

Universidade de Évora

**Mestrado em Ensino da Educação Física
nos Ensinos Básicos e Secundários**



**Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizado por
João Miguel Caldeira Damásio, no Agrupamento nº 2 de Évora
– Escola Básica Integrada André de Resende e Escola
Secundária André de Gouveia, para a especialidade do grau de
mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e
Secundário**

Orientadora: Mestre Catarina Pereira

João Miguel Caldeira Damásio

2010

Universidade de Évora

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada realizado por *João Miguel Caldeira Damásio*, no Agrupamento nº 2 de Évora – Escola Básica Integrada André de Resende e Escola Secundária André de Gouveia, para a especialidade do grau de mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Especialidade em Professor de Educação Física

Relatório de Estágio do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Universidade de Évora, sob a Orientação da Mestre Catarina Pereira.

João Miguel Caldeira Damásio

Orientadora: Mestre Catarina Pereira



**Évora
2010**

Índice:

Índice Quadros	3
Lista de Abreviaturas	4
Resumo	5
Abstract	6
1 - Introdução	7
2 – Preparação Científica, Pedagógica e Didáctica	9
2.1 - Conhecimento do Currículo	9
2.2 - Conhecimento dos Conteúdos	16
2.3 - Conhecimento dos Alunos	21
3 – Planificação, Condução de Aulas e Avaliação de Aprendizagens	26
3.1 - Perspectiva Educativa e Métodos de Ensino.	26
3.2 - Preparação das Aulas	30
3.3 - Condução das Aulas	34
3.4 - Avaliação das Aprendizagens dos Alunos	38
4 – Análise da Prática de Ensino	41
5 – Participação na Escola e na Comunidade	44
6 – Desenvolvimento Profissional	51
7 – Conclusão	54
8 – Referências Bibliográficas	55
9 – Anexos	56
9.1 – Anexo 1: Plano de Aula	56
9.2 – Anexo 2: Avaliação Inicial	57
9.3 – Anexo 3: Planeamento Anual	59
9.4 – Anexo 4: Avaliação Sumativa	67
9.5 – Anexo 5: Ficha de Avaliação Formativa	69

Índice quadros

Quadro 1 - Composição curricular	10
Quadro 2 - Comparação entre as matérias propostas pelos PNEF, a escola e as leccionadas, para o 5º ano de escolaridade.	11
Quadro 3 - Comparação entre as matérias leccionadas e as solicitadas pelos PNEF para o 7º ano de escolaridade.	11
Quadro 4 - Comparação entre as matérias leccionadas e as solicitadas pelos PNEF para o 4º ano de escolaridade	12
Quadro 5 - Vantagens e desvantagens do Planeamento por etapas	13
Quadro 6 - Estilo de Ensino.	16
Quadro 7 - Avaliação inicial 5º ano (Futebol).	57
Quadro 8 - Avaliação inicial 5º ano (Ginástica).	57
Quadro 9 - Avaliação inicial 5º ano (Atletismo).	57
Quadro 10 - Avaliação Inicial 7º ano	58
Quadro 11 - Avaliação Sumativa	59

Lista de Abreviaturas

- CEB – Ciclo de Ensino Básico.
- PES – Prática de Ensino Supervisionada.
- PNEF – Programa Nacional de Educação Física.

Resumo:

O estágio pedagógico estava incluído numa cadeira de Mestrado que era a Prática de Ensino Supervisionada. Este mesmo estágio foi diferente dos anteriores tive meu cargo até ao final do ano lectivo duas turmas de ciclos diferentes e ainda tive que ter duas pequenas intervenções em turmas de ciclos diferentes. Posto isto durante o ano lectivos tive encarregue de turmas do 5º e 7º anos de escolaridade e entrevi ainda junto de turmas do 4º e 10º anos. As turmas do 4º e 5º ano pertenciam à escola Básica Integrada André de Resende e as outras duas à escola Secundária André de Resende.

Este relatório surge como complemento à cadeira de PES realizada no ano lectivo de 2009/2010 e serve essencialmente como análise, reflexão e relato do trabalho desenvolvido ao longo do ano.

Palavras-Chave: *Prática de Ensino Supervisionada; Educação Física; Ensino.*

Report of Supervised Teaching Practice conducted by *João Miguel Caldeira Damásio*, in group of school No 2 of Évora – Escola Básica Integrada André de Resende and Escola Secundária André de Gouveia, for the Speciality Master's Degree in Teaching Physical Education in Primary and Secondary schools.

Abstract:

The teaching practice was included in a Master's degree discipline who was Supervised Teaching Practice. This same stage was different from previous ones, because I had ate my office until the end of the academic year two classes of different cycles and still had to have two minor interventions in classes of other different cycles. Having said that during the academic year I teach the discipline of Physical Education at two classes of 5th and 7th grades and also had a intervention until classes of 4th and 7th grades. The classes of 4th and 5th belonged at Escola Básica Integrada André de Resende and the others of Escola Secundária André de Gouveia.

This document comes as a complement to the chair of PES conducted in academic year 2009/2010 and essentially serves as analysis, reflection and reporting of the work developed throughout this year.

KEY-WORDS: *Supervised Teaching Practice; Physical Education; Education.*

1 – Introdução

Este relatório surge como complemento à cadeira de mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário, Prática de Ensino Supervisionada (PES) no ano lectivo 2009/2010.

Pelo motivo do estágio pedagógico, este ano, estar integrado no Mestrado, a sua estrutura e organização apresenta grandes diferenças em relação aos anos anteriores, destacando o facto de apenas se ter iniciado em Outubro, enquanto as aulas nas escolas começaram em Setembro. A nossa presença iniciou-se pela observação, e só posteriormente, entrevistamos com as turmas, tendo mais que uma turma a nosso cargo, e de ciclos diferentes. Para além da entrega do dossier de estágio temos que entregar o presente documento que consiste numa análise crítica das actividades desenvolvidas. Anteriormente o estágio pedagógico iniciava-se juntamente com o início do ano lectivo, onde os professores estagiários apenas tinham de intervir junto de uma turma, que acompanhavam até ao fim do ano lectivo. Este novo formato permite que o professor tenha um leque de experiência mais alargado, passando por turmas de anos lectivos e ciclos diferentes, o que lhe permite um conhecimento mais vasto do tipo de alunos que pode encontrar. Outra grande vantagem prende-se ao facto de assim passarmos a ter habilitações para mais ciclos de ensino, em vez de apenas podermos leccionar ao 3º ciclo e secundário, podemos abranger todos os ciclos de ensino. Mas este formato não tem só vantagem, devo destacar então o facto de termos leccionado em duas escolas diferentes como aspecto negativo. Na região de Évora muitas escolas não têm todos os ciclos por isso a maioria dos alunos estagiários leccionou as aulas em duas escolas diferentes com orientadores diferentes, seria mais positivo se tudo se tivesse centrado em apenas uma escola e um orientador de escola, pois causaria menos dispersão e iria permitir um melhor conhecimento da escola e da sua dinâmica, bem como melhor integração e conhecimento dos colegas com que se trabalha

Durante a PES leccionei em duas escolas distintas; na escola Básica Integrada André de Resende (1º, 2º e 3º ciclos), e na escola Secundária André de Gouveia (3º ciclo e Secundário). No primeiro semestre foram-me atribuídas

duas turmas, que acompanhei até ao final do ano lectivo. No segundo semestre foram-me atribuídas a leccionação e acompanhamento de mais duas turmas, de ciclos diferentes (1º ciclo e secundário) das outras duas, nas quais, tive pequenas intervenções. Assim sendo, durante todo o ano acompanhei as turmas do 5ºano (Escola Básica André de Resende) e do 7ºano (Escola Secundária André de Gouveia), leccionei mais nove blocos de aulas à turma do 4ºano, (Escola Básica André de Resende), e três aulas à turma do 10º ano do tecnológico de desporto (Escola Secundária André de Gouveia). Na escola Básica Integrada André de Resende o meu orientador de escola foi a professora Manuela Góis e na Escola Secundária André de Gouveia o professor Vítor Barbosa, sendo a Mestre Catarina Pereira a minha orientadora da Universidade.

Além da planificação e condução das aulas às turmas referidas anteriormente, o PES englobou outras áreas como a da Relação com a comunidade, que consistia em organizar uma actividade para determinada população da comunidade escolar, realizar breves estudos de cada turma e participar em todas as reuniões de turma, departamento ou de grupo.

2 – Preparação científica, pedagógica e didáctica.

2.1 - *Conhecimento do currículo:*

O planeamento assume um papel muito importante na operacionalização dos objectivos. Planear consiste em organizar as matérias a leccionar de forma a permitir uma aprendizagem sequencial e fundamentada para que os alunos consigam assimilar os conteúdos programáticos adquiram competências e, assim atinjam os objectivos propostos. O planeamento não é um “documento fechado” pois, durante o ano, está sujeito a alterações imprevistas. No entanto, é importante definir estratégias que façam com que essas alterações não afectem os objectivos delineados.

A necessidade de criar nas escolas as condições materiais e pedagógicas, para que cada aluno possa usufruir dos benefícios da Educação Física (EF), exige a definição de uma proposta que adopte uma perspectiva de desenvolvimento. Os programas de Educação Física procuram satisfazer essa exigência.

Os Programas Nacionais de Educação Física (PNEF) surgiram com o intuito de ajudar a disciplina de Educação Física a ser devidamente enaltecida, tal como são as outras disciplinas presentes no currículo escolar dos estudantes, em vez de ser vista apenas como uma mera ocasião de os alunos fazerem actividade física, como se fosse o prolongamento do intervalo. Estes planos visam desenvolver o valor educativo da actividade física pedagogicamente orientada e proporcionam que o aluno não desenvolva apenas a parte física e do entretenimento, mas que adquira competências na área do desporto. Assim, para além do desenvolvimento ao nível da inteligência mental e física, pretende-se, essencialmente, desenvolver a sua performance desportiva.

A concepção destes programas foi concebida sempre com a intenção de assegurar ao aluno, uma melhoria na sua aptidão física elevando as suas capacidades neste domínio, promover a aquisição de conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades físicas e aprender um conjunto de matérias representativas das diferentes actividades físicas, sempre de modo coerente e adaptado às limitações e necessidades dos

alunos. Os PNEF procuram igualmente, fomentar o gosto pela actividade física regular, mostrando sempre a sua importância como factor de saúde, cultural e social, promover hábitos de vida saudáveis, de higiene e segurança colectiva, de ética, de responsabilidade e cooperação, consciencialização física e preservação do meio ambiente.

Estes programas sistematizam os conteúdos a abordar e as competências a desenvolver em cada ciclo de ensino, que posteriormente estão agrupados conforme os anos de escolaridade, mostrando os níveis que cada aluno deve atingir. O quadro 1 mostra a composição curricular geral para todos os ciclos de ensino.

Quadro 1 – Composição curricular - Adaptado de Programa de Educação Física do 3º ciclo do ensino básico (Reajustamento).

1º CICLO		MATÉRIAS	2º CICLO	3º CICLO	10º ANO	11º/12º ANOS
JOGOS (INTRODUÇÃO)	JOGOS (ELEMENTAR)	JOGOS	AVANÇADO	-	-	-
		FUTEBOL	ELEMENTAR	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO	JOGOS DESPORTIVOS COLECTIVOS (AVANÇADO)
VOLEIBOL	PARTE ELEMENTAR	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO			
PERÍCIAS MANIPULAÇÕES	E GINÁSTICA	BASQUETEBOL	INTRODUÇÃO	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO	
		ANDEBOL	PARTE INTRODUÇÃO	ELEMENTAR	ELEMENTAR	
DESLOCAMENTOS E EQUILÍBRIOS	E PATINAGEM (INTRODUÇÃO)	GIN SOLO	PARTE ELEMENTAR	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO	GINÁSTICA (AVANÇADO) OU ATLETISMO (AVANÇADO)
		GIN APAR.	PARTE ELEMENTAR	ELEMENTAR + PARTE AVANÇADO	ELEMENTAR + AVANÇADO	
PERCURSOS NATUREZA	NA PERCURSOS NATUREZA	GIN ACROB.	-	PARTE ELEMENTAR	ELEMENTAR	
		GIN RÍTMICA	INTRODUÇÃO			
DANÇA (INTRODUÇÃO)	DANÇA (INTRODUÇÃO)	ATLETISMO	INTRODUÇÃO	PARTE AVANÇADO	PARTE AVANÇADO	OUTRAS...
		RAQUETAS	(RAQUETAS MADEIRA)	ELEMENTAR	ELEMENTAR	
		PATINAGEM	PARTE ELEMENTAR	ELEMENTAR	ELEMENTAR	
		DANÇA	PARTE ELEMENTAR	ELEMENTAR	ELEMENTAR	
		ORIENTAÇÃO	(Percurso na Natureza)	INTRODUÇÃO		
		JOGOS	-	(PROGRAMA DE ESCOLA)	(PROG. ESCOLA)	
		LUTA	INTRODUÇÃO	(Desportos de Combate)		
		MATÉRIAS ALTERNATIVAS	CAMPEHO/CRICHEIRISMO, CANGAÇA, CICLOTURISMO, CORREROL, CORRIDAS EM PATINS, DANÇAS SOCIAIS, DANÇAS TRADICIONAIS PORTUGUESES, AGRÍCOLA, GOLFE, HÓQUEI EM PATINS, HÓQUEI EM CAMPO, JOGO DO PAUL, JUDO, MONTANHISMO/ESCALADA, NATAÇÃO, ORIENTAÇÃO, PIRANCHA À VELA, RAQUETE, SOFTBOL/BASEBOL, TÊNIS DE MESA, TÊNIS, BADMINTON, TIRO COM ARCO, VELA, etc.			

Durante o meu estágio leccionei em turmas de dois ciclos distintos, 2º e 3º, pois eram turmas dos 5º e 7º anos de escolaridade, logo os objectivos a atingir eram diferentes bem como algumas matérias a leccionar. Também tive um pequeno conjunto de intervenções junto de uma turma de 4º ano e uma de 10º ano, também com matérias e objectivos diferenciados.

O quadro 2 compara as matérias leccionadas com aquelas solicitadas pelos PNEF no 5º ano de escolaridade.

Quadro 2 – Comparação entre as matérias propostas pelos PNEF, a escola e as leccionadas, para o 5º ano de escolaridade.

