



**Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física - Universidade de Coimbra**

**Relatório Final de Estágio de Mestrado em  
Ensino da Educação Física nos Ensino  
Básico e Secundário**

**Sérgio António da Silva Leite N.º 20083273**

**Coimbra 2010**



Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física - Universidade de Coimbra

# **Relatório Final de Estágio de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensino Básico e Secundário**

**Este relatório destina-se à obtenção do grau de Mestre em  
Ensino da Educação Física nos Ensino Básico e Secundário,  
pela FCDEF-UC, sob a orientação da**

**Professora Doutora Elsa Silva**

**Sérgio António da Silva Leite N.º 20083273**

**Coimbra 2010**

## **AGRADECIMENTOS**

A concretização do meu estágio só foi possível com a colaboração e orientação de várias pessoas. Deixo neste espaço os meus maiores agradecimentos a todos aqueles que contribuíram para a sua realização.

- Ao professor Fernando Leite, pela compreensão e paciência, por me transmitir novos conhecimentos, pelas sugestões, críticas, disponibilidade e por toda a ajuda fornecida que sem ele não seria possível.

- À Supervisora de Estágio Doutora Elsa Silva, pela transmissão de conhecimentos, pensamentos, directrizes e propostas enriquecedoras.

- Ao António Boloto e António Fernandes, meus colegas de Estágio, por todas as situações que passámos, dificuldades encontradas e bons momentos este ano que nos proporcionou.

- A todos os professores e funcionários da Escola Básica Castro Matoso pela compreensão e ajuda prestadas.

- Aos alunos, que contribuíram para a minha formação, pois sem eles o estágio não era possível.

- À minha família, por todo o apoio prestado nos diversos momentos.

- À minha esposa Patrícia, em especial, por me ajudar em todos os momentos ao longo deste processo formativo.

- Finalmente à minha filha, apesar de pequenina compreendeu (julgo) a minha ausência nos momentos mais críticos.

Obrigado a Todos!

## RESUMO

O presente trabalho tem como principal objectivo descrever e reflectir sobre todo o meu trabalho de Estágio Pedagógico na Escola Básica Castro Matoso, Oliveirinha – Aveiro, realizado no ano lectivo de 2009/2010.

O Estágio Pedagógico perspectiva dar uma vivência e bagagem profissional não de outra forma conseguida, elevando conhecimentos, passando teorias para a prática, aperfeiçoando o docente com esta experiência de prática pedagógica. É um dos mais importantes e marcantes momentos de formação de um docente, desenvolvendo e aprofundando vários factores formativos essenciais. Com ele, pude actualizar conhecimentos, aprofundar matérias ou estratégias metodológicas no ensino de Educação Física.

Encontrei algumas dificuldades iniciais ou necessidades de investigar ou actualizar saberes ao longo destes dois semestres, detectando lacunas que foram suprimidas no decurso do mesmo, face à minha vontade de finalizar com sucesso este Mestrado. Pude contar com os Orientadores da Faculdade, Doutora Elsa Silva, e da Escola, Professor Fernando Leite, e colegas de Estágio para todas as dúvidas sentidas e esclarecimentos pedidos. São uma mais-valia na superação de obstáculos.

É crucial o trabalho em grupo, sintonizado com o trabalho individual. Desta forma, foi assim que o meu Núcleo de Estágio, constituído por três estagiários, a meu ver, funcionou muito bem tendo em conta a vida pessoal e profissional de cada um. Além das aulas leccionadas e reuniões participadas, realizei a assessoria ao Director de Turma alargando conhecimentos e funções destes. Com os meus colegas de Estágio, elaborámos e implementámos os dois projectos da Unidade Curricular de Projecto e Parcerias Educativas. Desenvolvi competências que são úteis nesta profissão, enriquecendo-me a nível pessoal e profissional.

Neste processo, considero imprescindível um bom relacionamento profissional com todos os intervenientes educativos. De forma progressiva, estabeleci e mantive uma boa relação com Director, professores, alunos, funcionários da Escola/Agrupamento, Encarregados de Educação, entre outros.

As reflexões realizadas, muito contribuíram para a minha aprendizagem, pois meditei em acções que surtiram ou não efeitos, repensei estratégias de forma a fazer o melhor que podia e sabia em benefício dos alunos. Memorizei os erros cometidos para não os repetir, e tudo de bom que se passou neste período da minha vida.

Termino o ano com o sentimento de alegria e satisfação pelo sucesso do Estágio Pedagógico, apesar de trabalhoso, de grande esforço e dedicação da minha parte.

### **Palavras-Chave:**

Estágio Pedagógico; Ensino de Educação Física; Formação de Professores

## **ABSTRACT**

The main goal of this piece of work is to describe and reflect on my teaching practice at Escola Básica Castro Matoso, Oliveirinha – Aveiro in the school year 2009/2010.

The teaching practice gives you a professional background, which you could not get other way, it enlarges and improves your knowledge and turns theory into practice. It is one of the most important and striking moments of a teacher's formation, as it deepens essential formative factors. I could refresh knowledge; deepen subjects and strategies in teaching Physical Education.

I have found at the beginning some difficulties and needed to refresh my knowledge during these two semesters. However, my strong will on finishing successfully this Course made me surpass all my difficulties. To accomplish this task I could count with the help of my University supervisor, Master Elsa Silva and School supervisor, teacher Fernando Leite and also my teaching practice colleagues. They were always there to clarify my doubts and uncertainties. They were really helpful. Thanks to them I could overcome obstacles.

Group work, joined with individual work, is crucial. This is how I can describe my teaching practice group, which functioned very well considering the personal and professional life of the three of us. Besides teaching our classes and attending meetings, I also helped the Form Teacher, enlarging, thus, my knowledge about this kind of charge. My colleagues and I were involved in two projects from a Curricular Unit of the Educational Project. I have developed important skills, which are very useful in this profession, and thus, I could enrich both personal and professional.

During this process, I believe that a good relationship between all educational interposers is indispensable to the success. Progressively, I could maintain a good relationship with the school Principal, the teachers, the students, the staff, and students' parents, among others.

All reflections I have made have contributed to improve my teaching/learning skills. As I meditated on my actions, I have carefully thought of strategies in order to do my best, always on behalf of my students. I have memorized mistakes so that I do not repeat them in the future, but also keep the good moments in my mind.

I end this year with a feeling of great joy and satisfaction by the success of my teaching practice, although it was very hard, laborious and full of devotion.

### **Key words:**

Teaching Practice; Physical Education Teaching; Teachers' Formation

## ÍNDICE

Introdução .....	1
1. Expectativas Iniciais em Relação ao Estágio .....	3
2. Realidade Encontrada - a Escola .....	4
3. Relação com a Comunidade .....	5
3.1. Director, Subdirector e Adjuntos .....	5
3.2. Corpo Docente.....	5
3.3. Orientadores da Faculdade e da Escola.....	6
3.4. O Núcleo de Estágio .....	7
3.5. Os Alunos .....	7
4. Participação na Escola.....	8
4.1. Organização e Gestão Escolar .....	9
4.2. Projecto e Parcerias Educativas .....	9
4.2.1. Corta-Mato .....	10
4.2.2. Sarau de Finalistas.....	10
4.3. Outras actividades significativas participadas.....	11
4.3.1. MegaAtleta .....	11
4.3.2. Cicloturismo.....	12
5. Descrição da Actividade Desenvolvida.....	13
5.1. Planeamento.....	13
5.1.1. Planeamento Anual .....	14
5.1.2. Unidades Didácticas.....	15
5.1.3. Planificação de Aulas .....	15
5.2. Realização .....	17
5.3. Avaliação .....	18
5.4. Componente Ético-Profissional.....	20
6. Justificação das Opções Tomadas.....	21
7. Conhecimentos Adquiridos.....	22
8. Avaliação de Processos e Produtos.....	23
9. Reflexão .....	25
Conclusão .....	31
Referências Bibliográficas .....	35
Anexo 1	
Anexo 2	

## INTRODUÇÃO

O Relatório Final de Estágio que ora se apresenta surge no âmbito do segundo ano do Curso de Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade de Coimbra.

