem)	Avaliação inicial de estafetas, lançamento do peso e voleibol. Comida continua processada	Fitness Gram: Extensão do tronco. Salto em altura. Continuação	Basquetebol: Gestos técnicos e aplicação dos mesmos em jogos reduzidos. Avaliação processada	Salto nos aparelhos: balanços com salto atrás na barra fixa.
Dia	15-Set	16-Set	21-Set	23-Set	26-Set	30-Set	7-Out	12-Out	14-Out	19-Out	21-Out
Espaco/Tempo	G1 90'	G1 90'	G2 90'	G2 90'	P2 90'	G1 90'	G1 90'	P1 90'	P1 90'	G1 90'	G1 90'

1ª Etapa - Avaliação Inicial												1ª Etapa - Introdução/Aprendizagem				
Unid. Ensino	2ª Unidade de Ensino						4ª Unidade de Ensino									
Aulas	Aula 17/18	Aula 19	Aula 20/21	Aula 22	Aula 23/24	Aula 25	Aula 26/27	Aula 28	Aula 29/30	Aula 31	Aula 32/33	Aula 34	Aula 35/36	Aula 37	Aula 38/39	Aula 40
Matéria	Velocidade: reação ao sinal sonoro, técnica de corrida. Futebol, gestos técnicos. Corrida continua	Basquetebol: Drible de progressão e proteção. Jogo formal. Corrida Continua	Voleibol: Gestos técnicos. Jogo com obrigatoriedade de dos três toques.	Voleibol: gestos técnicos. Jogo com obrigatoriedade de dos três toques.	Corrida de estafetas, transmissão e recepção de testemunho. Andebol, passe e desmarcação. Corrida Continua	Atletismo	Ginástica de solo, registro formal	Ginástica de aparelhos	Corrida continua 1000m com tempos	Teste	Avaliação de Voleibol	Avaliação de basquetebol	Avaliação de Futebol	Corrida mata da escola	Avaliação de ginástica de aparelhos, trave e barra	Auto avaliação
Dia	26-10-2008	28-10-2008	02-11-2008	04-11-2008	09-11-2008	11-Nov	16-Nov.	19-Nov.	23-Nov.	25-Nov.	30-Nov.	02-Dez	7-Dez.	9-Dez.	14-Dez	16-Dez
Espaco/Tempo	P1 90'	P1 45'	G1 90'	G1 45'	P1 90'	Exterior 45'	G2 90'	G2 45'	P2 90'	P2 45'	G1 90'	G1 45'	P1 90'	P1 45'	G2 90'	G2 45'

1ª Etapa - Introdução/Aprendizagem												2ª Etapa - Aprendizagem e Desenvolvimento							
Unid. Ensino	5ª Unidade de Ensino							6ª Unidade de Ensino					7ª Unidade de Ensino						
Aulas	Aula 41/42	Aula 43	Aula 44/45	Aula 46	Aula 47/48	Aula 49	Aula 50/51	Aula 52	Aula 53/54	Aula 55	Aula 56/57	Aula 58	Aula 59/60	Aula 61/62	Aula 63	Aula 64/65	Aula 66	Aula 67/68	Aula 69
Matéria	Estafetas, Futebol	Andebol	Ginástica de aparelhos, peito e bote e acrobática, solo. Fitnessgram, pesagem e medição	ginástica de aparelhos	lançamento do peso. Basquetebol	Estafetas	Fitnessgram, Vai-vem, abdominais	Andebol	Avaliação das estafetas Futebol	basquetebol e corrida continua	Ginástica de solo e acrobática	Salto em altura	Voleibol e registro	Lançamento do peso	Desportos de Raquetes	Ginástica de Solo e acrobática e registros	Teste	Registos do lançamento do peso e futebol	Corrida, treino intervalado, corridas dos 40 e 60 m - registro
Dia	04-Jan.	06-Jan.	11-Jan.	13-Jan.	18-Jan.	20-Jan.	25-Jan.	27-Jan.	01-Fev.	03-Fev.	8-Fev.	10-Fev.	22-Fev.	01-Mar	03-Mar	08-Mar	10-Mar	15-Mar	17-Mar
Espaco/Tempo	P1 90'	P1 45'	G2 90'	G2 45'	P2 90'	P2 45'	G1 90'	G1 45'	P1 90'	G2 45'	G2 90'	G2 45'	G1 90'	P1 30'	P1 45'	G2 90'	G2 45'	P2 90'	P2 45'