		5º ano			
		Matérias Nucleares		Matérias Alternativas	
Matérias leccionadas	Matérias previstas	Matérias previstas na escola	Matérias leccionadas	Matérias previstas	
Testes de Aptidão Física do Fitness Gram	Testes de Aptidão Física do Fitness Gram	Testes de Aptidão Física do Fitness Gram	Râguebi	Râguebi	
Voleibol	Voleibol	Voleibol	Corfebol	-	
Futebol	Futebol	Futebol	Hóquei em Campo	-	
Atletismo	Atletismo	Atletismo	Ténis de Mesa	-	
Ginástica no solo	Ginástica no solo	Ginástica no solo	Tiro com Arco	-	
Ginástica de Aparelhos	Ginástica de Aparelhos	Ginástica de Aparelhos	Actividades de Exploração da Natureza.	-	
Ginástica Rítmica	Ginástica Rítmica	Ginástica Rítmica	Natação	-	
Dança	Dança	Dança			
Ténis	Patinagem	Ténis			
Badminton.	Luta	Badminton.			

Por sua vez o quadro 3 mostra a comparação entre as matérias leccionadas com aquelas solicitadas pelos PNEF para o 7º ano de escolaridade.

Quadro 3 – Comparação entre as matérias leccionadas e as solicitadas pelos PNEF para o 7º ano de escolaridade.

		7º ano			
		Matérias Nucleares		Matérias Alternativas	
Matérias leccionadas	Matérias previstas	Matérias leccionadas	Matérias previstas		
Testes de Aptidão Física do Fitness Gram	Testes de Aptidão Física do Fitness Gram	Râguebi	Râguebi		
Voleibol	Voleibol	Corfebol	-		
Andebol	Andebol	Hóquei em Campo	-		
Basquetebol	Basquetebol	Softebol/Basebol	-		
Futebol	Futebol				
Ginástica no Solo	Ginástica no Solo				
Badminton	Ginástica Acrobática				
Ténis	Badminton				
-	Ténis				
-	Patinagem				

Por último o Quadro 4 compara as matérias leccionadas à turma do 4º ano com aquelas sugeridas nos planos nacionais para esse ano de escolaridade.

Quadro 4 – Comparação entre as matérias leccionadas e as solicitadas pelos PNEF para o 4º ano de escolaridade.

4º ano	
Matérias leccionadas	Matérias previstas
Perícias e manipulações	Ginástica
Deslocamentos e equilíbrios	Patinagem
Jogos	Jogos
Actividades rítmicas e expressivas/Dança	Actividades rítmicas e expressivas/Dança
-	Percurso na natureza
-	Ginástica

Analisando as tabelas, podemos aferir que nas turmas existiram diferenças relativas ao que era indicado pelos PNEF. Essas alterações, em ambos os casos, prenderam-se com questões relativas aos recursos da escola, temporais, materiais e espaciais e às características dos elementos das turmas evidenciadas pela avaliação diagnóstico. Não coloquei aqui o programa relativo ao 10º ano, pois a minha intervenção foi muito curta, com apenas três aulas. Além disso, todo o planeamento foi elaborado pelo professor.

O conhecimento acerca dos Programas Nacionais de Educação Física e a respectiva escolha das matérias aconselhadas por eles, assume um importante lugar aquando do planeamento. O Planeamento, segundo os Programas, deve permitir uma aprendizagem adequada às competências de cada aluno, logo em ambas as escolas optei pelo Planeamento por Etapas. O tipo de planeamento mais antigo é por blocos. Actualmente esse tipo de planificação está a deixar de ser usada, pois a avaliação inicial assume menos relevo na planificação anual, não há hierarquização transversal de objectivos, sendo as aulas mono temáticas. Apesar de mais simples de leccionar são desmotivantes para os alunos e existe menor transfer de aprendizagens para o bloco seguinte. Na minha opinião, esta forma de planear está incorrecta e é menos eficaz, pois se queremos que os alunos evoluam, a abordagem feita

deve ser realizada de acordo com as suas capacidades. Se não fazemos uma avaliação inicial e estabelecemos objectivos para a turma sem sabermos o seu nível de conhecimento, podemos estar a exigir dos alunos coisas que eles nunca vão conseguir alcançar ou que realizam já sem dificuldade, impedindo a sua evolução. Sendo assim, o planeamento por Etapas assume-se como a escolha mais adequada para o processo ensino-aprendizagem nas aulas de Educação Física. O planeamento assenta na caracterização da turma e na avaliação inicial. O tempo dado a cada conteúdo é adequado ao tempo necessário à sua aprendizagem. A aula é politemática e as aprendizagens adquiridas, em cada etapa, são a base da etapa seguinte. O ensino é diferenciado e adaptado ao nível de cada aluno e a abordagem dos conteúdos dá prioridade ao plano de turma, havendo uma maior distribuição dos mesmos. Outro factor importante, é o facto de, para além de ser referenciado nos PNEF, está igualmente adaptado aos conteúdos.

O quadro 5 seguinte mostra os aspectos positivos e negativos do Planeamento por Etapas.

Quadro 5 – Vantagens e desvantagens do Planeamento por etapas.

Planeamento por Etapas	
Vantagens	Desvantagens
→ Respeita o ritmo de aprendizagem de cada um dos alunos;	→ O facto de não ter aulas seguidas da mesma matéria pode provocar algum esquecimento;
→ As matérias são organizadas ao longo de todo o ano lectivo, e são intercaladas entre si;	→ Não haver igualdade de oportunidades;
→ Mais transferes positivos entre as matérias abordadas;	
→ Estabelecimento de metas a atingir;	
→ Conhecimento por parte dos alunos do seu nível nas diferentes matérias;	
→ Mais participativo o processo ensino-aprendizagem;	
→ Maior motivação e mais diversidade de matérias abordadas.	

Este modelo de planeamento é claramente eficaz. No entanto, podem-se verificar dois aspectos negativos, sendo que um deles pode, muitas vezes, nem ocorrer e o outro estar directamente ligado ao facto do ensino ser diferenciado e adaptado a cada aluno.

Como o próprio nome indica este tipo de planeamento deve ser dividido por etapas, para que haja uma melhor operacionalização do ensino. Etapas essas que têm cada uma características e objectivos próprios permitindo uma melhor sequenciação do ensino e assim melhorar a qualidade do mesmo. Em ambas as escolas decidi dividir o planeamento em quatro etapas. De seguida, passo a descrevê-las:

1ª Etapa – Avaliação Inicial:

Nesta etapa, os alunos foram sujeitos a um conjunto de exercícios, com critérios pré-definidos, que avaliam o nível de conhecimento nas matérias abordadas.

A Avaliação Inicial (Anexo 2) visou, essencialmente, situar em que nível cada um dos alunos se encontra nas diferentes matérias e visualizar se estão ou não no nível pretendido para este ano de escolaridade. Pretendeu-se, igualmente, identificar os alunos com maiores necessidades de acompanhamento.

Foi uma etapa muito importante na elaboração do plano anual, pois permitiu estabelecer as prioridades a assumir nas etapas seguintes. Esta etapa foi planeada pelo professor titular da disciplina, a professora Manuela Góis, na Escola Básica Integrada André de Resende e professor Vítor Barbosa na Escola Secundária André de Gouveia.

2ª Etapa – Aprendizagem e Desenvolvimento:

Por sua vez, é uma etapa que teve um tipo de abordagem diferente da etapa anterior. O tipo de abordagem desta etapa adveio, essencialmente, do que foi identificado na anterior. Nesta etapa foi onde começaram os primeiros contactos com as matérias a leccionar no ano lectivo. Foi uma fase onde se aprenderam os gestos técnicos base e fez-se a iniciação às formas jogadas.

3ª Etapa – Desenvolvimento e Aplicação:

Esta etapa, por sua vez, serviu essencialmente para a consolidação e aplicação das aprendizagens. Recorrendo-se, sobretudo, a exercícios em formas jogadas. Os objectivos a atingir tiveram sempre como base os objectivos alcançados na etapa anterior.

4ª Etapa – Desenvolvimento/Consolidação:

Esta última etapa foi uma etapa de consolidação dos conteúdos leccionados nas anteriores. Os alunos tiveram de mostrar os seus conhecimentos em exercícios-critérios elaborados previamente, que serviram simultaneamente para reforçar e aperfeiçoar as aprendizagens. Foi uma etapa parecida com a primeira. Diferiu, no facto, da sua avaliação ter o intuito de quantificar as aprendizagens e aferir a evolução do aluno ao longo do ano.

Futebol, o Atletismo, a Ginástica no Solo, de Aparelhos e Rítmica, a Dança, o Râguebi, o Ténis e o Badminton.

Outro aspecto que foi tido em conta, foi relativo aos recursos existentes, tanto materiais, como espacio-temporais. Em relação aos materiais não existiam muitas limitações, porque a escola André de Resende tem praticamente todos os materiais necessários que permitiram atingir os objectivos propostos para cada matéria. Nesta escola, não existiu uma rotação de espaços e, todas as aulas que leccionei foram no interior do pavilhão, o que permitiu poucas interferências das condições climatéricas. A rotação do espaço implica a alternância dos espaços. No meu caso, umas vezes tive disponíveis dois terços do pavilhão e outras vezes apenas um terço. Por fim, relativo aos recursos temporais, vê-se que há muitas matérias a leccionar e o número de aulas não era longo. Assim, existiram matérias que tiveram uma abordagem mais profunda, nomeadamente o atletismo, o futebol, o voleibol e as ginásticas no solo e de aparelhos, pois eram aquelas que devido todas as condicionantes referidas anteriormente eram as que havia maior possibilidade/necessidade de serem leccionadas. No entanto, esta turma possibilitou a leccionação de mais que uma matéria em simultâneo o que ajudou a que as aulas fossem mais rentáveis.

Por outro lado, em relação à escola Secundária André de Gouveia, para a escolha das matérias a leccionar a esta turma, tive como base três aspectos. O primeiro, os objectivos definidos no Programa Nacional de Educação Física para este ciclo, em segundo os recursos existentes, e por último as características específicas desta turma.

O Programa Nacional de Educação Física (c.f. *PNEF*. 3º CEB, 2001: 35-75) define como matérias nucleares para este ano lectivos as matérias relativas ao Voleibol, Andebol, Basquetebol, Futebol Ginástica no solo, de aparelhos e acrobática, Badminton, Ténis e Patinagem. Esses mesmos planos definem que se pode escolher ainda mais matérias de um conjunto de alternativas, que são o Corfebol, Hóquei em Campo, Râguebi e Softebol/Basebol. O *PNEF* indica que deve haver testes de avaliação da condição física dos alunos, e, para tal, deve ser usada a bateria de testes do Fitness Gram.

Seguidamente, em relação aos recursos disponíveis, verifica-se que são os que mais condicionaram esta elaboração, não tanto os materiais, mas

essencialmente os disponíveis em termos de espaço. Nesta escola não existia uma rotação anual de espaços entre as turmas, o que significa que os mesmos, atribuídos no início, mantiveram até ao final do ano lectivo. A mim foi-me concedido apenas um bloco de quarenta e cinco minutos por semana no pavilhão, o que implicou pouco tempo disponível para a prática de modalidades que necessitam desse espaço, como o caso das Ginásticas, o Badminton e o Voleibol. Dado a condicionante dos espaços, esta situação provocou, da minha parte, uma ênfase maior às modalidades desportivas colectivas e ao Atletismo, pois são aquelas que puderam ser praticadas em maior número. As matérias de ginástica saíram claramente prejudicadas, porque são obrigatoriamente praticadas no interior do pavilhão. Como o tempo era reduzido, decidi não incluir a ginástica acrobática no planeamento, inserindo apenas as Ginásticas no solo e de aparelhos. Dado o facto, da maioria das aulas serem no exterior, optei por inserir a modalidade do Râguebi, que pode ser leccionada na maioria dos espaços disponíveis. Outro factor condicionante foi que apesar da maioria das matérias poderem ser praticadas no exterior, estas estão sempre sujeitas às condições climáticas, que neste caso prejudicaram muito a leccionação das mesmas pois foi um inverno muito chuvoso, o que levou ao cancelamento de algumas aulas. Relativamente aos materiais disponíveis, posso dizer que deram para assegurar a maioria das matérias pretendidas, com excepção feita à patinagem, o que inviabilizou a sua inclusão no planeamento anual desta turma. Por sua vez, em relação aos recursos temporais, existiu a condicionante da impossibilidade de leccionar mais que uma matéria ao mesmo tempo, logo tornou-se mais difícil rentabilizar o tempo disponível.

Outra condicionante à elaboração do plano foram as características da turma. Não apenas aquelas que advinham da sua maneira de ser, da sua personalidade, mas também as retiradas após a avaliação inicial (Anexo 2), avaliação essa que não foi elaborada por mim, mas sim pelo professor titular antes do início da actividade da PES. Todas as aulas e objectivos propostos foram necessariamente ajustados às aptidões dos alunos, sendo nalguns casos, impossível de usar o nível exigido para este ano de escolaridade. Esta turma tinha características muito próprias, eram alunos muito distraídos, com dificuldades de concentração, com comportamentos desviantes e que apresentam um grande desinteresse pela aprendizagem. Perante estas

características, existiu um conjunto de matérias com resultados pouco positivos, sendo as modalidades desportivas colectivas, especialmente o futebol, a que mais lhes agradou. O tipo de exercícios a utilizar, também foi um factor importante a ter em conta. Exercícios que implicassem filas, ou que eles estivessem algum tempo sem o professor por perto, não funcionaram, dando azo a muitos comportamentos de desvio. Os exercícios em forma de jogo e competitivos funcionaram claramente melhor. De referir que, as modalidades de acrobática e patinagem mesmo que fossem possíveis de ser praticadas, dificilmente funcionariam com esta turma.

Em suma, as matérias a leccionar este ano lectivo foram o Andebol, Voleibol, Basquetebol, Futebol, Atletismo, Ginástica no solo e de aparelhos, Ténis e Badminton. No entanto, as modalidades desportivas colectivas foram aquelas que tiveram maior ênfase, durante este ano.

Por fim, relativamente à turma de 4ºano, apesar de todo o planeamento ter como base o plano nacional, cingi-me pouco ao que é aconselhado a este ano lectivo, devido às suas características muito próprias. Esta turma era muito pequena, apenas de quinze elementos, mas em que oito tinham necessidades educativas especiais, existindo ainda um elevado número de alunos que já apresentavam retenções. Foi uma turma criada este ano, ou seja, os alunos apenas estiveram juntos como turma, este ano lectivo.

Através de uma reunião com a professora titular e das elações tiradas nas primeiras aulas, percebi que esta turma tinha muitas dificuldades em termos de aprendizagens e com muito pouco inteligência motora, pois muitos tinham necessidades educativas especiais e nunca tinham tido aulas de Educação Física. Perante isto, pensei que ainda não tinha o nível necessário para alcançar muitos dos objectivos que estão estipulados no plano nacional. Decido então que a minha abordagem nesta turma, numa primeira fase, seria apenas de tentar desenvolver as suas capacidades físicas, pois são essas capacidades que lhes podem servir de base, para futuramente poder-se trabalhar com modalidades mais formais.

