

**UNIVERSIDADE DE COIMBRA**  
**FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA**



TAYARA ALICE NASCIMENTO DINIZ

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NO AGRUPAMENTO  
DE ESCOLAS DE MONTEMOR-O-VELHO JUNTO DA TURMA B DO 7º NO ANO  
LETIVO DE 2012/2013**

“O ensino da Educação Física e a motivação dos alunos para aprenderem matérias de que menos gostam”.

**COIMBRA**

**2013**

**TAYARA ALICE NASCIMENTO DINIZ**

**2010106587**

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NO  
AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE MONTEMOR-O-VELHO JUNTO DA  
TURMA B DO 7º NO ANO LETIVO DE 2012/2013**

“O ensino da Educação Física e a motivação dos alunos para aprenderem  
matérias de que menos gostam”.

Relatório de Estágio Pedagógico  
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 nos  
Ensinos Básico e Secundário.

Orientador: Mestre Miguel Fachada

**COIMBRA**

**2013**

Diniz, T. A. N. (2013). *Relatório de Estágio Pedagógico desenvolvido no Agrupamento de Escolas Montemor-o-Velho no ano letivo de 2012/2013. – “O ensino da Educação Física e a motivação dos alunos para aprenderem matérias de que menos gostam”*. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra. Coimbra: Portugal.

Eu, Tayara Alice Nascimento Diniz, aluno nº 2010106587 do Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, venho através deste, declarar minha honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da minha autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no art. 30.º do Regulamento Pedagógico da FCDEF (versão de 10 de Março de 2009).

## AGRADECIMENTOS

Não podia deixar de passar esta oportunidade sem dar meus sinceros agradecimentos àqueles que de várias formas, me ajudaram a chegar aqui. Assim, gostaria de agradecer:

Em primeiro lugar a minha Orientadora de Estágio Cristina Cachulo, que apesar de não se dizer minha professora, me ensinou mais que muitos professores que já tive na vida.

Em segundo lugar ao Professor Mestre Miguel Fachada, que sempre se mostrou paciente e atencioso com todas as minhas dúvidas, não só durante o estágio, mas durante todo o mestrado. Um professor em excelência, que tenho a honra de tê-lo como orientador.

Aos meus queridos e barulhentos alunos da turma B do 7º ano, sem eles nada poderia ter acontecido.

Ao Agrupamento de Escola Montemor-o-Velho, bem como todos os professores e funcionários que de certa forma colaboraram para o sucesso do meu estágio.

Aos meus colegas de estágio, em especial ao Gildo, que se mostrou um grande amigo.

A minha querida amiga Catarina, que sempre esteve disposta a escutar todas as minhas histórias e ainda me apoiar em tudo o que fosse preciso.

A minha amada família no Brasil, em especial a minha mãe, que mesmo longe se mostrou sempre tão presente.

E finalmente a Deus e a todos os meus “Orixás” que me deram força para superar este ano que foi tão trabalhoso.

## RESUMO

O Estágio Pedagógico é um ponto crucial na formação de um professor, é quando ocorre o processo de transição entre a fase do discente para o docente. Nesta etapa importa desenvolver/aprimorar o conhecimento crítico-reflexivo. Desta forma, é possível ao professor estagiário adequar o conhecimento pedagógico aos mais variados contextos e ainda promover aprendizagens significativas, tendo em vista as capacidades e necessidades dos alunos. Pretende o atual relatório descrever de forma aprofundada e reflexiva todo o processo de formação desenvolvido no estágio pedagógico. Importa referir que este processo de formação buscou não só desenvolver as aprendizagens dos alunos, mas também a responsabilidade, o sentido ético, o trabalho em grupo e a capacidade de reflexão por parte do Professor Estagiário. Neste relatório, na parte final, procura-se fazer também uma abordagem pormenorizada sobre um tema, “O ensino da Educação Física e a motivação dos alunos para aprenderem matérias de que menos gostam”, o mesmo foi escolhido devido às dificuldades apresentadas no decorrer do ano letivo quanto à falta de motivação por parte dos alunos. Neste sentido, podemos afirmar que as estratégias adotadas permitiram, de uma forma geral, aumentar consideravelmente as aprendizagens dos alunos. No entanto, apesar dos bons resultados obtidos, a motivação para a prática da matéria em questão não aumentou. Estes resultados mostraram o quão complexo é o processo de ensino. O mesmo exige do professor um grande esforço reflexivo e profundo para motivar e incentivar todos os alunos quando se encontra certa resistência sobre determinada matéria. É preciso também muita criatividade, bem como respeito por todas as diferenças e necessidades apresentada por cada discente.

Palavras-chaves: Conhecimento crítico reflexivo - educação física – motivação - processo de formação.

## ABSTRACT

The pedagogic traineeship is a crucial point in the academic education of a teacher. It occurs during the transition from the student phase to the teacher phase, with the aim of develop/improve a critical reflective knowledge. Therefore, the trainee can adapt the pedagogical knowledge to a variety of different contexts, enhancing learning and focusing on the students' capabilities and needs. The purpose of the present final report is to describe, depth and reflectively, the whole process developed in the teaching practice. It should be noted that the whole training process, not only looked for the development of the student learning, but also the responsibility, sense of ethics, group work and reflection capacity by the part of the trainee. In the final chapters of the present report, we seek to also make a detailed approach on the theme "The Physical Education teaching and the students' motivation to learn the least favorite themes", chosen owing to the difficulties faced during the school year course about the lack of motivation among students. Therefore, we can say that the adopted strategies allowed, in general, to greatly enhance the students' learning. However, despite the good results obtained, the motivation to practice the subject matter has not increased. These results show how complex is the process of teaching. This process requires a great effort and deep reflection by the teacher to motivate and encourage all students when he meets some resistance on certain matters. The creativity is imperative, as well as the respect for all particular students' differences and needs.

Keywords: Critical Reflective Knowledge - Physical Education – Motivation - Training process.

# SUMÁRIO

---

<b>AGRADECIMENTOS</b>	<b>v</b>
<b>RESUMO</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b>	<b>vii</b>
<b>I. INTRODUÇÃO</b>	<b>1</b>
<b>II. CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA</b>	<b>2</b>
<b>2.1. EXPECTATIVAS INICIAIS</b>	<b>2</b>
<b>2.2. INTEGRAÇÃO NO MEIO ESCOLAR</b>	<b>3</b>
<b>III. ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA</b>	<b>6</b>
<b>3.1. PLANEAMENTO</b>	<b>6</b>
3.1.1. Plano Anual	8
3.1.2. Unidade Didática	14
3.1.2.1. Unidade Didática de Ginástica, Badminton e Dança.	16
3.1.2.2. Unidade Didática de Basquete e Andebol	17
3.1.2.3. Unidade Didática de Orientação	17
3.1.2.4. Estilos de ensino	18
3.1.3. Planos de Aulas	19
<b>3.2. REALIZAÇÃO</b>	<b>22</b>
3.2.1. Intervenção Pedagógica	23
3.2.1.1. Instrução	23
3.2.1.2. Organização/gestão	24
3.2.1.3. Clima/disciplina	25
3.2.1.4. Decisões de ajustamento	26
3.2.2. Aulas assistidas	27
3.2.3. Inovações Pedagógicas	28
3.2.3.1. Ensino Recíproco	28
3.2.3.2. <i>Teaching Games for Understanding (TGfU)</i>	29
3.2.3.3. Prática Transferível	29
<b>3.3. AVALIAÇÃO</b>	<b>30</b>
3.3.1. Avaliação Diagnóstica	31
3.3.2. Avaliação Formativa	34
3.3.3. Avaliação Sumativa	35
<b>IV. QUESTÕES DILEMÁTICAS</b>	<b>38</b>
<b>V. ÉTICA-PROFISSIONAL</b>	<b>40</b>
<b>VI. ORIENTAÇÃO DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO</b>	<b>41</b>
<b>VII. APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA</b>	<b>42</b>
<b>VIII. DESCRIÇÃO DOS INSTRUMENTOS</b>	<b>46</b>

<b>8.1. AMOSTRA</b>	<b>46</b>
<b>8.2. CARACTERIZAÇÃO DO INSTRUMENTO UTILIZADO</b>	<b>46</b>
<b>8.3. MÉTODOS DE ANÁLISE DOS DADOS</b>	<b>46</b>
<b><i>IX. DESCRIÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS</i></b>	<b>47</b>
<b><i>X. CONCLUSÕES FINAIS</i></b>	<b>52</b>
<b><i>XI. BIBLIOGRAFIA</i></b>	<b>54</b>

## LISTA DE TABELAS

<i>Tabela 1- Calendarização</i>	12
<i>Tabela 2- Número de aulas</i>	12
<i>Tabela 3- Acabo o ano letivo a gostar, saber e fazer</i>	49

## LISTA DE GRÁFICOS

<i>Gráfico 1- Gosto pelas matérias</i>	47
<i>Gráfico 2- Matéria que mais gostaste- rapazes</i>	48
<i>Gráfico 3- Matéria que mais gostaste- raparigas</i>	48
<i>Gráfico 4- Matéria que menos gostaste- rapazes</i>	48
<i>Gráfico 5- Matéria que menos gostaste- raparigas</i>	48
<i>Gráfico 6- Motivação início e final do ano</i>	49

## I. INTRODUÇÃO

---

O presente trabalho surge no âmbito da disciplina de Estágio Pedagógico do Curso de 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 reflete todo o trabalho realizado neste ano letivo de 2012/2013, sendo efetuada uma descrição das tarefas realizadas, bem como uma análise crítica e reflexiva das mesmas. No trabalho serão expostas as expectativas iniciais sobre o estágio, a análise reflexiva sobre a prática pedagógica e a ética profissional. Na parte final do mesmo, consta ainda uma abordagem pormenorizada ao tema escolhido para o nosso relatório. O mesmo trata-se de “O ensino da Educação Física e a motivação dos alunos para aprenderem matérias de que menos gostam”. Este tema foi abordado devido às dificuldades apresentadas durante o ano letivo em vigor.

O Estágio Pedagógico é uma etapa muito importante para a formação inicial do Professor, caracteriza-se por um período de transição, onde o aluno da faculdade passa a ser o Professor da escola. É nesta fase que colocamos em prática tudo o que nos foi ensinado e o que está a ser orientado. É também no Estágio Pedagógico que nos defrontamos com a realidade de ensino, é uma etapa crucial para determinarmos a qualidade do profissional em formação. A função primordial do Professor Estagiário está no processo educativo dos alunos e a todas as atividades inerentes a ele.

