

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA

UNIVERSIDADE DE COIMBRA



Inês Isabel Coelho Santarém Vitória

**Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido no Agrupamento de
Escolas de Montemor-o-Velho, junto da turma 10ºB, no ano letivo
2011/2012**

Ensino da Área dos Conhecimentos nas Aulas de Educação Física

COIMBRA

2012

INÊS ISABEL COELHO SANTARÉM VITÓRIA

Nº2007021005

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NO AGRUPAMENTO
DE ESCOLAS DE MONTEMOR-O-VELHO, JUNTO DA TURMA 10ºB, NO ANO
LETIVO 2011/2012**

Ensino da Área dos Conhecimentos nas Aulas de Educação Física

Relatório de Estágio apresentado à
Faculdade de Ciências do Desporto e
Educação Física da Universidade de
Coimbra com vista à obtenção do grau de
mestre em Ensino da Educação Física
dos Ensinos Básico e Secundário

ORIENTADOR: Mestre Miguel Fachada

COIMBRA

2012

Esta obra deve ser citada como [Vitória, I. (2012). *Relatório de Estágio Pedagógico*. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.]

AGRADECIMENTOS

Com o culminar do Estágio Pedagógico, é meu desejo agradecer a todos os que contribuíram, direta ou indiretamente, para este percurso de formação. É com um profundo agradecimento que dirijo estas palavras de apreço:

- Aos meus pais que possibilitaram que chegasse até aqui, sacrificando-se mas apoiando-me sempre e às minhas irmãs, confidentes e amigas, por estarem sempre presentes nos momentos que mais preciso. Obrigada pelo incentivo, compreensão, paciência, aconselhamento e amor demonstrado.

- Ao meu namorado, André, companheiro, melhor amigo, confidente - o meu pilar. Obrigada pelo teu amor, dedicação, compreensão e palavras encorajadoras nos momentos certos. Amo-te.

- Aos meus amigos, que mesmo na minha ausência durante este ano, sempre me apoiaram.

- Ao Instituto Pedro Hispano, escola onde passei a minha infância e adolescência, considerando como a minha segunda casa e onde sempre me trataram com enorme carinho e respeito

- Aos professores de Educação Física que fizeram parte da minha formação e que sempre me incentivaram e apoiaram na minha decisão de ingressar no curso de Educação Física, em especial ao Professor João Bonfim. Ao professor e treinador José Carlos Vicente, que muito contribuiu para o enriquecimento da minha cultura desportiva e transmissão de valores a ela associados.

- Ao Grupo de Educação Física e colegas do Núcleo de Estágio do Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho, pelo carinho demonstrado, facilitação da minha integração, troca de experiências e amizade que decerto perdurará

- À orientadora de escola, Cristina Cachulo, pelo profissionalismo com que me orientou, dedicação, sabedoria, conhecimentos transmitidos, pelo desenvolvimento da minha atitude reflexiva e pela amizade. Obrigada pela contribuição fundamental na minha formação.

-Ao orientador de estágio da Faculdade Prof. Mestre Miguel Fachada, que me orientou, apoiou e transmitiu conhecimentos, enriquecendo os meus conhecimentos.

RESUMO

O Estágio Pedagógico é o momento em que o Estagiário tem a experiência de contactar com uma situação real de ensino, sendo por isso, talvez, o momento mais ansiado por ele. É, aliás, *indubitável que, no decurso da carreira, poucos períodos se comparam a este em importância (,constituindo) um período único e significativo na vida pessoal e profissional de qualquer professor* (Simões, 1996). Inserido no Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, este Relatório Final de Estágio constitui uma descrição, reflexão aprofundada e uma análise crítica fundamentada a partir da minha experiência durante o Estágio Pedagógico realizado no Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho, junto da turma 10ºB. Hoje em dia a heterogeneidade de alunos e as distintas personalidades que estes apresentam exige que professor desempenhe um papel mais complexo. É agora necessário que domine um conjunto de competências sociais, de interação e de gestão pedagógica que facilitem tomadas de decisão e resolução de problemas. Mas, para isso, é fundamental que invista continuamente na sua formação para uma planificação do processo ensino-aprendizagem diferenciada, inclusiva e com qualidade, criticando simultaneamente as suas práticas e reajustando-as de acordo com as dificuldades dos alunos. A partir do desenvolvimento da minha prática será também explorado o tema *O ensino da Área dos Conhecimentos nas aulas de Educação Física*, não só pela sua importância para o desenvolvimento dos alunos mas também porque a sua abordagem me suscitou várias dúvidas.

Palavras-chave: Processo ensino-aprendizagem. Diferenciação. Atitude reflexiva. Educação Física

ABSTRACT

The Practicum is the opportunity the trainee has to contact with real situations of teaching and learning, which is why, perhaps, the most exciting moment for it. *Moreover, it is clear that, in the course of his career, few periods are compared in importance to this (and constitute) a single period and meaningful personal and professional life of any teacher* (Simões, 1996). Inserted into the Master of Teaching Physical Education of Elementary and Secondary Education, Faculty of Sport Sciences and Physical Education at the University of Coimbra, this Practicum Final Report is a description, deep reflection and a critical analysis based in my experience during the teaching practice developed in Montemor-o-Velho secondary school with the 10th degree class B. Nowadays the heterogeneity of students combined with different personalities requires that teachers play a more complex role. They need to control a set of social skills, interaction and pedagogical management to take decisions and solve problems. But for this, it is essential a continuous investment in their training, planning differentiated teaching-learning process, with quality and including all, always criticizing their practices, adjusting them according to students' difficulties. From the development of my practice it will be also explored the theme "*Teaching knowledge in the Area of Physical Education Classes*", not only for its importance to the development of students, but also because their approach I raised several questions

Keywords: Teaching-learning process. Differentiation. Reflective attitude. Physical Education

SUMÁRIO

	Pág.
I. Introdução.....	9
II. Descrição.....	10
1. Expetativas Iniciais.....	10
1.1 Motivações.....	10
1.2 Expetativas e opções iniciais em relação ao Estágio (PIF)	10
1.3 Objetivos de formação.....	13
2. Descrição das atividades de ensino-aprendizagem desenvolvidas.....	14
2.1 Planeamento.....	14
2.1.1 Plano Anual de Turma	
2.1.2 Unidades Didáticas	
2.1.3 Planos de Aula	
2.2 Realização (Condução do ensino-aprendizagem)	21
2.2.1 Instrução	
2.2.2 Gestão Pedagógica	
2.2.3 Clima de Aula/Disciplina	
2.2.4 Decisões de ajustamento	
2.3 Avaliação.....	26
2.3.1 Avaliação Diagnóstica	
2.3.2 Avaliação Formativa	
2.3.3 Avaliação Sumativa	
2.4 Componente Ético-Profissional.....	30
III. Reflexão.....	31
1. Aprendizagens Realizadas/Conhecimentos Adquiridos.....	30
1.1 Planeamento.....	32
1.2 Realização.....	35
1.3 Avaliação	37
2. Atitude Ético-profissional.....	40
2.1 Compromisso com as aprendizagens dos alunos.....	40
2.2 Inovação de práticas pedagógicas.....	41

2.3 Importância do trabalho individual e de grupo.....	42
3. Dificuldades e Necessidades de Formação.....	44
4. Dilemas	46
5. Aprofundamento do Tema/Problema.....	48
5.1 O ensino da Área dos Conhecimentos nas aulas de Educação Física.....	48
6. Conclusões referentes à formação inicial e Experiência do Estágio.....	55
7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	58

Inês Isabel Coelho Santarém Vitória, aluna nº 2007021005 do MEEFEBS da FCDEFF-UC, venho declarar por minha honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da minha autoria, não se inscrevendo, por isso, no definido na alínea s do artigo 3º do Regulamento Pedagógico da FCDEF.

I. INTRODUÇÃO

O Estágio Pedagógico, inserido no Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, realizado no Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho, junto da turma 10ºB, é a etapa culminante de cinco anos de formação na Área da Educação Física, sendo uma aproximação inicial à docência onde se promove a aquisição, desenvolvimento e consolidação de competências didáticas e pedagógicas, fundamentais na transição da teoria para a prática. O facto de ser supervisionada e orientada é uma mais valia pois desenvolve no estagiário a capacidade de reflexão e compreensão da carreira docente, diminuindo também, a meu ver, a insegurança que se poderá sentir num primeiro contacto com a profissão. Considero que esta é uma experiência decisiva na minha formação e desenvolvimento pessoal e em seu detrimento surge um relatório final intitulado - Relatório Final de Estágio Pedagógico.

O Relatório Final de Estágio é um documento que pretende patentear as *competências de análise crítica fundamentada e reflexão aprofundada* a partir da experiência do Estagiário durante o Estágio Pedagógico.

O documento estruturar-se-á segundo duas dimensões: Atividades de Ensino-Aprendizagem (onde se integrará o aprofundamento de um tema/problema) e Atitude Ético-Profissional. Integrado nestas duas dimensões em primeiro lugar farei uma descrição das expectativas iniciais, das atividades de ensino-aprendizagem desenvolvidas e das opções tomadas, de forma a contextualizar a prática desenvolvida e servindo de suporte à reflexão sobre a mesma. Em segundo lugar refletirei sobre as aprendizagens realizadas e conhecimentos adquiridos, a atitude ético-profissional, as dificuldades e necessidades de formação, a evolução e experiência operada no Estágio e os dilemas que surgiram durante o mesmo. Por último, em consequência de um dos dilemas, abordarei o tema/problema *O ensino da Área dos Conhecimentos nas aulas de Educação Física*.

II. DESCRIÇÃO

1. EXPETATIVAS INICIAIS

1.1 Motivações

O interesse pela prática de atividade física surgiu quando era criança e sempre se manteve, aumentando e despertando ainda maior interesse à medida que os anos foram passando. Desde que transitei para o Ensino Secundário, os meus objetivos e futuras escolhas começaram a clarificar-se melhor. A preferência pela área do ensino foi surgindo nesta época e, durante a licenciatura, as certezas afirmaram-se. O meio familiar em que cresci também influenciou as minhas escolhas pois é constituído por professores.

Quando me candidatei ao Ensino Superior o meu objetivo passava, então, por ingressar no Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário na Faculdade de Ciências de Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Para além do gostar de contactar com crianças e adolescentes, o poder ensiná-los de forma correta, motivadora e interessante foi um dos motivos que me levaram a querer frequentar este Mestrado. Convicta que o meu conhecimento nesta área aumentaria se o frequentasse, esperava, também, aplicar o conhecimento adquirido da melhor forma para, assim, motivar os jovens para a prática desportiva, aumentar-lhes o conhecimento e fazê-los perceber o quão benéfica é para a saúde.

1.2 Expetativas e opções iniciais em relação ao Estágio (PIF)

Após a conclusão de três anos de Licenciatura e o primeiro de Mestrado, surge uma nova etapa e talvez a mais prática da formação académica, o Estágio Pedagógico. Sendo um momento indispensável no processo de transição de aluno para professor, considero esta nova etapa fundamental não só para consolidar a aprendizagem adquirida até ao momento, mas também uma oportunidade de a colocar em prática. Como em todas as primeiras vezes que realizamos algo, também no início do Estágio senti alguma ansiedade e insegurança. Foi no Plano Individual de Formação, realizado no início desta etapa, que transmiti essas inseguranças e objetivos que pretendia alcançar, tal como o farei de seguida.

Como uma profissional de educação que me irei assumir, terei a função específica de ensinar. Para isso considero importante recorrer ao saber próprio da profissão, apoiado na investigação e na reflexão partilhada da prática educativa.

No decorrer da minha profissionalização na escola alguns dos meus objetivos iniciais passavam por fomentar o desenvolvimento da autonomia dos alunos e propor e dinamizar outras atividades que não houvessem na escola, contribuindo assim para o desenvolvimento desta e dos alunos que aí estudam. Colaborar, ainda, com todos os intervenientes no processo educativo, favorecendo a criação e o desenvolvimento de relações de respeito mútuo entre docentes, alunos, encarregados de educação e pessoal não docente e valorizar a escola enquanto polo de desenvolvimento social e cultural, cooperando com outras instituições da comunidade e participando nos seus projetos, eram outros dos meus objetivos.

Como em muitas etapas da nossa vida, também no Estágio Pedagógico iriam surgir decerto várias carências, receios e dúvidas, mas cabia-me arranjar as melhores formas de as ultrapassar. Era importante, para tal, refletir sobre as minhas práticas, apoiando-me na experiência, na investigação e em outros recursos importantes para a avaliação do meu desenvolvimento profissional, nomeadamente no meu próprio projeto de formação e refletir também sobre aspetos éticos inerentes à profissão, avaliando os efeitos das decisões tomadas.

A par com as carências, surgiram ainda preocupações antes do Estágio. Uma das primeiras foi relativamente ao comportamento dos alunos, seriam bem educados? Destabilizariam a aula com o comportamento? Seriam empenhados? Esta preocupação surgiu devido à má experiência que tive enquanto lecionava nas Atividades de Enriquecimento Curricular e devido ao aumento dos comportamentos desviantes que se têm vindo a observar ao longo dos tempos. Outra das minhas preocupações prendia-se com o facto de como seriam as capacidades motoras dos alunos, se seriam bons executantes em determinadas matérias e quais seriam aquelas em que teriam mais dificuldade. Sendo que iria ter à minha responsabilidade uma turma cujas aprendizagens também dependiam da forma como eu iria intervir pedagogicamente, sentia-me um pouco ansiosa e pensava como seria a primeira aula e quais as verdadeiras exigências do trabalho de um professor de Educação Física. Relativamente ao planeamento, também tive algumas preocupações/dúvidas. Como se iria planejar todo o ano letivo? E as matérias? Fazia-se esse planeamento de acordo com os espaços disponíveis ou com as necessidades dos alunos? Será

que iria ter facilidade em dar as aulas? Quanto às Unidades Didáticas estava curiosa para saber quais iria abordar e pensei também que iria ter algumas dificuldades na sua abordagem pois não estava familiarizada com todas elas. No entanto, conclui que teria de aprofundar os conhecimentos naquelas matérias em que estava mais insegura e também nas que pensava estar mais à vontade, pois nunca sabemos tudo e nunca é demais aprender.