O Estágio Pedagógico é um espaço de construções significativas no processo de formação de professores. Fomenta a construção de conhecimentos e a aquisição de saberes, assim como uma actualização de informação.

O presente relatório é o culminar de todo um trabalho realizado ao longo do ano lectivo de 2009/2010 na Escola Básica Castro Matoso, Oliveirinha – Aveiro. Assim, o Estágio Pedagógico teve a supervisão e a orientação da Professora da Faculdade Doutora Elsa Silva e do Professor da Escola de Oliveirinha Fernando Leite.

Para este ano foi também fundamental o elo de ligação que se estabeleceu com o Núcleo de Estágio, composto pelo António Fernandes, pelo António Boloto e por mim. Isto porque, apesar de algumas dificuldades encontradas, o Núcleo trabalhou sempre em conjunto e articulação possíveis, formando uma boa equipa, conseguindo, por isso, superar todas as contrariedades.

O Estágio proporcionou-me uma experiência enriquecedora e gratificante, fortalecendo-me como professor, servindo para ampliar os meus conhecimentos.

Este relatório tem, então, como principal objectivo descrever todo o trabalho de Estágio desenvolvido este ano lectivo e, conseqüentemente, servir para eu reflectir na minha prática pedagógica, enquanto professor de Educação Física.

Deste modo, o presente documento conta com uma breve reflexão acerca das expectativas iniciais em relação ao estágio. Posteriormente, é feita uma descrição da realidade encontrada, assim como a relação com a comunidade, nomeadamente com o Director, com o Subdirector e Adjuntos,

com os orientadores da Faculdade e da Escola, com o núcleo de estágio, com os alunos e com os demais colegas.

Em seguida é referida toda a participação na escola, desde a organização e gestão escolar, passando pelos projectos e parcerias educativas, onde se destacam as actividades de Corta-mato, o Sarau de Finalistas ou as actividades do MegaAtleta e do Cicloturismo.

Para além do que foi mencionado anteriormente, há ainda a registar a descrição de toda a actividade desenvolvida, tal como o planeamento anual, quer das unidades didácticas, quer da planificação de aulas, a realização propriamente dita, a avaliação e a componente ético-profissional envolvidas em todo este processo.

Finalmente, é exposta a justificação das opções tomadas e ainda dada a conhecer uma reflexão acerca dos conhecimentos adquiridos e uma avaliação de processos e produtos.

Por último, mas não menos importante, e para finalizar este trabalho estão reservadas para a conclusão as considerações mais pertinentes deste tão trabalhoso, mas gratificante ano de Estágio.



## 1. EXPECTATIVAS INICIAIS EM RELAÇÃO AO ESTÁGIO

O estágio possui um papel de grande importância na formação de professores. Promove vivências diversificadas no âmbito escolar, actualizações ou troca de experiências.

Com a experiência de leccionação perspectivava que o estágio me fortaleça como professor e aumente as minhas “ferramentas” nas aulas, ampliando os meus conhecimentos.

Quando decidi realizar o estágio, dúvidas e receios surgiram sobre o mesmo e sobre a articulação dele com o meu trabalho. Uma expectativa significativa que tinha residia nessa articulação e tempo de execução de tarefas pretendidas. No entanto, as esperanças que depus neste curso, a vontade de vencer e de ultrapassar todas as dificuldades e muita motivação acrescida, fizeram com que prosseguisse.

Outra expectativa que trazia era a possibilidade de trocar experiências com os meus colegas no ensino da Educação Física, com vista a melhorar práticas pedagógicas.

Espero igualmente ter transmitido conhecimentos científicos aos alunos, bem como valores, regras, atitudes correctas de partilha, de cooperação e entreajuda, convívio harmonioso e ajudá-los a crescer como pessoas, enfim, formar bons cidadãos.

Tinha consciência que me esperava um ano trabalhoso, com maior ou menor dificuldade, porém com a colaboração dos meus colegas de grupo de estágio e com o apoio dos meus orientadores da Escola e da Faculdade, tudo iria correr pelo melhor.

O meu pensamento sempre se revelou positivo, no que concerne ao desempenho do meu grupo de estágio, uma vez que já nos conhecíamos e já realizámos trabalhos em conjunto.

Em relação aos orientadores, quer da Escola, quer da Faculdade, esperava pelos seus ensinamentos, pela sua disponibilidade e empenho, bem como pela sua ajuda nos momentos menos bons, o que se veio, de facto, a concretizar.

Dos professores de Educação Física e das restantes disciplinas da Escola de Oliveirinha, era meu desejo estabelecer uma boa relação e trocar experiências, que poderiam ser uma ajuda preciosa. Ansiava por uma articulação positiva das demais disciplinas com a realidade da Educação Física, e daí contribuir para o sucesso geral da escola e comunidade educativa.

Relativamente aos assistentes operacionais de acção educativa, gostaria igualmente de estabelecer um bom relacionamento e colaboração com eles em todas as tarefas.

A própria escola constituía um papel fulcral neste estágio, nomeadamente o Director, Subdirector e Adjuntos, contribuindo positivamente para o meu trabalho, aulas ou tarefas que teria de desempenhar.

Outro dos meus desejos era contribuir para fomentar a prática regular de exercício físico na vida estudantil, como actividade promotora da saúde, e fazer os alunos gostarem desta disciplina numa óptica de aumento da sua prática, participação, competição saudável e de colaboração.

Acreditava que o Estágio Pedagógico viesse, mais uma vez, confirmar que estou na profissão certa e que assim ampliasse saberes e motivações nesta profissão. Tudo isso se concretizou, superando mesmo as minhas expectativas.

## **2. REALIDADE ENCONTRADA - A ESCOLA**

O meu primeiro contacto com a Escola ocorreu durante as férias escolares. Fiquei desde logo com boa impressão das pessoas da freguesia pela simples amabilidade de indicar o caminho. Posteriormente, eu e os meus colegas deslocámo-nos para conhecer o estabelecimento de ensino, o seu Director e a respectiva equipa e ainda o Professor Orientador Fernando Leite. Receberam-nos muito bem, transmitindo-nos segurança e integração para o trabalho que vínhamos realizar. O Orientador Fernando Leite desempenhou sempre um papel preponderante na nossa integração. Deu-nos a conhecer a

escola, os recursos e espaços existentes, os professores e os assistentes operacionais da acção educativa.

A Escola oferece, no geral, boas condições materiais e infra-estruturas para as disciplinas e para a Educação Física.

### **3. RELAÇÃO COM A COMUNIDADE**

Para realizarmos um trabalho, necessitamos de uma relação com intervenientes capaz de pôr em prática o que perspectivamos. Necessitamos de conhecer as pessoas com quem vamos estar durante algum tempo. Nesse sentido procurei sempre um bom relacionamento, favorecendo-me no processo de integração e realização do trabalho que vinha fazer. Respeitei ideias, personalidades e opiniões de todos os intervenientes no processo educativo, valorizando-as como pessoas.

#### **3.1. Director, Subdirector e Adjuntos**

Felicito o Director e respectiva equipa pelas suas atitudes activas de colaboração com o Núcleo de Estágio em todos os momentos solicitados. Desde o primeiro contacto telefónico estabelecido com o Director até ao final da Prática Pedagógica a cooperação foi uma constante.

#### **3.2. Corpo Docente**

Encontrei um corpo docente disponível a cooperar e ajudar-se mutuamente onde todos têm um objectivo comum que é o sucesso do ensino de todos. Quase todos os elementos já se conheciam de anos anteriores na mesma Escola, o que favorece a comunicação, o à-vontade e a inter-ajuda.

Após o arranque do ano lectivo, passei rapidamente a conhecer o Grupo de Educação Física. Um grupo bem-disposto e simpático que dinamizou actividades e cooperou com o nosso Núcleo de Estágio, promovendo sempre a integração dos estagiários. Gostei bastante de ter trabalhado ao lado destes profissionais.

Nas reuniões em que participei, passei a conhecer melhor os professores dos meus alunos e ainda os outros colegas. Testemunhei que todos os docentes participam activamente em todo o processo de ensino com intuito do sucesso dos alunos.