2ª Etapa - Aprendizagem e Desenvolvimento		
Unid. Ensino	7ª Unidade de Ensino	
Aulas	Aula 70/71	Aula 72
Matéria	Registro do salto em altura	auto-avaliação
Dia	22-Mar	24-Mar
Espaco/Tempo	G2 90'	

3ª Etapa - Consolidação e avaliação final																			
Unid. Ensino	8ª Unidade de Ensino									9ª Unidade de Ensino									
Aulas	Aula 73/74	Aula 75	Aula 76/77	Aula 78	Aula 79/80	Aula 81	Aula 82/83	Aula 84	Aula 85/86	Aula 87	Aula 88/89	Aula 90	Aula 91/92	Aula 93	Aula 94/95	Aula 96	Aula 97/98	Aula 99	Aula 100/101
Matéria	mini trampolm e aparelhos	salto em comprimento	flocos, mini trampolm	Sequencia gimnica de solo	Andebol, corrida de 1000 m, salto em comprimento	Corrida de estafetas, basquetebol	Basquetebol, Andebol	Voleibol (jogo formal) espaço oficial	Futebol, velocidade 60 metros	Não houve aula, tempo compensado	Acrobática e sequencia gimnica - Não houve aula vista de estudo.	fitnessgram	Tenis, salto em comprimento	Teste escrito	Badminton, voleibol	Orientação	Andebol, corrida Continua	aula livre	auto avaliação
Dia	12-Abr	14-Abr	19-Abr	21-Abr	26-Abr	28-Abr	3-Mai	5-Mai	10-Mai	12-Mai	17-Mai	19-Mai	24-Mai	26-Mai	31-Mai	02-Jun	07-Jun	09-Jun	15-Jun
Espaco/Tempo	G2 90'	P1 90'	G2 90'	G2 90'	P2 90'	P2 90'	G1 90'	G1 90'	P1 90'	P1 90'	G2 90'	G2 90'	P2 90'	P2 45'	G1 90'	G1 45'	P1 45'	P1 90'	

Plano de aula

ESCOLA SECUNDÁRIA GABRIEL PEREIRA



PLANO DE AULA ANO LECTIVO 2009/2010

ETAPA N.º: 3 AULA N.º: 79 DATA: 17/05/10 HORA: 08:15 – 09:45 LOCAL: GRANDE

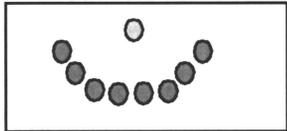
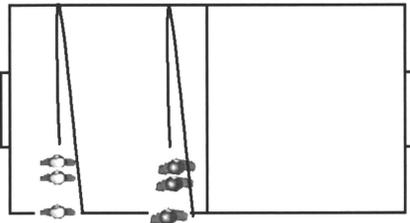
TURMA: 11º N.º DE ALUNOS: 25 PROFESSOR: NUNO LAURENTINO

MATÉRIAS: BADMINTON E ANDEBOL

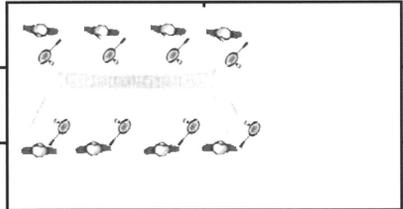
OBJECTIVOS ESPECÍFICOS: BADMINTON – REALIZAR CLEAR, LOB, REMATE SERVIÇO COMPRIDO E CURTO; ANDEBOL – REALIZAR PASSE DE OMBRO DIRECTO E PICADO, REMATE EM APOIO E EM SUSPENSÃO.