Após a primeira abordagem das capacidades físicas, passei para a aprendizagem de desportos colectivos, mas apenas jogos pré-desportivos.

Por último, entendi que seria igualmente importante um conjunto de aulas com música em que poderiam explorar livremente o movimento, bem como exercícios de imitação.

Importa referir ainda que, a escolha das matérias que leccionei ao 10º ano foi feita pelo professor, apenas me coube preparar as mesmas perante os objectivos propostos. Todas essas aulas estavam de acordo com o planeamento anual elaborado pelo professor titular da turma.

2.3 - Conhecimento dos alunos

O processo ensino-aprendizagem para ser mais eficaz deve estar adaptado às características dos alunos, por isso torna-se peremptório tentar obter o máximo de informação sobre os mesmos, de forma a adaptar o ensino às suas características individuais. Para um professor poder elaborar todo o planeamento, importa aferir os níveis dos alunos nas diferentes matérias a abordar, identificar os que possam vir a causar problemas das mais diferentes espécies, as relações interpessoais e saber, também, quais os seus gostos relativos à abordagem dos conteúdos. Para se obter estas informações sobre os alunos devemos, inicialmente, recorrer a uma avaliação diagnóstica de conhecimentos e competências e proceder-se a uma minuciosa caracterização da turma. Durante o ano lectivo, deve fazer-se uma avaliação formativa.

A Avaliação inicial consiste num processo em que os alunos fazem exercícios critério referentes às matérias a abordar para assim se aferir o nível em que se encontram nessas mesmas matérias. Em ambas as escolas que leccionei este ano lectivo, o funcionamento das avaliações iniciais foi similar; tinham um protocolo criado pelas próprias escolas que todos os professores deveriam aplicar. A aplicação desse protocolo foi feito antes de eu estar presente, por isso ficou a cargo dos professores titulares que posteriormente me entregaram os resultados das avaliações e com os quais efectuei uma análise diagnóstico para poder efectuar o planeamento anual para cada turma. Esses dados retirados foram muito importantes para poder planear todo o processo ensino-aprendizagem para as duas turmas, de modo a que este fosse adaptado ao nível de cada aluno nas diferentes matérias.

Por sua vez, a avaliação formativa serve essencialmente para avaliar o nível dos alunos. É uma avaliação mais global, não específica de uma matéria, referindo-se mais aos comportamentos do aluno. Para fazer essa avaliação elaborei uma ficha critério. Esta avaliação foi feita por mim, pontualmente, durante o ano, e em momentos estratégicos, a fim de aferir se houve evolução nas aprendizagens, considerando os aspectos presentes na ficha. É importante ir-se aferindo a evolução dos alunos para se verificar se o processo está a ser eficaz. Se tal não se verificar, proceder-se-á às devidas alterações para atingir os objectivos propostos inicialmente.

Por último, a caracterização da turma, consistiu essencialmente num estudo de que serviu para aferir dados importantes, tais como: os seus dados biográficos, a sua condição social, o número de retenções que teve, os seus gostos pessoais, hábitos de vida, doenças ou limitações físicas que possuam. Todos estes aspectos são importantes para a planificação, pois podem condicionar o tipo de abordagem a realizar. Os aspectos relativos à saúde e limitações físicas assumem especial importância nas aulas de educação física. Todos os alunos que estejam identificados com problemas de saúde devem ter especial atenção do professor. Ao mínimo sinal devem parar e/ou o professor deve tomar as medidas necessárias perante a situação. Nas duas escolas o estudo elaborado foi feito de forma diferente, pois na escola André de Resende o Director de Turma já tinha feito uma caracterização muito pormenorizada. Nesta escola, apenas tive de fazer uma análise do documento disponibilizado e construir um resumo evidenciando as situações mais relevantes para as aulas de Educação Física. Na escola Secundária André de Gouveia não havia qualquer tipo de caracterização e por isso eu, como os restantes colegas de núcleo de estágio, optámos por aplicar o questionário, com as questões que achámos relevantes para as aulas e, posteriormente, um trabalho estatístico que relevou os resultados dos aspectos analisados. Outro aspecto importante a referir e significativo na caracterização da turma, foi que, como nós inicialmente apenas estávamos nas aulas a observar, permitiu desde logo tomar conhecimento dos alunos em contexto de aula e identificar aqueles que poderiam requerer uma atenção especial.

Cada turma tem características específicas, não existindo duas turmas iguais, quer pelas idades dos alunos, quer pela sua conjuntura social, ou ano de escolaridade. Todos estes factores contribuem para que haja diferenças entre turmas. No meu caso, este ano, as duas turmas que leccionei as aulas de Educação Física eram, na minha opinião, completamente diferentes. A começar estavam em anos de escolaridade diferentes, ciclos diferentes, escolas diferentes e tinham comportamentos em aula completamente opostos. No caso da turma do 5º ano era uma turma que vinha na sua maioria do 1º ciclo, por isso a maioria das matérias leccionadas era desconhecida para muitos. Durante a avaliação inicial (Anexo 2), a turma revelou ter alguns alunos ainda abaixo do nível pretendido nas matérias analisadas. A abordagem teve

de ser progressiva em termos de complexidade. O uso de termos técnicos também foi gradual. No início, usei uma linguagem muito simples e com pouco termos técnicos, mas à medida que se ia aprofundando as matérias, foi-se incluindo os nomes técnicos.

A turma era muito extensa, mas apesar disso, apresentava poucos alunos com retenções e com problemas a nível do comportamento. Não apresentava nenhum aluno com problemas de saúde que o impedisse a prática de actividade física normal. Porém, tive de dedicar especial atenção a duas alunas com sopros cardíacos, que ao verificar-se sinais anormais de fadiga deveriam parar, e a um aluno, que devido aos seus problemas neuropsicológicos, podia causar alguns problemas nas aulas. Houve outra aluna que mereceu especial atenção pois tinha problemas de aprendizagem a todos os níveis, necessitando de um tipo de abordagem completamente diferente; a linguagem usada teve de ser muito simples, teve de ser muito incentivada e na maioria das tarefas precisava de auxílio.

Os alunos desta turma revelaram muito empenhado nas aulas, demonstrando muito interesse nas tarefas propostas, que realizavam da forma mais correcta possível, o que fez com que todos, sem excepção, apresentassem franca evolução com o decorrer do ano.

Por outro lado, a turma do 7º ano era uma turma com um trato muito difícil. Era uma turma menos extensa, mas com um número de retenções no percurso escolar muito grande. Após a avaliação inicial (Anexo 2), verificou-se que a maioria dos alunos se apresentava abaixo do nível pretendido, devendo-se essencialmente ao desinteresse pela disciplina.

Esta turma tinha muitos alunos de nacionalidades diferentes e com origens sociais desfavorecidas. O elevado número de retenções apresentadas pela grande parte dos alunos, revela o pouco interesse que têm pelas aulas. Andam na escola apenas por que são obrigados e revelam muito pouco interesse pelo saber. Durante o ano, as suas atitudes provaram que não realizavam as tarefas correctamente por opção, pois quando mostravam interesse apresentavam bons desempenhos. Esta atitude era constante em todas as disciplinas curriculares independentemente do professor.

Nenhum aluno desta turma apresentou qualquer tipo de limitação física ou doença que os impedisse de praticar normalmente as aulas de Educação

Física. Apenas deveria ter especial atenção a um aluno, portador de problemas do foro psicológico, diagnosticados pelo psicólogo da escola, fizeram dele um elemento muito perturbador na aula.

Apesar da turma, durante o ano, ter tido sempre um comportamento negativo, foi melhorando ao longo do tempo, mediante a adequação da minha intervenção.

Durante a PES este ano lectivo, além das duas turmas que referi acima, também leccionei a turma de Desporto do 10º ano e a turma do 4ºano. Porém a minha intervenção nessas turmas foi muito pequena, como tal, teve características muito próprias. No caso da turma do 10º ano, a intervenção foi só de três aulas, tendo eu procurado informações das características da turma junto do professor titular, mas sem ter sido feita qualquer caracterização por mim. Consoante o tema da aula proposto pelo professor, eu apenas elaborava a aula para o nível indicado, sabendo que a sua caracterização, já tinha sido elaborada. A turma era extensa e era constituída por alunos com muita qualidade motora, pois eram uma turma do tecnológico de desporto, onde quase todos eram praticantes de alguma modalidade. Nesta turma também não existiu nenhum aluno com limitações para realizar as aulas.

No caso da turma do 1º ciclo, apesar da intervenção ter sido curta, essa caracterização foi requerida. Antes de a iniciar, reuni-me com a professora titular que me transmitiu alguns aspectos importantes para as minhas aulas, como por exemplo, os alunos mais problemáticos, o tipo de problema que possuíam e algumas sugestões de como interagir com cada um. Para além disso, a professora titular fez um estudo da turma, com um levantamento de dados biográficos e relativos ao percurso escolar, bem como problemas de saúde.

Esta turma era pequena, mas com muitas dificuldades de aprendizagem. Muitos dos alunos já tinham reprovado e mais de metade tinha necessidades educativas especiais. Dos alunos que iam frequentar as aulas, nenhum possuía limitações que os impedissem de as praticar na sua totalidade, apesar de alguns terem problemas de saúde e estarem medicados.

Posto isto, a abordagem feita a esta turma consistiu numa construção de bases, pois não as possuíam, para que no futuro se pudessem desenvolver as matérias relativas à disciplina de Educação Física. Tive de ter cuidado com o

tipo de linguagem utilizada; esta teve de ser simples e não pude utilizar termos muito técnicos para facilitar a sua compreensão por parte dos alunos.



3 - Planificação e condução de aulas e avaliação de aprendizagens.

3.1 - Perspectiva educativa e metodologia de ensino da Educação Física

O professor de Educação Física tem de saber lidar com os alunos de forma que permite que haja uma interacção que leve os alunos atingir os objectivos pretendidos. Essa interacção está sempre condicionada às características de cada turma, por isso o professor deve adoptar estratégias e métodos de ensino apropriados a cada aluno. O estilo de ensino utilizado deve ter sempre de sempre ter como objectivos a inclusão do aluno nas tarefas, a diferenciação do ensino mas não a diferenciação de tratamento, bem como deve ser assumir que o aluno é o elemento central da aula, é ele que deve ter o principal papel.

Existem diversos estilos de ensino que podem ser utilizados pelo professor, tendo este de escolher o que melhor se adapta ao tipo de alunos que lecciona, às matérias e conteúdos abordados, bem como aos recursos disponíveis. Apesar dos diferentes tipos de abordagem, todos os estilos de ensino apelam ao aluno para memorizar e recordar, identificar, seleccionar, comparar e contrastar, extrair conclusões e outros processos similares que tratam o conhecimento passado e presente com objectivo final de promover a aquisição e domínio de novas competências. O quadro seguinte mostra os estilos de ensino que o professor pode utilizar.

Quadro 6 – Estilo de Ensino.

ESTILOS DE ENSINO	
1	<i>Comando</i>
2	<i>Por tarefa</i>
3	<i>Avaliação Recíproca</i>
4	<i>Auto-Avaliação</i>
5	<i>Inclusivo</i>
6	<i>Descoberta Guiada</i>
7	<i>Divergente</i>
8	<i>Programa Individual</i>
9	<i>Iniciativa do Aluno</i>
10	<i>Auto Ensino</i>



À medida que vamos descendo no quadro, o limiar da descoberta por parte do aluno vai aumentando, ou seja, a intervenção do professor diminui, tendo o aluno mais autonomia para chegar aos objectivos. Pode-se dizer que, de um até cinco, o aluno faz uma reprodução do conhecido. Executando o que é indicado pelo professor, o aluno tem pouca decisão, mas sabe qual é o objectivo do proposto. Por outro lado, desde o seis até ao dez, o aluno tem de procurar algo que para ele é desconhecido, o que vai estimular muito a sua capacidade de descoberta.

Cada estilo de ensino acaba por ter vantagens e desvantagens, dependendo sempre da forma pessoal do professor intervir, bem como das características dos alunos e dos recursos disponíveis. À partida, para este ano lectivo, a minha intenção era usar essencialmente o estilo de ensino da descoberta guiada, pois na minha opinião é aquele que melhor estimula a capacidade de aprendizagem dos alunos. Situa-se num ponto intermédio da escala acima, havendo um equilíbrio entre a intervenção do professor e autonomia dada ao aluno, o que permite estimular a capacidade de descoberta do aluno. Este estilo de ensino tem como principal característica o facto de exigir ao aluno a resposta a um conceito, respondendo a questões, ou realizando exercícios, elaborados pelo professor. Neste estilo de ensino, aluno e professor assumem papéis muito distintos. No caso do aluno, o papel dele é ouvir as questões/tarefas, ou as pistas lançadas pelo professor e descobrir a resposta para cada sequência de perguntas/tarefas, obtendo a resposta final. Por sua vez, o professor deve elaborar uma sequência de questões/tarefas, ou exercícios, para pequenas descobertas, apresentar questões de forma sequenciada, ir dando feedback periódicos e reconhecer a descoberta dos alunos.

Acabou mesmo por ser esta a minha forma de intervir durante o ano, procurando sempre, na parte da informação antes e depois dos exercícios, proceder a questionários que os levassem a chegar ao objectivo pretendido. Aquando da elaboração dos exercícios também tive a preocupação desta forma de ensino, tentando sempre que estimulassem a capacidade de descoberta. Os alunos faziam os exercícios e tinham de descobrir os objectivos dos mesmos, para assim assimilarem melhor o pretendido. Durante os exercícios, tive sempre a preocupação de transmitir feedback dirigido para o

objectivo. Embora este estilo de ensino imperasse nas minhas aulas, houve situações que levaram a ter de alterar a forma de ensinar, tendo contribuído para isso, o comportamento da turma, a matéria a leccionar e a elaboração do plano da aula.

Na turma do 7ºano, este estilo de ensino não resultou sempre, pois os alunos estavam pouco motivados, revelando pouco interesse na aprendizagem. Quando os alunos não se interessam pela descoberta, é difícil este estilo de ensino ter sucesso. Como tal, o uso do mesmo nesta turma, limitava-se aquelas aulas em que se senti, da parte dos alunos, empenho e gosto na aprendizagem. Posto isto, resolvi utilizar outro estilo dominante para esta turma, indicando precisamente o que fazer e como fazer, sendo mais fácil o seu controlo e a realização das tarefas na forma pretendida, como por exemplo, o estilo de ensino por Comando.