O Estágio foi realizado no Agrupamento de Escolas Montemor-o-Velho com a turma B do 7º ano. O mesmo teve como objetivo integrar os conhecimentos adquiridos no primeiro ano do curso do Mestrado com a prática docente real e orientada vivida na escola.

## II. CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA

---

### 2.1. EXPECTATIVAS INICIAIS

No início deste ano letivo existiam muitas expectativas e receios em relação ao Estágio. Pelo facto de ser Brasileira e nunca ter tido contato com o sistema de ensino Português, preocupava-me muito com a realidade escolar que iria encontrar. Outra grande preocupação existente no início do estágio, encontrava-se na possível falha na comunicação com os alunos. Questionava também de como seria a aceitação dos mesmos comigo. No entanto, desde o primeiro dia de aula todos me “aceitaram” muito bem, foram sempre educados e colaboradores. Nomeadamente a comunicação, apesar de poucas vezes não me fazer entender na primeira abordagem, posso dizer que não existiram problemas significativos. Os alunos são participativos e, quando não percebem algo, perguntam imediatamente e assim resolvemos a questão.

Para este ano letivo, imaginava-se que teria muito trabalho. Colocaria em prática todos os conteúdos absorvidos no primeiro ano de mestrado, entretanto com um forte contributo na obtenção de competências pessoais e profissionais para o desempenho de uma futura função como Professora de Educação Física.

As expectativas que mais se evidenciavam era a vontade de aprender e conhecer o sistema de ensino Português. Para além disto, esperava conseguir evoluir como Professora, nomeadamente no planeamento de uma aula, nas estratégias de ensino mais adequadas e entender por que razão devo utilizar uma estratégia e não a outra, na forma de comunicação mais apropriada aos alunos e à avaliação. Pretendia também, conseguir evoluir ao longo do ano letivo de forma a conseguir, realmente, contribuir para uma aprendizagem significativa por parte dos alunos e para o seu desenvolvimento motor e cognitivo. Mais importante ainda, queria inserir nos discentes o gosto pela atividade física bem como consciencializar para a sua importância, de modo a torná-los cidadãos fisicamente ativos.

Em relação ao Núcleo de Estágio do Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho, apesar de algumas dificuldades apresentadas pela falta de comunicação com o grupo, pode-se fazer um balanço positivo entre todos.

Promoveu-se um ambiente cooperativo, de troca de experiências e opiniões, com um clima positivo e boa capacidade de trabalho em conjunto.

No que diz respeito à Orientadora de Estágio, pode-se referir que superou todas as expectativas iniciais. Mostrou-se como um factor primordial nas aprendizagens conseguidas no decorrer do ano letivo, elucidando e criticando sempre de forma construtiva, indicando soluções para os problemas existentes.

As matérias a abordar foram também motivos de alguma preocupação. No Brasil falta a lecionação na licenciatura e até mesmo a vivência na sociedade de vários desportos que por Portugal são comuns. Logo, tive de pesquisar, baseando-me no material de apoio das disciplinas do primeiro ano do Mestrado, no Programa Nacional de Educação Física, bem como, ouvir atentamente as sugestões e indicações da minha Orientadora. Apesar de não me sentir segura para lecionar algumas matérias, consegui a aquisição de métodos de trabalho de forma a facilitar e a tornar confiante a intervenção junto da turma.

## **2.2. INTEGRAÇÃO NO MEIO ESCOLAR**

Aqui irei descrever os dados necessários que serviram de base para a reflexão sobre a prática pedagógica vivida. De princípio importa referir que o Agrupamento de Escolas onde realizei o estágio localiza-se no Concelho de Montemor-o-Velho, próximo do Pavilhão Polidesportivo da cidade. A fertilidade dos solos deste Concelho explica que, apesar do contínuo decréscimo da população ligada ao setor primário, continue a existir uma parte da população a dedicar-se à agricultura como principal fonte de rendimento. Podendo dizer desta forma que o Agrupamento de Escolas localiza-se em meio rural. Tendo o que foi elucidado como base, podemos refletir sobre como é feita a ocupação dos tempos livres em atividades físicas fora do contexto escolar. Segundo Mandaços, Dias, Barbosa, Pereira & Carvalho (2011), esta ocupação depende muito dos espaços disponíveis, das condições socioeconómicas e das ofertas que a comunidade disponibiliza. Para além disso, é preciso ter em mente que para os rapazes do meio rural, a prática desportiva é muito mais aceite do que para as raparigas. Cabendo a nós, Professores, motivá-las e incentivá-las à realização da atividade física.

Do ponto de vista climático o Município de Montemor-o-Velho, apresenta um clima temperado, de características mediterrâneas (verões quentes e secos e invernos suaves e chuvosos) (Câmara Municipal de Montemor-o-Velho (n/d)). Este foi um dado muito importante que auxiliou na calendarização das matérias a abordar no presente ano letivo. Principalmente no que se refere à Orientação, já que esta se realiza maioritariamente em espaços abertos.

O Agrupamento de Escolas Montemor-o-Velho é constituído por um conjunto de 324 professores, 2542 alunos e 130 funcionários. Do total de docentes, 14 pertencem ao Grupo Disciplinar de Educação Física. O Agrupamento disponibiliza também dois funcionários, que auxiliam os professores junto das instalações desportivas. Importa referir que neste ano letivo, apesar de nem sempre as opiniões expostas serem as mesmas, foi notório a relação de respeito e cooperação existentes entre todos os docentes do Grupo Disciplinar de Educação Física. Desta forma, pude perceber no início e no decorrer do ano, a predisposição em ajudar e colaborar presentes em todos estes professores. O que de facto serviu de grande valia, já que trabalhamos em conjunto nas atividades realizadas na escola. Para além disto, sempre que precisei de qualquer tipo de ajuda, todos se mostraram dispostos e atenciosos a colaborar e me ajudar em qualquer situação.

No que diz respeito aos espaços disponíveis para a prática da Educação Física, o Agrupamento é bastante apetrechado; o que, de facto, facilita o planeamento realizado no ano letivo. Este é constituído por um polidesportivo coberto, um polidesportivo descoberto, uma sala multiusos e uma pista de atletismo. Em relação aos espaços externos, por vezes o Município cede à escola o pavilhão municipal. Para além do que foi dito, todos os espaços contam com diversos balneários. Importa referir também, sobre os recursos materiais existentes, de modo geral, se encontram em bom estado. Existe uma grande diversidade e quantidade de material à disposição do Professor, permitindo uma abordagem facilitada dos diferentes conteúdos lecionados. Esta é uma questão muito importante, já que dependemos diretamente dos recursos espaciais e materiais existentes na escola. Sem estes conhecimentos não seria possível realizar qualquer tipo de planeamento das aulas.

Relativamente à turma B do 7º ano, constatou-se que a mesma apresentava no início do ano letivo 19 alunos, 14 do sexo masculino e 5 do

sexo feminino. Na metade do segundo período um dos alunos foi transferido, ficando a turma com 13 discentes do sexo masculino. Considerando isto no início do ano, esperava-se uma turma ativa, dinâmica e competitiva, visto que os rapazes, de um modo geral, são mais dispostos à atividade física e à “rivalidade” do que as raparigas. Hoje, no fim do ano letivo, podemos confirmar o que já era esperado no início do ano. Com o passar do tempo, pude constatar de facto que a turma era bastante ativa e muito competitiva. A competitividade foi uma forte característica evidenciada entre alunos. A média de idades dos discentes é de 12 anos, tendo o mais novo 11 e o mais velho 14. Em relação à idade podemos tecer alguns comentários. A turma estava, e ainda está, numa fase de transição entre criança e adolescente. É neste período que ocorre a ruptura do círculo infantil e uma inconstância entre os interesses próprios. Jovens com estas idades buscam uma nova personalidade. Esta foi uma questão muito importante para reflexão pedagógica. A idade dos discentes serviu como referência para algumas tomadas de decisões, nomeadamente a forma de dar as instruções, a organização das aulas e, principalmente, a maneira de motivar estes alunos.

Os dados referidos acima foram de extrema importância para a reflexão sobre a prática pedagógica, com eles iniciámos o processo de ensino e aprendizagem. Todo esse conhecimento inicial permitiu um melhor planeamento do processo como um todo. Com ele, foi possível prever alguns acontecimentos e refletir sobre possíveis/melhores atuações. Estes dados recolhidos e observados repercutiram nas reflexões e análises realizadas durante todo o ano letivo. Dito isto, entende-se e percebe-se o quão importante foi esta interação e conhecimento no meio escolar, repercutindo de forma positiva no processo de ensino-aprendizagem.

### III. ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA

---

No Estágio Pedagógico realizado no âmbito do Curso de 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 nos Agrupamentos de Escolas Montemor-o-Velho, tive em mente várias preocupações. A primeira refere-se ao planeamento. Tive como objetivo durante todo o ano letivo **planear** tarefas motivantes e diferenciadas (com objetivos diferentes) aos alunos. Uma vez planeadas, parti para a **realização** do que foi pensado e para isso tive de as instruir os alunos de forma simples, objetiva e clara. Desta forma, consegui maximizar o tempo de aula. Sabe-se que, quanto maior o tempo de prática, maior será a chance do discente aprender o que está a ser ensinado. Segundo Bento (1987), faz parte da antiga sabedoria pedagógica, que somente se formam conhecimentos e capacidades sólidas, duradouras e disponíveis, quando se atribui tempo suficiente para a sua consolidação. A aprendizagem que deve ser solidamente dominada, tem que ser constantemente exercitada/repetida/consolidada. O principal objetivo é, sem dúvida, levar o aluno ao sucesso, e assim, será possível aumentar a sua motivação e conseqüentemente o seu interesse pela aula/matéria. Simultaneamente a todo este processo citado, realizou-se também a **avaliação**. A mesma ocorria todos os dias numa perspetiva pedagógica de “ensinar a aprender”. Avaliou-se que dificuldades/facilidades têm os alunos, bem como, de que forma interpretam as informações fornecidas e como se comportam diante das ações rotineiras. Com estes dados foi possível tomar decisões ajustadas/adequadas durante todo o processo de ensino, facilitando desta maneira o alcance dos objetivos estabelecidos.

#### 3.1. PLANEAMENTO

O planeamento é uma construção orientadora da ação docente que, como processo, organiza e dá direção à prática coerente com os objetivos a que se propõe. As ações planeadas são fruto de reflexões críticas sobre o próprio trabalho docente, quando inserido em uma comunidade com características e necessidades próprias a serem atendidas de forma consciente

e objetiva. Segundo Bossle (2002) o planeamento é processual, são todas as decisões e ações do Professor na interação com o contexto da comunidade escolar. Portanto, pode ser uma programação realizada pelo Professor quotidianamente, constantemente avaliado como processo, e não somente em reuniões e períodos previamente estabelecidos para tal.