No que diz respeito à avaliação, antes do Estágio, as dúvidas com este aspeto também surgiram. Seria igual a avaliação em todas as escolas? Seria eu justa na atribuição de notas? Pensei ainda que teria dificuldades em fazer o registo das avaliações de todos os alunos, numa ou em duas aulas. Com a inexperiência que tinha como iria conseguir?

Mas o Estágio não diz respeito apenas às aulas de Educação Física. Abrange também outras tarefas, nomeadamente a realização das duas atividades inseridas na unidade curricular Projetos e Parcerias Educativas, o acompanhamento e apoio à Diretora de Turma inserida na unidade curricular de Organização e Gestão Escolar, entre outras. Relativamente a estas atividades tinha alguma curiosidade em saber como seria acompanhar o cargo de Diretor de Turma e como seria a minha relação com os restantes professores da comunidade escolar, principalmente com o Núcleo de Estágio, Grupo de Educação Física e a orientadora Cristina Cachulo. Tinha ainda a expectativa de, juntamente com os colegas do Núcleo de Estágio e no âmbito da unidade curricular Projetos e Parcerias Educativas, proporcionarmos aos alunos atividades que eles não tivessem oportunidade de realizar muitas vezes e fora do contexto escolar. Este era também um dos meus objetivos.

Concluindo, consciente de que a experiência aliada ao conhecimento é um dos fatores que determina a competência de um professor, antes do Estágio, várias dúvidas e receios surgiram, pois se a experiência ainda era quase nula, o conhecimento também se desenvolve a partir desta, mas estava também convicta que com o tempo as respostas iriam surgir.

Tendo a noção das dificuldades que iriam decerto surgir, iniciei o Estágio confiante de que faria o possível para superá-las e para desenvolver nos meus alunos capacidades e competências na Educação Física e nas restantes áreas que lhe estão inerentes, como a promoção de hábitos de vida saudável e o gosto pela prática de atividade física.

1.3 Objetivos de formação

Ao longo dos anos o perfil funcional do professor foi-se alterando e, hoje em dia, a escola exige que o professor desempenhe um papel mais complexo. Dada a heterogeneidade de alunos e às tão distintas personalidades que estes apresentam, é agora necessário que o professor domine um conjunto de competências sociais, de interação e de gestão pedagógica que facilitem tomadas de decisão e resolução de problemas. Assim sendo, já tendo referido no ponto anterior muitos dos meus objetivos, apresentarei, de seguida e, de forma mais abrangente, os meus objetivos não só relacionados com a gestão pedagógica mas também com o *agir profissional que envolve, além do domínio de um conhecimento de base especializado, um compromisso com a aprendizagem dos alunos e uma promoção do desenvolvimento profissional individual e coletivo do futuro professor no seio da organização-escola.* (Guia das Unidade Curriculares dos 3º e 4º semestres 2011/2012).

- Fomentar o trabalho em equipa, tanto nos professores do Grupo de Educação Física como no Núcleo de Estágio e restantes professores da comunidade escolar;

- Aprofundar e mobilizar/aplicar os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo da minha formação académica em situação prática de docência;

- Desenvolver competências ao nível da relação com os alunos, do planeamento das aulas e sua gestão, avaliação e outros aspetos subjacentes à lecionação das mesmas;

- Desenvolver a minha capacidade crítica e de reflexão, de forma a conseguir, mais facilmente, dar resposta a problemas que surjam não só durante o Estágio mas também ao longo da minha prática docente;

- Adquirir e aprofundar conhecimentos relativos às matérias que irei abordar e àquelas que serão abordadas pelos restantes colegas, através da observação e troca de ideias e discutindo estratégias de ensino, com o intuito de melhorar a minha intervenção;

- Adquirir competências relativas a cargos de administração escolar, principalmente naquele que vou acompanhar durante o Estágio (Diretor de Turma);

- Planear, organizar e realizar atividades criativas e pouco comuns na escola, que motivem os alunos para a prática de atividade física, no âmbito de Projetos e Parcerias Educativas

-Promover a aprendizagem dos alunos, de forma responsável, criativa, diversificada e diferenciada.

Concluindo, considero que a concretização destes objetivos é fundamental para conseguir dar resposta a problemas que possam surgir no exercício da minha profissão, identificando-os e solucionando-os mais facilmente.

2.DESCRICÃO DAS ATIVIDADES DE ENSINO-APRENDIZAGEM DESENVOLVIDAS

2.1 Planeamento

Processo contínuo que se preocupa com o para onde ir e quais as maneiras adequadas para chegar lá, tendo em vista a situação presente e possibilidades futuras, para que o desenvolvimento da educação atenda tanto às necessidades do desenvolvimento da sociedade, quanto as do indivíduo.

Joana Coaracy (1972)

O planeamento é uma tarefa fundamental pois beneficia a organização das ações pedagógicas, sequencializando-as de forma lógica e influenciando os resultados do ensino-aprendizagem. Proporciona ao professor um direcionar das suas ações, sendo que estas vão sendo cada vez mais eficazes à medida que o professor vai ganhando experiência no ensino pois *O professor serve, de um lado, dos conhecimentos do processo didático e das metodologias específicas das matérias e, de outro, da sua própria experiência prática* (Libâneo, 1994). Com esta experiência, vai adquirindo mais confiança e o planeamento é visto como uma forma de refletir acerca das suas ações práticas.

Planear é, de facto, importante e para isto torna-se indispensável o conhecimento da realidade em que se está a lecionar. Segundo Libâneo (1994) planear é *Um processo de racionalização, organização e coordenação da ação docente, articulando a atividade escolar e a problemática do contexto social, ou seja, é necessário*

compreender, considerar e articular a atividade escolar para tornar o planeamento adequado às necessidades e dificuldades dos alunos. M. Damião (1993) diz mesmo que *A planificação pode ser contra produtora se os professores a tornarem rígida e não adaptarem a sua aula às necessidades dos alunos*. No entanto este planeamento não é inalterável, é um processo em evolução.

Começo, então, por caracterizar o meio, a escola e a turma 10^oB, turma que lecionei durante o Estágio Pedagógico. O Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho situa-se num meio predominantemente rural e, apesar, desta vila ter oferta desportiva, as restantes localidades próximas, de onde a maioria dos alunos da turma provêm, não têm esta oferta (a não ser o Futebol, nalgumas delas). A escola tem excelentes condições espaciais e materiais o que facilita a lecionação das aulas de Educação Física. A turma era constituída por 23 alunos em que o nível de aptidão física geral da maioria deles situava-se abaixo do esperado para um 10^o ano, sendo o quase inexistente historial desportivo dos alunos e a prática de atividade física diária, uma justificação para este dado. Para além disto, a maioria dos alunos tinha pouquíssimas referências desportivas e conhecimentos teóricos ligados à atividade física.

Posto isto, apresentarei de seguida as tarefas realizadas a este nível, partindo de um planeamento anual (Plano Anual) e chegando a um planeamento ao nível dos Planos de aula.

2.1.1 Plano Anual de Turma

Um plano anual é um plano de perspectiva global que procura situar e concretizar o programa de ensino no local e nas pessoas envolvidas. Os objectivos indicados por cada ano, no programa ou normas programáticas, são objecto de uma formulação avaliável e concreta para professores e alunos. Constitui, pois, um plano sem pormenores da actuação a longo do ano, requerendo no entanto, trabalhos preparatórios de análise e de balanço, assim como reflexões a longo prazo.

Bento (2003)

O Plano anual é o primeiro documento a ser elaborado para planificar e preparar as atividade de ensino aprendizagem que decorrerão ao longo do ano letivo. Trata-se de um guia orientador que permite ao Professor fazer uma melhor

articulação entre as partes que o constituem, nomeadamente, adequar a planificação às características do meio, da turma e de cada aluno.

Neste sentido, antes de iniciar o ano letivo procedeu-se à construção do Plano Anual de Turma, tendo como referência um conjunto de documentos fundamentais para serem tomadas decisões. Em primeiro lugar analisou-se o Programa Nacional de Educação Física, atentando-se nas suas finalidades e objetivos tentando-se perceber o que se pretende com o ensino da Educação Física, o seu valor formativo/pedagógico pois só assim será possível organizar o ensino-aprendizagem de forma consciente e intencional. De seguida teve-se em conta as decisões e dinâmicas de trabalho do Grupo Disciplinar, nomeadamente o Projeto de Educação Física da Escola, a seleção de matérias a abordar no ano de escolaridade em que está inserida a minha turma, as condições reais de ensino, os objetivos comportamentais terminais de cada Unidade Didática a atingir no final de cada ano de escolaridade em que é lecionada e os momentos, procedimentos e instrumentos de avaliação diagnóstica, formativa e sumativa. Por último, e não menos importante, foi o levantamento das características do meio, da escola e dos alunos da turma do 10ºB (através da avaliação diagnóstica). Na caracterização da escola, o conhecimento dos recursos espaciais e materiais existentes é de extrema importância e como refere Januário (1996) *para algumas disciplinas como é o caso da Educação Física, os recursos constituem mesmo um ponto crítico. As instalações – cobertas ou descobertas, recintos desportivos, polivalentes ou específicos e ainda os balneários representam apenas a sala de aula privilegiada da Educação Física.*

Foi a partir deste conjunto de informações que se tomaram decisões relativas à planificação e se prepararam as atividades a desenvolver junto desta turma, definindo estratégias e metodologias de ensino adequadas às características da mesma. É, ainda importante referenciar que este plano sofreu alterações consoante as necessidades/dificuldades dos alunos e a necessidade de alterar estratégias de ensino.

Resumindo os passos que necessitei “dar” para realizar este planeamento inicial, apresento um quadro elucidativo dos mesmos:

- ✓ Análise do Programa Nacional de Educação Física, atentando-se nas suas finalidades e objetivos;
- ✓ Estabelecimento de relação das decisões e dinâmicas de trabalho do Grupo Disciplinar, nomeadamente:
 - a) o Projeto de Educação Física da Escola
 - b) a seleção de matérias a abordar no ano de escolaridade em que está inserida a minha turma,
 - c) as condições reais de ensino
 - d) os objetivos comportamentais terminais de cada Unidade Didática a atingir no final de cada ano de escolaridade em que é lecionada
 - e) os momentos, procedimentos e instrumentos de avaliação diagnóstica, formativa e sumativa
 - ✓ Levantamento das características:
 - 1- do meio
 - 2- da escola
 - a) recursos espaciais b)recursos materiais
 - 3- dos alunos da turma do 10ºB
 - a) níveis de desempenho nas várias matérias que iriam ser lecionadas e nos testes de Fitnessgram
 - b) interesses, gostos e necessidades

As Unidades Didáticas, também denominadas Unidades Temáticas, são planificações fundamentais de todo o processo que envolve a lecionação de uma determinada matéria. São elaboradas com base no Planeamento Anual referido anteriormente e têm como propósito orientar a atividade docente.

Ao longo do ano cada Unidade Didática foi construída antes da lecionação da matéria em questão, realizando-se em primeiro lugar uma reunião de informações relativas às características da matéria (história, regras e pressupostos técnico-táticos) e recursos disponíveis para a sua consecução. De seguida, e após análise e reflexão dos dados da avaliação diagnóstica, definiram-se e diferenciaram-se (consoante os níveis de aprendizagem patenteados) os objetivos comportamentais a atingir - pretendendo-se que estes sejam adequados ao nível inicial dos alunos, desafiantes, realistas e atingíveis para que possam ter sucesso -

sequencializando os conteúdos por aula e definindo as estratégias para os alcançar e os momentos e estratégias de avaliação das aprendizagens.

Para a turma do 10ºB, foram lecionadas seis Unidades Didáticas (Voleibol, Ginástica de Solo e Aparelhos, Atletismo, Badminton, Futsal e Hóquei em Campo), optando o Núcleo de Estágio por uma calendarização das mesmas por etapas e não por blocos, o que significa que uma matéria iniciada no 1º período, por exemplo, não termina nesse mesmo período, mas prolonga-se para o seguinte. Esta opção foi viável não só pelas condições materiais que a escola oferece mas também pela quantidade, qualidade e dimensão dos espaços disponíveis, que permitem uma utilização variada e multidisciplinar. Para um melhor esclarecimento da distribuição das mesmas ao longo do ano letivo, apresento tal como no Plano Anual de Turma a sua calendarização:

UD	Distribuição Anual UD											
	1º Período				2º Período				3º Período			
Ginástica Solo												
Ginástica Aparelhos												
Voleibol												
Atletismo (Comprimento)												
Atletismo (Barreiras)												
Badminton												
Futsal												
Hóquei em Campo												

A ordem pela qual foram lecionadas as Unidades Didáticas foi condicionada pelas condições meteorológicas, *rotação* dos espaços e características relevantes de cada uma tendo em conta as possibilidades de transfer. Já a duração de abordagem depende, como Bento (2003) afirma, do volume e da dificuldade das tarefas de ensino e de aprendizagem, de princípios psicopedagógicos e didático metodológico, acerca da organização e estruturação do processo pedagógico, do estado de desenvolvimento da personalidade dos alunos. Assim, esta duração foi decidida consoante as dificuldades e necessidades dos alunos tendo como pressuposto lecionar durante mais tempo aquelas em que os alunos apresentaram mais dificuldades na avaliação diagnóstica (Voleibol, Ginástica e Atletismo).

Chegando ao fim da Unidade Didática foi ainda elaborado um Balanço da mesma e um relatório de avaliação sumativa, uma reflexão onde se descrevem e justificam todas as alterações efetuadas ao planeamento inicial, nomeadamente aos objetivos e estratégias de ensino. Uma vez que a abordagem das Unidades

Didáticas foi feita por etapas, naquelas que se prolongaram por dois períodos e que, por isso, foram definidos objetivos comportamentais intermédios, foi também realizado um relatório de avaliação sumativa intermédia.

2.1.3 Planos de Aula

Bento (2003) afirma que sem se elaborar e ter em atenção o plano anual, a unidade didática, sem fazer uma análise do ensino anterior, não se pode planear e elaborar uma boa aula. De facto, antes de se iniciar o planeamento individual de cada aula foi necessário, como tem sido referido até aqui, planear todo um processo anterior.