O Conselho de Turma e Equipa Pedagógica da turma que leccionei fez um trabalho fantástico ao longo do ano, tendo em conta todas as condicionantes existentes com esses discentes.

Nunca senti qualquer despreço enquanto estagiário e professor de Educação Física. Pelo contrário, apoiaram-me, dando os seus préstimos, considerando esta disciplina importante no desenvolvimento do jovem, contribuindo positivamente para a sua aprendizagem.

Como elemento novo, fui paulatinamente ganhando a confiança dos docentes/funcionários com que trabalhei directa ou indirectamente. Acabo o ano lectivo com uma boa relação com todos os profissionais encontrados.

### **3.3. Orientadores da Faculdade e da Escola**

Um elo fundamental neste processo foi o nosso Orientador de Estágio, Professor Fernando Leite. Constituiu uma peça fulcral no sucesso deste trabalho. As suas indicações e orientações, juntamente com a sua experiência e a forma como nos acompanhava, foram sem dúvida uma mais-valia para nós estagiários e para mim em especial. Revelou-se uma pessoa bastante afável e disponível para nos ajudar.

A Orientadora da Faculdade, Doutora Elsa Silva, colaborou muito positivamente para a nossa prática educativa. Transmitiu-me que a minha postura calma e serena perante a turma era benéfica de forma a ir de encontro

às reais necessidades destes alunos. As suas opiniões foram sempre justas e com fundamento, contribuindo significativamente para a minha aprendizagem.

Todas as considerações e sugestões transmitidas foram sempre tidas em conta na minha prática pedagógica.

### **3.4. O Núcleo de Estágio**

Enquanto estagiários, já nos conhecíamos do ano anterior e já tínhamos trabalhado em conjunto. Considero que este grupo de estagiários demonstrou que é possível articular e cooperar uns com os outros com o mesmo fim. Tivemos uma colaboração mútua na prática pedagógica: planeamento, troca de impressões, partilha, concretização das actividades conjuntas, entre outras. A minha relação com os meus colegas de estágio foi óptima, tendo sido crescente ao longo do ano escolar.

A minha amizade com os meus colegas de estágio solidificou. Fomos um grupo que se conheceu melhor e aprendeu a conviver e a ajudar-se reciprocamente, contando para isso a inúmeras horas passadas em conjunto.

Estive sempre confiante no desempenho do meu grupo. Sinto-me muito satisfeito com este grupo de colegas. Complementámo-nos ao longo destes meses.

### **3.5. Os Alunos**

Os alunos manifestaram, por vezes, comportamentos pouco disciplinados, pelo que alguns tendiam a perturbar as aulas. Esta situação tornou-se mais evidente sempre que se aproximavam as interrupções lectivas. Porém, de um modo geral, verificou-se um relacionamento salutar entre os intervenientes (professor/alunos), pelo que as situações de indisciplina foram resolvidas no imediato, verificando-se desta forma o bom funcionamento geral das aulas.

A nível motor apresentaram algumas carências e dificuldades, contudo, todos aqueles que se empenharam e esforçaram, evoluíram ao longo do ano lectivo de forma notável. Outros porém, talvez pelas baixas expectativas que possuem relativamente ao seu sucesso escolar, registaram algumas aquisições, devido em parte ao incentivo constante que sempre tentei transmitir, mas poderiam evoluir de forma mais satisfatória.

#### **4. PARTICIPAÇÃO NA ESCOLA**

O processo de Estágio em que estive envolvido implicou que participasse e intervisse activamente na escola. Pelas minhas acções individuais e conjuntas, julgo que contribuí positivamente na cooperação das actividades que me foi possível desenvolver. Nelas, procurei ser dinâmico, procurando sempre o meu melhor desempenho.

Nestes intercâmbios, desenvolvi competências e habilidades que me serão úteis no futuro. Por exemplo, os projectos realizados pelo Núcleo permitiram-me alargar capacidades no que concerne à preparação e concepção de eventos, coordenando com vários grupos disciplinares ou gerindo/angariando recursos materiais.

Ao longo do ano, participei nas reuniões de Equipa Pedagógica e Conselho de Turma e de Departamento de Expressões, o que me fez conhecer melhor o funcionamento destas. Realizei a assessoria ao Director de Turma, acompanhando-o e apoiando-o, aprofundando o meu conhecimento, como no lançamento de presenças e faltas na plataforma informática da escola, saber do processamento de envio de cartas para os Encarregados de Educação ou simplesmente elaboração de actas de Direcção de Turma.

#### **4.1. Organização e Gestão Escolar**

Este trabalho caracterizou-se pela assessoria ao cargo de Director de Turma que foi realizado na minha turma. Foi ainda possível assessorar a turma do nono B no que concerne ao lançamento de presenças e faltas na plataforma informática, existente no estabelecimento de ensino, sob orientação do professor Fernando Leite.

Trabalhei em parceria, realizando tarefas de controlo de assiduidade e pontualidade, consultando documentos relativos aos alunos e colaborando na caracterização da turma, cooperando na elaboração de planificações e avaliações. Também participei nas reuniões, observei/organizei processos de revisão conjunta da prática educativa, participei na tomada de decisões, ajudando e apoiando o trabalho, confirmando e/ou sugerindo recursos, de forma a promover condutas ou comportamentos aceitáveis e assinalando os menos apropriados. Não esquecendo de fomentar a educação para a cidadania, formação cívica, partilha e respeito pelo outro.

Esta tarefa foi uma experiência enriquecedora para mim, onde adquiri um conjunto de saberes que certamente me serão úteis no futuro.

#### **4.2. Projecto e Parcerias Educativas**

Esta unidade curricular fez o nosso Núcleo de Estágio estabelecer várias parcerias, envolver várias áreas e unir esforços para realizarmos os projectos a que nos propusemos. Para mim foram experiências fantásticas, que contribuíram sem dúvida para o meu enriquecimento e evolução do meu conhecimento.

#### **4.2.1. Corta-Mato**

Esta foi a primeira actividade desenvolvida pelo Núcleo de Estágio no seio da comunidade escolar, destinada a todos: alunos, professores e funcionários. Foi realizada a dezassete de Dezembro de dois mil e nove.

Verificámos uma forte adesão dos alunos na participação do Corta-Mato. Aqueles evidenciaram bastante satisfação na sua realização. Também alguns docentes e uma assistente operacional da acção educativa participaram nesta actividade.

Estivemos bastante empenhados na sua organização, preparação e concretização e ainda a respectiva arrumação. Os alunos, turma e vencedores foram premiados (ver anexo1).

O Corta-Mato gerou satisfação nos participantes, incrementando o interesse pela prática desportiva, para agrado do grupo de estágio de Educação Física, que tudo fez para o sucesso deste evento. Foi uma manhã envolvida em movimento e alegria. Sendo a minha primeira actividade desenvolvida neste âmbito, senti que conseguimos superar todos os objectivos.

#### **4.2.2. Sarau de Finalistas**

A segunda actividade de Projecto e Parcerias Educativas foi o Sarau de Finalistas realizado a vinte e seis de Março de dois mil e dez.

Todo o trabalho e organização ficaram a cargo do Núcleo de Estágio de Educação Física (ver anexo1). Envolvermos os intervenientes necessários, recebendo grande envolvimento por parte de todos os solicitados, alunos, professores, formadores dos cursos de educação e formação, assistentes operacionais da acção educativa, direcção da escola, Junta de Freguesia de Oliveirinha e Câmara Municipal de Aveiro, em comunicação com os Encarregados de Educação.



Após toda a organização, seguiram-se dois dias de intensa preparação, nomeadamente na decoração do pavilhão, no dia anterior e no próprio dia da Festa.

Realço a perfeita sintonia durante toda a festa que tivemos. Cada qual com as suas tarefas, ajudando-nos e apoiando-nos mutuamente, por vezes sem palavras, por gestos, fruto de uma excelente organização.

Quando decidimos partir para esta actividade, senti alguns receios de a pôr em prática. Pela envolvência que ela gerava, pelos contactos e pontes que tínhamos que fazer, pelas “falhas” que podiam ocorrer, estando presentes vários elementos da comunidade educativa, nomeadamente alunos finalistas e pais/encarregados de educação. Contudo, ao longo do tempo de preparação esses receios foram desvanecendo, substituídos por alguma ansiedade da chegada do momento.