O planeamento deve existir para nortear o trabalho do Professor e facilitar a aprendizagem do aluno. O mesmo deve ser uma organização das ideias e informações. Qualquer atividade, para ter sucesso, necessita de ser planeada. E sendo o processo de ensino uma atividade sistemática e uma organização da situação de aprendizagem, ele necessita evidentemente de planeamento muito sério. Não podemos improvisar a educação, seja qual for o seu nível. (Schmitz, 2000, p.101)

Segundo Bento (1987), todo projeto de planeamento deve encontrar o seu ponto de partida na conceção e conteúdos dos programas ou normas programáticas de ensino. Nomeadamente, na conceção de formação geral, de desenvolvimento multilateral da personalidade e no grau de cientificidade e relevância prático-social do ensino. Deve ter em conta o papel da atividade dos alunos no seu próprio desenvolvimento, atividade ativa, consciente, progressivamente autónoma e criativa.

A preparação do Plano Anual de Ensino começou com a análise do Programa Nacional de Educação Física, da seleção das matérias a lecionar no ano de escolaridade que está inserida a turma, dos resultados do ano anterior, da caracterização da turma, do meio, da escola e da avaliação diagnóstica realizada no início do ano letivo. De seguida, realizou-se a seleção de objetivos e conteúdos pretendidos alcançar no final do ano letivo. Objetivos respeitantes às capacidades, habilidades, conhecimentos e atitudes de cada aluno. Também é necessário verificar quantas horas estão realmente à disposição durante o ano escolar. Este aspeto pode revelar diferenças significativas entre uma turma e outra. É importante selecionar o método de ensino, bem como as estratégias que serão utilizadas para a aprendizagem dos discentes. E por fim, como serão avaliados no decorrer do ano letivo.

As características, as leis, os princípios e a essência do ensino, segundo Bento (1987), não admitem a ideia de planear isoladamente as ações pedagógicas, de aula para aula, de partir e fragmentar os processos de

aquisição de conhecimentos, os processos de educação e de desenvolvimento da personalidade dos alunos. No ensino, trata-se de traçar e realizar um plano global, integral e realista da intervenção educativa para um período lato de tempo; é a partir dele que se definem e estipulam pontos e momentos nucleares e as acentuações dos conteúdos a abordar.

### **3.1.1. Plano Anual**

Segundo Bento (1987), a elaboração do plano anual constitui o primeiro passo do planeamento e preparação do ensino e traduz, sobretudo, uma compreensão e domínio aprofundado dos objetivos, bem como, reflexões e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano letivo. Um plano exequível, didaticamente exato e rigoroso, que oriente para o essencial com base nas indicações programáticas e na análise da situação na turma e na escola.

Neste sentido, no início do ano letivo, realizei o Plano Anual da turma B do 7º ano do Agrupamento de Escolas Montemor-o-Velho. Num primeiro momento, estudei o Programa Nacional de Educação Física com o objetivo de verificar quais eram as finalidades e os principais objetivos para o ano de escolaridade em questão. Em simultâneo, levei em consideração a seleção das matérias (para o 7º ano) realizada pelo Grupo Disciplinar do Agrupamento, neste caso, Ginástica, Basquetebol, Andebol, Badminton, Orientação e Dança. Numa segunda etapa, realizei a análise do projeto educativo do Agrupamento de Escolas Montemor-o-Velho. O mesmo é um instrumento necessário à organização escolar. Contribui para tornar socialmente reconhecível a identidade da escola no âmbito da sua autonomia, e consubstancia a filosofia educativa do Agrupamento influenciada pelo paradigma nacional de educação e pela realidade local e regional. Informação, Conhecimento e Cidadania são os três pilares em que assenta a perceção deste projeto sobre o que é hoje a Escola. De facto, é necessário desenvolver nos alunos as competências que lhes permitam lidar com o crescimento exponencial de informação, sendo indispensável que cada indivíduo seja capaz de interpretar as informações adquiridas e ainda que consiga transformar estas informações em conhecimento. De igual modo, requer-se hoje à Escola que forme indivíduos capazes de exercer a sua cidadania de forma autónoma, responsável e

participativa. Neste sentido, a Educação Física apresenta um contexto privilegiado. A mesma perspectiva a aquisição de um conjunto de valores socialmente relevantes, favorecendo a formação e desenvolvimento de competências dos alunos, e tendo como referência o corpo e a atividade física, na sua vertente de construção individual e coletiva. Desta forma, para atender tanto os objetivos propostos pelo Projeto Educativo do Agrupamento, quanto aos objetivos das diferentes áreas de extensão da disciplina, foram definidos objetivos de acordo com as características dos alunos da turma, nomeadamente à reação de como lidar com o sucesso/fracasso, trabalho de equipa, respeito pelos colegas e suas diferenças e a pouca autonomia e responsabilidade apresentada nas avaliações diagnósticas. A partir daqui, planeei atividades que desenvolvessem a cooperação, a solidariedade, a responsabilidade e a autonomia entre os alunos. No caso dos jogos coletivos, inseri no início da Unidade Didática alguns jogos lúdicos (contextualizados). Estes, para além de motivar os alunos, tinham como objetivo desenvolver o espírito de equipa e ainda a solidariedade entre os jogadores. Para além disto, tive muita atenção no decorrer do ano letivo de falar, sempre que possível, sobre a importância do *fair play* e o respeito pelos adversários. Na Ginástica, trabalhei muito a ideia de responsabilidade e autonomia. Em determinado ponto da Unidade Didática, passei a dar mais tarefas e responsabilidades aos alunos, que passaram a ser parte “funcional” da aula. No caso da Orientação, reforcei a ideia do jogo limpo e ainda a importância da cooperação para o sucesso da atividade.

Posterior à análise do Projeto, realizei a caracterização da turma. Antes do início oficial do ano letivo, o núcleo de Professores Estagiários de Educação Física construiu uma ficha de aluno, que foi entregue e preenchida pelos mesmos no primeiro dia de aula. Este questionário permitiu-me ter informações iniciais e de grande importância para um melhor conhecimento dos alunos, tanto individual, como da turma de forma geral. Segundo Bernardo (2010), todo o educador deve previamente ter conhecimentos sobre a vida dos seus alunos, para assim, poder lidar com as situações cotidianas na sala de aula. Quanto melhor e mais informação obtiver sobre os discentes, maior será a qualidade de intervenção para com eles em relação ao processo de aprendizagem. A eficácia para o ensino só é possível quando conhecemos a necessidade dos

nossos alunos, e para nos apercebemos de tal facto é necessário conhecer afundo a maneira e o modo de como vivem.

Após a caracterização da turma, realizou-se a caracterização do meio, onde foi possível verificar a localização da escola e o contexto social do local onde se encontra. Desta forma, foi possível também adequar algumas ações de modo a melhorar a interação com os alunos/turma e, ainda, facilitar o processo de aprendizagem dos mesmos. Em simultâneo, realizei a caracterização da escola, onde tive a oportunidade de conhecer o local, bem como os funcionários da mesma. Os recursos espaciais e materiais também foram analisados, os mesmos foram de grande importância, pois são fundamentais para a realização de qualquer planeamento.

Finalizadas estas etapas, dei início às avaliações diagnósticas. Este tipo de avaliação permite também ao Professor, organizar e orientar todo o processo de ensino-aprendizagem. Prevendo situações desfavoráveis, refletindo acerca de decisões tomadas e adequando o ensino de forma a que todos os alunos consigam atingir o sucesso. Através delas, pude perceber o nível proficiente que se encontravam os alunos e com isto pude hierarquizar e determinar os objetivos intermédios e finais a serem alcançados por cada grupo de discentes. É importante elucidar que a caracterização por questionário e a observação de atitudes dos alunos durante as primeiras aulas também fizeram parte da avaliação diagnóstica. Este tipo de avaliação não serve somente para definir os objetivos de desempenho, mas também objetivos de conhecimentos e atitudes a serem desenvolvidos pelos alunos. Com base nisto, selecionei os objetivos prioritários a serem atingidos pela grande maioria dos discentes. Neste caso, um dos objetivos estabelecido foi permitir uma maior exercitação da ginástica, já que a mesma foi a matéria que apresentou maior índice de dificuldade pelos alunos. A imposição de regras de comportamento também foi um objetivo prioritário. Para além de ter sido notório nas primeiras aulas esta necessidade de imposição, alunos de idades tão tenras necessitam de regras neste sentido. Com esta intenção, foquei-me ao máximo em criar uma rotina de disciplina com os alunos para garantir uma melhor organização da sessão. Para estabelecer esta rotina utilizei de várias estratégias, entre elas estão a organização dos grupos antes do início da aula, a explicação dos exercícios só depois de todos estarem em silêncio e a

distribuição dos materiais; como por exemplo, as bolas só eram entregues quando todos os discentes estivessem nos seus devidos lugares. Relativamente à área da aptidão física, após observados os resultados dos testes do *fitnessgram*, notei, num balanço geral da turma, que a capacidade humana que mais se destacou por estar fora da norma (protocolo) foi a flexibilidade. Por este motivo, coloquei-a como objetivo prioritário para a turma em questão e, sempre que possível, inseri trabalhos de flexibilidade nas aulas de ginástica. Optei por realizar em conjunto com a ginástica, pois, para além desta matéria estar diretamente ligada a esta capacidade motora, as aulas no segundo e terceiro período eram de 90 min, favorecendo a inserção dos exercícios de flexibilidade nestas sessões. Em relação ao nível dos conhecimentos dos alunos, destacou-se a falta de conhecimento das regras das matérias. Notei nas primeiras aulas que muitos discentes não tinham bem resolvida esta questão. Por considerar de grande importância para a prática das mesmas, pensei então em as inserir como um objetivo prioritário.

Sabendo dos objetivos e das necessidades da turma referente a cada matéria, dei início à calendarização/periodização das disciplinas a serem lecionadas. Para a sua elaboração, levei em consideração a possibilidade de *transfer* entre as matérias, de modo a garantir uma mais sólida consolidação e consecução dos objetivos definido. Pensei também nos limites impostos pelo *roulement* (rotação dos espaços), nas suas dinâmicas e possibilidades, nomeadamente a transição dos espaços de aula, quando as sessões de 45 minutos passaram a ser realizadas no espaço exterior e as aulas de 90 minutos no pavilhão. Neste sentido, tive que planear as matérias e os conteúdos de cada Unidade Didática conforme a disponibilidade dos espaços. Outra atenção que tive para a elaboração, fixou-se na temperatura e condições meteorológicas previstas para a época do ano em que a modalidade é apresentada. Segundo Bento (1987), nenhuma outra disciplina é tão dependente do clima e tempo como a Educação Física. Este fator é de extrema importância para a consecução do plano anual de ensino, nomeadamente para a distribuição das Unidades Didáticas pelos diferentes períodos e até mesmo para a escolha das disciplinas desportivas.