Após o planeamento do processo ensino-aprendizagem foi elaborada a estrutura do Plano de Aula padrão pelo Núcleo de Estágio e orientadora de escola, dividido em três partes (inicial, fundamental e final) mas, como refere Bento (2003) a forma de apresentação dos planos de aula dividida em três partes deve apenas, ser entendida como uma das propostas possíveis de construção de uma aula. Na sua constituição estão incluídos não só o objetivo específico e função didática da aula mas também as tarefas/situações de aprendizagem, objetivos de cada uma, as componentes essenciais/critérios de êxito da tarefa e a organização e estratégias de ensino.

Concordo com o autor supracitado quando diz que *existem numerosas propostas de esquema da aula, cada uma delas caracterizada por uma variedade de constelações possíveis, mas sem que nenhuma possa afirmar a pretensão de validade universal* e foi neste sentido que no 3º período foi sugerido um reajuste na sua estrutura, incluindo nela o conteúdo e contexto de ação, tornando-o mais explícito quando aplicado na aula. Foi ainda decidido que se elaboraria uma fundamentação da aula, ou seja uma justificação/reflexão das escolhas feitas para a mesma, a qual constituiu uma ajuda fundamental no decorrer do processo ensino-aprendizagem.

Seguidamente, apresento os esquemas do plano de aula utilizados ao longo do ano:

			Professor(a):		
Ano Letivo:	Período:	Aula	Ano/Turma: Nº Alunos:	Data: Horário: Duração:	Local:
Objetivo Específico da aula:			Recursos Materiais:		
Função Didática da Aula:					
Sumário:					
Estilo de Ensino:					

🕒 P. T.	Tarefas / Situações de Aprendizagem	Objectivo Especifico	Componentes Essenciais/Critérios de Êxito	Organização Estratégias de Ensino
Parte Inicial				
Parte Fundamental				
Parte Final				
Observações: Grupos:				Organização da Aula:

🕒 P. T.	Conteúdos e contexto de ação/ Situações de Aprendizagem	Descrição/Organização das Tarefas/Estratégias de Ensino	Objetivo Especifico	Componentes Essenciais/Critérios de Êxito
Parte Inicial				
Parte Fundamental				
Parte Final				

No final de cada aula realizei um relatório, refletindo pormenorizadamente sobre o planeamento, realização e condução da mesma e sobre as aprendizagens/evolução dos alunos nessa aula, baseando-me na análise oral feita por mim, colegas do Núcleo de Estágio e Professora Orientadora, ajudando-me a avaliar a forma como tinha corrido e a planificar as próximas aulas, corrigindo os aspetos necessários.

2.2 Realização (Condução do ensino-aprendizagem)

Concluído o trabalho de planificação das atividades de ensino-aprendizagem, surge agora o processo de condução e realização do mesmo, para mim, o mais gratificante e desafiante no Estágio Pedagógico. Para além disso, a qualidade de condução do ensino-aprendizagem determina o sucesso da aprendizagem dos alunos, traduzindo-se na melhoria dos seus conhecimentos e prestação prática. Assim, neste ponto descreverei as técnicas de intervenção pedagógica que utilizei nas várias dimensões –Instrução, Gestão, Clima/Disciplina e Decisões de Ajustamento, servindo de suporte/contextualização ao capítulo da Reflexão que surge mais à frente neste relatório.

2.2.1 Instrução

A Instrução consiste em todos os comportamentos e técnica de intervenção pedagógica (destrezas de intervenção pedagógica ou destrezas técnicas de ensino) que fazem parte do reportório do professor para a informação substantiva.

Siedentop (1998).

Segundo o autor supra citado, os professores de Educação Física dedicam entre 10 a 50% do tempo da aula em instrução. A instrução desempenha, de facto, um papel fundamental na condução da aula, assumindo diferentes formas e informações consoante o momento em que é feita.

Durante o Estágio Pedagógico foi dada grande importância a esta dimensão do ensino-aprendizagem uma vez que a sua qualidade pode influenciar o êxito das tarefas. Assim, serão enunciadas as técnicas de intervenção que utilizei na preleção, demonstração, feedback e questionamento.

Relativamente à preleção a minha principal preocupação foi que os discursos fossem objetivos, coerentes e entendíveis pelos alunos. Assim, devido ao facto de ser dirigida a alunos do 10º ano, utilizei discursos curtos e com linguagem pouco complexa pois esta foi uma turma em que a maioria dos alunos não tinha conhecimentos desportivos e não estavam motivados e concentrados nalgumas

matérias. Na instrução inicial fiz uma apresentação breve da matéria e das ações técnicas necessárias àquela aula, informei-os das dificuldades das aulas anteriores e dos objetivos da aula e situei-os face aos objetivos intermédios ou finais, fazendo-os também conhecer os objetivos propostos para cada Grupo de Nível, de forma a trabalharem para os atingir. Durante a condução da aula, as instruções foram dirigidas à turma ou a pequenos grupos, consoante a necessidade dos alunos e os exercícios propostos, primando pela pouca duração e focagem nos aspetos essenciais. Por fim, na instrução final o objetivo foi informá-los acerca da sua prestação e empenho durante a aula apontando o que têm de melhorar na seguinte, revendo também, por vezes, conteúdos. O facto de não haver na turma alunos com comportamentos desviantes contribuiu para que estas instruções decorressem conforme o previsto.

E porque *uma imagem vale mais que mil palavras*, procurei fazer acompanhar as instruções de demonstração, utilizando por vezes os alunos com mais facilidades e capazes de demonstrar corretamente o pretendido. Outras vezes recorri ao auxílio de esquemas em papel, apresentações em Power-point ou vídeos, promovendo uma melhor compreensão da informação.

O questionamento foi outra das estratégias que utilizei nas instruções e que considero eficaz no controle da atenção e dos conhecimentos adquiridos pelos alunos, envolvendo-os mais ativamente na aula e desenvolvendo a sua capacidade de reflexão. Nalgumas situações o questionamento foi coletivo e noutras dirigido a um aluno.

Por fim, sendo *um dos elementos mais importantes na qualidade de ensino* (Bloom (s.d) citado por Ribeiro, 2000), durante a aula procurei fornecer o maior número de feedbacks, com qualidade/pertinência e que permitissem ter o efeito pretendido, ou seja, influenciarem a qualidade do empenhamento motor e/ou cognitivo do aluno na tarefa tendo em conta os objetivos da aula. Para os alunos com mais dificuldades utilizei predominantemente feedbacks individuais e mais frequentes, dirigidos à dificuldade demonstrada, enquanto que para os alunos com mais facilidades utilizei principalmente feedbacks interrogativos. É ainda importante referir que quanto maior for o meu conhecimento prévio da matéria, mais facilmente identificarei os erros dos alunos e apresentarei uma melhor resolução dos mesmos, dando-lhes feedbacks com mais qualidade, traduzindo-se no seu sucesso. Acompanhar a prática após o feedback e fechar o ciclo foi igualmente fundamental

para me aperceber da eficácia do meu feedback inicial e verificar se era necessário dar um novo feedback.

2.2.2 Gestão Pedagógica

Para conseguir uma boa gestão da aula é necessário o professor dominar um conjunto capacidades e aplicar um conjunto de estratégias que maximizem o tempo de empenhamento motor dos alunos e que promovam nestes um maior envolvimento e empenho nas tarefas. Assim como na instrução, também a gestão da aula deve ser feita de acordo com as características do espaço, característica e níveis de desempenho dos alunos e conteúdos abordados nessa aula.

Com este intuito, apliquei um conjunto de estratégias que considero terem sido fundamentais para potencializar o tempo de aprendizagem dos alunos. Em primeiro lugar, foram definidas rotinas, nomeadamente a pontualidade (de forma a começar as aulas à hora prevista) e quando chamados para alguma instrução/demonstração durante a aula os alunos tinham 10 segundo para chegar a esse local. Em todas as aulas o material e a montagem dos exercícios estava feita antes desta começar, não sendo necessário ocupar tempo da mesma na montagem dos primeiros exercícios. Para cada aula estavam definidos previamente os grupos/equipas, levando-os escritos com a cor dos coletes que cada um deveria vestir, pois esta é uma turma com pouca autonomia e atitude, demorando por isso muito tempo na auto-organização. Como referi no ponto anterior, privilegiei também instruções com discurso curto e objetivo, sempre que necessário acompanhadas de demonstração, facilitando a compreensão dos alunos. Quando foi necessário realizar instruções para grupos com diferentes níveis de proficiência motora, optei por realizá-las apenas para um grupo enquanto para o outro propus manterem-se na tarefa em que estavam ou sugeri uma tarefa de transição. Desta forma, apenas o grupo a quem se destinava a instrução a ouvia, evitando que o outro estivesse em espera.

No que diz respeito à transição entre exercícios, e porque a turma tem poucos conhecimentos desportivos e, por isso, necessita de rotinas organizacionais e de mais tempo para assimilar/exercitar os conteúdos, optei por aproveitar a estrutura de um exercício ao transitar para o seguinte, assim como manter o mesmo

aquecimento ou os exercícios da parte fundamental durante algumas aulas, introduzindo apenas variantes para avançar nos conteúdos ou para não desmotivar os alunos. Esta estratégia foi das mais utilizadas ao longo do ano não só pelas características da turma mas também porque se revelou bastante eficaz na melhoria da compreensão dos conteúdos por parte dos alunos.

Relativamente à Unidade Didática de Ginástica de Solo e Aparelhos, as estratégias de gestão da aula não se aplicam às restantes modalidades, no entanto considero importante referi-las por também elas contribuíram para a evolução dos alunos nesta Unidade Didática. Para que os alunos compreendessem o que é a atitude gímnica e a postura corporal, aspetos tão importantes nesta modalidade e que por mais que se explique aos alunos em que consistem é sempre mais vantajoso eles visualizarem uma situação real, mostrei um vídeo com ginastas em competição, focando a atenção dos alunos nos aspetos que pretendia que eles observassem. Com esta estratégia poupei tempo em explicações que provavelmente não surtiriam tanto resultado. Durante as aulas, o trabalho em estações permitiu um maior tempo de empenhamento motor e a abordagem de diferentes materiais ao mesmo tempo e a criação de sub-estações também se revelou uma decisão muito vantajosa pois consegui evitar alunos em espera nas estações principais, estando todos em atividade. Para além disso, o facto de nestas sub-estações muitos dos exercícios terem como objetivo o desenvolvimento das capacidades motoras permitiu um trabalho mais concentrado destas tendo-se mesmo verificado aumento da flexibilidade e força e resistência abdominal e dos membros superiores no final do período. Por último, com o objetivo de promover a autonomia dos alunos (capacidade necessária nesta turma), em todas as aulas foram utilizados cartazes auxiliares em cada estação com os elementos gímnicos/tarefas a realizar, possibilitando-me, também, ter mais autonomia para monitorizar a turma.

2.2.3 Clima de Aula/Disciplina

Considerando um bom clima de aula fundamental para a aprendizagem dos alunos, primei não só por manter com eles uma relação de respeito mútuo, mas também de proximidade e afetividade. Para fomentar estes valores comecei por no início das aulas conversar um pouco com os alunos que iam chegando,

perguntando-lhes como estava a decorrer o percurso nas restantes disciplinas ou “brincando” com alguma situação caricata que tivesse acontecido, estreitando assim a relação de afetividade entre mim e eles e deixando-os mais à vontade para qualquer questão que quisessem falar comigo, mantendo sempre o respeito professor-aluno. Desta forma fui notando que os alunos iniciavam a aula mais recetivos às tarefas propostas e mais motivados. Os feedbacks positivos após corretivos contribuíram, também, para que estivessem mais motivados e empenhados na aprendizagem.

Para além da comunicação com os alunos é também importante o controlo ativo da turma para manter um bom clima de aula. Assim, procurei circular pelo espaço de aula de forma a visualizar todos os alunos e a poder dar feedbacks à distância, fazendo com que eles sentissem a minha presença, mesmo que estivesse mais afastada de alguns momentaneamente. No que diz respeito à disciplina, a turma não apresenta comportamentos desviantes, contribuindo isto para um bom clima de aula.

Por fim, estou convicta que o clima de aula mantido ao longo do ano se revelou bastante positivo e facilitador de uma boa instrução e gestão pedagógica da aula.

2.2.4 Decisões de ajustamento

Aprender sem pensar é tempo perdido.

Confúcio (551 a.c)

Esta é para mim a dimensão mais difícil para um professor estagiário. Tendo em conta que o planeamento constitui uma orientação para o professor conduzir o processo de ensino-aprendizagem, é suscetível a alterações. Por mais que planeie o ensino, surgem sempre situações que requerem do professor a capacidade de decisão e reajuste do seu planeamento, que na minha opinião está mais desenvolvida quanto maior for a experiência adquirida pelo professor. Existem assim um conjunto de fatores que tornam instável o processo ensino-aprendizagem.

No decorrer do ano letivo fizeram-se ajustamentos não só a longo e médio prazo, como também imediatos, nomeadamente nos conteúdos e sequencialização dos mesmos em várias Unidades Didáticas, nas estratégias a utilizar, nos Grupos de

Nível existentes, na avaliação e durante as aulas. Relativamente às decisões de ajustamento durante as aulas, ocorreram a nível do espaço (por vezes surgiu a necessidade de lecionar a aula num espaço mais reduzido, tendo-se de adaptar o número de alunos por exercício e propor alguma tarefa para os alunos em espera), a nível dos materiais (ocorreu esporadicamente e quando aconteceu as alterações necessárias foram poucas) e a nível de exercícios. Foi a este nível que surgiram mais alterações durante a aula, nomeadamente quando se verificava que era necessário mais tempo para um exercício (ou porque os alunos estavam a reagir bem ou porque demoravam mais tempo para o compreender) ou quando este não estava a resultar e, por isso, tornava-se necessário a alteração da sua estrutura ou mesmo propor um diferente mas com os mesmo conteúdos.