Nos dias que antecederam ao evento, cresceu um pouco de *stress* em mim, tal era a preocupação e roda-viva que andava. Este *stress* só se extinguiu quando foi dada como terminada a actividade. Aos receios, *stress* ou preocupação que manifestava, deu-se lugar a um sentimento de enorme felicidade e satisfação pela concretização e sucesso desta actividade.

Considero este momento o auge do nosso Núcleo de Estágio.

### **4.3. Outras actividades significativas participadas**

Além das actividades por nós desenvolvidas no âmbito do Estágio Pedagógico, participámos ainda noutras actividades levadas a cabo na escola, nomeadamente a actividade MegaAtleta e Cicloturismo.

#### **4.3.1. MegaAtleta**

Nesta actividade, cooperámos com o grupo de Educação Física no que concerne à selecção dos alunos por turma para a participação do projecto

“MegaAtleta”. Esta englobava o “MegaQuilómetro”, “MegaSalto” e “MegaSprinter”. O “MegaQuilómetro” consistia numa corrida de 5000 metros. O “MegaSalto”, salto em comprimento e o “MegaSprinter”, percorrer 40 metros em velocidade. Registei os resultados, apurando os alunos com melhores marcas, transmitindo à docente responsável. Os alunos com melhores prestações foram seleccionados de forma a dar continuidade ao evento na escola e entre alunos de vários estabelecimentos de ensino.

#### **4.3.2. Cicloturismo**

Esta actividade, inserida no dia do Agrupamento, fez envolver o Núcleo de Estágio de Educação Física durante todo o dia, trinta de Abril de dois mil e dez.

Após o convite da parte do grupo de Educação Física, coube aos estagiários a dinamização de parte da actividade. Tal como as outras actividades educativas, preparámos esta actividade minuciosamente. Depois da reflexão e planificação em dias anteriores, reunimo-nos na véspera, quinta-feira, ao final da tarde, quando o pavilhão está já sem actividades lectivas e sem prestar serviço à comunidade, para preparar a actividade. Assim, procedemos à caracterização do pavilhão, nomeadamente com cartazes e jogos. Já no dia da actividade, ao nascer do Sol, verificámos os últimos preparativos. Organizámos os grupos de alunos participantes e iniciámos o Cicloturismo. Os alunos iniciaram a participação nesta actividade com a visualização de um filme no pavilhão sobre a preservação do ambiente. De seguida, reunimos e agrupámos os alunos com as bicicletas, iniciando a viagem neste meio de transporte até à escola básica do primeiro ciclo (EB1 de Nariz) mais distante e pertencente a este Agrupamento de Escolas de Oliveirinha (ver anexo1). Entretanto, eu e os meus colegas de estágio arrancámos para a escola referida a fim de preparar os jogos e recepção dos alunos. Delimitamos a área, conferindo segurança aos participantes e organizámos as estações com os respectivos jogos. Reflectimos sobre todo o

funcionamento e circulação dos grupos. Quando chegou toda a comitiva, houve tempo para os aglomerar para almoçar num piquenique. Após algum tempo chamámos os discentes, transmitindo a composição dos grupos. Iniciámos com os jogos. Os alunos foram circulando adequadamente pelas estações realizando-as com sucesso. Alguns grupos conseguiram finalizar os jogos mais rapidamente, passando para a estação seguinte, tendo que aguardar uns segundos para iniciar a seguinte. Findo os jogos, procedemos à análise dos resultados e após reunirmos os participantes transmitimos os vencedores. Foram premiados os vencedores e participantes. Também premiámos os participantes das escolas do primeiro ciclo do ensino básico.

Foram cumpridos os objectivos fixados para este evento, tendo sido positivo para nós participar na organização deste, enriquecendo-nos como docentes. O Grupo de Educação Física felicitou-nos pelo nosso contributo.

Fiquei muito satisfeito com o sucesso do Cicloturismo. Considero muito positivo a articulação de diferentes ciclos, da participação de alunos do terceiro e segundo ciclos com alunos do primeiro ciclo do ensino básico.

## **5. DESCRIÇÃO DA ACTIVIDADE DESENVOLVIDA**

### **5.1. Planeamento**

Planificar, referido por Bento (2003, p.15), “significa planear as componentes do processo de ensino e aprendizagem nos diferentes níveis da sua realização; significa aprender, o mais concretamente possível, as estruturas e linhas básicas e essenciais das tarefas e processos pedagógicos”.

É importante traçar objectivos prévios, metas a alcançar, fazer uma previsão que funcionará como guia orientador, moldável e adaptável aos momentos de aplicação. Uma planificação minuciosa é necessária, não se podendo permitir que todas as aulas se desenrolem ao acaso da improvisação.

Albuquerque, citado por Marques *et all.* (1997, p.122), refere que o planeamento não é um exercício de adivinhação, mas sim de uma reflexão

previsional, que pode tornar possível o processo de interpretação dos programas, o processo de descoberta de relações essenciais entre objectivos, conteúdos e métodos, na tentativa de alcançar as metas definidas.

### **5.1.1. Planeamento Anual**

No início do ano lectivo, elabora-se o plano anual que constitui o primeiro passo do planeamento e preparação do ensino (Bento, 2003, p. 67).

Uma das tarefas mais exigentes para mim foi todo o planeamento: o anual, o das unidades didácticas ou das aulas, já que tive que tomar decisões ao nível do ensino, da preparação e estruturação da intervenção pedagógica.

Realizei o planeamento a partir de uma análise atenta dos alunos e da escola, de uma reflexão crítica das indicações programáticas, em comunicação estreita com o Núcleo de Estágio, Orientador Professor Fernando Leite e grupo de Educação Física. Tive em conta recursos disponíveis e calendarização escolar. Orientei para o que considerei ser essencial e passível de ser posto em prática com esta turma neste estabelecimento e ensino.

Senti algumas dificuldades na elaboração do Planeamento Anual, pela enorme importância que ele tem e também falta de alguma experiência da minha parte.

No início do ano escolar e na elaboração do Planeamento Anual, decidimos definir momentos de avaliação sumativa nas Unidades Didácticas leccionadas, além das avaliações diagnósticas. Foram avaliadas as prestações dos alunos até àquela data programada e daí fez-se a análise dos resultados e foram tiradas conclusões. Estas constam nos registos de avaliação e serviram para beneficiar o aluno no sentido de informar quais os conteúdos apreendidos, a manter e aqueles a melhorar, tal como as avaliações formativas, intercalares realizadas.

### **5.1.2. Unidades Didáticas**

As Unidades Didáticas são partes essenciais do programa de uma disciplina, constituindo unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico, apresentando aos professores e alunos etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem (Bento 2003, p. 75).

Na elaboração das Unidades Didáticas procurei contemplar objectivos de vários domínios, como cognitivo, sócio-afectivo ou psicomotor, visando o desenvolvimento multilateral do aluno e da sua personalidade. Foi sempre uma preocupação o incremento de regras disciplinares através das várias modalidades, tendo em conta a turma.

As Unidades Didáticas adoptadas foram decididas em reunião com o grupo de Estágio de Educação Física e o Orientador Professor Fernando Leite. Tiveram como base o Plano Anual da Escola e os programas do Ministério da Educação, o calendário escolar, as infra-estruturas, os materiais disponíveis na escola, a caracterização dos alunos e o valor educativo das modalidades.

### **5.1.3. Planificação de Aulas**

A planificação diária foi efectuada com a preocupação de pesquisar e apresentar situações que desafiassem os alunos, envolvendo-os num maior tempo de prática, elevando o tempo de empenhamento motor e de aprendizagem. Também foi no sentido de reduzir as possibilidades dos mesmos provocarem comportamentos desadequados. No planeamento das aulas recorri a exercícios analíticos para ajudar os alunos e superar dificuldades. No entanto, procurei que as sessões tivessem ou culminassem com o jogo de acordo com a Unidade Didáctica, motivando os discentes e aplicando regras de conduta através de regras das modalidades (ver anexo2).