Embora o Agrupamento de Escolas de Montemor-o-Velho esteja muito bem equipado em termos de instalações e materiais desportivos, existiram

outros fatores que condicionaram a calendarização de cada matéria para cada turma. Entre eles estão: o número de turmas no mesmo bloco de horário, as matérias que necessitam de espaços específicos e as formas de trabalho e organização do ano letivo dos restantes Professores.

Importa referir também que a matéria que foi observada com maiores dificuldades por parte dos alunos (resultado da avaliação diagnóstica) foi a Ginástica. Desta forma foi planeado um número maior de aulas para aumentar a chance de sucesso dos alunos. Diante do exposto, foi possível calendarizar as matérias da forma descrita na tabela 1.

UD	ANO LETIVO 2012/2013											
	1º Período				2º Período				3º Período			
Ginástica	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Andebol	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Basquetebol	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Badminton		█	█	█	█	█	█	█	█	█	█	█
Orientação									█	█	█	█
Dança									█	█	█	█

Tabela 1- Calendarização

Efetivamente, como se pode observar na tabela 2, o número total de aulas correspondente a todas as matérias foi superior ao número de aulas anual (65 sessões). Isto só foi possível por seguirmos um modelo misto, essencialmente por etapas. Este tipo de modelo de lecionação/planeamento permitiu uma maior distribuição temporal dos conteúdos e aulas multidisciplinares; onde, numa única sessão, se pôde trabalhar duas ou até três matérias.

MATÉRIAS	Nº DE AULAS NO ANO
Ginástica	22
Andebol	21
Basquetebol	20
Badminton	17
Orientação	12
Dança	12
TOTAL	104

Tabela 2- Número de aulas

Relativamente às etapas das aprendizagens, realizou-se da seguinte forma:

→ 1º Avaliação Inicial

- ✓ Definição do nível da turma;
- ✓ Definição de grupos de nível;
- ✓ Identificar as matérias em que os alunos apresentam maiores/menores dificuldades e detetar alunos críticos.

→ 2º e 3º Aprendizagem/Desenvolvimento

- ✓ Aulas de desenvolvimento e aprendizagem das matérias definidas. Aulas com diversas especialidades e/ou monotemáticas.
- ✓ Reforço sistemático da condição física de suporte.

→ 4º Desenvolvimento/Aplicação

- ✓ Acertar os objetivos mínimos;
- ✓ Recuperar atrasos;
- ✓ Relembrar aquisições fundamentais;
- ✓ Consolidação das fases anteriores.

→ 5º Consolidação/Revisão

- ✓ Lançar novos desafios preparando um novo ano;
- ✓ Avaliação sumativa (protocolo de avaliação final, testes, etc);
- ✓ Classificação Final de Transição de Ano.

No que diz respeito a este modelo de ensino, senti no início muito receio, pois apesar de ter estudado no primeiro ano de mestrado, nunca o tinha visto em prática. Importa referir as suas desvantagens e vantagens. Apesar de acreditar ter muito mais benefícios para o processo de ensino/aprendizagem, do que malefícios. Relativamente às desvantagens, observei uma grande dependência dos recursos espaciais e materiais da Escola, bem como espaços polivalentes. Exige também um controlo muito maior por parte do Professor, pois as aulas destes modelos tendem a ser politemáticas, exigindo estações e circuitos com grande diversidade de atividades. Em contrapartida, as vantagens são inúmeras. Este modelo permite uma maior individualização e respeito por ritmos de aprendizagem diferenciados. Para além disso, é possível fazer a hierarquização dos objetivos e determinar os objetivos prioritários, já

que a avaliação diagnóstica ocorre no início do ano letivo, e desta maneira sabe-se quais são as grandes dificuldades e facilidades dos alunos. Outra grande vantagem está na maior continuidade na formação. Pelo facto da matéria ser abordada o ano inteiro, o discente, para além de aumentar a retenção da aprendizagem, terá reduzido o esquecimento desta matéria para o ano seguinte. Vendo hoje toda a trajetória de aprendizagens dos alunos, questiono-me se poderia ou se conseguiria realizar tudo o que foi realizado e o modo como foi feito, utilizando outro modelo de ensino. Tenho a convicção certa de que não conseguiria. O ano acabaria e estaria com a sensação de que faltou mais tempo para determinadas matérias, como por exemplo, a Ginástica. Esta foi, como já foi mencionado, a matéria que os discentes apresentaram ter mais dificuldades. Graças à avaliação diagnóstica realizada no início do ano e ao modelo de ensino utilizado, foi possível um maior planeamento dos conteúdos, possibilitando assim, maiores possibilidades de sucesso na aprendizagem por partes dos alunos.

Para a elaboração do plano anual tive de ter atenção vários detalhes. Na sua realização, no que senti mais dificuldade foi no planeamento da calendarização anual das matérias, visto que tive que considerar as necessidades dos alunos, os recursos espaciais, temporais e climatéricos, bem como, os estilos de ensinamentos que utilizei. As relações entre todas estas questões citadas são fundamentais para o sucesso da calendarização. Apesar de ter feito e refeito diversas vezes o calendário das matérias, aprendi a relacionar todas estas questões, bem como a ter intencionalidade e objetividade nesta estruturação. Importa referir que o planeamento, tanto o anual, como as Unidades Didáticas, em relação aos planos de aulas, são guias orientadores do Professor e os mesmos são documentos flexíveis, livres para serem alterados sempre que houver necessidade.

### **3.1.2. Unidade Didática**

Segundo Bento (1998), as Unidades Didáticas são partes essenciais do programa de uma disciplina, pois se constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam ao Professor e alunos etapas claras e bem distintas do processo de ensino e aprendizagem.

Este mesmo autor afirma que o planeamento da Unidade Didática torna-se o ponto de comutação das indicações gerais e globais do programa e do plano anual, acerca dos objetivos e matérias, para indicações detalhadas para as diversas aulas. Deste modo, para sua elaboração levei em consideração, para além do que já foi dito, o quadro de matérias curriculares definido em Área Disciplinar, competências finais de ciclo, o nível de desempenho dos alunos e os recursos humanos, materiais, espaciais e temporais existentes no Agrupamento. Importa lembrar que este documento pretende facilitar a ação educativa. Para além disto, devemos ressaltar que o mesmo pode ser modificado sempre que acreditamos ser necessário e oportuno.

Em cada Unidade Didática consta a história da matéria lecionada, bem como sua caracterização, conteúdos técnicos e táticos (se houver) e regras. Os recursos materiais, humanos, espaciais e temporais também estão presentes. Após a Avaliação Diagnóstica, com base nos grupos de níveis de proficiência, determinei os objetivos gerais e comportamentais terminais. Depois de estabelecidos estes objetivos, elaborei a sequencialização dos conteúdos, bem como a sua justificação. Neste sentido, tracei progressões pedagógicas possíveis de se desenvolver consoante as capacidades e necessidades dos alunos, de forma a criar situações de progresso do discente. Consta também neste documento as estratégias utilizadas para o sucesso do ensino. Segundo Siedentop (1998), «Uma estratégia é melhor que outra porque é mais adequada a um contexto particular e porque satisfazem, de maneira particularmente eficaz, as necessidades desse contexto». Seguindo esta linha de pensamento, as estratégias utilizadas nas Unidades Didáticas respeitaram as características e necessidades da turma, bem como, os diferentes níveis de aprendizagens. Por fim, estão presentes nas Unidades Didáticas os momentos de avaliação, que foram definidos com coerência e pertinência.

Ao longo do ano letivo, foram realizadas algumas alterações na extensão e sequencialização dos conteúdos. Estas modificações existiram para facilitar o processo de aprendizagem dos alunos ou ainda para adequar as estratégias e os conteúdos em função das capacidades e necessidades dos mesmos. Na sua elaboração, apresentei várias dificuldades, entre elas estão: a realização da sequencialização de conteúdos, a estruturação do ensino e sua justificação, assim como as escolhas das estratégias utilizadas para o

desenvolvimento das matérias. Estas dificuldades tiveram origem na falta de conhecimento aprofundado de algumas matérias abordadas. Desta forma, a falta de uma perspetiva global do processo de ensino/aprendizagem das diferentes matérias em função das consecuições dos objetivos definidos, condicionou uma fundamental visão articulada e progressiva dos conteúdos. Com isto, pude perceber que, quanto maior era meu conhecimento em relação a matérias a abordar, maior era minha capacidade de reflexão e detenção das dificuldades apresentadas pelos alunos.

#### 3.1.2.1. Unidade Didática de Ginástica, Badminton e Dança.

A partir do segundo período as aulas no pavilhão passaram a ser de 90 minutos. Desta forma, aproveitei o facto da Ginástica e do Badminton serem abordados neste local e, sempre que possível, uni estas matérias para realizar aulas politemáticas. Utilizei o Badminton por ser uma matéria muito querida pelos alunos, como factor estimulante e motivante para as aulas de Ginástica, já que a mesma apresentou muita resistência por parte dos alunos. As aulas ocorriam ou de forma intercalada, primeiro uma matéria e depois a outra ou ainda em grandes circuitos, onde a Ginástica era uma estação e o Badminton era outra. Importa referir, também, que através da experiência vivida no decorrer do ano letivo, observei que para “garantirmos” o sucesso da aula era preciso iniciar a mesma com a ginástica e depois seguir com o badminton, já que nesta matéria os alunos ficavam muito agitados impossibilitando a concentração necessária da primeira.

Relativamente à ginástica, convém referir que optei em abordar os aparelhos (paralelas e minitrampolim) a partir do segundo período. Esta decisão foi tomada devido ao maior tempo disponível de aula; já que as mesmas, como já foi citado, passaram a ter 90 minutos.

Em relação ao modelo de ensino da Ginástica, do Badminton e da Dança, utilizei o modelo de ensino “tradicional”, recorrendo a situações simplificadas e aproximando-as do contexto da atividade referente. Abordei de início os elementos técnicos mais básicos, para que estes pudessem servir de transfer, para posteriormente facilitar a realização e a assimilação de elementos mais complexos. No caso da ginástica, um exemplo que pode demonstrar o que foi elucidado acima, foi o facto de primeiro executar o

enrolamento à retaguarda para depois realizar o enrolamento à retaguarda com pernas estendidas e afastadas. Já no badminton, abordei primeiro o *clear* para depois iniciar com o remate, importa referir que somente o grupo mais avançado reuniu condições necessárias para avançar nesta aprendizagem. No que se refere à dança, posso utilizar como exemplo a assimilação do deslocamento ser antes da assimilação dos passos.