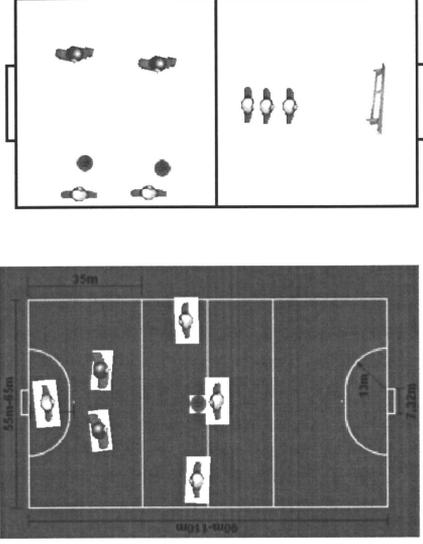
FUNÇÃO DIDÁCTICA: TREINO/CONSOLIDAÇÃO/AVALIAÇÃO **MATERIAL:** RAQUETES DE BADMINTON, VOLANTES, REDE DE BADMINTON, BOLAS DE ANDEBOL E CAMPO DE ANDEBOL, CONES, ARCOS E CORDAS.

PARTE INICIAL

EXERCÍCIO	ESQUEMA	Critérios de êxito
<p><u>Recepção dos alunos:</u></p> <p>Dialogo com os alunos sobre a matéria a leccionar.</p> <p>(5')</p>	 <p>Alunos dispostos em meia-lua à minha frente</p>	
<p>1º- Activação motora</p> <p>Exercício 1:</p> <p>Em grupos de dois os alunos tem que manter o volante no ar o máximo tempo que conseguirem.</p> <p>(5')</p>		

PARTE PRINCIPAL

<p>2º- Badminton</p> <p>Exercício 1:</p> <p>Neste exercício os alunos formam G2 e, por cima da rede, realizam as seguintes situações:</p> <p>1º- <u>Serviço</u>, tentando colocar o volante numa zona delimitada pelo professor. Quem conseguir colocar o volante mais vezes neste espaço ganha o exercício;</p> <p>2º- Em situação de cooperação, e iniciando a situação com serviço, os alunos mantêm o volante no ar, através dos gestos <u>clear, lob e remate</u>.</p> <p>3º- Jogo 2x2 em forma de torneio.</p> <p>(25')</p>		<p>SERVICO COMPRIDO (gesto técnico)</p> <ul style="list-style-type: none"> * Este serviço deve ser executado o mais alto, mais para o fundo do campo e de preferência a cair junto da linha central; * O volante desce na vertical o que dificulta o batimento ao adversário; com o volante na linha central a base do servidor é exactamente no meio do campo logo mais fácil de proteger, este serviço obriga o receptor a deslocar-se para o fundo do campo; * O receptor quando está na área de serviço do lado direito deve colocar-se o mais próximo da linha central e numa zona intermédia entre a linha de serviço e a linha do fundo do campo, quando recebe o serviço no lado esquerdo, este deverá colocar-se junto à linha lateral e também numa zona intermédia entre a linha de serviço e a linha do fundo do campo, desta forma evitará que lhe coloquem volantes na sua esquerda. <p>SERVICO CURTO (gesto técnico)</p> <ul style="list-style-type: none"> * É o serviço básico dos pares; * O seu objectivo é enviar o volante numa trajectória baixa e o mais plano possível; * O volante deve cair o mais próximo possível da linha de serviço curto. <p>REMATE (gesto técnico)</p> <ul style="list-style-type: none"> * É o batimento mais importante do jogo; * Este batimento é executado por cima da cabeça; * Sendo o volante batido energeticamente impondo-lhe uma trajectória descendente o mais rápida e
---	---	--