As aulas foram estruturadas, em articulação com o Orientador de Estágio, para serem abordadas ao longo de grande parte do ano lectivo. Esta disposição teve como base a caracterização da turma e as avaliações

diagnósticas, *roulement*, objectivo de motivar os alunos, empenhando-os em todas as modalidades e acompanhar a evolução do aluno ao longo do ano. Neste sentido, esta forma de trabalho surtiu o efeito pretendido.

Após se analisar e reflectir sobre as aulas teóricas, chegou-se à conclusão que não existiriam aulas exclusivamente teóricas, salvo se surgissem imprevistos, privilegiando-se sempre a actividade prática. Esta escolha teve como base aspectos relacionados com os alunos e o curso em questão, nomeadamente sessões sem regressar às salas de aula ou simplesmente horário da disciplina, não descurando a importância da teoria. Esta foi sendo transmitida durante o ano lectivo no decorrer das aulas. Os momentos dos testes escritos foram no pavilhão, antes da actividade física (ver anexo2).

No final de cada aula realizei a respectiva reflexão, pois, como refere Bento (2003, p.190), “a reflexão posterior sobre a aula constitui a base para um reajustamento na planificação das próximas aulas, uma vez que proporciona uma definição mais exacta do nível de partida e procede a balanços que devem ser tomados em conta na futura planificação e organização do ensino”.

As reflexões daí resultantes contribuíram para meditar, analisar e fazer uma introspecção acerca da minha intervenção pedagógica. Também contribuíram positivamente as informações provenientes dos restantes estagiários e orientador e as reflexões das aulas que observei.

Senti dificuldades iniciais no funcionamento de algumas aulas. Nomeadamente na modalidade Ginástica, senti por vezes dificuldades na sua realização, pois tive que gerir diferentes motivações e disciplina. Fui experimentando várias estratégias de organização e gestão dos alunos na aula. Aquela que se adequou melhor foi quando optei pela realização simultânea de duas modalidades. Exigiu-me mais mobilidade e supervisão dos alunos.

## 5.2. Realização

Depois de conhecer a Escola, reunir com o Núcleo de Educação Física, analisar conteúdos e matérias, chegou o início da actividade lectiva, fase muito motivante para mim. O contacto com os alunos na aula de apresentação foi a minha primeira oportunidade para criar boa impressão, neste processo de ensino-aprendizagem. Preparei-me para este encontro de forma a transmitir uma boa imagem aos alunos que teria que lidar durante o ano lectivo. Foi importante na primeira aula transmitir regras de funcionamento das aulas de Educação Física de forma a garantir o maior sucesso possível no processo de ensino.

Ao longo das sessões, fui-me adaptando aos alunos de modo a lidar com eles da melhor forma, não sendo demasiado rígido ou demasiado permissivo. No entanto, a minha atitude perante a disciplina foi de extremo rigor. Dialoguei muito com eles de forma a que juntos superássemos as dificuldades surgidas.

As actividades propostas envolveram um forte clima de cooperação, entreajuda e espírito de grupo. Incuti hábitos, rotinas e formas de estar nos alunos para que o funcionamento das aulas fosse alcançado. Como tal, o relacionamento entre alunos e professor foi crescente e vantajoso. Neste campo afectivo do relacionamento com os alunos, julgo que foi muito bom e tenho dúvidas que se poderia ser melhor.

Uma das minhas principais preocupações debateu-se com a disciplina. Apresentei várias estratégias para ultrapassar tal situação, como direccionar as aulas para situações lúdicas, propondo actividades que os atraíssem, promover competição de forma natural aumentando o empenho dos alunos. Apostei na transmissão de *feedbacks* positivos, para que os alunos se sentissem premiados pelo seu esforço e reduzi a transmissão excessiva de informação, dadas as características especiais daqueles. Criei situações de aprendizagem em que os alunos estivessem constantemente em actividade, uma vez que julgo que é um dos melhores meios de melhorar o clima da aula. Estas foram algumas estratégias encontradas que surtiram efeitos positivos.

Durante as aulas, foi uma preocupação constante a transmissão de forma correcta e científica das matérias apontadas, utilizando estratégias adequadas. Na comunicação da informação, a minha linguagem foi clara, com a preocupação de não consumir muito tempo de aula. Tentei que o meu posicionamento e circulação fossem os mais adequados possíveis, de forma a estar com atenção ao rendimento dos alunos e a emitir respectivos *feedbacks* frequentemente, verificando o seu efeito e fechando o ciclo de *feedback*. No entanto, tenho a noção que no início do ano escolar a transmissão de *feedbacks* poderia ter sido maior. Situação que resolvi no decurso do ano. No desenvolvimento do ano, ajustei aulas de forma a ir ao encontro dos alunos. Julgo que posso evoluir mais no que concerne a este aspecto. Foi minha intenção elaborar aulas motivantes, com elevado tempo de empenhamento motor e de aprendizagem. Cativar alunos para a actividade física, reforçando regras e disciplina nos jovens, combatendo conflitos, pois o professor encontra-se numa posição particularmente vantajosa em relação aos conflitos motivacionais, porque, para além dos pais, tem a oportunidade única de observar o jovem durante tantas horas e numa variedade tão grande de situações (Sprinthall ,N. e Sprinthall, R., 1993, p.521).

### **5.3. Avaliação**

A avaliação desempenha um papel importantíssimo no processo de ensino e aprendizagem. Como refere no Despacho Normativo n.º 1/2005 do Ministério da Educação, a avaliação constitui um instrumento que regula as aprendizagens, orienta o percurso escolar e certifica as diversas aquisições realizadas pelo aluno ao longo do ensino.

Permite recolher de forma contínua informações, que posteriormente analisadas, apoiam a tomada de decisões relativa à promoção das aprendizagens podendo melhorar a qualidade de ensino. É um instrumento didáctico-metodológico importantíssimo na orientação pedagógica, pois apoia o



processo educativo, verifica aprendizagens e competências adquiridas e contribui para melhorar a qualidade do sistema educativo.

A par com a planificação e realização do ensino, a análise e avaliação são apresentadas como tarefas centrais de cada professor (Bento, 2003 p.174).

O acto de avaliar foi uma tarefa que muito trabalho me exigiu. Sistemáticamente, reflecti sobre a minha actividade desenvolvida, conduzindo-me a efectuar as alterações e ajustamentos necessários de forma a contribuir para o sucesso do processo de ensino–aprendizagem.

Nas Unidades Didácticas foram executados as avaliações diagnósticas, formativas e sumativas, ocorridas em diferentes momentos. Analisei conteúdos em situações analíticas e/ou em situações de jogo, realizando todas as avaliações previstas.

A avaliação diagnóstica permitiu-me traçar um diagnóstico, detectar carências, classificar segundo níveis de aprendizagem, redefinir a extensão e sequência dos conteúdos. Também a avaliação formativa teve esse objectivo, direccionando o meu trabalho. A avaliação sumativa, com carácter mais formal, nos momentos determinados, também orientou e direccionou o trabalho, permitindo estruturar o ensino para os discentes alcançarem o sucesso.

Ao longo das aulas, procurei considerar a aprendizagem e evolução dos alunos, além dos momentos determinados a avaliar, de forma a ser o mais justo possível na classificação, traduzindo o melhor desempenho dos discentes. Esta forma de avaliar permitiu-me um acompanhamento e conhecimento próximo das prestações dos alunos. Permitiu moldar as aulas de forma a ir ao encontro das necessidades da turma. Assim, penso que foi muito positiva estas formas de avaliar o discente.

Senti dificuldades iniciais no registo de avaliação na Ginástica, por não conhecer os alunos e gestão de motivação e disciplina. Ao longo do ano esta situação foi resolvida.

Concluindo, a avaliação é processo contínuo de forma a acompanhar e fazer ultrapassar dificuldades encontradas e fazer evoluir os discentes. Nesse

âmbito, durante o ano registei e analisei prestações dos alunos, ajustando o planeamento às reais necessidades dos mesmos sempre que necessário.

#### **5.4. Componente Ético-Profissional**

A componente ético-profissional gira em torno de princípios, valores, regras de conduta, orientando para acções de regras de bem. A componente ética é relevante para a prática pedagógica, pois o docente é um veículo de transmissão de informações, conhecimentos e de modelo para alunos.