Este estilo funciona melhor com esta turma, porque muitas vezes, se a tarefa sugerida permitir aos alunos alguma liberdade, dá azo a que haja comportamentos de desvio, originando desinteresse quando tento fazer qualquer tipo de questionamento. O ensino por comando promove uma aprendizagem exacta da tarefa num curto espaço de tempo, sendo todas as decisões tomadas pelo professor. Neste estilo de ensino o papel do aluno é apenas de executar a tarefa quando e da forma que solicitada. Por sua vez, o professor deve decidir todos os conteúdos a ensinar. É o professor que toma todas as decisões e transmite feedback acerca do seu papel e da aprendizagem realizada.

No caso da turma do sétimo ano, o seu mau comportamento influenciou a mudança no estilo de ensino, mas no caso da turma do 5ºano foi o seu empenho e autonomia que fez com que, por vezes, usasse outro estilo. Esta turma foi muito empenhada e com o passar das aulas começou a ganhar autonomia e capacidade de trabalho. Muitas vezes, as aulas funcionam por estações, desenvolvendo-se mais que uma matéria ao mesmo tempo. Se estão várias estações a funcionar em simultâneo na aula, não se pode estar com atenção permanente em todos os alunos, logo o estilo de ensino teve de ser diferente.

No caso das aulas que funcionaram por estações o estilo de ensino usado era o estilo de Avaliação Recíproca, pois o professor dava o feedback de

como devia ser a tarefa executada. Seguidamente, os alunos executavam em grupo o pedido, ajudando-se mutuamente e corrigindo-se. Neste ensino o papel do aluno é executar, alternadamente, a tarefa pretendida. Quando não a está a executar, ajuda e corrige o colega. O professor vai dando feedback aos alunos, principalmente aos que estão a observar. Este estilo é muito importante para desenvolver a capacidade de trabalho em grupo. Nesta forma de condução de aulas também esteve presente outro estilo de ensino, o Inclusivo. A avaliação deve ser diferenciada, porque nem todos os alunos estão ao mesmo nível. Assim, torna-se importante no mesmo exercício haver graus de dificuldade diferentes, consoante o nível que o aluno se encontra. Posto isso, também é necessário que o aluno saiba quais as suas capacidades e escolha as tarefas adequadas ao seu nível. Este estilo implica que o aluno consiga uma tarefa de acordo com o seu nível, tendo como papel examinar as diferentes tarefas escolher a indicada para ele, executar como solicitada e ir esclarecendo dúvidas com o professor, tendo este, por sua vez, que preparar as tarefas de níveis diferentes, definir os critérios para cada uma delas e esclarecer dúvidas. Importa referir que o aluno pode sempre recuar no nível para ter sucesso, tendo em conta que o aluno muitas vezes não conhece a suas reais capacidades e tem dificuldades em escolher o seu nível. Apesar de, nesta turma a diferenciação do ensino ter estado presente, nem sempre adoptei este estilo de ensino, preferindo, na maioria das vezes, definir *a priori* quais os níveis em que os alunos se encontravam.

Em suma, fica assim demonstrado que, apesar de ser um estilo de ensino que na minha opinião tem mais sucesso, essa questão acaba por não ser assim tão linear, pois a melhor solução é aquela que apresenta resultados positivos, e esta pode variar consoante a situação. Na mesma turma, ou até na mesma aula, pode ser necessário mais do que um estilo de ensino.

3.2 - Preparação das aulas

Para que as aulas tenham o sucesso pretendido torna-se fundamental que toda a sua preparação seja feita com alguns cuidados, permitindo que os objectivos sejam atingidos. Na preparação das aulas, deve-se ter em atenção uma concepção cuidada do plano da aula, onde inclua tarefas adaptadas ao nível dos alunos, respeitando uma lógica evolutiva e uma diferenciação do ensino.

O plano de aula assume um importante papel na sua preparação pois, por mais que um professor seja experiente, nunca deve ir para uma aula sem que esta esteja devidamente planeada. O plano de aula assegura que estas vão a objectivos de aprendizagem previamente definidos, através da utilização das estratégias e proposta de tarefas mais adequadas, bem como pela máxima rentabilização dos recursos. O plano permite ainda antecipar situações e preparar soluções alternativas, libertando o professor para resolver imprevistos e proceder a eventuais alterações/adaptações durante a execução da aula. Não existe um padrão único, podendo este ter vários conteúdos, não deixando de ter em conta, aqueles que achamos importantes no processo ensino-aprendizagem.

O plano de aula base que usei foi elaborado, conjuntamente, com os outros colegas do meu núcleo de estágio e com os respectivos orientadores. O modelo do plano que adoptámos continha um cabeçalho, que referia a turma a que o plano se direccionava, a escola, o número da aula, a data, a hora, o ano lectivo, o número de alunos, a unidade didáctica, o local e o tempo de duração total, o material, função didáctica, o objectivo específico e os conteúdos. Destacam-se, nesta parte do cabeçalho, os aspectos importantes para a aula, que são a função didáctica, o objectivo específico e os conteúdos. Estes são muito importantes, porque indicam o tema da mesma e o modo como vai decorrer. A função didáctica e o tipo de aula leccionada, estão directamente ligados à etapa a que pertence. O objectivo específico é o tema da aula, sendo planeada para que este seja atingido. Todos os exercícios devem concorrer para este final. Por último, os conteúdos - tudo o que está presente na aula - embora alguns deles não sejam mencionados, facilitam a consecução dos objectivos.

A segunda e última parte do plano é onde está apresentado o funcionamento da aula. Esta parte divide-se em três, a parte Inicial, Principal e Final. A Inicial, como o próprio nome indica, é referente à primeira parte da aula. É onde se faz a introdução e realizado o aquecimento. A Principal, é onde o objectivo específico da aula vai ser mais pormenorizadamente trabalhado, é a parte mais importante, pois é onde os exercícios são dirigidos, essencialmente, para os objectivos operacionais pretendidos. É nesta parte que o estímulo dos alunos vai ser maior contribuindo para aumentar os seus conhecimentos. A parte final, é onde se irá fazer o retorno à calma e um balanço da aula para tirar as respectivas relações.

Além de dividir a aula nestas três partes, para cada exercício indicava-se a hora de início de cada um deles, o tempo de prática de cada um, uma descrição da tarefa a realizar, os conteúdos presentes, os critérios de êxito, bem como o material necessário. Nesta parte, tive sempre a preocupação se o tempo dispendido para cada exercício era o necessário, para que os alunos os entendessem e conseguissem alcançassem os objectivos pretendidos. O material a utilizar em cada exercício foi tido sempre em conta, pois tinha de ser o mais adequado, dentro do existente na escola. Neste caso, são os critérios de êxito, os conteúdos presentes e a descrição da tarefa que merecem ser mais destacados. Começando pela descrição da tarefa, nesta parte, deve-se ser o mais simples e sucinto possível para ser de fácil entendimento, possuir um esquema ilustrativo, bem como o objectivo operacional a trabalhar. O objectivo operacional é o que nós pretendemos que os alunos atinjam com aquele exercício. Os Critérios de êxito devem estar presentes, pois são eles que mostram a forma de execução do gesto, mostram todos os pontos-chave para atingir o objectivo. Por fim , devemos mostrar os conteúdos de cada exercício, pois estes devem estar de acordo com o objectivo, pois se estes forem diferentes do que queremos atingir, o exercício será incorrecto para o que se pretende.

Quando elaborava os planos de aula, tentei que fossem o mais completo possível, embora resumidos e orientados apenas para o fundamental, tornando-os ferramenta importante no sucesso da aula. Também tive em conta que estes fossem bem específicos e de fácil entendimento, pois caso fosse outra pessoa leccionar a aula e o usasse, o fizesse como eu pretendia.

Uma preocupação tida sempre aquando da preparação das aulas, é que cada uma fosse adaptada ao nível dos alunos e que tivesse uma lógica evolutiva. Como ilustra o plano de aula, esta divide-se em três partes, uma inicial, uma principal e uma final. A inicial contempla, essencialmente, uma introdução para que os alunos fiquem a saber os objectivos da aula, passando depois para um aquecimento que visa, essencialmente, a sua preparação para a restante aula. A parte principal, como referi acima é a mais importante. Os seus exercícios tinham como principal objectivo atingir o estipulado no objectivo específico. Em qualquer das aulas que leccionei e em qualquer turma, tive a preocupação que os exercícios fossem adequados aos níveis dos alunos e respeitando uma lógica evolutiva. Igualmente, sempre que possível, utilizei o aquecimento para introduzir conteúdos que depois explorava na parte principal. Na turma do 5º ano usei uma constante diferenciação do ensino entre os alunos. A razão de apenas ter optado por o fazer nesta turma, deve-se ao facto de ter um conhecimento pouco profundo das turmas do 4º e 10º anos. No caso do 4º ano, a maioria dos alunos apresentava muitas limitações o que fazia com que a turma fosse muito homogénea o que me levou a optar sempre por exercícios semelhantes e de igual dificuldade para todos. Também optei por essa opção na turma do 10º ano pois era do tecnológico de desporto, possuindo todos os alunos boa aptidão, também havia muita homogeneidade, neste caso em termos de boa aptidão. Na turma do 7º ano usei muito pouco a diferenciação do ensino, pois estes além de formarem uma turma homogénea em termos de falta de domínio das matérias, revelavam muitos problemas de atitude. Mais uma vez, o seu comportamento limitou a minha forma de trabalhar, sendo os alunos os mais prejudicados. Ao não entenderem as diferenças existentes entre eles, nem têm autonomia nem capacidade para perceberem que esta seria a forma mais correcta para a sua evolução. Tive muitas dificuldades em conseguir que estes alunos se empenhassem na aula. Por isso e, tal como foi sugerido pelos professores orientadores (da escola, e da universidade), a minha preocupação principal deveria consistir inicialmente na tentativa de que expressassem prazer e interesse em estar numa aula, para depois focalizar os objectivos das aulas nos objectivos específicos de cada matéria. A minha turma do 5º ano, apesar de muito aplicada e interessada, tinha alunos com diferentes capacidades, por isso decidi diferenciar o ensino.

Essa diferenciação estava presente em aulas em que dividia a turma por grupos e por níveis em que cada grupo tinha um objectivo adequado. Mesmo em aulas que funcionavam por estações, punha diferentes objectivos em cada estação, consoante a capacidade e nível do aluno.

Uma diferenciação do ensino é importante, pois cada aluno tem um nível e apenas evolui com estímulos adequados às suas capacidades. Mas esse tipo de ensino está sempre dependente das características dos alunos, no meu caso, foi-me difícil fazer ensino diferenciado na turma do 7º ano, pois tive de me centrar principalmente noutros objectivos.

3.3 - Condução das aulas

Como foi visto no ponto anterior, a preparação e planificação das aulas é importante para que esta decorra da melhor forma. Se, anteriormente, foi focado o que importa fazer *a priori*, neste ponto serão focadas as estratégias utilizadas nas aulas e as estratégias a adoptar para que aula decorra de forma positiva. Quando se refere que uma aula decorreu de forma positiva, quer dizer que a mesma se desenvolveu com um clima positivo e que todos os objectivos pretendidos foram atingidos. Assim, deve-se ter sempre em conta as estratégias a adoptar.

De um modo geral, o clima nas aulas foi positivo, as únicas aulas que, por vezes, esse clima era mais negativo eram com a turma de 7º ano. A turma, como já foi referido noutra parte, era muito problemática. Esta tinha muitos problemas de indisciplina e em todas as aulas revelavam dificuldade em se relacionar positivamente com o professor e uns com os outros. O clima da aula dependia muito da predisposição dos alunos que estavam presentes nesse dia e da matéria a leccionar. As aulas desta turma que tinham melhor clima eram as de futebol e as de atletismo, pois eram as duas matérias que os alunos mais apreciavam e, conseqüentemente, aquelas em que se aplicavam mais. Os alunos presentes também eram uma condicionante, pois se faltassem aqueles mais perturbadores, a aula decorria de melhor forma, já que esses alunos provocavam muito os colegas, causando discussões entre eles e repreensões da minha parte. O número dos alunos também influenciava, pois apesar de haver uns mais desestabilizadores que outros, no geral todos o eram, quando as aulas tinham poucos alunos presentes, esta decorria de melhor forma, com mais aplicação e com mais interacção entre professores e alunos. Um factor também importante, que afectava negativamente o clima da aula era o problema de um aluno, que devido à sua doença era um elemento desestabilizador, provocando inconscientemente todos os colegas e, conseguindo, poucas vezes, cumprir as regras impostas pelo professor.

As aulas com as turmas do 4º e 5º anos de escolaridade tinham um ambiente muito semelhante. Eram turmas parecidas em termos de atitudes, muito trabalhadoras e aplicadas, demonstrando muito interesse na aprendizagem. Consegui estabelecer uma excelente relação com todos os

alunos das turmas, sentindo da sua parte respeito por mim, mostrando-se receptivos em assimilar todos os conhecimentos que pretendia. O clima positivo acontecia, independentemente, do tipo de aula ou matéria leccionada. Aceitavam as repreensões, conseguindo transmitir a mensagem de que tinham feito algo de errado e não deveriam repetir. Nestas duas turmas não tive qualquer problema relevante de falta de respeito por nenhum aluno, ao contrário do que aconteceu algumas vezes na turma do 7ºano. As aulas com a turma do ensino secundário foram muito escassas, mas todas elas decorreram em clima positivo, apesar da condicionante dos alunos estarem habituados a um professor e depois passaram a alternar entre quatro, o que provocava que houvesse constantes alterações de normas de rotina, tornando assim difícil aos alunos de as assimilar.

O clima de como decorram todas as aulas esteve ligado às normas e estratégias que utilizei para que estas decorressem como pretendia. A parte de gerir e a forma de lidar com a turma foi a que julguei mais adequada, pois à partida pressupunha que iria ter mais problemas, fruto da minha pouca experiência.

De início tinha muita dificuldade em impor-me. Raramente levantava a voz e fazia muito poucas reprimendas. Perante a minha atitude, os alunos começaram a elevar o tom de voz. Assim ao recorrer a um tom de voz cada vez mais elevado, passando a ser o tom habitual, motivou a perda do efeito que teria, se utilizado ocasionalmente. No final, já conseguia gerir melhor essa situação, elevando o tom de voz, apenas em situações específicas, o que permitiu alcançar melhores resultados. A minha forma de gerir o grupo, consoante as turmas, teve sucessos diferentes níveis de sucesso.