2.3 Avaliação

A avaliação nem sempre foi vista como é hoje. Com o passar dos anos o conceito de avaliação foi sofrendo várias alterações. Tyler (1949) encara a avaliação como a comparação constante entre os resultados dos alunos, ou o seu desempenho e objetivos, previamente definidos. Para este autor *A avaliação é, assim, o processo de determinação da extensão com que os objectivos educacionais se realizam.*

Em Educação Física, a avaliação ainda é muito associada a uma classificação, no entanto a avaliação é muito mais que atribuir uma nota aos alunos. Para Guba e Lincoln (1981) trata-se de recolher informação e de proceder a um juízo de valor com o objetivo de conduzir a uma tomada de decisão. A avaliação pretende sim analisar as dificuldades/facilidades dos alunos, para que possamos posteriormente definir objetivos e selecionar conteúdos adequados a cada grupo de nível que constituam um desafio atingível pelo aluno. Portanto, as capacidades iniciais do aluno têm de ser consideradas no processo de aprendizagem para se poder perceber se houve evolução ou, pelo contrário, regressão.

No Programa Nacional, a avaliação decorre dos objetivos de ciclo e de ano. Estes explicitam os aspetos sobre os quais devem recair a observação dos alunos nas situações apropriadas, ou seja, constituem as principais referências no processo de avaliação dos alunos. Referindo o tipo de atividades em que devem ser

desenvolvidas e demonstradas atitudes, conhecimentos e capacidades comuns às áreas e sub-áreas da Educação Física.

A Avaliação foi um processo utilizado ao longo de cada Unidade Didática e ao longo de todo o ano letivo, recaindo sobre a área das capacidades físicas, da aptidão física e dos conhecimentos, em vários momentos e com diferentes objetivos (diagnóstica, formativa, sumativa). Os critérios gerais de avaliação definidos em Área disciplinar do Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho atribuem 75%, 10% e 15% respetivamente às Áreas das Atividades Físicas, da Aptidão Física e dos Conhecimentos,

2.3.1 Avaliação Diagnóstica

A avaliação diagnóstica é a modalidade que serve para apurar os conhecimentos e aptidões iniciais dos alunos, identificando problemas, servindo de base para o professor tomar decisões adequadas às características dos alunos e para estes poderem realizar novas aprendizagens. Portanto, averigua se o aluno possui as aprendizagens anteriores necessárias para que possam ser lecionadas novas aprendizagens e ainda se o aluno já tem conhecimento da matéria que o professor vai lecionar, isto é se já domina as aprendizagens que se vão realizar mas que se assumem não-conhecidas. A avaliação diagnóstica pode realizar-se em vários momentos (não tem momento determinado), nomeadamente no início do ano (avaliação inicial), no início de uma Unidade Didática ou sempre que se pretender introduzir uma nova aprendizagem.

Apesar de não se iniciar a leção de todas as Unidades Didática no primeiro período, o Núcleo de Estágio optou por realizar a avaliação diagnóstica de todas elas no início do ano, durante as primeiras aulas do 1º período, procedendo ao registo dos dados de cada aluno numa grelha previamente construída por nós. A elaboração desta grelha para cada Unidade Didática foi feita a partir dos objetivos comportamentais terminais definidos, pelo Grupo Disciplinar de Educação Física, para o último ano de escolaridade em que os alunos abordaram a matéria. É ainda importante esclarecer que apesar de nestas aulas se ter realizado uma avaliação diagnóstica, foram planeadas com o objetivo de promover as aprendizagens dos alunos e muni-los de conhecimentos/técnicas base da modalidade abordada. Para as modalidades que os alunos abordam pela primeira vez o Grupo Disciplinar de

Educação Física definiu não se realizar avaliação diagnóstica. Assim, devido ao facto do Hóquei em Campo nunca ter sido abordado por esta turma, não se realizou avaliação diagnóstica, formulando na mesma conclusões da prestação dos alunos nesta matéria comparando-a com Futsal pois, apesar das ações técnicas serem diferentes, muitos princípios de jogo são comuns. Após este registo os dados foram analisados e pôde-se verificar uma heterogeneidade de níveis de proficiência motora, existindo a necessidade de criar Grupos de Nível distintos e planear um ensino diferenciado e com ritmos e conteúdos diferentes, individualizando o ensino. Foi então produzido um relatório onde são referidos os Grupos de Nível existentes e os alunos que constituem cada um, os objetivos intermédios e terminais para cada grupo, a sua extensão e sequencialização e as estratégias utilizadas.

2.3.2 Avaliação Formativa

A avaliação formativa tem como objetivo informar os alunos, encarregados de educação e o professor acerca da qualidade do processo educativo e de aprendizagem e aferir se os alunos estão a cumprir os objetivos do currículo, ou seja, procura adaptar o sistema de ensino ao aluno, através da regulação do processo de ensino, estratégias e situações de aprendizagem. Cardinet (1993) refere mesmo que a avaliação formativa, ao atribuir importância ao aluno, dá atenção à sua motivação, à regularidade do seu esforço, à sua forma de abordar as tarefas e às estratégias de resolução de problemas que utiliza. Esta avaliação é sistemática e contínua e intervêm nela o aluno e o professor. Apesar disto, não é apenas informal e permanente, mas deve ser planificada de forma a existirem momentos organizados de avaliação com alguma regularidade. Este tipo de avaliação foi realizada em todas as aulas, onde procurámos recolher informações de alunos diferentes em cada uma delas. Para cada aula de cada Unidade Didática e para cada grupo de nível, foi criado um documento onde se indicam os alunos observados, as dificuldades e facilidades encontradas e ainda as estratégias que se pretende utilizar como forma de minimizar e resolver as dificuldades apresentadas. Envolvendo também os alunos neste processo, foram também elaboradas fichas de observação mútua com os objetivos que se espera que os alunos atinjam no final do período/Unidade Didática, sendo aplicadas nalgumas aulas. Para o seu preenchimento cada aluno escolheu um colega para observar, pretendendo-se que

os alunos compreendam melhor os seus objetivos e desenvolvam a capacidade de observação e deteção de erros, aprendendo a corrigir os colegas.

2.3.3 Avaliação Sumativa

Por último, a avaliação sumativa, como é descrito no Despacho Normativo 98 A/92, "traduz-se num juízo globalizante sobre o desenvolvimento dos conhecimentos e competências, capacidades e atitudes do aluno" e ocorre no final de cada período letivo, no final de cada ano e de cada ciclo de ensino ou, ainda, no final de uma ou várias Unidades Didáticas. Este tipo de avaliação fornece um resumo da informação disponível e advém de um balanço de resultados no final de segmento extenso de ensino. Presta-se a classificar mas também pode existir avaliação sumativa sem classificação. Assim como a avaliação formativa, a avaliação sumativa não deve ser entendida só como uma avaliação final pois desempenha também um papel formativo.

As avaliações sumativas foram realizadas nas últimas aulas de cada Unidade Didática e recolheram dados das três Áreas (Área das Atividades Físicas, da Aptidão Física e dos Conhecimentos). Para a avaliação da Área das Atividades Físicas foi elaborada uma grelha de registo, consoante os objetivos de cada grupo de nível, que já ia preenchida para a aula destinada à avaliação sumativa. O preenchimento baseou-se nos dados da avaliação formativa de cada aluno feita durante todas as aulas, sendo que a aula destinada à avaliação sumativa servia para confirmar esses dados e tirar alguma dúvidas que poderia ter acerca da prestação dos alunos, podendo ser alterados a qualquer momento. Os conhecimentos foram avaliados a partir de um teste escrito acerca das matérias e dos conhecimentos teóricos abordadas durante esse período. Já para avaliar a Aptidão Física foi feita uma comparação entre os resultados dos testes do Fitnessgram realizados no final de cada período e os objetivos individuais previamente definidos para esta área, para o final de cada período, atribuindo-se o valor de 0 a 4 consoante a evolução do aluno.

2.4 Componente Ético-Profissional

Como professora e responsável pela aprendizagem e transmissão de valores sociais aos alunos, é meu dever demonstrar e transmitir um conjunto de valores de natureza ética. Ao longo do ano letivo sempre fui assídua e pontual, fomentando também nos alunos este comportamento. Assumi também uma atitude de interesse e compromisso com o bem-estar e com as aprendizagens dos alunos, adaptando o ensino consoante as suas dificuldades/necessidades e preocupando-me em propor as estratégias que mais facilitassem a sua aprendizagem, como por exemplo a criação de documentos de apoio relativos aos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física e aos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra-escolares, no seio dos quais se realizam as atividades físicas. Mostrei, ainda, interesse e total disponibilidade para ajudar os alunos, fora do tempo letivo, principalmente na Ginástica de Solo e Aparelhos, onde tinham de apresentar uma sequência gímnica e onde eu sabia que tinham dificuldades. Procurei saber junto da Diretora de Turma Fátima Mendes algumas informações acerca do meio familiar dos alunos e junto de alguns Encarregados de Educação a personalidade dos seus filhos quando inseridos no seio familiar, podendo assim perceber melhor os seus comportamentos e agir de forma mais consciente e individualizada.

No meu entender, o ano de Estágio pressupõe um trabalho de grupo ainda mais acentuado, permitindo uma troca de experiências e opiniões fundamental na formação de um professor. Assim, respeitei sempre os meus colegas do Núcleo de Estágio e restante Grupo Disciplinar, dando a minha opinião e ouvindo a dos outros, respeitando-a mesmo que não estivéssemos em consenso. Propus e incentivei os colegas do Núcleo de Estágio a realizarmos atividades inovadoras e criativas, que ainda não tivessem sido realizadas na escola e mostrei-me disponível para intervir na organização de atividades do Grupo Disciplinar e do Desporto Escolar, tendo participado na organização da Fase Distrital do Corta-Mato, da Fase de Escola e Regional do Mega-Sprint, do Campeonato Regional de Natação do Desporto Escolar e no Sarau Gímnico e Gala do Desporto Escolar. Em todas estas atividades realizei as tarefas que me estavam destinadas e tentei resolver imprevistos que foram surgindo, mostrando autonomia e capacidade de resolução de problemas. No

entanto, tenho consciência que nem sempre cumpri os prazos de entrega de documentos à professora orientadora, sendo este um aspeto a melhorar, mas tentei manter o dossier de Estágio atualizado e promover o meu desenvolvimento profissional, auto formando-me através da consulta de bibliografia diversificada. É também importante referir que a minha atitude para com os colegas de Estágio contribuiu para a boa relação estabelecida, ajudando-os no planeamento de aulas, Unidades Didáticas e montagem do material.

Por fim, estou consciente que procurei contribuir para a formação dos alunos, tanto ao nível ético como do desenvolvimento das capacidades físicas e aptidão física, despoletando neles uma maneira diferente de ver a Educação Física, uma vez que a maioria dos alunos da turma não a encarava como disciplina fundamental para o desenvolvimento motor e promoção de hábitos e níveis de saúde mais elevados.

III. REFLEXÃO

1. APRENDIZAGENS REALIZADAS/CONHECIMENTOS ADQUIRIDOS

...o professor reflexivo deve estar alicerçado em ações que compreendam a correlação entre teoria e prática, e principalmente a reflexão na ação, a reflexão sobre a ação e a reflexão sobre a reflexão na ação.

Alexandra Oliveira et al (1999)

Após a descrição das tarefas realizadas ao longo do Estágio Pedagógico torna-se agora fundamental refletir sobre as minhas intervenções pedagógicas e aprendizagens realizadas/conhecimentos adquiridos enquanto professora estagiária da turma B do 10º ano do Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho. No entanto, refletir não é suficiente. É fundamental que esta reflexão sirva para que possa repensar a minha prática pedagógica e intervir sobre ela. Iniciá-la-ei referindo os conhecimentos que adquiri ao nível das várias dimensões do ensino-aprendizagem - Planeamento, Realização (condução do ensino) e Avaliação - seguindo-se uma análise crítica da minha atitude ético-profissional e das dificuldades sentidas, estratégias de superação e necessidades de formação. Por

fim, mencionarei a evolução operada ao longo do Estágio, as conclusões referentes à formação inicial e experiência do Estágio bem como os dilemas com que me deparei no mesmo.

1.1 Planeamento

Como descrito no ponto “Descrição das atividades de ensino-aprendizagem desenvolvidas” das primeiras tarefas que desempenhei enquanto professora Estagiária destaca-se o Planeamento do processo ensino-aprendizagem. Fiquei consciencializada que para este ser eficaz deve ir ao encontro das dificuldades e necessidades dos alunos. Para isso é necessário analisar-se o Programa Nacional e proceder-se à caracterização do meio e da turma e à análise dos dados da avaliação diagnóstica. Para além disso, a rotatividade dos espaços e o material disponível para a lecionação das várias matérias são outros fatores que é preciso interligar. Apercebi-me também que o planeamento é um guia orientador do professor, podendo e devendo sofrer alterações de forma a adequar o ensino às dificuldades e necessidades dos alunos, sendo estas alterações possíveis nas Unidades Didáticas ou mesmo no Plano de Aula, sempre que se revele benéfico para aprendizagem dos alunos. Referindo-me aos objetivos terminais pré-definidos no planeamento de cada Unidade Didática, aprendi que devem ser definidos com a preocupação se são atingíveis pelos alunos e simultaneamente desafiantes, levando-os a superarem-se.

A turma que lecionei, inicialmente indicava alguma desmotivação para a prática desportiva, tinha pouquíssimas referências desportivas e uma atitude passiva perante a disciplina mas à medida que os ia conhecendo, apercebi-me que reagiam melhor a exercícios recreativos/lúdicos, principalmente no aquecimento, continuando a aula mais motivados e empenhados nas tarefas propostas. Também considero que com este tipo de tarefas os alunos ficam mais motivados para a prática, no entanto, também depende da sua faixa etária e dos seus gostos/preferências. Colocando exercícios deste género no aquecimento pode também provocar desmotivação quando depois transitarem para tarefas menos “divertidas”, o que acho que não aconteceu com esta turma pois, quando começava a aula com exercícios recreativos/lúdicos, notava que a sua predisposição para o resto da aula era maior, assim como o seu empenho. Ainda neste contexto aprendi que o aquecimento deve ser específico da matéria que se vai abordar nessa aula,

aproveitando-o para exercitar conteúdos que vão ser abordados na parte fundamental. Considerando que a escolha dos exercícios é talvez a fase fulcral do planeamento de uma aula de Educação Física, concordo com Amândio Graça e José Oliveira (1994) quando dizem que *para o ensino dos JDC, deve exigir-se que eles sejam de acessível execução, de clara explicação e compreensão, de fácil e rápida organização e não muito exigentes do ponto de vista material*. Esta afirmação torna-se ainda mais pertinente quando se refere à minha turma, tendo-me apercebido disto logo nas primeiras aulas do ano letivo quando lhes propus tarefas com organização demasiado complexa para o seu nível de compreensão.