### 3.1.2.2. Unidade Didática de Basquete e Andebol

Estas duas matérias foram lecionadas durante todo o ano letivo e por serem coletivas, de invasão e com os mesmos princípios de jogo, foram abordadas na grande maioria das vezes em conjunto (aulas politemáticas). Relativamente ao modelo de ensino dos jogos coletivos, utilizei o modelo de ensino *Teaching Games For Understanding*, sobretudo numa fase inicial (revisão de conteúdos). Com a intenção de alcançar os objetivos prioritários e posteriormente a especificidade técnica das matérias abordadas, procurei uma prática transferível a partir da assimilação dos princípios comuns entre os jogos, combinando a exercitação e formas de jogos adaptados e reduzidos, orientados para compreensão do mesmo. Por outro lado, utilizei também a um modelo “tradicional”, nomeadamente na abordagem das técnicas, recorrendo a situações simplificadas, associando, no entanto, várias habilidades e aproximando-as do contexto da atividade referente, considerando sempre que as técnicas suportam as ações táticas do jogo. Optei por este modelo de ensino devido a grande complexidade de alguns conteúdos técnicos abordados, como é o exemplo da interpretação das regras dos apoios no Basquetebol (paragens e rotações). Na abordagem dos diferentes conteúdos, procurei progredir de tarefas “fechadas” para as tarefas “abertas”, no sentido de desenvolver a interpretação e a tomada de decisão. Esta por sua vez iniciou-se somente com o grupo de nível mais avançado, onde os alunos já apresentavam maiores níveis de entendimento e leitura do jogo.

### 3.1.2.3. Unidade Didática de Orientação

A Orientação, por ser uma matéria desenvolvida essencialmente em ambientes abertos, só teve início no final do segundo período, quando as condições climáticas apresentavam uma temperatura mais amena.

Para a leção desta matéria, utilizei basicamente dois modelos de ensino. O tradicional, sobretudo numa fase inicial da Unidade Didática, iniciando a matéria com situações simples, aproximando-a gradativamente do contexto real da atividade. Posteriormente, recorri ao modelo de ensino *Outdoor Education*. Este, por sua vez, refere-se à realização da aprendizagem em local exterior, ao ar livre. Importa referir que este modelo envolve uma participação ativa e cooperativa entre todos os envolvidos na atividade.

Apesar de conhecer esta matéria somente neste ano letivo, posso dizer que, apesar de ser muito trabalhosa, gostei muito de lecionar Orientação. É notório a necessidade de um grande planeamento e antecipação das aulas. Para além disto, como já foi referido, é necessário muita cooperação e respeito entre todos os participantes. Neste sentido, aproveitei sempre que possível para reforçar as regras e valores de convívios entre os alunos.

#### 3.1.2.4. Estilos de ensino

A necessidade de adotar o ensino a diferentes modos e ritmos de aprendizagem, demonstra como é importante o domínio sobre vários estilos de ensino. Segundo Mosston & Ashwoth (1985), a escolha do estilo de ensino atribui um determinado papel ao aluno, condiciona a relação dos alunos com a tarefa, bem como, a relação dos alunos entre si. Condiciona também o modelo de comunicação adotado e influencia a quantidade e a qualidade das condições de prática.

O estilo de ensino mais utilizado durante todo o ano letivo foi o de comando, esta opção deveu-se à idade dos alunos (média 12 anos), à pouca autonomia dos mesmos e ao aproveitamento do tempo. Este estilo implica uma turma mais organizada, uso eficiente do tempo útil, alto empenhamento na tarefa e rápido progresso na aprendizagem dos discentes. Com o passar do tempo, principalmente com mais segurança em relação ao meu trabalho, comecei a usar outros estilos de ensino, como por exemplo, o ensino por tarefa, descoberta guiada e ensino recíproco.

O ensino por tarefa me permitiu maior disponibilidade durante a aula, desta forma consegui responder prontamente as questões dos alunos e ainda recolher informação acerca do desempenho dos mesmos. Para além disto, foi possível realizar uma maior quantidade de *feedbacks* individualizados.

Pensando em aumentar a participação dos alunos nas aulas de Educação Física, selecionei o estilo de ensino por descoberta guiada. Optei por este estilo de ensino para promover o pensamento crítico nos alunos e ainda desenvolver a capacidade de interpretação e tomada de decisão dos discentes. A intenção era fazê-los pensar, para que eles próprios chegassem à resposta pretendida. Este estilo foi o que apresentou mais dificuldade de implementação. No início questionava os alunos, procurava respostas, mas nem sempre as conseguia. Desta forma e para conseguir avançar nesse sentido, para além de ter paciência e respeito pelas dificuldades dos alunos, foi preciso iniciar a participação dos mesmos com perguntas simples e de fáceis respostas. No princípio também não direcionava as questões realizadas, deixava os alunos à vontade para responderem. Entretanto, com o passar do tempo, passei a direcionar e ser mais objetiva e assertiva nas questões. Importa referir também sobre o tempo disponível para a reflexão dos discentes, era preciso fazê-los sentir, pensar e então chegar a conclusões pretendidas.

Por fim, o estilo de ensino recíproco, o mesmo foi utilizado para que o aluno pudesse aprender enquanto estivesse a “avaliar” o seu colega, pois com o conhecimento dos critérios de sucesso, observaria com “outros olhos” a tarefa executada. Importa referir que não houve uma avaliação efetiva (equivalente a notas), entretanto existiu a ajuda mútua entre os alunos. A matéria em que mais utilizei este estilo de ensino foi a Ginástica, com a intenção de aumentar a colaboração e a intervenção entre os discentes, agrupei os mesmos, sempre que possível, em pares homogêneos. Este estilo produziu resultados bastante bons. Para além de melhorar a aprendizagem dos alunos, permitiu uma maior disponibilidade da minha parte; resultando em maior quantidade de *feedbacks* e controlo da turma. Outra vantagem apresentada neste estilo foi o facto dos discentes se tornarem mais responsáveis e autónomos nas tarefas propostas.

### **3.1.3. Planos de Aulas**

Segundo Bento (1987), a aula é o verdadeiro ponto de convergência do pensamento e da ação do Professor. Este autor refere ainda que o plano de aula deve descrever o conteúdo, a direção do processo de educação e

formação, assim como os princípios básicos, métodos e meios para desenvolver o processo de ensino-aprendizagem.

Segundo Piéron (1992), existem algumas exigências didáticas básicas que o docente deve respeitar na preparação das suas aulas:

- ✓ Garantir um elevado tempo de empenhamento motor por parte dos alunos;
- ✓ Possibilitar bastante tempo à exercitação e também um espaço para o controlo e avaliação em todas as aulas, tendo em conta que cada aluno tem um ritmo biológico diferente e que por isso deve ter um ensino individualizado.

O Plano de Aula tem como objetivo desenvolver a capacidade de antecipar a eficácia e adequação das tarefas e estratégias propostas na aula, de acordo com os objetivos propostos e ainda em função da fase da Unidade Didática.

O plano de aula é dividido em duas fases, a primeira é onde colocamos as informações iniciais (cabeçalho), como o número de aula, o período, os objetivos específicos da sessão, a função didática da mesma, o estilo de ensino, materiais utilizados e o sumário. A segunda fase é dividida em parte inicial, fundamental e final, sendo estas constituídas pelos conteúdos, descrição e organização da atividade, objetivo específico, componentes críticas e critério de êxito.

Em relação à parte inicial, realizei ao longo do ano letivo a instrução inicial, a apresentação de conteúdo teórico (quando previsto), o aquecimento (como forma de preparação do organismo para o esforço), e ainda, principalmente nas aulas de 45 minutos, atividades específicas que tenham como objetivo resolver possíveis dificuldades encontradas nos alunos. Segundo Bento (1987), esta fase da sessão é responsável por despertar a disponibilidade dos discentes para a aprendizagem e exercitação, de prepará-los psicologicamente para assumirem tarefas na aula e ainda adaptar funcionalmente seu organismo às cargas seguintes.

Na parte fundamental, transformei os objetivos da aula em atividades. Procurei escolher exercícios adequados às capacidades dos alunos e de acordo com as fases da Unidade Didática. Segundo Bento (1987), é nesta fase que o Professor tem como função realizar os objetivos e transmitir os

conteúdos, é aqui também que suas capacidades metodológicas são colocadas à prova.

Na parte final da sessão, realizei sempre que possível o balanço das atividades realizadas, bem como as dificuldades apresentadas. Muitas vezes, esta parte da aula também foi usada para passar aos alunos valores de cooperação, amizade, respeito, cidadania entre outros. Segundo Bento (1987), para além de proceder o balanço final, é nesta fase que o Professor avalia a disciplina e os resultados, destacando os aspetos relevantes e fazendo também a ligação para as próximas aulas.

Num primeiro momento após a execução da aula, realizámos uma análise em conjunto com a Professora Orientadora e meus colegas de estágio sobre a sessão transcorrida. Esta conversa tinha como objetivo elucidar os erros e elaborar estratégias para melhorarmos nas aulas seguintes. Num segundo momento, com base nesta conversa, realizava uma reflexão sobre a aula, neste relatório descrevemos o planeamento, a instrução, a gestão, o clima/disciplina, ajustamentos e observações ocorridos na aula. Esta reflexão, para além de favorecer um pensamento mais crítico sobre o trabalho realizado, promoveu o sucesso da aprendizagem dos alunos durante todo o ano letivo. Segundo Bento (1987), uma aula sem reflexão e sem uma avaliação crítica do próprio trabalho conduz imediatamente a um retrocesso dos resultados em todos os aspetos do ensino: da aprendizagem, da docência, da sua planificação, preparação e realização.