Na turma do 5º ano foi sempre notório o respeito que tinham por mim. Consegui que os alunos melhorassem muito o comportamento, que era muito complicado ao início do ano lectivo. No final, eles já estavam mais ordeiros e conseguiam respeitar os tempos de instrução com maior silêncio. O tipo de linguagem utilizado com esta turma foi de início muito simples. Procurava usar poucos termos técnicos, para ser mais fácil a sua compreensão, passando a inserir os mesmos gradualmente, para que se fossem habituando. Apesar de pertencerem a uma faixa etária baixa, e os termos técnicos para eles serem

pouco conhecidos, é importante irem-se introduzindo, apropriando esta linguagem e permitindo que se identifiquem os conteúdos pelos nomes reais.

A turma do 4º ano era muito similar à do 5º ano. A minha intervenção foi curta e decorreu já depois de alguns meses de aulas, a turma apresentava um comportamento mais correcto, fruto da intervenção da professora titular. Como já tinha referido, esta turma tinha muitas dificuldades ao nível de aprendizagem, logo a maioria dos termos técnicos eram desconhecidos. Perante isto, optei por usar uma linguagem muito mais simples que nas outras turmas que leccionei. Em função disso, fui inserindo aos pouco os termos técnicos, para que se familiarizem com os mesmos, para um melhor entendimento futuro. Também outra estratégia que utilizei foi, no final de cada aula, transmitir alguns fundamentos e aplicar um questionário, o que motivou uma maior atenção aquando da instrução e aumentou os seus conhecimentos.

Por outro lado, na turma de 7º ano a estratégia que utilizava para o 5º ano teve poucos resultados positivos. Eles não respeitavam as regras dos exercícios, raramente procuraram atingir os objectivos e na sua maioria não estavam interessados no que lhes transmitia. Deixá-los terem bolas ou outro tipo de material na sua posse, enquanto dava a instrução, não resultava, porque isso constituía motivo de distração, como por exemplo, atiravam a bola aos colegas e batiam no chão entre outras situações. Estar em espera nos exercícios também teve de ser evitado ao máximo, pois era sempre motivo para comportamentos de desvio. Havia conflitos entre os alunos desta turma, agredindo-se verbal e, por vezes, fisicamente. Por estes motivos, tive de mudar de estratégia. Passei a preocupar-me mais, primeiro com o controlo e a disciplina da turma em vez dos objectivos propostos para cada matéria, como foi aconselhado pelo orientador da universidade, mesmo que para isso o tempo de empenho motor em tarefas abordando os conteúdos curriculares decrescesse. Isto implicou que actividades/tarefas propostas teriam de ter primeiro um carácter regulador e orientado para o estabelecimento de hábitos de funcionamento e de trabalho essenciais para a disciplina, até por motivos de segurança. Os conteúdos das matérias deveriam ser abordados subjacentes a esta necessidade. Posteriormente, conforme os hábitos fossem sendo adquiridos e criado o clima positivo nas aulas, as prioridades seriam invertidas. Além desta mudança também tentei evitar ao máximo exercícios que

implicassem filas de espera e passei a leccionar mais vezes modalidades do seu agrado. As instruções eram o mais breve possível e sucintas, estando eles sempre sem qualquer tipo de material e sentados no chão.

Referente ainda a normas das aulas, existe um conjunto que era comum a todos as turmas, tais como as presentes no regulamento interno, onde todos os alunos só realizavam aula com o vestuário apropriado, sem brincos, fios ou objectos semelhantes. Além dessas, estabeleci algumas que entendi serem necessárias para o bom funcionamento das mesmas. Todos os alunos antes do início da aula deveriam dirigir-se ao espaço apropriado, aguardar a minha chegada em silêncio e sem mexer em qualquer tipo de material. Assim que ouviam o apito deveriam parar a actividade, e dar atenção ao professor, aplicando no final realizava um questionário sobre as matérias leccionadas. Só saíam da aula com permissão.

3.4 - Avaliação das aprendizagens dos alunos

A avaliação dos alunos por parte do professor assume um papel muito importante no processo ensino-aprendizagem, pois é *“um processo que nos permite recolher as informações necessárias à orientação, regulação e controlo da aprendizagem e desenvolvimento dos alunos”*, (Carvalho, L.1994:135). O tipo de Avaliação varia consoante o objectivo da mesma, sendo todos os momentos de avaliação essenciais aos processo de ensino-aprendizagem. A avaliação surge no momento que queremos conhecer o nível de aptidão dos alunos, quando queremos saber se os alunos estão a conseguir assimilar os objectivos definidos e, por fim, quando pretendemos avaliar o nível dos conhecimentos obtido pelos mesmos. Perante isto, surgem os três tipos de avaliação utilizados por mim este ano lectivo, a avaliação inicial, a formativa e a sumativa.

A avaliação inicial (Anexo 2), já foi brevemente descrita acima como uma aferição dos conhecimentos trazidos pelos alunos de anos anteriores e consistiu na aplicação de um protocolo elaborado pela própria escola, devendo ser utilizado por todos os professores. Os resultados obtidos foram analisados para adaptar o processo às necessidades dos alunos. Se queremos que eles adquiram aprendizagens que os façam evoluir, temos de saber quais as suas principais dificuldades e desenvolvê-las dentro das suas capacidades. Assim, podemos dizer que a Avaliação Inicial é um processo que tem como objectivos *“diagnosticar as dificuldades e limitações dos alunos face às aprendizagens previstas e prognosticar o seu desenvolvimento, e perceber quais as aprendizagens que poderão vir a realizar com a ajuda do professor e dos colegas, na aula de Educação Física”* (Carvalho, L. 1994:138). Importa, mais uma vez, referir que esta avaliação decorreu de igual forma em ambas as escola e foi efectuada pelos professores titulares das turmas, devido ao facto de ainda não estar presente, apesar dos resultados terem sido tratados por mim. Em ambas as turmas a maioria dos alunos não apresentava o nível pretendido para o ano de escolaridade que frequentava, sendo assim foi-me necessário adaptar os objectivos os níveis apresentados e estabelecer objectivos diferentes aos indicados pelos PNEF.

Passando para a avaliação formativa, que também foi falada anteriormente neste relatório, é usada como um instrumento para aferir o nível dos alunos. Não é uma avaliação específica de uma matéria, mas sim maioritariamente dirigida para os comportamentos dos alunos. Em ambas as escolas, foi realizada periodicamente, através da observação e do preenchimento de uma ficha critério. O diferente funcionamento desta avaliação nas duas escolas prendeu-se ao facto de na escola André de Resende a ficha utilizada ser uma elaborada pela professora titular da disciplina e na escola Secundária André de Gouveia a ficha ser elaborada por mim (Anexo 2). Este tipo de avaliação tem especial importância, pois *“permite, ao longo do ano, orientar e regular a nossa actividade pedagógica, bem como controlar os seus defeitos”* (Carvalho, L. 1994:144). De destacar que apenas na turma do 7º ano senti necessidade alterar o tipo de intervenção pedagógica, como referi num ponto acima, em todas as outras a ficha utilizada estava a ter o sucesso desejado.

O último tipo de avaliação aplicada que falta falar é a avaliação sumativa. Esta avaliação atribuída no final de cada Período escolar pretende quantificar o nível do conhecimento dos alunos nas diferentes matérias e atribuir uma classificação final no conjunto de todas elas. É uma avaliação contínua, ou seja, tem como base tudo o que os alunos fizeram durante as aulas. Além disso, no final de cada período, existe sempre uma aula específica de avaliação, onde os alunos realizam exercícios critério para o professor avaliar os seus conhecimentos. Em ambas as escolas funcionou de forma similar, tendo os alunos realizado esses exercícios, enquanto eu registava numa ficha elaborada por mim, os resultados da observação das prestações. Essa ficha foi elaborada com base nos objectivos definidos nos Programas Nacionais de Educação Física, em que cada parâmetro avaliado tinha uma classificação de um a cinco, sendo o um o valor inferior e o cinco o valor máximo. Em função das observações e consequentes dos registos constantes nas fichas foi atribuída a classificação de cada matéria leccionada. Após a obtenção desses resultados, juntei-os aos alcançados nas avaliações formativas e fiz uma comparação de todos eles para obter a classificação final. A classificação final era obtida através de uma média das avaliações das diferentes matérias e depois os dados relativos às atitudes e comportamentos

poderia afectar positiva ou negativamente essa nota. Durante as avaliações finais os alunos conseguiram na sua maioria obter o nível pretendido. Apesar à avaliação ser contínua, a estratégia de ter destinado uma aula específica de avaliação foi eficaz, pois os alunos ao saberem que estavam a ser avaliados não se sentiram pressionados e tiveram resultados superiores ao esperado, isso foi notório especialmente na turma de 7º ano que normalmente eram pouco aplicados, nestas aula davam sempre o máximo para ter a melhor nota possível.

Em suma, o que foi escrito acima justifica as minhas escolhas nas formas de avaliação dos alunos. Esta forma de avaliação permitiu que todos os objectivos fossem adaptados aos reais níveis de cada um e que tivesse sempre em conta a evolução dos alunos, contribuindo para que, no final, tivessem uma avaliação de acordo com os conhecimentos adquiridos.

4 - Análise da prática de ensino

Observando todas as aulas leccionadas aos alunos das quatro turmas onde entrevi este ano lectivo, considero, no seu global que as mesmas tiveram sucesso, mas esse sucesso foi diferente de turma para turma.

No caso da turma do 7º ano, verificou-se um aumento no seu grau de sucesso, durante o ano. Inicialmente, tive muita dificuldade em ter controlo da turma, pois esta, na maioria era composta por elementos muito destabilizadores, não revelando interesse no que lhes dizia ou propunha fazer. Ao início, pouco ou nada faziam do que lhes sugeria, optando por comportamentos de desvio ou confrontos físicos entre eles. Tudo na aula era motivo para brincarem ou contestarem. Nas aulas desta turma, comecei por criar exercícios com muitas progressões preocupando-me que eles atingissem os objectivos, mas não funcionava e os resultados das aprendizagens mostravam isso mesmo: a estratégia não era a adequada. Perante isto, e por conselho dos orientadores da universidade e da escola, a estratégia foi alterada. Passei a preocupar-me mais com a disciplina e a ordem da aula, para que eles entendessem que tinham que saber estar e respeitar os colegas e professores, mesmo que o tempo útil de prática diminuísse. Posto isto, passei a elaborar exercícios com menos progressões e mais directos aos objectivos e que potenciasses muito a competição. Durante as instruções tinham que estar sempre sentados. Ao terminar cada exercício, o material era arrumado e quem depois o distribuía era o professor. Esta estratégia, aliada ao facto da saída de alguns alunos da turma, fez com que esta começasse a revelar de mudança de atitude, começando a aplicar-se nas aulas e a ter melhores avaliações. Apesar de tudo o que referi, na minha opinião, o balanço que faço é positivo, pois houve evolução. Os alunos começaram com um nível de aproveitamento muito baixo, mas foi evoluindo com o passar dos dias, conseguindo alcançar avaliações que, inicialmente, seriam impensáveis. A chave do sucesso foi a mudança de estratégia, quando uma abordagem não está a ter sucesso não pode haver problemas em mudar. Tiro da experiencia com esta turma que não pode haver preconceitos em aceitar que se erra. Errar e continuar a insistir no erro é que é “interdito”.

No caso da turma do 5º ano, tenho poucas dúvidas em afirmar que foram extremamente positivas. Basicamente, desde o primeiro minuto de aulas houve uma excelente empatia deles para comigo e vice-versa. A turma era muito extensa, e os alunos, em muito devido à sua idade, eram muito inquietos e irreverentes, por isso foi necessário criar-se regras para que a aula fosse mais organizada. Ao entrarem, por exemplo, iam sentar-se no banco do espaço destinado; durante a instrução estarem sentados no chão ou ninguém mexer no material sem autorização. Essas regras foram completamente aprendidas por eles e entendidas como parte importante ao sucesso das aulas, sempre muito dinâmicas e com bom clima. As regras de conduta foram parte importante no sucesso verificado. Os alunos mostraram interesse em todas as matérias abordadas, procurando sempre evoluir ao máximo. Não se negavam ou retraíam em qualquer matéria ou exercícios, consequência, talvez, do seu forte gosto pela descoberta. Até a arrumação do material era encarada com muito empenho. Nas aulas a inclusão de diferentes matérias simultaneamente foi faseada, e à medida sua capacidade de autonomia foi crescendo, conseguindo eles próprios realizar ajudas aos colegas e organizarem-se. A sua capacidade organização, autonomia e empenho, fez com que a maioria das aulas funcionasse por estações, chegando a estar, em algumas delas, a funcionar três ou quatro matérias diferentes em simultâneo, o que fez com que fossem muito rentáveis. Este tipo de aulas tinha muito sucesso com esta turma, permitindo-me alternar entre as estações e dar atenção especial a alunos com menos capacidades ou com dificuldades. Os alunos tinham uma boa interacção comigo, perceberam, facilmente que, quando os reprendia era com razões justificadas e podiam sempre tirar dúvidas comigo, pois eu ajudava-os no que necessitavam. O resultado de tudo o que referi anteriormente, foi verificar-se uma evolução muito significativa em todos os alunos e todos eles terem classificações positivas, com excepção de um aluno, que devido às suas atitudes teve nota negativa.

As outras duas turmas que leccionei foram casos particulares, porque tiveram uma abordagem mais curta. Mesmo assim, diferiram uma da outra, pois ambas tinham características muito diferentes, desde a faixa etária, ao número de alunos que as compunham.

A turma do quarto ano teve um sucesso muito próximo da do 5º ano, mas com um funcionamento diferente. As semelhanças entre as duas turmas foram devidas à forma como se empenhavam, ao gosto pela descoberta e à boa relação desde início com o professor. No entanto, as estratégias adoptadas para esta turma foram diferentes, devido ao ciclo diferente e, essencialmente, às muitas dificuldades de aprendizagem dos alunos. As aulas decorriam quase na totalidade com exercícios lúdicos e de competição, pois eram muito mais motivantes e do agrado dos alunos e mais fáceis para eles atingirem os objectivos, objectivos esses adaptados aos seus níveis. Também estas aulas decorriam com muita dinâmica e em clima positivo, de empenho e alegria. No entanto, muitos alunos revelaram dificuldades em fazer exercícios básicos como atirar a bola ao ar e apanhar. Apesar de empenhados tinham muitas limitações. O facto da turma ser pequena ajudou-os, pois assim, pude dar-lhes mais atenção e assim as correcções serem mais constantes e eficazes. Penso que esta experiência foi muito positiva e, na minha opinião, teve algum sucesso junto dos alunos, tendo a maioria mostrado claras melhorias ao fim das nove aulas. Penso que construí uma excelente relação com a toda a turma o que facilitou a transmissão de conhecimentos.