É ainda importante referir que outros dos conhecimentos que adquiri foi a importância que o nível físico dos alunos tem no planeamento de uma aula, devendo a intensidade ser ajustada à sua condição física, não só para que os alunos não se sintam incapazes de realizar os exercícios propostos mas também para não os desmotivar. Organizar previamente os grupos de trabalho também foi uma das estratégias que verifiquei ter dado resultado e penso que não se aplica apenas à minha turma, pois perde-se menos tempo útil de aula e aumenta-se o tempo de empenhamento motor dos alunos e, visto que com maior repetição das ações a eficácia da sua realização aumenta, este tempo torna-se fundamental para a aprendizagem dos alunos. Assim, é igualmente importante a aula ser planificada de forma a ter o maior número de alunos em atividade. Tenho plena consciência que tive bastantes facilidades neste aspeto da planificação pois no Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho fui uma privilegiada na medida em que as condições espaciais e materiais são as melhores que uma escola pode ter, sendo mais fácil, por isso, possuir material e espaço para não ter alunos em espera nas tarefas. Estou também ciente que esta facilidade contribuiu para que desenvolvesse menos a minha capacidade de adaptação a situações que apelassem a necessidade de reajustar o espaço da aula, no entanto fui melhorando este aspeto ao longo do ano letivo e considero que a experiência encarregar-se-á de me desenvolver neste campo quando, futuramente, lecionar em escolas que não tenham estas condições.

No que diz respeito ao meu conhecimento acerca das matérias que lecionei, pude verificar que quanto maior era esse conhecimento, maior era a minha capacidade de reajustar o ensino, detetar erros e fornecer feedbacks pertinentes para a correção dos mesmos. Hóquei em Campo e Badminton foram aquelas em que senti mais insegurança pois também tinha poucos conhecimentos sobre elas.

Mas como refere Demo citado por TOLEDO et al (2005) o professor competente *deve ser um pesquisador envolto pela capacidade de dialogar, elaborar ciência e ter consciência teórica, metodológica, empírica e prática em sua atuação*. Procurei assim informar-me das ações técnico-táticas características destas modalidades, da sequência de abordagem dos conteúdos e de exercícios para o fazer, através da consulta de bibliografia e vídeos.

Por fim, é importante referir ainda dois aspetos que considero fundamentais planear, tendo em conta os objetivos da Disciplina de Educação Física. Em primeiro lugar, como é referido nos Programas Nacionais uma dos objetivos desta disciplina é *Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais* numa perspetiva de melhoria da saúde e qualidade de vida do aluno. Tendo em conta que a Aptidão Física é uma área da Educação Física, porque fica, então, tantas vezes esquecida quando é planeado o processo ensino-aprendizagem? Sendo agora professora estagiária e pensando na forma como era abordada esta área quando era aluna do 2º, 3º ciclo e secundário, apercebo-me que apesar dos professores a terem em consideração talvez não fosse de uma maneira sistemática nem com objetivos pré-estabelecidos como acontecia com a Área das Atividades Físicas. É neste contexto que me apercebo que aprendi a valorizar esta Área, planeando objetivos intermédios (final do 1º e 2º períodos) e terminais (para cada aluno e consoante os seus primeiros resultados no início do ano letivo nos testes do Fitnessgram) para a resistência aeróbia e força e resistência abdominal e dos membros superiores, capacidades que entendemos serem as mais importantes para a melhoria/manutenção da saúde. Apercebi-me, ainda, que é fundamental, seguidamente, planear formas de desenvolver estas capacidades para que o objetivo pretendido seja alcançado. Em segundo lugar, a Área dos Conhecimentos é outra que fica muitas vezes esquecida. Demos-lhe também muita importância por considerarmos que nela se abordam temas fundamentais para que o aluno perceba como pode ter hábitos de vida saudáveis e fazer um planeamento da sua atividade física de forma correta, transportando esses hábitos para o futuro. Assim, planeei o seu ensino dividindo os conteúdos a abordar pelo ano letivo. No ponto seguinte (Realização) refletirei se optei pela melhor forma de lecionar estes conteúdos. É sobre esta Área que se constitui o tema/problema do meu relatório.

1.2 Realização

O sucesso das aprendizagens dos alunos depende, entre outros fatores, não só da qualidade do planeamento mas também da intervenção pedagógica do professor. Surge então a necessidade de refletir acerca dos conhecimentos adquiridos no âmbito da condução do ensino em função das dimensões Instrução, gestão e clima/disciplina. Durante o Estágio evolui nestas três dimensões, tendo contribuído para isso as reflexões com os colegas do Núcleo de Estágio, orientadora de escola Cristina Cachulo e orientador de Faculdade e os relatórios de aula elaborados no final de cada uma. A partir destas discussões e reflexões foi-se identificando os aspetos em que precisava melhorar e reformulando as estratégias pedagógicas.

Em primeiro lugar desenvolvi competências relacionadas com a instrução, aprendendo que deve ter em consideração a faixa etária dos alunos e o seu nível de conhecimentos, optando-se por um discurso, objetivo, coerente e entendível por eles. Na primeira fase do Estágio Pedagógico a instrução inicial era uma dimensão que necessitava melhorar, sendo as minhas dificuldades iniciais a seleção da informação necessária e a simplificação da linguagem de forma a ser perceptível pelos alunos. Penso que consegui evoluir nesta dimensão de uma forma relativamente rápida e notei que os alunos ficaram mais esclarecidos a partir do momento que as minhas instruções melhoraram. Uma das conclusões a que cheguei é que nesta turma a instrução tem um papel fundamental na compreensão da aula/exercícios. Fui-me apercebendo também que tornou-se mais eficaz fazê-la acompanhar de demonstração, assim como o questionamento se revelou uma estratégia com resultados satisfatórios no controlo dos conhecimentos adquiridos e desenvolvimento da sua capacidade de compreensão e reflexão, ainda que por vezes tenha exagerado do mesmo, provocando uma dispersão da atenção dos alunos que não sabiam a resposta. Na instrução durante a condução do ensino, quando existiam diferentes grupos de proficiência motora na turma, quero destacar a importância de ter dirigido a instrução separadamente a cada grupo quando os exercícios para cada um deles eram diferentes. Desta forma, aprendi que se podem propor tarefas intermédias para um dos grupos ou manter o exercício que estavam a realizar, enquanto a instrução é dada ao outro grupo, evitando tempos de espera desnecessários e aproveitando o tempo útil da aula. A prática deve, também, vir

sempre acompanhada de feedbacks. Durante a primeira fase do Estágio era referido frequentemente que necessitava de aumentar o número de feedbacks e fechar o ciclo dos mesmos, permitindo verificar se o mesmo tinha sido eficaz e, se não, dar um novo feedback. Relativamente à instrução final considero que a deveria ter realizado mais vezes para informar os alunos acerca das suas dificuldades/facilidades, relacionando os conteúdos da presente aula com a próxima. Apesar disto, fazia-o no início da aula seguinte.

Relativamente à gestão da aula, ao longo do ano esforcei-me para que a transição entre tarefas fosse o mais possível de curta duração, no entanto senti algumas dificuldades para que os alunos também colaborassem. De início, como já referi, a atitude passiva da maioria da turma em relação à Educação Física não ajudava em nada estas transições, havendo a necessidade de criar estratégias que contrariassem esta apatia, nomeadamente a imposição de um tempo determinado para os alunos chegarem até mim e o aumento de exercícios recreativos mas específicos da matéria abordada nesse momento que aumentassem a motivação dos alunos. Estas estratégias mostraram-se eficazes ao longo do ano, sendo que no 2º período os alunos melhoraram bastante a sua atitude e mostraram-se mais empenhados e participativos nas aulas. É importante referir também que propor exercícios variados, exequíveis, que os façam ultrapassar as suas capacidades do momento e motivantes, é fundamental no rendimento educativo. Considero que o Voleibol e a Ginástica foram as matérias onde os alunos mais evoluíram. Para além de serem aquelas em que demonstraram mais dificuldades inicialmente, também são as que, no meu entender, possibilitam uma maior variedade de exercícios, motivando os alunos. O facto de eles perceberem que estavam a melhorar bastante nestas matérias contribuiu também para que quisessem ultrapassar as suas capacidades. Não menos importante foi a diferenciação dos alunos em Grupos de Nível distintos, informando-os das suas dificuldades e dos objetivos propostos, passando-lhes a mensagem de que (ao contrário das outras disciplinas) a Educação Física individualiza o ensino, adaptando-o às características do aluno. No meu entender, este foi sem dúvida um fator de sucesso no processo ensino-aprendizagem, tornando-se um dos nossos objetivos, mudar as mentalidades dos alunos e Encarregados de Educação, no que concerne às finalidades da disciplina. Concluindo a análise das aprendizagens adquiridas nesta dimensão, é de referir que inicialmente propunha os exercícios muito focada na sequencialização de conteúdos

que tinha planeado para cada aula e que nem sempre modificava essa planificação tendo em conta a evolução dos alunos. Aprendi, assim, que o importante é respeitar o ritmo de evolução de cada um, mesmo que para isso seja necessário “voltar atrás”.

Referenciando o Clima/Disciplina considero que a minha relação com os alunos foi-se tornando mais próxima, tendo contribuído para um clima que se revelou bastante positivo e facilitador de uma boa instrução e gestão pedagógica da aula. Considero que não tive dificuldades em criar esta relação pois uma das minhas qualidades é a facilidade em me relacionar com crianças e jovens. Mais uma vez, ficou também reforçada a ideia que o feedback foi fundamental no clima de aula, principalmente um feedback positivo após um corretivo.

Concluindo, a forma como articulei as aulas melhorou bastante ao longo do ano, não sendo necessário alterar constantemente os exercícios de aula para aula, podendo introduzir-se apenas pequenas alterações, assim como as minhas decisões de ajustamento, melhoria esta advinda do desenvolvimento da atitude reflexiva, da experiência, do leque de estratégias adquiridas e da segurança em intervir.

1.3 Avaliação

Tal como nas outras dimensões do ensino-aprendizagem, também na avaliação foram adquiridas competências. Começo por referir uma que considero que o professor deve ter sempre em mente quando avalia – o facto de em determinados momentos de uma Unidade Didáctica serem destinados à avaliação diagnóstica ou sumativa, isso não significa que esses momentos não sejam de aprendizagem, pelo contrário, deve-se assegurar a contínua observação e correção dos alunos, fornecendo-lhes feedbacks que os ajudem a melhorar a sua prestação. Foi neste sentido que nas aulas destinadas à avaliação a minha principal preocupação foi a aprendizagem. No início do ano letivo, nestas aulas, o facto de não conhecer bem os alunos fez com que as dificuldades sentidas na observação e registo da sua prestação fossem maiores, dificultando a minha intervenção no sentido de corrigi-los e promover a sua aprendizagem. No entanto, compreendi a essência destas aulas e “descolei-me” do puro registo. Para isso contribuiu o facto de filmar estas aulas (permitindo confirmar os dados registados tornando-os mais justos) e de levar para as aulas de avaliação sumativa as grelhas preenchidas através da avaliação formativa.

Começando pela avaliação diagnóstica, é de salientar que me apercebi da enorme importância que esta adquire no processo ensino-aprendizagem. Para Miras e Solé (1992) este tipo de avaliação trata-se de *recolher informação e de proceder a um juízo de valor, muitas vezes, com o sentido de conduzir a uma tomada de decisão*. De facto, a partir da avaliação diagnóstica de todas as matérias no início do ano letivo fiquei a conhecer o nível geral de proficiência motora da turma e pude planear o ensino assegurando a diferenciação pedagógica e um tempo de prática de atividade física com significado e qualidade, ou seja adequada às necessidades e características dos alunos garantindo uma igualdade de oportunidades de aprendizagem. Compreendi ainda como se constroem os instrumentos de registo deste tipo de avaliação, partindo dos objetivos terminais do último ano em que os alunos abordaram a modalidade.

Relativamente à avaliação formativa, considero que desempenhou um papel fundamental na regulação do processo ensino-aprendizagem da turma do 10ºB. Durante o ano letivo optamos por uma avaliação formativa contínua, registando as dificuldades/facilidades dos alunos em cada aula e as possíveis estratégias para colmatar essas dificuldades. Considero que esta opção foi bastante pertinente uma vez que contribui para eu verificar se o ensino estava a ser eficaz, permitindo-me realizar decisões de ajustamento de forma mais consciente e focada nas verdadeiras necessidades dos alunos. É, também de referir que este tipo de avaliação tem como função verificar a evolução dos alunos, centrando a avaliação neste processo evolutivo e não apenas na avaliação sumativa realizada na última aula da Unidade Didática. Esta foi uma informação que fiz questão de transmitir aos alunos, elucidando-os da forma como encarávamos a avaliação, não sendo necessário aumentarem os seus níveis de ansiedade na aula de avaliação sumativa pois esta servia apenas de confirmação dos dados recolhidos durante todo o processo de ensino-aprendizagem, valorizando-se o processo e não o produto. Aprendi ainda que é importante envolver os alunos na avaliação, pois compreendem melhor os critérios de êxito de cada matéria e o que têm de fazer para os atingir. Seguindo este raciocínio, foram criadas fichas de observação mútua e de auto-avaliação desenvolvendo a capacidade de refletir sobre a sua qualidade de participação na aula e sobre o seu desempenho ou do colega. Considero que estas estratégias de avaliação juntamente com a reflexão operada no fim de cada aula e nos relatórios de avaliação intermédia revelaram-se fundamentais para enriquecer

os meus conhecimentos acerca dos tipos e funções, instrumentos e estratégias de avaliação.