Relativamente ao processo de aprendizagem da realização dos planos de aulas, senti muita dificuldade na escolha das tarefas, devido não completo domínio das matérias. Essas escolhas nem sempre foram condizentes com o objetivo específico da aula e com a diferenciação dos conteúdos para os diferentes grupos de nível. Para além disto, senti dificuldade em realizar as fundamentações teóricas. No princípio, só transcrevia o que iria realizar nas aulas, não conseguia passar para o papel as razões da escolha de determinados exercícios que contribuíssem para o alcance dos objetivos estabelecidos para a sessão. Estes por sua vez, deveriam apresentar concordância com as etapas/fases de aprendizagem e com objetivos finais definidos para a Unidade Didática, de forma lógica e sequencial, em termos de intensidade e complexidade. Neste sentido, senti dificuldade nos Jogos

Coletivos. Por vezes optei por exercícios que não promoviam o desenvolvimento na aprendizagem na fase da Unidade Didática. Acabava por selecionar tarefas muito simples para o que se esperava da turma. No entanto, para superar estas dificuldades citadas, passei a estudar muito mais sobre as matérias lecionadas, utilizei as reflexões de aulas anteriores como ferramenta fundamental de trabalho e auto questionava-me sobre o porquê de cada exercício selecionado, sempre que escrevia as fundamentações teóricas. Para além disto, passei a ter muito mais atenção nas escolhas dos exercícios, percebendo e analisando se não estava subestimando ou superestimando os alunos. No que diz respeito aos conteúdos teóricos, sei da sua grande importância na formação dos alunos: formar cidadãos críticos e reflexivos quanto ao mundo desportivo e da atividade física. Entretanto, nem sempre foi possível realizar um trabalho constante, acabando por sentir dificuldade na integração destes conteúdos com as aulas realizadas. Apesar de ter melhorado no terceiro período, inserindo os conteúdos teóricos nas atividades desenvolvidas em Orientação, deveria ter realizado mais atividades que incluíssem estes conteúdos. Para além disto, poderia também, de forma simples, os incluir nas várias instruções realizadas aos discentes.

Importa referir que, como meio de motivar a participação dos alunos, tendo em conta a média de idade destes (12 anos), inclui em vários planos de aulas jogos lúdicos/adaptados. Esta estratégia produziu bons resultados, mas convém ressaltar que estes jogos eram contextualizados com a matéria que seria lecionada em seguida. Outra questão muito importante e abordada durante todo o ano letivo foi a elevação/manutenção da condição física dos alunos. Com o objetivo de elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais dos discentes, fixado no Programa Nacional, mantive-me bastante focada nesta questão. Deste modo, sempre que possível, planeava tarefas para facilitar o alcance dos objetivos estabelecidos para os alunos. Nomeadamente no regresso de alguma atividade realizada ou ainda no tempo de espera entre um exercício e outro.

### **3.2. REALIZAÇÃO**

Após a realização do planeamento, segui para a etapa seguinte, onde coloquei em prática tudo o que foi planeado. É nesta fase que ocorre a

interação entre professor e aluno, através da instrução, dos *feedbacks*, das orientações e incentivo para o ensino.

A realização engloba quatro dimensões de intervenção pedagógica: a instrução, a organização/gestão, o clima/disciplina e decisões de ajustamentos. Segundo Sidentop (1998), as quatro dimensões do processo ensino-aprendizagem estão sempre presentes de forma simultânea em qualquer episódio do ensino.

### **3.2.1. Intervenção Pedagógica**

#### **3.2.1.1. Instrução**

A Instrução, segundo Aranha (2007), compreende as intervenções do Professor relativas à matéria de ensino e à forma de realizar o exercício, a tarefa ou a atividade. No que diz respeito à instrução, temos quatro ações importantes: a preleção, a demonstração, o *feedback* e o questionamento.

- ✓ A preleção foi feita de forma clara, simples e objetiva. Entretanto, eu perdia, e algumas vezes ainda perco, muito tempo para explicar as tarefas realizadas. Importa selecionar melhor a informação passada aos alunos. Estas informações devem estar relacionadas com os objetivos e conteúdos da aula anterior, dando ao contexto educativo uma lógica mais coerente e sequencial. Para melhorar nesta questão, procurei, para além de selecionar melhor a informação transmitida, questionar os discentes, quer seja sobre o conteúdo da sessão anterior ou sobre as dificuldades observadas. Convém ressaltar que em matérias com mais de um grupo de nível, quando realizávamos mais de um tipo de exercício simultaneamente, a instrução ocorria de forma separada. Ou seja, enquanto um grupo realizava uma atividade de transição ou ainda continuava a fazer o exercício que já estava a executar, realizava a instrução ao outro grupo. Conseguindo desta forma, evitar “quebras” na aula e maximizar o tempo de prática da sessão.
- ✓ Relativamente à demonstração, apresentei dificuldades. Não conseguia executar de maneira exata como queria que os alunos realizassem. Por este motivo, utilizei sempre que possível os alunos como agentes de ensino. Esta estratégia justifica-se também, devido ao diferencial de execução motora do Professor para o aluno. Importa referir que a

demonstração está intimamente ligada à instrução e, a partir do momento em que comecei a realizar estas intervenções em simultâneo, os alunos apresentaram um melhor e mais rápido entendimento da tarefa explicada. Resultando desta forma, num maior aproveitamento do tempo útil de aula e ainda numa maior e melhor organização da mesma.

- ✓ Em relação aos *feedbacks*, acredito que realizei de forma satisfatória nas aulas. Entretanto, precisei de melhorar muito na qualidade da informação dada aos alunos. Esta dificuldade surgiu devido não completo domínio das matérias lecionadas já mencionado. Outra grande dificuldade que pude verificar claramente após a observação de um vídeo da minha própria aula, encontrou-se no “fechamento do ciclo do *feedback*”. É preciso observar e dar um retorno ao aluno sobre a sua execução. Para melhorar nesta questão, após cada *feedback*, mantinha-me no mesmo local e só saía de lá após dar o feedback de retorno.
- ✓ Relativamente aos questionamentos realizados nas sessões, apesar de sempre realizá-los, apresentei dificuldade em perceber quando deveria fazê-los individualmente ou para o grupo. Para além disto, foi importante perceber que o uso desta ferramenta me permite controlar a aquisição/interpretação de conhecimentos e ainda utilizá-la como forma de avaliação formativa dos alunos.

#### 3.2.1.2. Organização/gestão

Segundo Bento (1987), pertence à organização de uma sessão a limpeza e a arrumação no local da aula e a preparação e colocação atempadas dos materiais necessários. Neste sentido, no início das sessões sempre mantive a preocupação com a preparação de todo o material necessário para o desenvolvimento da aula, bem como, a preparação dos campos consoante as matérias a serem desenvolvidas. Para desta forma, maximizarmos o tempo útil de aprendizagem. “O empenhamento motor do aluno nas tarefas que lhe são propostas representa uma condição essencial para facilitar as aprendizagens” (Piéron, 1996).

No início do ano letivo, apresentei muita dificuldade em relação as “quebras” ocorridas nas aulas. Para conseguir evoluir nesta questão tive que programar um conjunto de exercícios cuja sequência fosse fluida, numa

estrutura lógica de complexidade crescente. Para além disto, foi preciso desenvolver com os alunos em espera uma atividade de transição para, desta forma, maximizarmos o tempo de aula e conseqüentemente diminuirmos as “quebras” ocorridas. Outra dificuldade apresentada encontra-se na gestão do tempo dos exercícios e na organização dos alunos, principalmente nas aulas de jogos coletivos. Acabava por não conseguir realizar todos os exercícios planeados devido a má gestão dos exercícios nas sessões. Para superar esta dificuldade, antes de iniciar a instrução, posicionava os alunos já no ponto de partida da atividade e só entregava a bola depois de explicada a tarefa. Desta maneira, pelo facto de realizar a instrução com a demonstração, poupava tempo de prática. Para além disto, não perdia tempo pedindo para determinados alunos pararem de mexer nas bolas.

Em relação à Ginástica também apresentei dificuldade quando começamos a abordar os aparelhos (mini-trampolim e paralelas). Não conseguia distribuir a minha atenção a todos os alunos, ficava muito “presa” a uma determinada estação. Para conseguir superar esta fraqueza, após definidas algumas regras de conduta e de segurança, passei a dar mais responsabilidades aos alunos. Os mesmos começaram a colaborar efetivamente nas ajudas durante a realização dos exercícios. Outra estratégia utilizada em relação aos aparelhos, estive nas escolhas das tarefas executadas. Neste caso, optei por tarefas simples (sem riscos) para que os alunos pudessem realizar autonomamente, libertando-me para observar e intervir junto das outras estações, garantindo desta forma a realização do que era pretendido e de acordo com os critérios estabelecidos.

#### 3.2.1.3. Clima/disciplina

Esta dimensão engloba aspetos relacionados com as interações pessoais, com as relações humanas e ambientais. O docente deve demonstrar ser consistente, justo, credível, exigente, positivo e entusiasta.

O ambiente nas aulas foi sempre muito positivo. Apesar de muitas vezes chamar à atenção alguns discentes, a relação professor-aluno sempre se manteve de forma harmoniosa. Em relação à comunicação com os discentes, apesar de poucas vezes não ser completamente clara, mas posso afirmar que não existiram problemas significativos. Os alunos eram participativos e quando

não percebiam completamente, questionam-me nesse momento e assim resolvíamos a questão. Entretanto, relativamente ao controlo da turma, apresentei dificuldade na captação de atenção e imposição de regras estabelecidas, nomeadamente nos momentos de instrução inicial e final. Neste sentido, reforçava sempre que possível as regras estabelecidas no início do ano, só falava ou voltava a falar quando todos já estivessem em silêncio e ainda para “trazer” novamente a atenção dos alunos à aula, realizava questionamentos direcionados. Esta é realmente uma dificuldade que, apesar de ter evoluído positivamente, ainda tenho possibilidades de melhorar. Manter o interesse, a curiosidade e a motivação dos alunos não é uma tarefa fácil, ainda mais por se tratar de jovens tão novos. Neste sentido, procurei e ainda procuro meios de manter a atenção dos discentes. Para além de realizar o que já referi, acredito que podemos e devemos surpreender sempre que possível os alunos, desta maneira a instrução realizada terá toda a atenção necessária. Outra dificuldade sentida foi a manutenção da ordem, os alunos nem sempre cumpriram as regras estabelecidas e muitas vezes tive que chamar à atenção alguns discentes. Para melhorar neste aspeto, aumentei a monitorização e controlo da turma através de *feedbacks* cruzados, fazendo sentir a minha presença na aula e orientando os alunos nas suas prestações sem ter que me deslocar. Para além disto, em função das características da minha turma (em especial a idade), criei algumas estratégias para garantir a cooperação/participação dos discentes e ainda prevenir comportamentos fora da tarefa ou inapropriados, elaborando a aula com exercícios complementares (sobretudo integrando o desenvolvimento dos níveis de condição física). A estratégia foi eficaz, mas poderia ter alternado exercícios de condição física com jogos lúdicos contextualizados, e desta forma aumentar a motivação dos alunos.