Por último, as aulas da turma de 10º ano foram muito diferentes de todas as outras. A turma era grande e todos os alunos tinham muitas capacidades motoras, fazendo com facilidade qualquer tipo de desporto. Posso afirmar que, na sua globalidade, decorreram de forma positiva. Os alunos conseguiram sempre atingir os objectivos propostos para cada um dos exercícios, havendo, por vezes, alguns exercícios que ficaram um pouco aquém do que eles sabem fazer. Esta turma, apesar de ter um conjunto de alunos do curso tecnológico de desporto, é pouco receptiva a desportos pouco comuns. Alguns alunos revelaram, também, alguns problemas de motivação, apenas atingindo o máximo do que conseguem fazer a meio da aula. O facto de não lhes ter leccionado aulas com frequência originou que a relação com eles não fosse muito positiva. Tive alguns problemas iniciais em controlá-los e em dar-lhes a entender que, naquelas aulas, era eu o professor e não o professor titular. No entanto, este aspecto foi corrigido de aula para aula.

5 - Participação na escola

O PES tem englobado diversas áreas, por isso a minha participação nas escolas não se cingiu apenas à planificação e leccionação de aulas. Em cada escola fomos responsáveis por organizar e colaborar em actividades para a comunidade escolar, bem como participar nas mais diversas reuniões.

Neste ponto, a referência mais importante vai para as actividades que organizei, conjuntamente com os meus colegas do núcleo de estágio. Uma das áreas da PES é a relação com a comunidade, que consiste em organizar uma actividade, em cada uma das escolas, para a comunidade escolar. Essa actividade tinha de ser planeada e conduzida por nós, tendo sempre o orientador de estágio como supervisor e colaborador. Para a escola Básica Integrada André de Resende ficámos responsáveis por organizar a Semana da Educação Física, por sua vez na Escola Secundária André de Gouveia elaborámos uma actividade para um dos dias da Semana ESAG jovem.

A Semana da Educação Física, que decorreu entre os dias quinze e dezanove de Março, já é uma tradição na escola Básica Integrada André de Resende, mas apesar de existir todos os anos, o tema da mesma e as actividades variam de acordo com os organizadores. Para este ano, a actividade foi integrada nas comemorações dos cem anos da Implementação da República. Tínhamos como objectivos dar a conhecer aos alunos modalidades pouco praticadas, durante as aulas de Educação Física, e que possam ser praticadas extra-escola na região de Évora. Também alertar a comunidade escolar para hábitos de vida saudável e de todos os benefícios provenientes da sua adopção, para que os alunos possam estar mais informados e assim alterar alguns comportamentos.

Esta actividade começou a ser preparada com alguma antecedência, cerca de seis semanas antes do seu inicio. Foi durante esse preparação que começámos a reunir-nos de forma a fazer um levantamento das actividades que poderíamos desenvolver. Decidimos, elaborar actividades das modalidades de Corfebol, Esgrima, Badminton, Râguebi e Judo, um Sarau Ginástica, uma intervenção junto das turmas, para alertar para hábitos de vida saudável e, ainda, fazer um rastreio para aferir a saúde dos alunos. A pedido de um grupo de professores incluímos uma corrida solidária, englobando toda a

comunidade escolar do agrupamento de escolas. Apesar de estar incluída na semana da Educação Física a organização desta actividade não era nossa; eu e os meus colegas do núcleo apenas estávamos como colaboradores. Todos os contactos feitos, inicialmente, tiveram resposta positiva. No entanto, fomos mantendo um contacto constante com essas mesmas pessoas, o que, apesar disso, não evitou que muito perto da data da actividade, houvesse duas desistências. As razões para essas desistências foram-nos completamente alheias e levou-nos à necessidade de excluir do planeado a modalidade da Esgrima e uma das apresentações de Ginástica. As apresentações das modalidades iriam ser dirigidas por professores/treinadores especializados, com excepção feita da de Corfebol que foi dirigida por nós. Em todos os casos elas iriam decorrer da mesma forma, com uma parte teórica onde os alunos ficam a saber um pouco sobre a modalidade e de seguida tinham uma experiencia prática. Por sua vez, as intervenções nas turmas dividiam-se em três partes, uma relativa à alimentação dirigida pela nutricionista do Centro de Saúde de Évora, uma parte sobre os benefícios da actividade física, dirigida por um professor estagiário e uma última parte sobre o funcionamento do aparelho digestivo dirigida pela professora de ciências Helena Carola.

Em relação ao desenvolvimento da actividade, esta decorreu de forma muito positiva e muito próximo daquilo que pretendíamos. O programa foi cumprido como inicialmente elaborado, com excepção da actividade de Râguebi que tivemos de reduzir apenas para noventa minutos. As actividades de Judo, Corfebol, Badminton e Râguebi, funcionaram de maneira similar, onde os alunos puderam ficar a conhecer alguns fundamentos da modalidade e experimentar um pouco da mesma. Em todas o empenho dos alunos foi notório mostrando, claramente, o seu agrado com a experiência. O Sarau da ginástica, apenas contou com a presença da turma do desporto escolar, uma vez que os *Up Go* não puderam estar presentes. Consistiu, essencialmente, numa apresentação para todos os alunos da escola, porém, na parte final foi dada a hipótese aos alunos que estavam a assistir, poderem experimentar. O mais importante foi alcançado, pois conseguiu-se entreter e satisfazer todos os presentes.

As intervenções junto das turmas funcionaram também da melhor forma. Apenas houve intervenção junto de duas turmas, mas apesar de tudo, ambas

decorreram de forma positiva. Os alunos mostraram interesse pelas matérias abordadas, as intervenções foram muito interactivas e os objectivos propostos foram atingidos. Os temas a desenvolver estavam bem articulados, apesar de cada prelector ter feito a sua apresentação individualmente, facilitando assim a compreensão por parte dos alunos.

A corrida solidária foi desenvolvida em cooperação com outros professores do agrupamento da escola, e com a colaboração dos Médicos do Mundo que são os responsáveis por esta iniciativa. Esta actividade foi aquela que teve um maior número de participantes envolvidos, pois participaram alunos desde a educação pré-escolar ao 3º Ciclo, que corresponde ao último ciclo de ensino abrangido pela escola. Toda a actividade decorreu num excelente clima de interacção entre diferentes gerações e o principal objectivo, que se resumia à recolha de fundos para ajuda comunitária, revelou-se um sucesso.

Por último, relativamente ao rastreio, considero que foi a parte mais negativa da semana, pois teve menos adesão do que era pretendido. Os alunos não estavam devidamente informados, pois não fizemos a divulgação pela escola através de cartazes nem durante as apresentações.

Em suma, a semana da Educação Física foi uma actividade que requereu muito tempo e muito empenho, pois ocupou grande parte do horário escolar. Esse esforço acabou por ser compensado, pois a actividade teve muito sucesso e os objectivos que propusemos foram atingidos. Posso destacar como aspectos mais negativos o facto de ter havido algumas desistências de colaboradores, muito em cima da hora, a divulgação tardia da actividade e a ausência de divulgação do rastreio. Por outro lado, os aspectos positivos foram, ter havido um conjunto de boas ideias para actividades a desenvolver, o enquadramento das actividades com as comemorações do Centenário da República, a preocupação em escolher modalidades possíveis de serem praticadas na região de Évora, o interesse e empenho dos alunos em todas as actividades propostas. Outros aspectos positivos foram ter-se dado a conhecer aos alunos da escola modalidades pouco conhecidas, ter havido diversidade das actividades apresentadas, a fomentação da prática desportiva e estilos de vida saudável. O elevado número de alunos participantes nas diversas actividades e o principal objectivo de aumentar o número de praticantes nas

modalidades foi cumprido, pois contactos posteriores à actividade, com os formadores convidados, relataram o mesmo.

Além da Semana da Educação Física, houve outra actividade elaborada por mim e pelos meus colegas de núcleo, mas desta vez destinada à comunidade escolar da Escola Secundária André de Gouveia. A actividade escolhida por nós foi uma prova de orientação, à qual chamámos “*Orienta-te*” e decorreu no dia sete de Junho. A nossa prova, inicialmente, estava inserida na Semana ESAG Jovem, que decorria durante três dias, e onde cada núcleo de estágio de Educação Física da escola ficava encarregue de um dos dias.

O “*Orienta-te*” consistiu numa prova de orientação que abrangeu todos os alunos desta escola e que visou, essencialmente, promover um contacto entre os alunos e o meio ambiente, bem como hábitos de vida saudável. Toda a prova decorreu no jardim da Malagueira junto à escola. A escolha da orientação deveu-se ao facto da escola e o espaço envolvente à mesma, possuírem as condições necessárias para a realização da actividade, pois existem balizas devidamente marcadas e mapas já elaborados. Apesar das condições existentes, esta modalidade ao ar livre continua a não ser muito explorada pela maioria dos professores da disciplina. Esta prova de orientação teve a particularidade de, além dos alunos terem que procurar os pontos, nalguns casos estes corresponderem a um jogo lúdico ou uma pergunta sobre actividade física.

A preparação desta prova esteve sempre muito condicionada, pois a direcção da escola decidiu adiá-la sucessivamente. Inicialmente, era para se realizar no dia quinze de Maio, depois foi adiada para dia vinte e um do mesmo mês, acabando apenas por se realizar no dia sete de Junho, já sem estar inserida na Semana ESAG Jovem. Estas alterações não tiveram qualquer responsabilidade nossa, foram decisões tomadas apenas pela direcção da escola. As sucessivas alterações acabaram por prejudicar a organização da actividade, pois a sua divulgação foi feita com antecedência, tendo havido inscrições. Com os adiamentos, os cartazes foram alterados e a contagem e as inscrições verificadas novamente. Para a elaboração desta prova foi necessário averiguar a existência de mapas actuais do espaço onde a prova iria decorrer e realizar a primeira verificação ao estado actual das marcações existentes no mesmo. Foi fundamental a elaboração de folhas de registo, folhas de controlo e

de definição de tarefas para a condução da prova, de modo a que a actividade decorresse conforme o previsto. Muito próximo da prova, foi feito o último reconhecimento do percurso para aferir quais os pontos em falta em cada um, para que horas antes da prova pudessemos colocar esses mesmos pontos. No dia da actividade foi necessário transportar-se todo o material para o local da prova, bem como proceder às marcações que faltavam. O início da prova foi um pouco atribulado, porque eram muitos alunos e poucos monitores, porém o tempo de espera dos alunos acabou por não ser muito extenso, apesar de tudo. Durante o decorrer da prova, os alunos mostraram agrado com esta nova experiência, tendo para isso contribuído o facto de, nas estações dos jogos não se terem registado elevados períodos de espera, tendo os monitores conseguido registar sem problemas os dados necessários, relativos aos desempenhos das equipas nos seus respectivos postos. No final da prova de cada equipa, procedeu-se ao registo da sua chegada, mas o facto de contar apenas com um elemento nesse posto, impossibilitou essas mesmas equipas de terem uma pequena ideia do número de pontos correctos. De referir que, inicialmente, iríamos ter a colaboração de colegas estagiários de outros núcleos, mas no dia da prova nem todos compareceram, por isso houve falta de monitores.

Nesta actividade faço igualmente um balanço positivo, pois contou-se com a participação de trinta equipas, que fez um total de cerca de noventa alunos. Pois foi das actividades realizadas na escola com maior afluência e, também, por termos dado a possibilidade aos alunos de realizarem uma prova fora do contexto que estão normalmente inseridos, contactando assim com a natureza de forma respeitosa e saudável. Desta forma, pudemos destacar como aspectos positivos a aceitação da prova junto da comunidade escolar e consequente afluência à mesma, a fomentação da prática desportiva e os hábitos de vida saudável junto da natureza; ter-se permitido aos alunos realizarem uma actividade num contexto diferente, a forma como a prova foi organizada e conduzida e, por fim, ter-se conseguido inserir na prova conteúdos de saúde, prática desportiva e hábitos de vida saudável. Por outro lado, destaco como pontos negativos, os adiamentos sucessivos da data da actividade, apenas ter contado com a colaboração de um colega de outro núcleo de estágio, o início da prova atribulado, não se ter distribuído as águas

pelos participantes e não ter sido feita uma avaliação da actividade junto dos alunos.

Estas duas experiências serviram, essencialmente, para aferirmos as necessidades requeridas para a organização de actividades com números elevados de participantes, e para estas populações alvo, pois no futuro além da leccionação de aulas de educação física, a organização destes eventos poderá ser, também, uma das nossas tarefas.

Além das actividades respeitantes à área de “relação com a comunidade” presentes na PES, eu e o meu núcleo de estágio organizámos o Corta-Mato escolar na Escola Básica Integrada André de Resende. O Corta-Mato escolar é uma actividade que se realiza há muitos anos, em todas as escolas do país, e consiste numa corrida de resistência, onde a distância percorrida pelos alunos varia consoante a idade dos mesmos.

Relativamente à organização da prova, há a referir que o seu Cartaz poderia e deveria ter sido divulgado mais cedo, assim como a divulgação para os outros professores de Educação Física nas respectivas turmas. Os procedimentos prévios, foram feitos atempadamente, tais como: as autorizações necessárias para a deslocação dos alunos, que foi feita a pé, até ao local da prova, a confirmação das inscrições, a distribuição por escalões etários, os contactos necessários para que a actividade decorresse em segurança, com a presença dos Bombeiros e uma ambulância no local, e com a “Escola Segura” da PSP, que acompanhou a deslocação dos alunos. Conseguimos assim um grande número de participantes.

O dia da prova foi o previsto inicialmente, bem como a hora programada, com os horários das diferentes provas a serem cumpridos com poucos atrasos. No entanto, o facto de estar a chover influenciou o número de faltas, pois muitos alunos optaram por não participar. A prova no geral decorreu, positivamente, estando o percurso bem assinalado, não levantando dúvidas aos participantes. Houve boa cooperação com os restantes Professores de Educação Física, sendo uma ajuda importante, bem como com a Assistente Operacional do pavilhão que preparou águas e uma peça de fruta para dar aos alunos no final da sua prova. O aspecto mais negativo teve a ver com distribuição das tarefas, pois esta poderia ter sido melhor definida e organizada. No final da prova, foram rapidamente apurados os vencedores de

cada escalão, sendo posteriormente divulgado na escola. O regresso dos alunos à escola foi acompanhado pela “Escola Segura” da PSP. Desmontar e arrumar o material utilizado verificou-se, rapidamente, e sem problemas.