		<p>picada possível;</p> <p>* O remate pode ser executado em qualquer parte do campo, embora seja, geralmente executado entre a linha de serviço curto e linha de serviço dos pares (para trás da linha de serviço de pares tem poucas possibilidades de êxito);</p> <p>Clear:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizado na devolução do volante com trajectórias altas; - batimento por cima, para passar o volante por cima do adversário e coloca-lo no fundo do campo; - Pode ser ofensivo (volante enviado mais alto e mais longe e a cair verticalmente) ou atacante (batimento um pouco mais à frente, trajectória plana, para cair mais rapidamente). <p>Lob:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizado na devolução do volante com trajectórias abaixo da cintura; - Realizado entre a linha de serviço curto e a rede; - Batimento por baixo, imprimindo uma trajectória alta e para o fundo do campo do adversário;
<p>3º - Andebol</p> <p>Exercício 1:</p> <p>1) Em grupos de dois os alunos fazem condução de bola, passe de ombro directo e picado, por todo o meio campo disponível.</p> <p>3) Em grupos de dois os alunos realizam, passe e recepção e depois remate em apoio e em suspensão, tendo que colocar a bola nos arcos presos a baliza ou derrubar os cones.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se a bola passar nos arcos ou acertar nos cones vale um ponto, vamos ver qual é a dupla que faz mais pontos. <p>3) Jogo, se a equipa que marcar golo antes tiver realizado dois passes de ombro directos e dois picados e tiver passado por duas raparigas o golo vale dois. O passar pelas raparigas é obrigatório, mas se realizar ainda os 4 passes vale mais um golo.</p> <p style="text-align: center;">(30')</p>		<p>Passé de ombro directo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Utilizado em distâncias médias e longas. - Cotovelo um pouco acima da cabeça - Antebraço e braço formam ângulo de 100/110° - Bola acima da cabeça - Rotação do tronco para o lado do braço executor - Perna de trás do lado do braço executor - Transferência do peso do corpo da perna direita para a esquerda – que está avançada - Ao mesmo tempo extensão do braço à frente. <p>Passé de ombro picado ou de ressalto:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Execução idêntica ao do passe de ombro directo. - Imprimir uma trajectória descendente à bola, fazendo-a ressaltar no solo. <p>Recepção:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Visualização constante da bola - “Contacto visual” entre receptor e passador - “Mão alvo” – dirigir os braços para a bola - Ir ao encontro da bola – a bola não se espera, “ataca-se” - Mãos em “concha” – polegares juntos - Amortecer a bola, flectindo os braços - Após a recepção, proteger a bola do defensor <p>Recepção a meia altura ou de peito:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Braços em extensão frontal, levemente flectidos - Dedos afastados formando os polegares e os indicadores um triângulo <p>Remate em apoio:</p> <ol style="list-style-type: none"> Cotovelo um pouco acima da cabeça Antebraço e braço formam ângulo de 100/110° Bola acima da cabeça Rotação do tronco para o lado do braço executor Perna de trás do lado do braço executor Executado com força explosiva. <p>Remate em suspensão:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Após 2/3 apoios: - Saltar sobre a perna do último apoio. - Flexão da perna contrária à da impulsão, com elevação do joelho. - Rotação do tronco.
<p>PARTE FINAL</p>		

6º - Retorno à calma – Alongamentos e revisão dos conteúdos abordados (2').

OBSERVAÇÕES FINAIS:

Grupos para os exercícios de andebol:

--	--

Equipas

--	--	--

Ficha de Presenças e Comportamento do 8º



Departamento de Educação Física e Desporto
Prática de Ensino Supervisionada



Ficha de Presenças e Comportamento do 8º

N.º	Idade	16 SET	21 SET	23 SET	28 SET	30 SET	5 OUT	7 OUT	12 OUT	14 OUT	19 OUT	21 OUT	26 OUT	28 OUT	2 NOV	4 NOV	9 NOV	11 NOV	16 NOV	18 NOV	23 NOV	25 NOV	30 NOV	2 DEZ	7 DEZ	9 DEZ	14 DEZ	16 DEZ	Total			
1	14																															
2	14																															
3	13																															
4	14																															
5	13																															
6	13																															
7	14																															
8	14																															
9	13																															
10	13																															
11	13																															
12	13																															
13	13																															
14	13																															
15	15																															
16	14																															
17	14																															
																										CORTAMATO					Total	
																													INTER TURMAS			Total

Legenda: P = Presença; A = Atraso; J = O Aluno Não Fez Aula Justificado; F = Falta FM = Falta de Material S = Não Traz Sapatilhas de Ginástica

- = Mal Comportado -- = Muito Mal Comportado + = Comportamento Satisfatório ++ = Bem Comportado +++ = Muito Bem Comportado