#### 3.2.1.4. Decisões de ajustamento

Ao longo do ano letivo, várias foram as decisões de ajustamentos que tive que realizar. Estas decisões não se basearam exclusivamente nas tomadas de decisões realizadas nas aulas, mas também, nas alterações ou manutenções de tempo ou adiamento de conteúdos em função do ritmo de aprendizagem dos discentes. Para além disto, tivemos a necessidade de

redefinir alguns dos objetivos propostos inicialmente ou ainda a passagem de alunos para outro grupo de nível, bem como a alteração das estratégias de ensino.

Esta dimensão foi a qual senti mais dificuldade, pois para além de estar relacionada com a capacidade de reflexão de cada Professor e com a tomada de decisão (algumas vezes de forma rápida), ela está intimamente ligada à coragem em arriscar. Neste sentido, apesar de ser sempre incentivada e motivada a tomar decisões pela orientadora de estágio, sentia algum receio em arriscar. No entanto, depois de algumas conversas e vários incentivos por parte da orientadora, comecei a arriscar e a, finalmente, ter bons resultados nos trabalhos encorajados. Desta forma, chego à conclusão que, tendo em mente fazer sempre o melhor, cabe ao docente tomar decisões sozinho e posteriormente refletir os resultados obtidos através delas.

### **3.2.2. Aulas assistidas**

No início do ano letivo, acompanhei e observei todas as aulas lecionadas pelos meus colegas do núcleo de estágio. O objetivo era adquirir o máximo de conhecimento possível através das observações, reflexões e balanços dos acontecimentos de cada aula. Passada a fase inicial e até o final do ano letivo, passei a acompanhar duas aulas semanais dos meus colegas, sendo uma do 3º Ciclo e outra do Ensino Secundário. Para além de acompanhar estas aulas, realizava um relatório reflexivo sobre a mesma, que era entregue à Professora Orientadora da Escola. Observar estas aulas tornou-me uma Professora muito mais reflexiva e crítica sobre o desenvolvimento do meu trabalho. Foi uma grande valia este esforço. Aprendi muito, não só com minhas dificuldades como também com as de meus colegas.

Acompanhei e observei também algumas aulas da Professora Orientadora da Escola. Pude assistir as aulas, tanto para o 3º ciclo como para turmas do secundário. Relativamente a estas, posso dizer que foram muito importantes para eliminar algumas dúvidas. Pude ver a Professora colocando em prática tudo o que me era proposto, desta forma foi possível visualizar como poderia realizar/executar de forma correta com a minha turma. Pude observar também, que a experiência favorece muito a realização de uma boa aula. A postura firme e assertiva da Professora trouxe, conseqüentemente,

uma outra postura para os alunos. Os mesmos, em todas as aulas assistidas, mostraram-se disciplinados e atentos às várias instruções. Acredito também, que a experiência favorece tanto a organização da aula, quanto a organização dos alunos. A forma como a Professora a realizava, permitia um maior aproveitamento do tempo útil de aula. Sem dúvida aprendi muito ao observá-la, e lamento não ter assistido um número maior de aulas lecionada pela Professora.

As aulas foram assistidas também, duas vezes por período, pelo Professor Orientador da Faculdade. No final das sessões mantínhamos a realização das reflexões, entretanto a mesma se fazia com mais um colaborador. A opinião do Orientador da Faculdade sempre contribuiu de forma muito positiva para a reflexão. Segundo Cardoso (2009), o papel do orientador é de ajudar os seus estagiários a desenvolverem uma conceção de ensino profunda e significativa, muni-los com fontes e recursos e encorajá-los a adotarem comportamentos de ensino únicos.

Sem dúvida, todas as reflexões realizadas foram oportunas e positivas. Segundo Bento (1987), a reflexão realizada após a aula, constitui a base para um reajustamento no planeamento das aulas seguintes, uma vez que proporciona uma definição mais exata do nível de partida e procede a balanços que devem ter tomados em conta na futura planificação e organização do ensino. Afirma-se também como condição decisiva para a qualificação da atividade do Professor e, assim, para uma maior eficácia do ensino.

### **3.2.3. Inovações Pedagógicas**

Importa ressaltar que tudo o que vivi neste ano letivo foi inovador, também pelo facto de ser Brasileira. Entretanto, evidencio alguns exemplos neste tópico.

#### **3.2.3.1. Ensino Recíproco**

Apesar de já ter conhecimento deste estilo de ensino desde o primeiro ano do mestrado, considero-o inovador pelo facto de observar poucos docentes fazendo uso desta prática. Para aplicar este estilo, agrupei os alunos em pares homogêneos, simultaneamente, dei a conhecer quais eram os objetivos a atingir e o que era necessário observar no seu colega. Assim, promovi a

capacidade de análise, interpretação e sentido crítico aos discentes. Considero este estilo de ensino enriquecedor para a aprendizagem, pois para além de facilitar o ensino, ajuda a promover valores sociais nos discentes, como por exemplo, a cooperação e o respeito pelo próximo.

#### 3.2.3.2. *Teaching Games for Understanding (TGfU)*

Apliquei este modelo de ensino, sobretudo numa fase inicial dos jogos coletivos. Procurei atender os objetivos que considerei prioritários, combinando exercitação e formas de jogos adaptados e reduzidos, orientados para compreensão do jogo, e integrando, posteriormente, a sua especificidade técnica. Acredito que, em primeiro lugar, em relação à motivação e entusiasmo dos alunos, estes se mostraram interessados e participativos nas tarefas apresentadas, uma vez que estavam em situações próximas do jogo e de competição. Em segundo lugar, acho que a abordagem deste modelo de ensino permitiu aos discentes perceberem quando é que as habilidades podem ser ou não fundamentais para a realização do jogo. É importante referir também, que para conseguir bons resultados deste modelo, foi fundamental da minha parte, estabelecer a forma de jogo, bem como suas regras, observar o mesmo e intervir sempre que possível e necessário para ensinar e melhorar as habilidades apresentadas pelos discentes.

#### 3.2.3.3. Prática Transferível

Em primeiro lugar, reconheci as semelhanças existentes entre as matérias abordadas, bem como entre os conteúdos lecionados. A partir de então, peguei em princípios comuns das ações e técnicas entre as matérias e consequentemente pude favorecer a aprendizagem dos jogos coletivos. Importa referir que as matérias Andebol e Basquetebol apresentam diversas semelhanças, como por exemplo: ambos são de invasão, têm o objetivo (pontuação) à frente, permitem o drible e exigem a ocupação racional do espaço de jogo. A prática transferível conduziu a bons resultados para as aprendizagens dos alunos, e permitiu que o discente transferisse a sua compreensão, execução e elementos táticos comuns entre os jogos desportivos lecionados. Isto, sem dúvida, resultou em alunos com melhores

desempenhos na sua forma de interpretar o jogo e, simultaneamente, menos dependentes dos Professores na tomada de decisão e participação do mesmo.

### **3.3. AVALIAÇÃO**

Perrenoud, citado por Rosado & Silva (n/d), considera que a avaliação participa na gênese da desigualdade existente ao nível da aprendizagem e do êxito dos alunos. A avaliação escolar, na sua forma corrente, afirma uma referência normativa. A função produtora da escola, para o autor, concretiza-se através de práticas avaliativas de referência normativa que reproduzem as desigualdades sociais. Entretanto, outra forma frequente de realizarmos a avaliação incide nos critérios, onde é possível a progressão de todos os alunos. Este tipo de avaliação tem como foco a evolução, tanto dos ganhos como dos retrocessos dos alunos, onde a referência comparativa é o próprio aluno em diferentes momentos do processo de aprendizagem. A comparação é feita entre os critérios pré-estabelecidos e a prestação inicial do discente. Numa perspetiva criterial, o desempenho do aluno é analisado por referência a critérios, sendo apreciadas as aprendizagens efetivamente realizadas pelos alunos, em relação às finalidades consideradas e aos objetivos orientadores da ação. Os resultados da observação e a sua interpretação, no caso da avaliação criterial, servem, em especial, para reorganizar as condições de aprendizagem de acordo com as necessidades sentidas por cada um, de modo a que todos possam atingir os níveis desejados. Esta avaliação originou resultados positivos para as aprendizagens dos alunos no decorrer do ano letivo. Com ela, pude identificar o tipo de medidas necessárias para que os discentes com dificuldades pudessem ser apoiados de forma diferente para a concretização dos objetivos desejados. A visão do aluno como ser singular e as análises dos processos de avaliação de forma individual, fazem toda a diferença para o sucesso deste tipo de avaliação.

Para a avaliação do nível de aptidão física do aluno, o programa da disciplina prevê a aplicação da Bateria de Testes do *Fitnessgram*, utilizando quer uma avaliação normativa (considerando uma zona para classificar o nível de aptidão física dos indivíduos), quer uma avaliação criterial (considerando um valor referencial a ser alcançado). Os objetivos finais consideraram seu nível inicial, a possível progressão/evolução do aluno em função dos recursos

temporais, definição de objetivos intermédios para o final de cada período, e ainda, um intervalo de valores que o faz evoluir na zona saudável e/ou zona ótima. Desta forma, o aluno é classificado em função da sua evolução individual. Neste sentido, pude observar que a apresentação antecipada aos alunos, tanto dos objetivos intermédios quanto dos finais, fez grande diferença na motivação e no resultado apresentados pelos discentes. Mostraram-se interessados e a grande maioria tentou de facto alcançar/superar os objetivos propostos.

Segundo Allal (1989), a avaliação é dividida em três funções: diagnóstica, sumativa e formativa. A primeira é realizada no início de um ciclo de formação, e é útil para a admissão dos alunos e orientação do Professor. A segunda ocorre no fim de um período de formação e serve para certificação intermediária ou final. Ambas as funções citadas asseguram que as características dos alunos correspondem às exigências do sistema. E por fim, a avaliação formativa, que se realiza durante todo o período de formação. A sua utilização está presente na adaptação das atividades de ensino para a aprendizagem, e assegura que os meios de formação correspondem às características dos alunos. Importa referir que as avaliações realizadas neste ano letivo foram mais um momento de aprendizagens para os alunos, onde continuei a dar vários *feedbacks* e correções nas atividades propostas. Esta foi uma questão muito reforçada aos discentes, explicava sempre que possível que as avaliações eram feitas diariamente e que a última aula (de avaliação sumativa) seria somente para reforçar a aprendizagem alcançada.

### **3.3.1. Avaliação Diagnóstica**

Para Ribeiro (1999), a avaliação diagnóstica tem como principal objetivo averiguar as novas aprendizagens dos alunos; assim como, verificar o que já é de seu conhecimento com a finalidade de selecionar e orientar programas futuros de aprendizagens, bem como resolver situações presentes. Esta avaliação é fundamentalmente realizada no início de novos conteúdos e tais conteúdos constituem pré-requisitos de novos comportamentos a adquirir. Também tem como função agrupar os alunos de acordo com o desempenho demonstrado nas avaliações e, por fim, identifica, durante o processo de uma unidade, motivos de insucesso de alguns alunos.