A minha participação junto da comunidade escolar estendeu-se para além destas actividades. Colaborei, também, com os colegas do grupo em actividades como o torneio de “Bola ao Capitão” e o “Torneio de Basquetebol 3x3” na escola André de Resende. Particpei em todas as reuniões de departamento, bem como nas reuniões finais de cada período, em ambas as escolas. Nas reuniões de departamento a minha participação era muito de “espectador”, pois pouco ou nada interviemos. Nas reuniões finais de curso mantive uma atitude semelhante, apenas com a diferença de, antes da reunião, juntamente com a professora, termos decidido com base nas avaliações tiradas por mim, quais as notas dos alunos na disciplina de Educação Física.

Todas estas experiências foram muito importantes pois permitiu-me conhecer outras entidades da escola, como os órgãos de gestão, a secretaria, outros departamentos e funcionários e contribuiu igualmente para tomar conhecimento das leis e regulamentos que suportam estas intervenções.

6 - Desenvolvimento profissional

Depois de concluída PES caracterizo-me como um professor em formação, como é normal. Antes deste estágio apenas tinha experiências em leccionar aulas aos meus colegas nas aulas nas diferentes disciplinas didáticas e em ministrar treinos de futebol a uma equipa de formação. Perante isto a minha experiência como professor estava muito próxima do zero.

Ao fim deste estágio já me começo a formar como professor e adquirir já algumas características que provavelmente irão manter-se na minha vida profissional futura. Penso que me posso caracterizar como um professor, que fala muito com os alunos, gosta de ter uma boa relação com eles, mas mantendo sempre um certo distanciamento. Que gosta de ir para as aulas bem preparado para poder responder a todo o tipo de dúvidas dos alunos. Gosto de demonstrar mas não arrisco fazer se não tiver a certeza que o faço de maneira correcta. Prefiro o tipo de ensino da descoberta guiada, mas penso que ainda não o executo a cem por cento, também dou preferência ao uso de aulas por estações e politemáticas, pois são mais dinâmicas e desenvolvem nos alunos a sua capacidade de autonomia. Gosto de utilizar essencialmente exercícios em forma de competição, como jogos ou estafetas, em vez de exercício complementares, pois penso que leva os alunos a quererem superar-se. Penso que sou um professor com alguns problemas em disciplinar os alunos e em conseguir cativar alunos com pouco interesse nas aulas, dou por vezes informações demasiado extensas.

Posso dizer que neste momento a minha formação como professor está mais sólida a todos os níveis. Noto especialmente evolução ao nível da capacidade de impor-me e de conseguir adaptar-me a situações não previstas. Sempre tive alguma dificuldade em impor-me, mas nestes meses tive claramente necessidade de o fazer e penso que hoje já tenho mais facilidade em marcar a minha posição, em estabelecer a autoridade a intervir para evitar comportamentos desviantes, sempre que necessário. Outro aspecto foi na capacidade de adaptação, seja por falta de alunos, material ou condições climatéricas há sempre condicionantes que podem surgir e penso que a minha

capacidade de adaptar a essas situações sem perder de vista os objectivos da aula tem vindo a evoluir.

Ninguém sabe tudo na vida e eu sendo um professor ainda em formação tenho muitos aspectos que devem ser corrigidos. O primeiro aspecto corresponde à parte da disciplina, como disse acima consigo já impor-me mas depois por vezes não ajo em conformidade, sou capaz de repreender mas depois não acompanho o processo até final, dando azo a que o aluno sinta liberdade para repetir o mau comportamento. Depois outro aspecto prende-se ao posicionamento, embora em teoria saiba o que devo fazer, por vezes quando me desloco deixo alunos fora do meu campo de visão o que faz com que os alunos sintam liberdade para terem alguns comportamentos de desvio. Também devo realizar mais ciclos de Feedback, ou mesmos fazer mais correcções, a maioria das vezes durante os exercícios estou mais preocupado da forma como os alunos fazem o exercício, se tentam cumprir as regras, a motiva-los durante os exercícios, e assim dou poucas correcções durante os mesmos. Tenho o hábito de transmitir informação sempre antes do exercício, essa informação pode e deve ser mais clara e concisa e assim rentabilizar melhor o tempo. Por último, penso que seja aquele que mais trabalho da minha parte vai exigir, pois os anteriores têm a ver mais com a falta de prática e com a pressão que um estagiário sente naturalmente, que é a dificuldade em cativar os alunos que têm pouca motivação e interesse para estar na aula. Tento sempre chegar perto deles e fazer uma abordagem sobre os aspectos positivos dos exercícios, mas em muitos dos casos tenho tido pouco sucesso.

Em suma esta experiência foi extremamente benéfica, pois apesar de toda a autonomia que tivemos, dispusemos sempre das orientações de professores experientes que dão todo o apoio necessário para nos ajudar a evoluir. Tive muito prazer em dar as aulas, gosto particularmente de fazer parte da formação de pessoas que irão construir o seu futuro usando os ensinamentos transmitidos por mim. É sempre importante partilhar os nossos conhecimentos. Confesso que tive menos motivação nas aulas do sétimo ano que nas do quinto ano e de quarto. Mas por outro lado sei que turmas, como a do sétimo que tive, vou encontrar sempre na minha vida profissional e assim já vou ter mais facilidade em lidar com elas, pois agora tenho orientação que me

ajuda a gerir melhor essa situação. De salientar a curiosidade de aprendermos tanto com os nossos alunos como eles aprenderem connosco.

Este estágio permitiu-me constatar que tenho mais sucesso em lidar com alunos de anos iniciais, e que por isso no futuro se poder optar, irei sempre dar preferências a esses anos de escolaridade. Os alunos mais novos têm no geral um tipo de personalidade que mais me identifica, apesar de mais exíguos, nas suas prestações são mais empenhados e não têm tanta premeditação, revelam muito mais prazer da descoberta e conseguem realmente ver no professor uma pessoa que lhes quer transmitir conhecimento e que ser um importante factor na sua construção como seres humanos.

7 – Conclusão

Todas a experiência proporcionada pela PES foi muito importante na minha formação com professor, considero que tenha consistido a minha primeira etapa como professor de Educação Física.

Todas a turmas que leccionei foram diferentes, no 4º e 5º ano consegui ter desde o primeiro dia uma excelente relação com eles, o que fez com que o clima da aula fosse óptimo e os resultados das aprendizagens fosse muito bons, em ambas as turmas houve muita evolução. A turma de 7º ano foi o maior desafio que tive este ano devido às suas características, tive que optar mais pela sua disciplina para que servisse de base para eles assimilarem as aprendizagens pretendidas, foi a turma que mais errei mas a que mais aprendi talvez. Por último a do 10º ano foi aquela que tive menos contacto apenas me coube leccionar um pequeno grupo de aulas em que por os desconhecer quase por completo acabaram por ser pouco produtivas.

As actividades desenvolvidas na escola, apesar de estar longe de terem sido muito criativas, tiveram muito sucesso e muita adesão aos alunos e conseguimos que os objectivos em todas fossem cumpridos.

Em suma o balanço na globalidade positiva, senti que tanto eu como os alunos evoluímos e que retiro muito proveito do estágio. A nova forma de funcionamento do estágio é muito positiva, pois permitiu-nos ter um leque variado de experiencias, o facto de termos passado por todos os ciclos faz com que possamos ter um conhecimento maior dos alunos das mais diferentes idades, pois essas mesmas diferenças de idade fazem com que a forma de lidar com os alunos seja diferente. Por outro lado o facto de ter estado em duas escolas diferentes foi muito negativo, não permitiu uma completa adaptação a nenhuma escola.

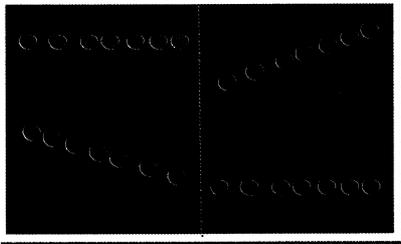
8 – Referencias Bibliográficas

- Carvalho, L. (1994). Avaliação das aprendizagens em Educação Física. *Boletim SPEF*, 10/11: 135-151.
- Departamento de Educação Básica, Ministério da Educação (1998). *Organização Curricular e Programas: Ensino Básico 1º Ciclo (2ª ed.)*. Editorial do ME.
- Departamento de Educação Básica, Ministério da Educação (1998). *Programa de Educação Física do 2º ciclo do ensino básico: Plano de organização do ensino-aprendizagem*. Vol.II. Editorial do ME.
- Departamento de Educação Básica, Ministério da Educação (2001). *Programa de Educação Física do 3º ciclo do ensino básico (Reajustamento)*. Editorial do ME.
- Departamento de Educação Básica, Ministério da Educação (2003). *Currículo Nacional do Ensino Básico: Competências essenciais*, (pp.219-229). Editorial do ME.
- Rosado, A. (s/d). *Planeamento da Educação Física: Modelos de Leccionação*, extraído de http://home.fmh.utl.pt/~arosado/Modelos20021_ficheiros/frame.htm.

9 – Anexos

9.1 – Anexo 1: Plano de Aula

Professor: João Damásio			N.º: 6057	Turma: 5ºE
Escola: Básica Integrada André de Resende	Aula n.º 81	Data: 30/04/10	Hora: 12h45m	Tempo: 45'
Ano Lectivo: 2009/2010	N.º de Alunos: 29	Unidade Didáctica: Râguebi		
Local: Pavilhão Gimnodesportivo	Material: Cones, coletes, bolas de Râguebi e cintos de TAG.	Função Didáctica: Desenvolvimento e aplicação.		
Objectivo Específico: Aperfeiçoamento do TAG e Bitoque Râguebi. Râguebi				
Conteúdos: Passe, recepção, ensaio, apoios e progressão.				

Hora	T.P.	Sequência de Tarefas	Conteúdos	Crítérios de Êxito	Material
12h50m	5'	<p><u>Parte Inicial</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Introdução e explicação dos conteúdos e os objectivos da aula. 			
12h55m	5'	<p><u>Aquecimento</u></p> <ul style="list-style-type: none"> “Jogo da corrente”. 			
13h00m	5'	<p><u>Parte Principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Breve explicação do exercício a realizar. Metade da turma joga Bitoque Râguebi a outra metade jogo TAG Râguebi, de seguida inverte-se; 	<ul style="list-style-type: none"> TAG Râguebi; Bitoque Râguebi; 	<p>Bitoque e TAG Râguebi:</p> <ul style="list-style-type: none"> Atacar em profundidade; Defender em linha; 	
13h05m	15'				
13h20m	5'	<p><u>Parte Final</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Balanço da aula, alongamentos e retorno à calma. Breve conversa com os alunos sobre as aprendizagens a realizadas. 		<ul style="list-style-type: none"> Ocupação do espaço ou local estabelecido pelo professor. Escutar com atenção o professor. 	
Total: 35'					

9.2 – Anexo 2: Avaliação Inicial

Quadro 7 – Avaliação inicial 5º ano (Futebol).

	Drible	%	Passe	%	Recepção	%	remate	%	Jogo	%
NP	5	18%	5	18%	5	18%	5	18%	5	0
NI	13	46%	14	50%	18	64%	18	64%	16	1
I	6	21%	5	18%	1	4%	1	4%	2	0
	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0

Quadro 8 – Avaliação inicial 5º ano (Ginástica).

	Rol.fte	%	rol.atrás	%
NP	9	32%	2	7%
NI	9	32%	17	61%
I	7	25%	0	0%
	0	0%	0	0%

Quadro 9 – Avaliação inicial 5º ano (Atletismo).

	Velo.	%
NP	11	39%
NI	16	57%

Quadro 10 – Avaliação inicial 7º ano.

Nº	Andebol	Basquetebol	Futebol	Voleibol	Atletismo				Ginástica				Badmington
					Sa	Sc	Ve	Lp	Cf	Ca	Pi	Cv	
1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	I	I	I	E	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	I	A	A	E	E	E	A	E	-	-	-	-	-
4	I	A	E	E	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	I	I	I	I	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6	I	I	I	E	E	E	A	E	-	-	-	-	-
7	I	I	NI	I	NI	I	-	-	I	NI	-	I	-
8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10	I	I	E	I	I	E	E	I	I	I	E	NI	-
11	A	I	E	I	E	E	E	E	E	E	I	-	-
12	I	I	I	I	E	E	E	E	-	-	-	I	-
13	I	I	I	I	NI	I	I	I	E	-	-	-	-
14	I	I	E	I	E	I	I	I	NI	I	I	I	-
15	I	I	I	I	NI	I	A	I	I	I	I	I	-
16	I	A	I	E	E	E	E	A	A	E	A	I	-
17	I	I	I	A	NI	I	I	I	I	I	I	I	-
18	I	I	I	I	NI	I	I	I	E	I	I	NI	-
19	A	I	E	I	I	I	I	E	I	E	NI	I	-
20	I	I	E	I	I	I	E	I	E	I	NI	I	-
21	I	I	I	I	-	-	-	-	-	-	-	-	-
22	I	I	A	I	E	I	I	E	E	I	A	I	-
23	I	I	I	I	-	I	E	I	I	I	I	NI	-
24	-	-	-	-	-	E	A	I	-	-	-	-	-
25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

9.3 – Anexo 3: Planeamento Anual

I – ETAPA – Avaliação Inicial						
<i>De 15 Setembro a 6 Novembro</i>						
Semana	Aula	Data	Espaço	Função Didáctica	Objectivos	Matéria
1	1 e 2	15/09/09		Observação	Avaliação Inicial	
1	3	18/09/09		Observação	Avaliação Inicial	
2	4 e 5	22/09/09		Observação	Avaliação Inicial	
2	6	25/09/09		Observação	Avaliação Inicial	
3	7 e 8	29/09/09		Observação	Avaliação Inicial	
3	9	2/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
4	10 e 11	6/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
4	12	10/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
5	13 e 14	13/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
5	15	16/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
6	16 e 17	20/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
6	18	23/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
7	19 e 20	27/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
7	21	31/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
8	22 e 23	3/11/09		Observação	Avaliação Inicial	
8	24	6/11/09		Observação	Avaliação Inicial	
I – ETAPA – Avaliação Inicial						
<i>De 15 Setembro a 6 Novembro</i>						
Semana	Aula	Data	Espaço	Função Didáctica	Objectivos	Matéria
1	1 e 2	15/09/09		Observação	Avaliação Inicial	
1	3	18/09/09		Observação	Avaliação Inicial	