Ao longo do Estágio, julgo ter tido um comportamento adequado, demonstrando, através de diálogos ou acções, uma conduta de integridade, imparcialidade e respeito para com todos. Procurei sempre relacionamentos e interacções profissionais éticas e objectivas, privilegiando relações de elevado grau de ética e integridade, nomeadamente com o Director, nas reuniões que estive presente ou nas aulas que leccionei ou observei. Cooperei com os docentes de forma aos alunos ultrapassarem dificuldades e na busca constante de meios de as superar. Esta interacção foi muitas vezes no sentido de resolver problemas escolares e extra-escolares associados aos discentes, que acabam por ter influência na sua aprendizagem, motivação e expectativas. Procurei transmitir de forma clara os conhecimentos aos alunos, ajudando-os sempre nas suas aprendizagens. Também pretendi difundir uma boa imagem de profissionalismo, já que os docentes são sempre uma referência para todos ou quase todos discentes. Face a estes, tentei ter uma ligação afectiva que proporcionasse um sentimento de confiança, de carácter confidencial.

Com os demais funcionários da escola, uma atitude de cordialidade e respeito pelas suas opiniões e funções.

Uma atitude de extremo profissionalismo com os Encarregados de Educação, parte importante neste processo de ensino. Também uma imagem de profissionalismo com outros elementos da comunidade educativa, nomeadamente, Presidente da Junta de Freguesia de Oliveirinha e seus representantes.

## 6. JUSTIFICAÇÃO DAS OPÇÕES TOMADAS

Durante o ano lectivo foram tomadas opções no processo de ensino. Assim, analisei as modalidades a abordar, de acordo com a caracterização da turma, com as possibilidades oferecidas pela Escola, programas do Ministério da Educação, Projecto Educativo e Planeamento Anual da Escola e tendo como referência a calendarização escolar e espaços disponíveis e rotação de espaços pelo grupo de Educação Física.

Das opções tomadas, destaco, em articulação com o meu Orientador de Estágio e tendo em conta características da turma, o facto de leccionar duas modalidades na mesma aula. O objectivo primordial foi ir ao encontro das necessidades e expectativas dos alunos, motivando-os para as aulas de Educação Física, o que se veio a verificar. Também, parti inicialmente para modalidades que gostavam mais de forma a elevar o empenhamento deles.

Outra opção tomada, com a orientação do Professor Fernando Leite, foi não existirem aulas exclusivamente teóricas, salvo se surgissem imprevistos, privilegiando assim a actividade prática. Esta escolha teve como base as expectativas dos alunos, assim como sessões sem regressar às salas de aula ou simplesmente horário da disciplina, não descurando nunca a importância da teoria. Esta foi sendo transmitida ao longo do ano lectivo no decorrer das aulas. Os momentos dos testes escritos foram no pavilhão, antes da actividade física da aula.

Como ponto de referência traçado no início do ano, os conteúdos propostos nas modalidades colectivas seriam abordados de forma contextualizada em relação às situações de jogo. No entanto, poderiam ser exercitados de forma analítica, tendo em atenção da sua utilidade em situação jogada.

Outra preocupação prendeu-se com o facto do trabalho desenvolvido progredir consoante a evolução dos alunos. As Unidades Didácticas poderiam sofrer alterações, reformulações caso fosse necessário, em benefício dos alunos.

Durante as aulas, procurei proporcionar tarefas adequadas aos discentes, tendo em conta os seus níveis, ajudando-os a evoluir e garantindo-lhes, por exemplo, o tempo necessário de execução para a sua aprendizagem. Acompanhei de perto dificuldades e progressões de cada aluno, criando situações de aprendizagem individuais e/ou de grupo.

Servi-me das regras das modalidades ou leis de jogo, para incutir regras de disciplina e de higiene, importantes nestes alunos.

## 7. CONHECIMENTOS ADQUIRIDOS

Durante este ano de Estágio, muitos foram os conhecimentos adquiridos. Ao partir para esta etapa, sabia que iria ter que actualizar conhecimentos ou trocar experiências. Ao mesmo tempo julgava que muitos conhecimentos já adquiridos fossem mais que suficientes. Contudo, foi necessário aprofundar e desenvolver matérias, actualizar dados ou reformular saberes. Por exemplo, rever e actualizar regras de Andebol e leis do jogo de Badminton ou executar coreografias de Aeróbica.

Neste processo, os ensinamentos dos Docentes da Faculdade, da Orientadora de Estágio da Faculdade, do Orientador da Escola e colegas estagiários foram uma mais-valia para o meu enriquecimento enquanto professor.

Quando inicialmente reflecti sobre este Estágio Pedagógico, várias foram as minhas expectativas relativamente a ele. Explanei-as com vista a desenvolver a minha competência profissional.

No decurso do ano, senti algumas lacunas, mas procurei colmatá-las, investigando e analisando-as com exactidão, para buscar o conhecimento certo. Desta forma, a minha atitude de reflexão e autocrítica foi aumentada, no sentido de identificar falhas, corrigindo-as, para assim ir progredindo como docente. Realço uma evolução que tive, que foi na qualidade de *feedbacks* distribuídos bem como a sua frequência.

Algumas situações imprevistas que surgiram no decorrer deste ano fizeram com que recorresse à minha capacidade de adaptação, ajustando a minha acção com os alunos e aprendizagem. Estou consciente que agora me sinto mais preparado para enfrentar um conjunto de situações, nomeadamente, a minha actuação com a disciplina, que de certo melhorou, sentindo que com a experiência e conhecimentos obtidos respondo melhor agora do que no início do ano.

O meu desenvolvimento foi crescente, ficando com a certeza da necessidade e importância da formação contínua nesta profissão, num mundo em constante mudança.

## **8. AVALIAÇÃO DE PROCESSOS E PRODUTOS**

No decurso deste ano lectivo, muitas foram as actividades que fiz e participei, individualmente ou em conjunto com os meus colegas de Estágio, decisões que tomei para ter sucesso em tudo que me envolvi.

Durante as aulas, penso que correspondi bem ao que foi solicitado, indo ao encontro do planeado, de expectativas e de motivações dos alunos. Sei que estes podem aumentar os seus saberes, tendo essa oportunidade de desenvolvê-los no próximo ano lectivo.

Além das aulas, as actividades que mais estive envolvido, conjuntamente com os meus colegas de Estágio, foram o Corta-Mato, o Sarau de Finalistas e o Cicloturismo. Estas tiveram o êxito desejado, pelo que fiquei bastante realizado, contribuindo para a minha aprendizagem e evolução significativamente.

Realço a enorme preparação, planeamento e elaboração dos projectos que as duas actividades, inseridas na Unidade Curricular Projecto e Parcerias Educativas, de Corta-Mato e Sarau de Finalistas exigiram ao Núcleo de Estágio. A elaboração destas actividades exigiu grande envolvimento da minha parte e dos meus colegas, proporcionando-me um aprofundar de conhecimentos. Porém, este tipo de eventos, apesar de trabalhosos, dada a

organização e meios humanos e físicos que implicam, revelam ser de extrema importância na formação do aluno.

Faço um balanço muito positivo sobre todo o meu envolvimento, participação e empenho neste Estágio Pedagógico. Tenho consciência que as constantes e súbitas mudanças que por vezes ocorrem, fazem-me actualizar conhecimentos ou aprofundar matérias, podendo progredir mais no futuro. Tenho a certeza que neste ano as minhas competências foram refinadas, de forma a promover um maior sucesso nos alunos e, por conseguinte aumentar a minha auto-estima.

## 9. REFLEXÃO

O papel de professor exercido ao longo do ano lectivo dois mil e nove/dois mil e dez foi uma experiência bastante positiva e importante na minha formação, quer a nível profissional, quer a nível pessoal. Ainda que já a tenha exercido, no estágio aquando da licenciatura e a exerça actualmente, a uma faixa etária bastante mais baixa, continua a ser fascinante poder trabalhar com alunos.