No que concerne aos conhecimentos adquiridos na avaliação sumativa, é de destacar as melhorias que senti na capacidade de observação dos alunos, que se foi tornando mais rigorosa e de mais fácil execução. Para isso contribuíram principalmente as estratégias de filmagem das aulas e o prévio preenchimento da grelha, confirmando apenas os dados na aula destinada à avaliação sumativa, libertando-me assim para observar os alunos e corrigi-los, numa perspetiva de aula de contínua aprendizagem. Considerei, ainda, bastante importante e pertinente ter aprendido a fazer pequenos reajustes nas percentagens atribuídas às diferentes áreas, num aluno em que isto se torna fundamental pela incapacidade de atingir parte dos objetivos propostos (mesmo depois de reajustados) porque se tratava de modalidades/matérias em que algo condicionava de forma extrema a apropriação/execução de determinadas habilidades. Assim, é preciso realçar que este foi um caso especial pois, em criança, o aluno teve problemas de crescimento tendo a necessidade de tomar a hormona do crescimento, teve um problema numa anca e tem também problema de atitude: níveis muito baixos de auto-estima e confiança. Para ele, foi dado mais ênfase à Área dos Conhecimentos e Aptidão Física e menos à das Atividades físicas, como forma de promover o sucesso do aluno e numa perspetiva de adaptação da avaliação às dificuldades dos alunos pois *Admitindo conteúdos, tarefas e critérios de sucesso diferentes, é considerar pertinente admitir, um processo de avaliação sumativa também diferente.* CACHULO. C (2011)

Numa pesquisa realizada por Tania Zagury (2006) a terceira maior dificuldade apontada pelos professores em sala de aula é a de realizar a avaliação de seus alunos. Reconheço que também senti dificuldades nesta dimensão do ensino-aprendizagem, mas acredito que a prática dotar-me-á de capacidades que inicialmente temos pouco desenvolvidas, sendo, no entanto, necessário apostarmos na formação contínua e refletirmos sobre as nossas práticas, que poderão hoje e nesta turma ser as mais indicadas, mas amanhã estarem desajustadas.

2. ATITUDE ÉTICO-PROFISSIONAL

ser professor (...) obriga a um modo particular de ser e de estar

(Silva, 1994)

Um professor competente não é somente aquele que sabe intervir pedagogicamente aplicando as melhores estratégias, é também o que revela uma atitude Ético-profissional. No entanto, esta atitude não é apenas cumprir as normas de conduta, é ainda um compromisso com as aprendizagens dos alunos, a inovação das práticas pedagógicas, saber trabalhar em grupo e ter capacidade de iniciativa e de responsabilidade. Neste ponto refletirei acerca destes aspetos, numa perspetiva

2.1 Compromisso com as aprendizagens dos alunos

Como referi anteriormente, as aprendizagens dos alunos tem de ser sempre a principal preocupação de um professor e este deve ver-se como o responsável por desenvolvê-las. Adjacente a esta responsabilidade está a necessidade de refletir sobre as suas práticas, procurando um ensino eficiente e eficaz. Durante este ano fulcral para a minha formação enquanto professora de Educação Física, esta era a minha principal preocupação, questionando-me frequentemente se estaria a agir da melhor forma, se as estratégias propostas eram as melhores ou se os feedbacks eram suficientemente específicos. Assumi, então, desde logo uma atitude de interesse e compromisso com o bem-estar e com as aprendizagens dos alunos.

Tendo em conta que não existe um aluno igual a outro e que há uma grande heterogeneidade de características dentro da turma, procurei diferenciar o ensino, distinguindo grupos com níveis de proficiência motora diferente e definindo objetivos alcançáveis e desafiantes distintos para cada um. Desta forma permiti uma igualdade de oportunidades e que todos alcançassem sucesso.

Sabendo a importância que o feedback tem nas aprendizagens dos alunos, intervimos em todas as aulas de forma a fornecer feedbacks pertinentes e eficazes, ou seja, que contribuam para a melhoria das suas prestações. Concordando plenamente com a citação *a relação que o aluno estabelece com o professor é fundamental enquanto elemento energizante do conhecimento* SALTINI (1997), fui

reforçando essas prestações com feedbacks positivos pois considero que têm implicações positivas para a melhoria desta relação professor-aluno. No entanto, tenho consciência que no início do Estágio estes nem sempre eram suficientes, principalmente nas aulas de Ginástica de Solo e Aparelhos.

Para Freire (1994) *Uma boa proposta, que facilite esse conhecimento, é aquela em que a criança precisa tomar decisões, ponderar; e, diante das dificuldades, ter autonomia e motivação para superá-las, garantindo as estruturas necessárias para níveis mais elevados de conhecimento e interesse em dar continuidade a essas atividades.* Partilhando desta ideia, esforcei-me ainda por desenvolver nos alunos autonomia e motivação através de estilos do estilo de ensino recíproco e de exercícios recreativos e com competição, sendo esta uma tarefa que exigiu de mim bastante empenho devido às características da turma, no entanto o esforço compensou.

2.2 Inovação de práticas pedagógicas

Considero que a preocupação em inovar as práticas pedagógicas é fundamental para a motivação dos alunos. Nem sempre é fácil propor novas práticas e para tal é necessário mais uma vez o professor ser reflexivo, investigador e criativo.

Penso que a minha preocupação em inventar jogos criativos, recreativos e competitivos mas específicos da matéria abordada contribui para o aumento evidente da motivação dos alunos, conseguindo “agarrá-los por aqui”, como refere a orientadora Cristina Cachulo. Nalgumas modalidades, como o Atletismo e Ginástica, utilizei vídeos durante a instrução, direcionando a atenção dos alunos para o aspeto que queria. No Atletismo penso que os vídeos em *slow-motion* foram uma ótima estratégia na medida em que os alunos perceberam a técnica necessária nas várias fases do salto em comprimento e corrida de barreiras e, na Ginástica, a componente artística/estética foi também melhor percebida com os vídeos. Ainda nesta modalidade não concordei com a forma de apresentação das sequências gímnicas finais de solo. Esta apresentação foi feia numa aula igual às restantes, com os alunos distribuídos em estações e a exercitarem/apresentarem as suas coreografias todos em simultâneo. No entanto propus outra forma de apresentação pois considero que era mais motivante e desafiante para os alunos terem apresentado a

sequencia gímnica à turma desenvolvendo neles um maior sentido de responsabilidade, empenho e vontade de melhorar a sua prestação motora, para além de ser mais interessante. Esta minha proposta não se concretizou pois, em conversa com a orientadora esta considerava que ia demorar muito tempo e que os restantes alunos não iriam estar em empenhamento motor, perdendo-se a ideia da avaliação sumativa ser uma aula de aprendizagem.

No âmbito das tarefas propostas tentei aproximá-las às situações reais da modalidade, por exemplo nos jogos desportivos coletivos propor situações aproximadas da situação de jogo ou pelo menos contextualizadas pois o objetivo é que os alunos compreendam o jogo realizando as ações técnico-táticas a ele subjacentes. Optei ainda por lecionar o Hóquei em Campo e o Futsal simultaneamente pois os seus princípios são comuns, inclusivamente realizar o mesmo exercício com stick e bola de Hóquei e de seguida com bola de Futsal-prática transferível.

Inicialmente optei por um estilo de ensino por comando pois os alunos não tinham autonomia e conhecimentos desportivos suficientes para, por exemplo, observarem um colega e corrigi-lo, no entanto fui desenvolvendo neles esta capacidade e consegui aplicar mais tarde um estilo de ensino por tarefa e descoberta guiada. Envolvi também os alunos no processo de avaliação, realizando pontualmente o preenchimento de fichas de observação mútua.

Por último, por considerar que a transmissão de conteúdos teóricos é fundamental para a formação do aluno e porque geralmente as sessões teóricas de exposição dos mesmos tornam-se desmotivantes para os alunos, optei por inovar e transmiti-los de uma forma diferente, despertando a atenção dos alunos. Com apresentações em Power-point utilizei esquemas, imagens e relação dos conteúdos com exemplos práticos. Para além disso, realizei um *Quiz* competitivo também com recurso a meios informáticos que serviu como revisão da matéria abordada e que revelou ser muito eficaz nesta turma.

2.3 Importância do trabalho individual e de grupo

Analisando em primeiro lugar a minha integração no Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho, considero que não poderia ser melhor. Os

professores do Grupo Disciplinar de Educação Física contribuíram com a sua simpatia, sabedoria e palavras de apoio e incentivo para que me sentisse mais à vontade e confiante numa etapa em que predomina a insegurança e incerteza das nossas práticas. A boa relação com os meus colegas do Núcleo de Estágio também contribuiu bastante para que a integração nesta etapa prática fosse mais fácil. Importa então referir a importância do trabalho de grupo. É indiscutível a cooperação que houve entre os colegas do Núcleo de Estágio, não só na organização das atividades desenvolvidas no âmbito de *Projetos e Parceria Educativas* mas também na montagem das aulas, articulação de ideias para construção dos vários documentos ao longo do Estágio ou sugestões de exercício mais adequados a uma ou outra turma. Soubemos ouvir as opiniões uns dos outros e, apesar de nem haver concordância, houve respeito mútuo. Penso ainda que o facto de aproveitarmos as boas ideias dos colegas beneficia as nossas práticas pedagógicas. Por fim, é de realçar a cooperação de todos os colegas do Grupo Disciplinar nas atividades da escola, revelando ser um grupo unido e participativo. Também eu procurei ajudar na organização do maior número de atividades possível pois considero que enriquece a minha formação e tenho gosto em fazê-lo.

O que também contribui para a formação de um professor é o trabalho individual que este desenvolve. É portanto necessário que o profissional da educação se sinta um insatisfeito e procure refletir sobre as suas práticas, questioná-las, renová-las e reajustá-las. Considero que este ano desenvolveu bastante a minha capacidade de reflexão pois, para todas as decisões que tomei foi necessário refletir sobre elas, antes e depois, sendo a Professora Cristina Cachulo a fomentadora e orientadora deste trabalho. Para além disso, procurei sustentar as minhas práticas com leituras de vários autores.

Tenho ainda a consciência que poderia ter-me esforçado mais para entregar os trabalhos dentro dos prazos estabelecidos pela orientadora, mas as constantes reflexões e reformulação dessas reflexões propostas por ela para cada documento elaborado, requereram bastante tempo, tempo este que “duplica” quando a inexperiência impera. No entanto, como já referi, agradeço-lhe a exigência, persistência e orientação que me deu.

3. DIFICULDADES SENTIDAS/ESTRATÉGIAS DE SUPERAÇÃO E NECESSIDADES DE FORMAÇÃO

Quando iniciei o Estágio Pedagógico tinha consciência que iria ser um ano muito exigente e de muito trabalho reflexivo, apelando de mim o maior empenho e dedicação possíveis. Apesar de já ter lecionado Atividade Física Desportiva nas AEC a experiência é totalmente diferente do Estágio Pedagógico. Devido à má experiência que tive com o mau comportamento dos alunos nesse ano e a quase incapacidade de os controlar, antes de iniciar o Estágio senti algum receio que o mesmo voltasse a acontecer. No entanto, tive a sorte da turma que lecionei não apresentar comportamentos desviantes. Ou azar por não o experienciar enquanto tinha uma orientadora que me ajudaria decerto a resolver problemas desta ordem, ficando melhor preparada para os encarar futuramente. Apesar disto, era uma turma passiva, o que também me assustou mas revelando-se mais tarde vantajoso na medida em que exigiu de mim uma aplicação constante de estratégias motivacionais.

A dificuldade de reflexão das todas as opções tomadas e conseqüente elaboração dos documentos de planeamento que exigiam essa capacidade foi das primeiras dificuldades com que me deparei. A sensação que nada sabia face à exigência encontrada tornou-se, de início ou pouco desmotivante, pois também demorava imenso tempo a elaborar qualquer documento. Mas, concordando com a citação de Zeichner (1993) *A acção reflexiva é uma acção que implica uma consideração activa, persistente e cuidadosa daquilo em que se acredita ou que se pratica, à luz dos motivos que o justificam e das conseqüências a que conduz*, esta dificuldade também me levou a querer melhorar a minha intervenção pedagógica de uma forma consciente. Com a ajuda da orientadora Cristina Cachulo e com o decorrer do ano fui melhorando este aspeto e considero, hoje, que a minha capacidade reflexiva melhorou muito e que os conhecimentos adquiridos compensam todo o esforço realizado.

A calendarização anual das matérias por etapas revelou-se também uma dificuldade pois era necessário a mobilização de muitos fatores, nomeadamente o roulement, o material, as condições climatéricas, as necessidades dos alunos. Para diminuir esta dificuldade fui trocando opiniões com os meus colegas do Núcleo de Estágio e orientadora e construindo várias opções de calendarização até se definir a

mais adequada. Sequencializar os conteúdos foi também uma das minhas dificuldades, pois nalgumas matérias não tinha bem a noção dos conteúdos que deveriam aparecer em primeiro lugar no ensino-aprendizagem. Mais uma vez a necessidade constante de pesquisar informação sobre as matérias revelou-se fundamental.

Relativamente à recolha de dados de avaliação, logo nas avaliações diagnósticas senti dificuldades no preenchimento das Grelhas de Avaliação na medida em que era necessário conjugar essa tarefa com a observação dos alunos e a correção das suas prestações. A Ginástica de Solo e de Aparelhos foi onde se notou mais essa dificuldade pois envolve grande cuidado com segurança dos alunos e, por, vezes, a manipulação dos elementos gímnicos que estão a realizar de forma a corrigi-los, tornando o registo mais difícil. Com o intuito de facilitar esta tarefa, durante a aula, focar o meu registo nos alunos com mais dificuldades e naqueles com mais facilidades, estando os restantes num nível intermédio. Ao longo do ano letivo também a minha capacidade de observação e memorização foi aumentando facilitando este registo.

Por último, promover uma atitude ativa de alguns elementos da turma não foi tarefa fácil, ou seja motivá-los para estarem mais disponíveis para a prática e mais ativos e empenhados na melhoria das suas execuções. Mas conseguir motivá-los e verificar a sua mudança de atitude perante a disciplina e as tarefas propostas foi dos resultados que mais me deu prazer constatar.

Não considero que o Estágio seja a última fase da minha formação enquanto professora, mas sim a primeira, sendo que ainda fica muita coisa por aprender e a necessidade de formação contínua é das únicas certeza que ficam.

Os comportamentos dos professores são diferentes, podendo ser preocupados com seu trabalho e sentirem necessidade de atualizar-se, ou, por outro lado, acomodarem-se à rotina e adotarem uma atitude passiva. Esta última é com certeza o caminho que não pretendo seguir pois como refere TOLEDO; ARAUJO; PALHARES (2005) o professor competente *deve ser um pesquisador envolto pela capacidade de dialogar, elaborar ciência e ter consciência teórica, metodológica, empírica e prática em sua atuação*. Assim, é necessário que invista continuamente na minha formação pois as práticas estão em constante transformação e promove o meu desenvolvimento pessoal e profissional.