2	4 e 5	22/09/09		Observação	Avaliação Inicial	
2	6	25/09/09		Observação	Avaliação Inicial	
3	7 e 8	29/09/09		Observação	Avaliação Inicial	
3	9	2/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
4	10 e 11	6/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
4	12	10/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
5	13 e 14	13/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
5	15	16/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
6	16 e 17	20/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
6	18	23/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
7	19 e 20	27/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
7	21	31/10/09		Observação	Avaliação Inicial	
8	22 e 23	3/11/09		Observação	Avaliação Inicial	
8	24	6/11/09		Observação	Avaliação Inicial	

ETAPA II - Aprendizagem e Desenvolvimento*De 10 de Novembro a 26 de Março*

Semana	Aula	Data	Espaço	Função Didáctica	Objectivos	Matéria
9	25 e 26	10/11/09	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Desenvolver velocidade, coordenação, mobilidade, força, resistência aeróbia, flexibilidade e equilíbrio.	Desenvolvimento Capacidades Físicas
9	27	13/11/09	G2	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Conhecer e aplicar as regras dos jogos, adequar as suas acções ao objectivo do jogo	Jogos Pré-Desportivos
10	28 e 29	17/11/09	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Conhecer e aplicar as regras dos jogos e do torneio "Bola ao Capitão", adequar as suas acções ao objectivo do jogo. Realizar e aperfeiçoar os elementos técnicos Passe/recepção com a parte interna do pé e realizar exercícios de manipulação de bola e condução de bola (raparigas).	Jogos Pré-Desportivos e Futebol
10	30	20/11/09	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Realizar exercícios de Manipulação da bola.	Voleibol
11	31 e 32	24/11/09	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Realizar e aperfeiçoar o rolamento à frente e à retaguarda, iniciar a aprendizagem da roda e Pino de Cabeça, desenvolvimento da posição de flexibilidade, espargata.	Ginástica solo
11	33	27/11/09	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Realizar corrida de resistência aeróbia; Saber o que é frequência cardíaca como se mede e em que locais do corpo a podemos medir.	Atletismo
12	34	4/12/09	G1	Condução e demonstração de novas	Desenvolver velocidade, coordenação,	Desenvolvimento

				aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	mobilidade, força, resistência aeróbia, flexibilidade e equilíbrio.	Capacidades Físicas
13	35	11/12/09	G3	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Realizar corrida de resistência aeróbia; Aprofundar a informação sobre Frequência Cardíaca	Atletismo
14	36 e 37	15/12/09	G2 e G3	Auto-Avaliação		
14	38	18/12/09	G3	Festa de Natal		
Final 1º Período						
15	39 e 40	5/01/10	G2 e G3	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Realizar e aperfeiçoar o elemento técnico da condução de bola e remate. Aprendizagem dos elementos técnicos do passe e da posição base.	Futebol e Voleibol
15	41	8/01/10	G3	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Conhecer e aplicar a técnica de corrida de estafetas	Atletismo
16	42 e 43	12/01/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Desenvolver a posição de Flexibilidade, ponte. Aperfeiçoamento do rolamento à frente e à retaguarda. Conhecer e aplicar fundamentos técnicos do salto de eixo no Boque e Marcha à frente e atrás olhando em frente Marcha na ponta dos pés, atrás e à frente na trave.	Ginástica de Solo e Aparelhos
16	44	15/01/10	G2	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão	Conhecer e aplicar os fundamentos técnicos da pega e do Batimento	Ténis
17	45 e 46	19/01/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Realizar e aperfeiçoar a aprendizagem da roda e do Pino de Cabeça. Aprendizagem da posição do Avião. Iniciar a aprendizagem do rolamento, batimento e lançamento da Bola.	Ginástica de Solo e Rítmica
17	47	22/01/10	G2	Condução e demonstração de novas	Conhecer e aplicar os fundamentos	Badminton

				aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	técnicos da pega e o Batimento	
18	48 e 49	26/01/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Aperfeiçoar os elementos técnicos do passe, recepção, remate e condução de bola. Aperfeiçoar os elementos técnicos do passe e da posição base.	Futebol e Voleibol
18	50	29/01/10	G2	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Executar exercícios de imitação e saltos. Realizar exercícios de acordo com Musica	Dança
19	51 e 52	02/02/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Realizar exercícios de Manipulação e adaptação à bola. Iniciar o passe e a recepção,	Râguebi
19	53	05/02/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Executar exercícios de imitação e saltos. Realizar exercícios de acordo com Musica	Dança
20	54 e 55	09/02/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Conhecer e realizar os fundamentos técnicos do arremesso da Bola. Conhecer e aplicar em situação de jogo condicionado as principais regras. Conhecer e executar a sinaléticas de arbitragem	Atletismo e Futebol
20	56	12/02/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Conhecer e aplicar os fundamentos técnicos da técnica de tesoura no salto em altura.	Atletismo
21	57	19/02/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão	Capacidades Físicas	Aula Teórica
22	58 e 59	23/02/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Saltar à corda no lugar e em progressão. Conhecer e aplicar os fundamentos técnicos do salto em Extensão e Engrupado no Mini-	Ginástica Rítmica e de Aparelhos

					trampolim		
22	60	26/02/10	G1	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Realizar e consolidar os gestos técnicos, passe e recepção. Realizar o jogo do Bitoque e TAG Râguebi	Râguebi	
23	61 e 62	2/03/10	G2 e G3	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Executar e consolidar os gestos técnicos do passe, posição base, situações de jogo reduzido e condicionado 1x1. Conhecer e aplicar fundamentos técnicos do Salto em Comprimento.	Voleibol e Atletismo	
23	63	5/03/10	G3	Condução e demonstração de novas aprendizagens, prática guiada e o controlo da compreensão Feedback e correcção	Realizar e aperfeiçoar os fundamentos técnicos do salto de eixo no Boque e Marcha à frente e atrás olhando em frente Marcha na ponta dos pés, atrás e à frente na trave.	Ginástica de Aparelhos	
24	64 e 65	9/03/10	G2 e G3	Observação	Avaliação	Futebol e Voleibol	
24	66	12/03/10	G3	Observação	Avaliação	Ginástica de solo	
25	67 e 68	16/03/10	<u>Semana da Educação Física</u>				
25	69	19/03/10					
26	70 e 71	23/03/10	G1	Observação	Avaliação	Ginástica de solo e Fitness Gram	
26	72	26/03/10	G2	Auto-Avaliação			
Final 2º Período							

III – ETAPA – Desenvolvimento e Aplicação

De 13 de Abril a 21 de Maio

27	73 e 74	13/04/10	G1	Desenvolvimento e Aplicação	Consolidar o rolamento à frente e à retaguarda e roda. Posição de flexibilidade, Espargata. Aperfeiçoamento do salto engrupado no Mini-trampolim.	Ginástica de Solo e de Aparelhos
27	75	16/04/10	G2	Desenvolvimento e Aplicação	Criação de coreografias	Dança
28	76 e 77	20/04/10	G1	Desenvolvimento e Aplicação	Aperfeiçoamento das situações de jogo e regras do jogo. Aprendizagem das sinaléticas de arbitragem	Voleibol e Futebol
28	78	24/04/10	G2	Desenvolvimento e Aplicação	Aperfeiçoamento da pega e batimento e aprendizagem de jogos lúdicos	Tênis e Badminton
29	79 e 80	27/04/10	G1	Desenvolvimento e Aplicação	Aperfeiçoamento da técnica de tesoura no salto em altura e do salto em comprimento.	Atletismo
29	81	30/04/10	G2	Desenvolvimento e Aplicação	Aperfeiçoamento do TAG e Bitoque Râguebi.	Râguebi
30	82 e 83	4/05/10	G1	Desenvolvimento e Aplicação	Aperfeiçoamento do Pino cabeça e da roda. Iniciação do rolamento à frente no plinto Aperfeiçoamento da marcha à frente e atrás, marcha em bicos dos pés e iniciação do salto a pés juntos na trave baixa e da meia volta na trave.	Ginástica de Solo e de Aparelhos
30	84	7/05/10	G1	Desenvolvimento e Aplicação	Aperfeiçoamento da corrida de estafetas.	Atletismo
31	85 e 86	11/05/10	G1	Desenvolvimento e Aplicação	Aperfeiçoamento das situações de jogo e regras do jogo. Aprendizagem das sinaléticas de arbitragem	Voleibol e Futebol
31	87	14/05/10	G1	Desenvolvimento e Aplicação	Realização de jogos lúdicos	Badminton

32	88 e 89	18/05/10	G2 e G3	Desenvolvimento e Aplicação	Aperfeiçoamento da técnica de tesoura no salto em altura e do salto em comprimento. Aperfeiçoamento da pega e do batimento.	Atletismo e Ténis
32	90	21/05/10	G3	Desenvolvimento e Aplicação	Aperfeiçoamento do salto engrupado no Mini-trampolim.	Ginástica de aparelhos

IV – ETAPA – Desenvolvimento/Consolidação

De 25 de Maio a 18 de Junho

33	91 e 92	25/05/10	G2 e G3	Observação	Avaliação	Fitness Gram
33	93	28/05/10	G3	Observação	Avaliação	Ginástica de Solo e de Aparelhos
34	94 e 95	1/06/10	G2 e G3	Observação	Avaliação	Futebol e Voleibol
34	96	4/06/10	G3	Observação	Avaliação	Fitness Gram
35	97 e 98	8/06/10	G1	Observação	Avaliação	Râguebi, Ténis e Badmington
35	99	11/06/10	G2	Observação	Avaliação	Dança
36	100 e 101	15/06/10	G1	Observação	Avaliação	Atletismo
36	102	18/06/10	G2	Auto-Avaliação		

Final do Ano lectivo

9.4 – Anexo 4: Avaliação Sumativa

Quadro 11 - Avaliação Sumativa

Nº	Observ.	Nível
1	Participar de forma mais activa. Esforçar-se por melhorar as competências nas modalidades de Ténis e Badminton.	3
2	Melhorou na participação e relacionamento com os colegas. Esforçar-se por melhorar as competências nas diversas modalidades.	3
3	Esforçar-se por melhorar as competências nas modalidades de Ténis e Badminton.	4
4	Manter o nível de empenho e participação.	5
5	Manter o nível de empenho e participação conversar menos	4
6	Manter o nível de empenho e participação. Esforçar-se por melhorar as competências nas modalidades de Ginástica no solo, Ténis e Badminton.	5
7	Brincar, conversar menos e empenhar-se mais.	3
8	Manter o nível de empenho e participação. Moderar a conversa	4
9	Manter o nível de empenho e participação. Esforçar-se por melhorar as competências na modalidade do Atletismo.	5
10	Manter o nível de empenho e participação e moderar a conversa.	4
11	Melhorou ligeiramente o comportamento e empenho.	3
12	Continuar a melhorar na participação na aula.	3
13	Melhorar o relacionamento com os colegas e as suas atitudes na aula.	2
14	Melhorou o empenho. Conversar menos.	3
15	Melhorou a participação e empenho nas tarefas.	3
16	Manter o nível de empenho e participação. Esforçar-se por melhorar as competências nas modalidades de Ténis, Badminton e Futebol.	4
17	Continuar com o nível de desempenho e participação.	5
18	Esforçar-se por melhorar as competências na modalidade de Ginástica.	4
19	Esforçar-se por melhorar as competências nas modalidades de Ténis e Badminton.	3
20	Melhorou a participação. Esforçar-se por melhorar as competências nas modalidades de Ténis e Badminton.	3
21	Melhorou a participação e empenho. Melhorar as competências na modalidade de ginástica no solo.	3
22	Manter o nível de empenho e participação. Conversar menos. Esforçar-se por melhorar as competências nas modalidades de Ténis e Badminton.	4
23	Manter o nível de empenho e participação. Esforçar-se por melhorar as competências na Aptidão Física e nas modalidades de Ténis e Badminton.	3
24	Manter o nível de empenho e participação. Esforçar-se por melhorar as competências na Aptidão Física e nas modalidades de Ténis e Badminton.	3

25	Melhorar aptidão física e as competências nas modalidades de Ginástica, Tênis e Badminton.	4
26	Melhorou a pontualidade. Melhorar o empenho e participação na aula.	3
27	Melhorou a participação e o empenho. Melhorar as competências na modalidade de Ginástica.	3
28	Melhorou ligeiramente as atitudes com os colegas e professor	3
29	Moderar as atitudes na aula.	5

9.5 – Anexo 5: Ficha de Avaliação Formativa

Dimensões da Avaliação Formativa

Assiduidade Pontualidade:

F – O Aluno Faltou à aula;

FM – O aluno não trouxe o material necessário para a realização da aula;

A – O aluno fez aula mas chegou atrasado;

P – O aluno foi pontual;

Cooperação:

1. Não coopera.
2. Apresenta algumas falhas na cooperação.
3. Coopera com os companheiros nos exercícios;
4. Coopera com os companheiros nos exercícios, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo.
5. Coopera com os companheiros nos exercícios, escolhendo as acções favoráveis ao êxito pessoal e do grupo, admitindo as indicações que lhe dirigem e aceitando as opções e falhas dos seus colegas.

Empenho:

1. O aluno não se empenhou nem um pouco na aula;
2. O aluno revelou muito pouco interesse na realização das tarefas da aula;
3. O aluno revelou um interesse satisfatório na realização das tarefas propostas;
4. O aluno empenhou-se muito na realização das tarefas propostas mostrando já uma evolução;
5. O aluno esteve completamente empenhado na execução de todas as tarefas da aula, mostrando uma clara evolução;

Comportamento:

1. O aluno mostrou-se muito desatento na aula, mostrando desrespeito pelos colegas e professor;
2. O aluno mostrou muitos comportamentos de desvio;
3. Conseguiu cumprir minimamente as normas de conduta da aula, apresentando pouco comportamento de desvio;
4. O aluno não apresentou qualquer comportamento de desvio, cumprindo na totalidade as normas da aula;
5. Cumpriu todas as normas de conduta da aula, contruindo um bom clima de aula;

Aproveitamento:

1. O aluno não procurou atingir os objectivos definidos para a aula;
2. O aluno não conseguiu atingir os objectivos definidos para a aula;
3. O aluno atingiu os objectivos definidos para a aula com algumas incorrecções;
4. O aluno atingiu os objectivos propostos para a aula sem incorrecção;
5. O aluno atingiu os objectivos propostos para a aula sem dificuldade, mostrando evolução suficiente para passar para o nível seguinte;

Ficha de Avaliação Formativa

Data: __/__/__

Nº	Nome	Dimensões				
		Pontualidade/ Assiduidade	Cooperação	Empenho	Comportamento	Aproveitamento
1						
3						
4						
5						
7						
8						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
22						
23						
24						
25						