Sendo assim, e até porque já possuo alguma experiência profissional, quando este ano iniciei a prática pedagógica julguei que os conhecimentos adquiridos anteriormente fossem mais do que suficientes para o exercício das funções que o Estágio me incumbia e obrigava, como já referi neste documento. Contudo, apercebi-me que era necessário actualizar constantemente a informação e desenvolver mais o meu saber. Investigar e informar-me para responder adequadamente às situações que surgiram no decorrer das minhas funções. Reforcei a ideia de que a profissão docente, tal como muitas outras, necessita de constantes actualizações, de modo a mantermo-nos informados e preparados para encarar a realidade escolar que parece ser cada vez mais difícil, mas ao mesmo tempo desafiante. Deste modo, considero importante a ininterrupta procura de actualização de saberes pela formação contínua, através de acções ou cursos que garantam aprofundamento de conteúdos ou formas de abordar ou intervir no ensino de Educação Física nos tempos modernos.

No Estágio Pedagógico, aumentei o meu conhecimento no ensino da Educação Física. Detectei algumas lacunas, pelo que necessitei de atenuá-las e corrigi-las de forma a evoluir os meus saberes, elevando a qualidade da actividade docente. Memorizei o que de positivo aconteceu, assim como as minhas dificuldades e erros cometidos para não os voltar a ter.

Os alunos evoluíram desde o início do ano lectivo relativamente às suas aprendizagens. Registei progressos em todas as modalidades abordadas. No Andebol e Badminton foram as duas onde verifiquei mais sucesso,

acompanhadas com evolução dos alunos. Na Ginástica, existiu evolução das aprendizagens, contudo não tão evidente, pelo menor número de aulas e baixas expectativas dos discentes desta unidade de ensino.

Atendendo às suas expectativas, tudo fiz para transmitir da melhor forma os conteúdos delineados, procurando ir ao encontro das suas expectativas e motivações. O meu compromisso com as aprendizagens dos alunos foi cumprido.

No início da prática pedagógica, uma das dificuldades que senti foi a construção do Planeamento Anual e das Unidades Didáticas, uma vez que houve que tomar decisões ao nível do ensino, preparação e estruturação da minha intervenção pedagógica.

Também, inicialmente, senti dificuldades na realização das aulas, uma vez que houve necessidade de gerir a disciplina e as motivações dos discentes. Fui experimentando várias estratégias de organização e gestão dos alunos na aula, até encontrar a adequada. Por exemplo, a leccionação de duas modalidades simultâneas.

Tive igualmente no início alguma dificuldade em observar todos os alunos na avaliação nas diferentes componentes, nomeadamente na Ginástica. Ao longo do ano esta dificuldade foi ultrapassada à medida que fui conhecendo melhor os discentes e ao avaliar pequenos grupos.

Outras das minhas preocupações debateu-se com questões de disciplina e motivações. Até ao início do terceiro período, tive que gerir alguns casos de indisciplina, intervindo sempre que necessário. Colocar a turma em constante actividade, reduzir o tempo de espera nos exercícios ou não ser extenso na transmissão de informação foram alguns caminhos encontrados para combater indisciplina e pouco empenho ou vontade por vezes manifestados.

Outro factor difícil e preponderante na minha actuação, foi ter que gerir o tempo de forma minuciosa, uma vez que articular estágio com a minha própria carreira profissional implicou grandes esforços e sacrifícios pessoais.

Estas foram as principais dificuldades com que me debati neste Estágio Pedagógico, superando-as ao longo do ano escolar.



No futuro, saberei melhor encarar certas dificuldades vivenciadas neste ano. Procurarei actualizar conhecimentos, reforçar saberes através de formação contínua, imprescindível no processo de ensino aprendizagem.

Durante o ano lectivo, muito trabalho individual e de grupo tive que executar. Muitas foram as tarefas que eu produzi e pus em prática. Todo o planeamento para os meus alunos foi elaborado, tendo em conta características e necessidades dos discentes, em articulação com a Escola, Grupo de Educação Física e Núcleo de Estágio ou com indicações do Orientador Professor Fernando Leite. O trabalho em grupo foi importante, onde juntamente com os meus colegas realizei actividades, como o Corta-Mato, Sarau de Finalistas ou Cicloturismo, que tiveram o seu êxito, contribuindo decisivamente para a minha aprendizagem e aumento de conhecimentos e motivação. Considero que desempenhei bem o meu papel nas várias actividades conjuntas, contribuindo para o sucesso delas. Fomentei um bom relacionamento, apesar de às vezes não ser fácil dado ao *stress* e à carga de trabalho que estávamos sujeitos, natural pois o êxito implica esforços de todas as partes. Penso que lidei sempre de forma inteligente com todas as situações vivenciadas.

Na implementação da minha prática pedagógica, julgo ter tido sempre um sentido de responsabilidade excelente para com as minhas obrigações e funções. Estive sempre presente nas aulas e reuniões no horário previsto, participando activamente, de forma que o meu empenho e dedicação fossem máximos. Tive vontade e iniciativa de encontrar soluções para aumentar o interesse e motivação dos alunos nos vários exercícios ou conteúdos. Recorri muitas vezes ao jogo e situações lúdicas para os incentivar, assim como inserir por vezes competição com o mesmo fim. Neste sentido procurei inovações pedagógicas. A tarefa de empenha-los e inserir regras de disciplina fez com que várias aulas se dirigissem para essas situações lúdicas e jogadas atrás referidas.

Durante o ano lectivo, debati-me com algumas situações nem sempre fácil de lidar/abordar. Um dos problemas que fui confrontado prendeu-se com o facto de uma aluna se mutilar. Ao que pude apurar, problemas pessoais graves

estiveram na origem de tal situação. Houve necessidade de inteirar a Comissão de Protecção de Crianças e Jovens. Dialoguei com a aluna, alertando para os malefícios de tal prática. No entanto, a substituta da Directora de Turma e Psicóloga já estavam a trabalhar com a discente no sentido de a acompanhar e apoiar, tomando os devidos procedimentos nestes casos, transmitidos de forma clara nas reuniões de Equipa Pedagógica e Conselho de Turma.

Outro problema que esteve presente no ano lectivo prendeu-se com um aluno que quase não falava e interagia com os colegas, docentes ou funcionários. Nas reuniões de Conselho de Turma e Equipa Pedagógica, muito se debateu sobre tal aluno, se seriam problemas que teve pelo falecimento do pai ou da sua personalidade ser mesmo assim. Dialoguei inúmeras vezes com o aluno, atribui-lhe várias vezes a função de capitão ou responsável de grupo ou ajudando-me na montagem e arrumação do material de forma a proporcionar diálogo entre nós, explorando eventuais razões que pudessem existir ou simplesmente estimulando a sua linguagem.

Uma situação que surgiu, das mais dilemáticas que tive, foi o *bullying* que um aluno meu sofreu por outros colegas da própria turma. Esta situação mereceu toda a importância necessária dos elementos mais directamente envolvidos da Escola, como Director, Psicóloga, Directora de Turma (substituta), Conselho de Turma e Equipa Pedagógica e docentes do aluno em causa, em comunicação com o Encarregado de Educação, tratada com a brevidade e discrição que requer.

Ao longo deste ano lectivo de prática pedagógica, muito aprendi e desenvolvi o meu conhecimento. Adquiri um conjunto de experiências pessoais e profissionais benéficas, melhorando as minhas competências e qualidades.

Observei aulas de colegas e docentes, fui observado pelos meus colegas e Orientador, participei nas reuniões de Núcleo de Estágio e de Departamento e Conselho de Turma e Equipa Pedagógica, elaborei relatórios e reflecti sobre o vivenciado. Tais situações permitiram-me retirar ilações, indicações ou reorientações para o melhoramento das minhas aulas, evolução pessoal e profissional. Também julgo ter contribuído de forma positiva com as minhas observações e sugestões aos meus colegas de Estágio.

Ainda que no início do ano lectivo tenha demonstrado algumas fragilidades, consegui ultrapassar todos os obstáculos. Evolui, tentando sempre ser o mais competente possível no processo de ensino-aprendizagem. Só desta forma consigo trabalhar e não decepcionar as expectativas dos que me rodeiam.