4. Dilemas

Ao longo do Estágio Pedagógico fui confrontada com alguns dilemas, sendo um deles a visão dos Encarregados de Educação acerca da disciplina de Educação Física. Foi no âmbito de Organização e Gestão Escolar que percebi realmente a visão que os Encarregados de Educação têm da nossa disciplina. Uma vez que estava presente no atendimento realizado aos mesmos e nas reuniões com a Diretora de Turma, Encarregados de Educação e alunos constatei que a maioria destes tem uma visão errada acerca dos objetivos e da forma de avaliação em Educação Física. Afirmações como *A minha filha só teve essa nota porque? Ela é tão esforçada e até me disse que ultrapassou o objetivo da corrida nos testes do Fitnessgram* ou *A nota de Educação Física não devia contar para a média porque há alunos que não têm jeito*, fizeram com que um dos nossos objetivos, logo de início, fosse esclarecer os pais e os alunos sobre a forma como se processam estas questões na disciplina. Em primeiro lugar começámos por explicar que, ao contrário das outras disciplinas, a Educação Física diferencia o ensino de acordo com as dificuldades e necessidades dos alunos, definindo objetivos distintos para diferentes níveis de proficiência motora. Se há esta diferenciação do ensino também deverá haver diferenciação da avaliação para grupos de alunos diferentes. Deste modo, não deve haver comparação entre as suas notas (avaliação normativa) pois a avaliação nesta disciplina é criterial, ou seja, baseia-se na evolução dos alunos desde a avaliação diagnóstica até ao final das Unidades Didáticas. A reação dos pais que atrás revelo levam-me a pensar se estarão preparados para esta diferenciação, ou até, se saberão que este é um processo previsto legalmente.

Outra das dúvidas que me surgiram foi relativa à Área da Aptidão Física. A disciplina de Educação Física visa o desenvolvimento das capacidades condicionais e coordenativas através de atividades capazes de as elevar e de promover a sua manutenção, mas como concretizar este objetivo? Considero que a realidade escolar proporciona apenas um desenvolvimento destas capacidades integrado nas situações de aprendizagem, ou seja, o número de horas semanais para as aulas de Educação Física não é suficiente para que o professor consiga desenvolver estas capacidades com exercícios específicos em todas as aulas, sendo apenas possível desenvolvê-las integradas em exercícios de cada matéria a lecionar, não garantindo que os alunos consigam obter um resultado significativo neste aspeto. No entanto

cabe ao professor pensar em estratégias que pelo menos mantenham os alunos na *Zona Saudável da Aptidão Física*. Neste sentido o Núcleo de Estágio optou por, a partir dos resultados de avaliação diagnóstica obtidos nos testes do Fitnessgram, definir objetivos intermédios e terminais para a aptidão aeróbia, força e resistência abdominal e dos membros superiores e flexibilidade pois consideramos serem as capacidades mais importantes desenvolver para a saúde dos alunos. Para aqueles que apresentaram resultados abaixo da Zona Saudável o objetivo passou por atingir esta zona e manterem-se nela. Os restantes tinham como objetivo manterem-se nesta zona ou ultrapassarem-na. De forma a desenvolvê-las foram propostos exercícios integrados nas matérias lecionadas ou exercícios individuais apenas com esse propósito (principalmente na Ginástica, em sub-estações). Penso que esta matéria é a que permite mais facilmente o desenvolvimento destas capacidades. Durante a sua leção propus muitos exercícios em sub-estações para as desenvolver (saltos à corda, exercícios na bola suíça, de flexibilidade com trabalho a pares, com bola medicinal, no banco sueco, etc), tendo verificado que os alunos aumentaram a força e resistência abdominal e dos membros superiores e a flexibilidade no final do período. Assim, considero que a implementação destes exercícios foi bastante vantajosa para os alunos e que, nalgumas modalidades, é possível desenvolver estas capacidades de forma significativa.

Durante este ano letivo a disciplina de Educação Física na minha turma foi lecionada em dias consecutivos o que me levou a pensar nas implicações que isso traria ao nível da aprendizagem e recuperação física dos alunos. Concordo com Krug; Beltrame e Menezes Filho (1998) quando dizem que a Educação Física na escola deve ter horários mais adequados para a realização das mesmas. Sou da opinião que, nesta situação, não é tão vantajoso para os alunos porque, a pausa entre as aulas da semana seguinte é muito grande, esquecendo mais facilmente os conteúdos abordados, passam os restantes dias da semana sem praticar atividade física (a maioria) e não recuperam tão facilmente da aula do dia anterior.

Por fim, invadiram-me várias dúvidas acerca da abordagem da Área dos Conhecimentos e foi sobre ela que resolvi desenvolver o tema/problema deste relatório, numa tentativa de resposta a essas questões, mas tendo sempre como referência a turma que lecionei durante este ano letivo. De seguida poder-se-á compreender melhor este tema – *O ensino da Área dos Conhecimentos nas aulas de Educação Física*.

5. Aprofundamento do Tema/Problema

5.1 O ensino da Área dos Conhecimentos nas aulas de Educação Física

Sem conhecimento teórico não é concebível uma participação ativa dos alunos na Educação Física no desenvolvimento da sua capacidade criadora, iniciativa e dependência.

Sycora (1985)

É importante, em primeiro lugar, realçar que a Educação Física nem sempre teve o mesmo carácter que tem hoje. Era caracterizada como uma “atividade” em que bastava o simples “fazer” sem compreender “o porquê”. No entanto, nos moldes em que hoje se insere, é necessário que esta visão ceda espaço ao conceito “disciplina”. Mas, para identificá-la desta forma, é importante perceber o seu objetivo e o seu objeto de estudo e é fundamental que os alunos e seus Encarregados de Educação também o percebam para compreenderem porque é parte integrante do currículo e a forma como é lecionada e avaliada. Foi com este objetivo que desde o início do ano letivo tentámos explicar aos alunos e Encarregados de Educação que a disciplina visa a *apropriação das habilidades e conhecimentos, na elevação das capacidades do aluno e na formação das aptidões, atitudes e valores (bens de personalidade que representam o rendimento educativo), proporcionadas pela exploração das suas possibilidades de actividade física adequada - intensa, saudável, gratificante e culturalmente significativa* Programa Nacional de Educação Física 10º, 11º e 12º anos. Assim definem-se três áreas: Área das Atividades Físicas, Área da Aptidão Física e Área dos Conhecimentos. É sobre esta última que vou aprofundar o tema/problema deste relatório, apresentando vários dilemas que me foram surgindo ao longo do Estágio como por exemplo ***Os professores dão a importância devida à Área dos Conhecimentos? Será que na sua formação lhes foram transmitidas/abordadas estratégias pedagógicas para os integrar? Por que motivo devem ser lecionados os conteúdos? Qual o local mais adequado para o fazer? De que forma (em aulas teóricas ou integrados nas modalidades)? Que estratégias utilizar?*** Numa tentativa de dar resposta a estas questões, paralelamente apresentarei o ponto de vista de alguns autores e a minha

opinião, a forma como lecionei os conteúdos nas minhas aulas e as estratégias que utilizei, referindo as que tiveram mais sucesso.

Se a Educação Física faz parte do currículo escolar deve ser considerada uma disciplina que tem objeto de estudo e conhecimentos a serem transmitidos. Segundo BETTI (1992), *a Educação Física deve ir além de executar o gesto motor e não basta apenas que os alunos saibam realizar os movimentos*. Concordando com este autor, acrescento ainda que a transmissão de conhecimentos teóricos são fundamentais para os alunos terem consciência da importância de praticar atividade física e saberem como fazê-lo corretamente quando concluírem o seu período escolar e iniciarem a vida adulta. Reforçando esta ideia DARIDO (2001) refere *Um dos objetivos da Educação Física Escolar refere-se à busca da autonomia do aluno após o término da escolarização formal, e essa autonomia é facilitada a partir do momento em que o aluno conhece (portanto em nível cognitivo) a importância da atividade física, os seus benefícios, as melhores maneiras de realizá-la, as principais modificações ocorridas no ser humano em função da prática de atividade física, além do conhecimento sobre o contexto das diferentes práticas corporais*. Neste panorama, como professora de Educação Física, valorizei esta área acreditando sempre que os conteúdos nela transmitidos proporcionariam aos alunos uma mudança da sua atitude face à atividade física, tanto ao nível de conhecimentos adquiridos como ao conjunto das experiências motoras vivenciadas e, conseqüentemente, uma reformulação da visão do valor formativo da disciplina.

Quando iniciei o ano letivo, após lecionar algumas aulas e estar presente em reuniões com Encarregados de Educação/alunos da turma, apercebi-me que *a Educação Física é vista pelos estudantes como um conjunto de atividades, por vezes prazerosa, mas sem muita importância*. (BETTI & LIZ, 2003 citado por FONSECA e FREIRE, 2006). Para além disso, constatei também que os alunos tinham pouquíssimas referências desportivas e conhecimentos teóricos ligados à atividade física. Como seria possível chegarem ao 10º ano de escolaridade e não estarem apropriados de um conjunto de conhecimentos descritivos e operacionais e de referências práticas que lhes permitisse justificar certas ações?

O profissional de Educação Física durante a sua formação académica adquire diversos conhecimentos, no entanto, acomoda-se ao seu trabalho e não utiliza o que aprendeu, *esquecendo o seu potencial, não resgatando suas capacidade e habilidades* LORENZ, C. e TIBEAU, C (s/d). Considero também que

este não é o único motivo para que muitos professores não deem a importância devida à Área dos Conhecimentos. É importante salientar que durante a formação superior pouco ou raramente se ouve falar sobre como se deve fazer a adaptação desses conhecimentos para conseguir lecioná-los na escola e, talvez por isto, os professores não estejam ou tenham a sensação que não estão preparados para transmitir, de forma integrada, esses conteúdos. Num estudo exploratório sobre os conteúdos teóricos ZIMBRES (2001) citado por LORENZ, C. e TIBEAU, C (s/d), refere que, existem *fatores que ainda limitam a existência de teoria nas aulas de Educação Física:*

- a) Conhecimentos teóricos são direcionados para os professores e não para o interesse dos alunos.*
- b) A concepção do aluno de que aulas teóricas devem ser dentro da sala de aula ou qualquer outro ambiente fechado.*
- c) Os professores necessitam aprofundar-se no embasamento teórico antes de transmitir os conteúdos aos alunos.*
- d) Muitos professores ainda pensam que teoria é perda de tempo nas aulas.*

Apesar de todas estas hipóteses, também sou da opinião que um professor competente é aquele que tenta superar as suas dificuldades em prol das dificuldades dos alunos e, para isso, é necessário que procure investir continuamente na sua formação.

Baseadas nas competências a adquirir pelos alunos do ensino secundário, inscritas no Programa Nacional do Ensino Secundário, o Grupo Disciplinar adaptou e definiu os objetivos essenciais/anuais, no âmbito da Área dos Conhecimentos, da seguinte forma:

3.3.1 - Aprendizagem dos Processos de Desenvolvimento e Manutenção da Condição Física

O aluno,

- Conhece e interpreta o significado de Condição Física e os factores que a influenciam: a Aptidão Física, a alimentação, o repouso, o tabagismo e a qualidade do meio ambiente;

- *Sabe avaliar a Aptidão Física: ao longo do esforço (respiração e “avermelhamento” das faces); após o esforço (FC após esforço; Curva de recuperação da FC); em qualquer momento (IMC)*
- *Conhece e interpreta o conceito de tabagismo e identifica os produtos prejudiciais e prejuízos para a actividade física;*
- *Conhece e aplica em todas as situações as principais orientações metodológicas do treino das capacidades motoras mais directamente relacionadas com a saúde, evitando erros que comprometam a sua saúde, a segurança ou a melhoria da sua aptidão física (capacidades motoras: tipos; organização da carga; métodos de treino; principais testes de avaliação).*

3.3.2 - Aprendizagem dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra-escolares, no seio dos quais se realizam as actividades físicas.

O aluno,

- *Conhece as principais diferenças entre Desporto e Educação Física: Educação para todos e educação permanente;*
- *Conhece as quatro referências do conceito de Desporto: actividade desportiva, actividade física, organização desportiva, política desportiva;*
- *Conhece o conceito de Desporto (segundo Noronha Feio: o tempo, o espaço e a regra);*
- *Conhece e interpreta a evolução do conceito de Desporto;*
- *Conhece as características dos diferentes tipos de Instalações Desportivas: aspectos diferentes e aspectos comuns;*
- *Conhece e analisa criticamente questões relacionadas com o Doping e as principais características*

Serve isto para especificar como planifiquei a leccionação destes conteúdos ao longo do ano letivo. Em primeiro lugar, optei por calendarizá-los de forma a abordar dois temas em cada período, distribuindo-os assim de uma forma equilibrada. Em segundo lugar, dado o nível de conhecimentos que os alunos apresentavam no início do ano, optei por começar a leccionação dos temas que considerava serem os de mais fácil compreensão para eles. Mas mais uma vez fui assolada de várias dúvidas.

Em que contexto seria mais correto lecioná-los? De que forma (em aulas teóricas ou integrados nas modalidades)? E Que estratégias seriam mais adequadas? Estes poderão ser alguns dos dilemas que inquietam vários professores. Mas se pensarmos que há respostas certas e imutáveis a estas perguntas, provavelmente estamos errados. Tudo depende das características do meio, da escola e dos alunos, pois se num contexto uma estratégia até resultou noutra poderá estar completamente desajustada, uma vez que os alunos têm ritmos diferentes de desenvolvimento fisiológico e maturidade social, provindo de contextos socioculturais também eles diferentes. Caberá ao professor ajustar os objetivos, conteúdos e estratégias à turma que leciona. Assim, apresentarei algumas sugestões para a integração dos conteúdos da Área dos Conhecimentos, tendo sempre como referência a turma B do 10^o ano, que orientei durante o processo de Estágio no Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho.

O local e como lecionaria estes conteúdos teóricos foi uma das minhas inquietações, como referi anteriormente. Dependendo do tema e da altura em que foi lecionado fui tomando opções. Como dizem LORENZ & TIBEAU (2003) *O aluno precisa compreender que aula teórica pode acontecer em qualquer ambiente, não é obrigatória a permanência na sala de aula para a transmissão de conhecimentos teóricos.* Assim, os conteúdos procedimentais (regras, técnicas, destrezas, habilidades) relacionados com as matérias, foram integrados na leção das mesmas, em aulas práticas, expondo-os na instrução inicial, nos exercícios propostos ou através de questionamento. Os conteúdos atitudinais (valores, normas e atitudes) foram abordados e observados indiretamente através de jogos cooperativos e de competição e em atitudes perante a disciplina, as aulas ou os colegas. Os conteúdos conceituais (conceitos, princípios e factos), nomeadamente os *Processos de Desenvolvimento e Manutenção da Condição Física e conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra-escolares, no seio dos quais se realizam as actividades físicas (foco deste tema)* foram lecionados no espaço onde ia decorrer a aula ou numa aula teórica na sala de aula. Na minha opinião existem vantagens e desvantagens em lecionar os conteúdos em ambos os locais, dependendo do tema. *As principais diferenças entre Desporto e Educação Física* foi o que abordei primeiro e fi-lo no local onde a aula ia decorrer (Pavilhão Municipal), na parte inicial pois os níveis de concentração aí são maiores. Optei por este espaço pois era um espaço coberto e o

tempo que ia demorar e a forma como o abordei não requeria fazê-lo numa sala de aula. Para motivar os alunos e tornar esta abordagem mais interessante organizei-os em grupos e distribuí-lhes palavras soltas relacionadas com o conceito de Desporto e Educação Física para as ligarem ao conceito correspondente. No fim, facultei-lhes ambas as definições e discutimo-las com exemplos práticos. Considero que esta estratégia resultou mas também fiquei com a sensação que o recurso a uma apresentação em Power-point na parte de exposição das definições manteria os alunos mais concentrados. Este facto confirmou-se quando expus e fiz muito questionamento para falar do *significado de Condição Física e os factores que a influenciam*. Alguns alunos mantiveram-se atentos e bastante participativos no entanto, verifiquei que não consegui captar a atenção de todos. Repensei, então, as estratégias para os conteúdos teóricos e, quando abordei a *Evolução do conceito de Desporto* notou-se um grande interesse e concentração dos alunos. Querendo inovar as minhas práticas, a sua abordagem passou por uma apresentação em Power-point com recurso a muitas cores, esquemas e imagens. Comecei por apresentar uma linha cronológica com o nome dos vários períodos históricos e em cada um deles havia uma hiperligação para a visão do desporto nessa época (com imagens e esquemas). No final, organizei os alunos em equipas e realizei um *Quiz* competitivo denominado “Ser mais Sabedor” com perguntas acerca de todos os conteúdos já lecionados (os relacionados com as modalidades e os que tenho estado a referir), distribuindo pelas equipas cartões com as hipóteses de resposta (A,B,C,D) e registando num quadro de pontuações as perguntas respondidas acertadamente, determinando o vencedor no final. Este jogo não só serviu para aferir os conhecimentos dos alunos como também para rever todas as temáticas, ficando melhor preparados para o teste de avaliação sumativa de conhecimentos que iriam realizar na aula seguinte. Foi notório o interesse, empenho e motivação dos alunos com estas estratégias, vendo assim recompensada a minha criatividade. Por fim, havia ainda como objetivos que o aluno soubesse *avaliar a Aptidão Física e conhecesse e analisasse criticamente questões relacionadas com o Doping e as principais características*. Estes conteúdos foram abordados numa aula de 90 minutos pois, nesse dia, houve uma necessidade de adaptação horária, tendo-se juntado dois blocos de 90 minutos de aula, sendo demasiado tempo para realizar apenas a componente prática. De uma forma geral, também recorri aos meios informáticos para transmitir estes conteúdos e à constante explicação através de

exemplos práticos e do dia a dia, pois pode tornar os conteúdos teóricos mais atraentes, interessantes e compreensíveis pelos alunos. Na explicação da frequência cardíaca pedi que a medissem e comparassem com um quadro de FC ideal em repouso. De seguida explique-lhes a FC máxima e os exercícios e mecanismos para determinarem a FC necessária atingir se o seu objetivo fosse perder gordura, por exemplo. Penso que fazendo eles as contas, perceberam melhor como funciona a prescrição do treino e, principalmente, que o podem fazer em casa, promovendo hábitos de vida saudável. Na parte prática seguinte todos mediram a FC após um exercício de moderada e outro de alta intensidade, tirando conclusões de acordo com o que foi abordado anteriormente.

É importante ainda realçar que ao longo das aulas de Ginástica foi proposto um leque de exercícios para elevação e manutenção da condição física (flexibilidade, força e resistência abdominal, resistência aeróbia, coordenação e proprioceptividade) onde se explicava aos alunos a forma correta de execução e qual o objetivo de cada um, conseguindo aumentar os seus conhecimentos também a este nível.

Estando agora no fim do ano letivo e refletindo sobre as minhas decisões nesta área, surge-me outra dúvida. **Agi corretamente quando segui os conteúdos definidos no Programa Nacional ou deveria tê-los complementado com temas que os alunos gostariam de ver abordados?** Apesar de considerar os diversos temas abordados bastante pertinentes para a faixa etária e necessidades dos meus alunos, concordo com Carneiro (2006) quando refere que ao identificar os temas de interesse dos alunos, o professor pode desenvolver o seu planeamento de forma a alcançar um nível de participação bem maior e melhor, pois os conteúdos a serem tratados em aula relacionam-se com a preferência e necessidades dos alunos. *No atual contexto em que a Educação Física Escolar se encontra, com alunos cada vez mais desmotivados para praticar as aulas, faz-se necessário identificar o que poderia tornar as aulas mais motivantes; uma aproximação com a realidade dos alunos através do levantamento dos interesses e curiosidades mostra-se um caminho promissor.* (PAIANO, R et al). Nesta perspetiva, considero que a minha opção de não reajustar os conteúdos talvez não tenha sido a melhor.

Haveria ainda outras temáticas que gostaria de ter abordado e que eram importantes para a minha turma: Nutrição e Brincadeiras de Outrora. Nesta última pode propor-se aos alunos, por exemplo, que, em grupos, tragam um

jogo/brincadeira do tempo dos seus pais/avós, realizando a turma toda um jogo de cada vez ou por estações, apresentado pelo grupo que o trouxe. Sendo hoje a sociedade das tecnologias e tendo-se perdido as brincadeiras na rua, tão importantes para o desenvolvimento da criança, considero este tema importante e interessante para os atuais jovens.

Concluindo, claro que umas estratégias resultaram melhor que outras, mas é também a partir da experimentação e da reflexão sobre as suas práticas que o professor vai “crescendo” na sua profissão e como afirma Giesta (1996) *os problemas/dificuldades ocorridas/enfrentadas nas aulas constituem questões a serem resolvidas ou amenizadas numa situação conjunta e cooperativa que analise o contexto em que ocorrem, visando assim o aperfeiçoamento do processo ensino-aprendizagem e a valorização da profissão professor.*

Depois de uma grande insistência, parece-me agora que os alunos estão a começar a compreender que é necessário um conhecimento teórico para desenvolver a prática e os processos inerentes à mesma, no entanto as aulas de Educação Física não podem perder *a sua característica máxima que é o movimento humano, as manifestações da motricidade.* LORENZ & TIBEAU (2003)

6. CONCLUSÕES REFERENTES À FORMAÇÃO INICIAL E EXPERIÊNCIA DO ESTÁGIO

O Estágio Pedagógico é o momento em que o Estagiário tem a experiência de contactar com uma situação real de ensino, sendo por isso, talvez, o momento mais ansiado por ele. É, aliás, *indubitável que, no decurso da carreira, poucos períodos se comparam a este em importância (constituindo) um período único e significativo na vida pessoal e profissional de qualquer professor.* Simões (1996) Mas a sensação de incapacidade de responder a variadas situações quando iniciamos esta etapa de formação faz-nos refletir acerca da nossa formação inicial. Será que foi suficiente? Se não, quem será o culpado dessa insuficiência?

É nesta linha de raciocínio que, após o terminus do Estágio, se torna importante refletir acerca da nossa formação inicial e fazer um balanço deste ano de real prática docente.

Em primeiro lugar quero realçar a importância de uma atitude responsável, empenhada e de curiosidade constante quando ingressamos num curso superior, pois sem ela os conhecimentos base adquiridos não serão suficientes para iniciar a prática docente. Para além disso, à partida, quando iniciamos uma formação numa determinada área é porque gostamos e temos interesse nela. Quando ingressei no curso de Educação Física já tinha a certeza que o ensino era a área que queria seguir mas, apesar de sempre me considerar empenhada e cumpridora das tarefas propostas, tenho consciência que nessa altura deveria ser mais interessada, atenta e persistente, aproveitando ao máximo os conhecimentos que me transmitiam. No entanto, considero também que a maturidade no início do curso não se compara à que tenho agora. Daí a tal sensação de incapacidade quando iniciei o Estágio Pedagógico, principalmente perante uma orientadora tão exigente no desenvolvimento da nossa capacidade de reflexão. Segundo Schon citado por NUNES (2006) *o processo de formação, principalmente dada nas universidades, apresenta um esquema que distancia a teoria da prática, pois primeiro é fornecida ao aluno a teoria e só no final do seu curso tem um estágio prático*. Concordando com o autor, considero que a componente prática real de um curso não deveria ocorrer apenas no último ano. Sou apologista que situações reais de ensino deveriam ser proporcionado ao aluno simultaneamente com a teoria, talvez não no primeiro ano de licenciatura mas a partir deste pois desenvolvia nele mais responsabilidade, dotava-o de mais capacidade de reflexão e possibilitava que pusesse em prática de uma forma contínua e sistemática os conhecimentos adquiridos. Como exemplo dou os alunos que optam por terminar o seu ciclo de estudos com a Licenciatura. Estes, no regime atual, não têm oportunidade de lecionar em situações reais com uma orientação de outrem.

Fazendo agora o balanço deste ano de Estágio considero que foi bastante enriquecedor, desenvolvendo-me a nível pessoal e profissional. As minhas reflexões foram evoluindo e deixaram de ser simples e descritivas, passando a ser análises (do meu planeamento, intervenção e estratégias utilizadas) e propostas de reajustamento e novas práticas de ensino-aprendizagem. Para esta evolução contribui o facto de ter uma orientadora experiente e com objetivo de formar e orientar futuros profissionais do ensino, sempre numa atitude cooperativa, de aconselhamento na adoção de medidas que permitam ultrapassar as minhas

dificuldades, desenvolvimento da minha capacidade de reflexão e de valorização da profissão.

Assim, é de concluir que, o facto do professor de hoje ter de dominar um vasto número de competências em várias áreas, é necessário querer ser um bom professor para sê-lo. *A tarefa essencial do professor é despertar a alegria de trabalhar e de conhecer.* Albert Einstein

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BEHRENS, M. (1999). *A prática pedagógica e o desafio do paradigma emergente*. Brasília, v. 80, n. 196
- BENTO, J., PETERSEA, R. (2007) *Pedagogia do Desporto*. Guanabara Koogan, Rio de Janeiro
- BENTO, J.O., (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Livros Horizonte
- CAETANO, A., SILVA, M. (2009). *Ética profissional e Formação de Professores*. SÍSIFO. Revista de Ciências da Educação, N°08, Formação de Professores, pp. 49-60
- CAETANO, A., SILVA, M. *Ética profissional e Formação de Professores*. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Lisboa
- CAIRES, S. *Vivências e percepções do estágio pedagógico: Contributos para a compreensão da vertente fenomenológica do “Tornar-se professor”*. Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho.
- CARDOSO, M. I (2009). *O contributo do Estágio Pedagógico para o desenvolvimento da profissionalidade dos docentes de Educação Física-a perspetiva do estagiário*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto
- ESTEVES M. (2009). *Construção e desenvolvimento das competências profissionais dos professores*. SÍSIFO. Revista de Ciências da Educação, N°08, Formação de Professores, pp. 37-48
- GAMA, A., FIGUEIREDO, S. *O planeamento no contexto escolar*.

GANDIN, D. (1985). *Planejamento como prática educativa*. Edições São Paulo, Loyola.

LIBÂNEO, José Carlos (2001). *Adeus professor, adeus professora?: novas exigências educacionais e profissão docente*. 5ª ed., São Paulo: Cortez

LORENZ, C., TIBEAU, C. (2003). *Educação Física no ensino médio: estudo exploratório sobre os conteúdos teóricos*. Revista Digital.

MARTINS, ANA.(2011). *A observação no estágio pedagógico dos professores de Educação Física*. Faculdade de Educação Física e Desporto-Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa.

MENDES, F., COSTA, P. *Educação Física escolar: desenvolvendo conhecimentos sobre o corpo*.

OLIVEIRA, A, et al (1999). *A reflexão na prática docente*. Faculdade Capixaba de Nova Venécia

PAIANO, R. et al.(2011) *Educação Física escolar e a dimensão conceitual: identificando os interesses e necessidades dos alunos*. Revista Digital.

PEREIRA, P. et al. (2009). *A influência dos processos cognitivos dos alunos sobre os pensamentos dos professores: um estudo no âmbito da Educação Física*. Universidade Técnica de Lisboa

PIMENTA. S.O (1995) *Estágio na formação de Professores: Unidade entre teoria e prática*. Faculdade de Educação da USP. Cad. Pesq., São Paulo, nº94, pp.58-73

VEIGA, I et al. *Docência: uma construção ético-profissional*, Magistério e formação e trabalho pedagógico, Papyrus

VITÓRIA, I. (2011). *Plano de Formação Individual*, Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, FCDEF-UC, Montemor-o-Velho.

ZIMBRES, S.(2001). *Educação física escolar e cidadania: uma nova concepção*. Revista Digital. Universidade Federal do Maranhão.

SIEDENTOP, D. (1998). *Las estrategias generales de enseñanza. In Aprender a enseñar la educación física*. Barcelona: INDE.

LORENZ, C., TIBEAU, C. (2001). A percepção de estudantes do Ensino Médio sobre as aulas de Educação FísicaEscolar: Disciplina ou Ativiade? São Paulo