Contribuíram para o meu sucesso os meus colegas de Estágio, António Boloto e António Fernandes, criticando ou apoiando sempre que necessário, fazendo-me meditar sobre a minha *performance* e refinar aspectos que necessitavam de melhorar. Também o orientador da Escola Professor Fernando Leite e da Faculdade, Doutora Elsa Silva, prestaram todo o apoio nos momentos certos, esclarecendo dúvidas que fui confrontado.

Durante este ano de prática pedagógica, alguns aspectos ressaltam-me à memória, importantes de referir, relevantes a ter em consideração na minha futura prática pedagógica. Isto, mais uma vez, vem dar razão aquilo que ouvimos em teoria que é a enorme necessidade de nos actualizarmos e investirmos na nossa formação. Pude constatar que, apesar de já ter alguns anos de tempo de serviço, nunca deixamos de aprender e é muito gratificante quando temos oportunidade de saber cada vez mais e ter novas experiências.



## CONCLUSÃO

A realização do Estágio neste ano lectivo veio reforçar, uma vez mais, a ideia de que o processo de formação de um professor não é algo estanque, mas que, pelo contrário, sofre constantemente alterações. Trata-se de um processo contínuo que serve para desenvolver e actualizar conhecimentos, ao longo de toda a nossa vida profissional.

O presente ano lectivo revelou-se bastante exigente, na medida em que empreguei muito esforço e muita dedicação a este trabalho. Por outro lado, foi uma forma de me fazer ultrapassar dificuldades e ver do que somos capazes quando estamos motivados para isso, ainda que exige tantos sacrifícios pessoais. Por exemplo, algumas fragilidades que tinha no início do ano lectivo em relação a alguns parâmetros, sinto que fui capaz de os melhorar, superando-os até.

Algumas situações imprevistas que surgiram, nomeadamente de disciplina ou problemas pessoais de alunos, obrigaram-me a uma resposta eficaz, apelando à minha capacidade de adaptação e resolução sem perder muito tempo.

Este ano lectivo que agora termina, não foi um percurso fácil, uma vez que tive que conciliar Estágio Pedagógico com a minha actividade profissional, que, por si só, já é bastante absorvente, trabalhosa e desgastante. No entanto, pude contar com os meus colegas de Estágio e Orientadores, para que o sentimento no final fosse de satisfação e o de sentir que a minha missão foi cumprida. Confesso que esta situação foi bastante difícil no início do primeiro período, até tudo se articular.

Sei que aprendi muito este ano, transmitindo os ensinamentos aos alunos, ao mesmo tempo que eu próprio registava aprendizagem, num sistema de ensino-aprendizagem dos alunos e professor.

Durante este ano de prática pedagógica, tive oportunidade de tirar algumas ilações que fazem parte do meu crescimento, enquanto professor. Assim sendo, julgo que a minha lida com a disciplina na aula foi eficaz. Contudo, a atitude que tive em relação aos comportamentos de indisciplina dos

alunos, deu-me algumas dores de cabeça para encontrar estratégias/soluções prévias ou imediatas de resolução. Posso ter dado demasiada atenção aos alunos, também por conhecer os seus problemas.

Desejo continuar a actualizar constantemente saberes e investir na minha formação, evoluindo o nível de conhecimentos técnicos nas modalidades. Desta forma aumento o potencial das aulas de Educação Física.

Pretendo manter a minha postura de tentar dar-me sempre bem com os alunos, intransigente no entanto a nível de transmissão de conhecimentos e disciplina. Continuarei a valorizar as suas opiniões. Assim, contribuirei para gerar um bom clima de aula, elevando o seu desempenho e rendimento na disciplina de Educação Física.

Também em nome do bom funcionamento de um estabelecimento de ensino, procurarei dar-me bem com colegas, encarregados de educação, funcionários e demais envolvidos no processo de ensino, à semelhança deste ano de Estágio.

Devo continuar a aceitar críticas e sugestões a nível profissional, visando sempre a tentativa de melhorar e de me tornar um docente melhor.

É positivo continuar a procurar novas situações de aprendizagem, facilitando o processo de ensino-aprendizagem.

Pretendo fomentar a prática e o gosto pela actividade física contínua ao longo da vida de todos aqueles com que me vou cruzando, difundindo que esta prática não termina com a disciplina de Educação Física, mas que deve, sim, continuar como um estilo de vida saudável para sempre.

Tenho igualmente consciência que é meu dever continuar a aplicar os meus conhecimentos que foram, por sua vez, transmitidos pelo meu orientador, professores da Faculdade e colegas de Estágio.

Por fim, considero que os objectivos por mim traçados no início deste estágio foram alcançados. O estágio veio, mais uma vez, confirmar que estou na profissão certa. Teve muito significado para mim e exerceu uma enorme influência na minha vida. Foi sem margem de dúvida inesquecível.

A compreensão e colaboração da minha esposa e filha revelaram-se fundamentais, já que ao longo do ano sei que as privei da minha companhia

em momentos em que o trabalho se sobrepôs à família, mas tudo isso é ultrapassado neste momento em que os meus objectivos foram cumpridos.

A minha carreira docente vai ser certamente influenciada pelos largos conhecimentos adquiridos este ano, na medida em que este período foi vivido de uma forma bastante intensa. E, posso dizê-lo, bastante positivo também.





## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bento, O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. 3.<sup>a</sup> Edição, Livros Horizonte. Lisboa.
- Costa, J. (2006). *Jogo Limpo - Educação Física, 7.º/8.º/9.º anos*. 1.<sup>a</sup> Edição, Porto Editora.
- Costa, J. (2001). *Jogo Limpo - Educação Física 5.º/6.º anos*. 1.<sup>a</sup> Edição, Porto Editora.
- Correia, L. (1993). *Educação Física e Desportiva no Ensino Secundário – 10.º ano*. Porto Editora.
- Despacho Normativo n.º1/2005. *Diário da República n.º3 – 5 de Janeiro de 2005 – I Série-B*. Ministério da Educação. Lisboa.
- MARQUES, A.; PRISTA, A.; JÚNIOR, A. (Editores). *Educação Física: Contexto e Inovação (Vol.II)*. *Actas do V Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa, 24/28 de Março 1997, Maputo*. Edição: Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto, Portugal e Faculdade de Ciências de Educação Física e Desporto, Universidade Pedagógica Maputo, Moçambique.

Ministério da Educação, Departamento da Educação Básica – Currículo Nacional do Ensino Básico, Competências Essenciais, Lisboa.

Ministério da Educação, Direcção Geral de Formação Vocacional (2005) – Cursos de Educação e Formação, Programa da Componente de Formação Sociocultural, da Disciplina de Educação Física.

Ministério da Educação (2001) - Programas de Educação Física, 3.º Ciclo do Ensino Básico (Reajustamento), Lisboa.

PINTO, J. (2004). *A avaliação em educação*. Escola Superior de Educação.

Plano Anual de Escola do Grupo de Educação Física – Castro Matoso, Oliveirinha.

Projecto Curricular da Escola Básica Castro Matoso.

Projecto Educativo 2009-2013 do Agrupamento de Escolas de Oliveirinha.

Sprinthall, N. A. e Sprinthall, R. C. (1990). *Psicologia Educacional – Uma Abordagem Desenvolvimentista*. McGraw-Hill Editora. Alfragide.

Veloso, R. Lopes, E. Nunes, F. Moreira, J. Cachada, J. Pereira, M. (2001).  
*Passa a Bola - Manual de Educação Física 5.º/6.º anos*. 1.ª Edição. Porto Editora.

### **Referencias Bibliográficas Electrónicas**

Caetano, A. P. e Silva, M. L. (2009). Ética profissional e formação de professores. *Sísifo. Revista de Ciências da Educação*, 08, pp. 49-60. Consultado em 22 de Maio de 2010 em [http://sisifo.fpce.ul.pt/pdfs/S8\\_PTG\\_Caetano &Silva\(4\).pdf](http://sisifo.fpce.ul.pt/pdfs/S8_PTG_Caetano%20e%20Silva(4).pdf)

## ANEXO 1

### Corta-Mato



### Sarau de Finalistas



### Cicloturismo



## ANEXO 2

### Aulas



### Teste *Fitnessgram* - Vaivém e teste escrito