Em relação à avaliação diagnóstica, posso relatar que a mesma aconteceu no início do ano letivo para quase todas as matérias (menos Dança e Orientação). Esta ocorreu pelo facto de optarmos pelo modelo de ensino misto, essencialmente por etapas. Desta forma, a avaliação inicial foi o objeto da 1ª etapa de trabalho. A sua função consistiu em determinar as aptidões e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias lecionadas. A partir de então, estabeleci as grandes etapas do presente ano letivo. Com isso, consegui ajustar as aprendizagens que necessitavam de maior distribuição temporal, pois foi possível saber dentro das matérias avaliadas, quais os alunos encontraram maiores dificuldades. A grande vantagem da associação deste modelo de ensino com a avaliação diagnóstica está no facto de tornar possível a hierarquização dos objetivos e a seleção dos objetivos prioritários e intermédios. Estes são fundamentais para uma aprendizagem de qualidade aos alunos. Desta forma, foi possível estabelecer e distribuir pelo ano letivo os grandes e principais objetivos almejados para cada matéria. Relativamente aos objetivos intermédios, os mesmos foram selecionados após a definição dos objetivos finais. Ao fim de cada período, foi realizada uma avaliação (sumativa) para constatar se cada aluno tinha alcançado ou não estes objetivos. Através do sucesso ou insucesso, foi possível perceber qual era o ajuste necessário para chegar ao objetivo final ou ainda caso fosse necessário, estabelecer objetivos mais audaciosos aos alunos.

No caso da turma B do 7º ano, a matéria que os alunos apresentaram mais dificuldade foi a ginástica. Como utilizei o modelo essencialmente por etapas, consegui prever um número maior de aulas para esta disciplina.

A avaliação inicial aconteceu através de observações nas primeiras aulas do ano letivo, precisamente até a 5ª semana. O instrumento utilizado para a recolha de dados (grelha) foi criado pelo núcleo de estágio e serviu como base orientadora para a realização da avaliação e tabulação dos dados.

Com esta avaliação pude trabalhar com a diferenciação pedagógica; ou seja, formei, quando necessário, diferentes grupos de níveis (de acordo com as possibilidades dos alunos) para as matérias abordadas. Desta forma, trabalhei de maneira equilibrada e adequada com as necessidades dos discentes. Importa referir a grande importância desta diferenciação de ensino, cada vez mais os alunos apresentam capacidades e necessidades diferentes uns dos

outros. Se os tratassem de maneira uniforme, não possibilitaria uma aprendizagem significativa a cada um deles. Outra questão pertinente, refere-se à inclusão de todos os alunos no desenvolvimento da aula, independentemente da condição física, motora e psicológica de cada um. A inclusão foi um conceito que tentei seguir durante todo o ano letivo. Neste sentido, procurava integrar grupos de diferentes níveis numa mesma tarefa. Importa referir que, mesmo deixando o grupo mais evoluído trabalhando com o grupo menos avançado, não limitávamos suas capacidades. Cada um trabalhava dentro das suas possibilidades e em busca de seus objetivos. A inclusão e o respeito pelas capacidades dos alunos desperta também o interesse e consideração pelo outro, a aceitação e o respeito mútuo.

Em relação à aptidão física, apliquei a bateria de testes do *Fitnessgram*, realizado no início do ano letivo para verificarmos algumas capacidades motoras dos discentes. Tendo como base o primeiro teste, cada aluno teve traçado os objetivos intermédios e finais a atingir ao longo do ano. A intenção baseava-se na melhoria da condição física de cada discente. Queríamos também, que o mesmo aprendesse o que era preciso fazer para melhorá-la. Por fim, relativamente à área de Conhecimento, os alunos responderam a um teste escrito (criado pelo núcleo de estágio). O objetivo era saber qual o conhecimento prévio dos discentes sobre as capacidades motoras e sobre as matérias futuramente lecionadas, nomeadamente as regras e algumas opiniões.

Relativamente às dificuldades apresentadas, podemos dizer que logo no início do ano letivo, a avaliação diagnóstica foi um procedimento bastante complexo, tanto pelo desconhecimento dos nomes dos nossos alunos, como pela interpretação dos resultados. No entanto, para melhorar a identificação dos discentes, separamos os mesmos por grupos de cores, esta estratégia facilitou a identificação no momento da avaliação. Senti também dificuldade em analisar os dados e enquadrar os alunos em grupos de níveis conforme suas condições e características. Para além disto, as limitações iniciais no conhecimento e na preparação para este momento de avaliação gerou, por vezes, dificuldade no que diz respeito à forma de expressar os resultados obtidos no relatórios. Nomeadamente, na interpretação dos seus objetivos e,

mais especificamente, dos gestos e das ações segundo os critérios de referência.

### **3.3.2. Avaliação Formativa**

A Avaliação formativa, segundo Allal (1989) citando Bloom, refere-se à regulação de processos de ensino utilizados pelo Professor para adaptar a sua ação pedagógica em função dos processos e dos problemas de aprendizagem observados nos alunos. Segundo o mesmo, a avaliação formativa é uma componente essencial na realização de estratégias de pedagogia da mestria ou para a individualização do ensino. A confirmar este conceito, Ribeiro (1999) afirma que esta avaliação pretende determinar a posição do aluno no decorrer de uma unidade de ensino, com a intenção de apontar dificuldades e lhe dar soluções.

Em relação à presente avaliação, podemos perceber que esta é a modalidade que acompanha permanentemente o processo de ensino-aprendizagem do aluno. Segundo Cardinet, citado por Rosado & Silva (s/d), ao atribuir importância ao discente, 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. O *feedback* que é fornecido ao aluno, constitui um contributo para o melhoramento da sua motivação e autoestima.

Relativamente à avaliação formativa, optou-se em não a realizar em momentos pontuais, mas sim durante todo o decorrer do ano letivo, para desta forma acompanhar diariamente o desenvolvimento dos alunos. Para isso, foi recolhido e registado numa grelha, informações de pequenos grupos de discentes por aula, uma vez que não seria viável avaliar todos de uma única vez todos os dias. O critério para a formação destes grupos estabeleceu-se basicamente pelos extremos apresentados na sessão, ou seja, os alunos com maiores dificuldades e aqueles com maiores facilidades. Importa referir, que apesar de este ser o principal critério de escolha, todos os alunos foram avaliados e tomei o cuidado de observar a inclusão de todos no processo de avaliação. Através da observação dos discentes ao longo da aprendizagem, procurei diagnosticar as dificuldades rapidamente, estudar e analisar os fatores que estiveram na origem das mesmas e formular, de forma consequente, adaptações individualizadas nas atividades pedagógicas.

A avaliação formativa é a componente indispensável e indissociável da prática pedagógica. A mesma acaba por se tornar trabalhosa pelo facto de se realizar em todas as aulas. Apesar de ter melhorado nesta questão, a minha maior dificuldade neste modelo de avaliação encontrou-se na interpretação da qualidade da execução dos alunos. Nomeadamente na progressão da sua aprendizagem dia após dia, na identificação da origem dos erros e ainda na antecipação de novas formas de progressos de evolução. Para conseguir melhorar nestes aspetos, procurei aprofundar os meus conhecimentos nas matérias lecionadas, bem como aumentar a minha reflexão sobre o processo de ensino-aprendizagem de cada matéria.

Importa referir, que devido aos diferentes grupos de níveis que foram formados no início do ano letivo, esta avaliação foi realizada com base na diferenciação pedagógica estabelecida na turma.

Com o fim do ano letivo, observo como foi fundamental este tipo de avaliação. Não somente pelos vários motivos já citados, mas também por me “obrigar” a estar em constante observação dos alunos, repercutindo numa aproximação professor-aluno muito grande. Para além disto, manteve-me constantemente a par do processo ensino-aprendizagem. Em jeito de conclusão, posso dizer que a avaliação formativa contribuiu de forma essencial para a qualidade do meu trabalho.

### **3.3.3. Avaliação Sumativa**

Ribeiro (1999) descreve a avaliação sumativa como o progresso do aluno que pretende aferir-se no final de uma unidade de aprendizagem. Este tipo de avaliação presta-se à classificação, mas não se esgota nela, nem se deve confundir com esta; podendo, evidentemente, existir avaliação sumativa sem classificação. A avaliação sumativa corresponde a um balanço final, uma visão de conjunto relativamente a um todo sobre o qual, até ao momento, só haviam sido concretizados conceitos parcelares.

A avaliação citada, ocorreu nas 3 áreas de extensão da Educação Física: Atividades Físicas, Aptidão Física e a Área dos Conhecimentos. O grupo disciplinar definiu para cada uma, diferentes percentagens da classificação, 80%, 10% e 10%, respetivamente. Neste sentido, realizei as avaliações sumativas no final de cada período. O instrumento (grelha) utilizado

para a recolha de dados da área da atividade física foi criado pelo núcleo de estágio e nos serviu como orientação para a realização da avaliação e tabulação dos dados. Em relação à aptidão física, realizei a bateria de testes do *Fitnessgram*. Os mesmos aconteceram em 4 momentos do ano letivo: no início e final do 1º período e ao final do 2º e 3º período. Tendo como base o primeiro teste, cada aluno teve traçado um objetivo a atingir ao longo do ano. Por fim, relativamente à área do conhecimento, os alunos realizaram no final de cada período um teste escrito (criado pelo núcleo de estágio) sobre as matérias estudadas, bem como, sobre os conteúdos teóricos abordados.

De acordo com o artigo 24, do Despacho Normativo nº 1/2005, a avaliação sumativa procede a um balanço globalizante do desenvolvimento das aprendizagens e competências adquiridas para cada disciplina ou área curricular. A mesma expressa-se através do preenchimento e da atribuição de classificações em todos os critérios de referência (de acordo com os objetivos intermédios e finais) que foram criados pelo núcleo de estágio. É um processo extremamente complexo e para sua concretização tive várias dificuldades. Entre elas está a interpretação da qualidade do desenvolvimento do aluno, bem como, a atribuição de uma nota para o mesmo. Senti relutância na atribuição desta nota, muitas vezes acabei por comparar o desenvolvimento de um aluno com o de outro colega. Neste sentido, tive de ter atenção. Apesar de não concordar com esta comparação, acabava por fazê-la inconscientemente. Para conseguir melhorar neste sentido, no momento da atribuição das notas, questionava-me como aquele aluno estava na avaliação anterior. Para me auxiliar, pois nem sempre lembrava das execuções de cada aluno, recorria a vídeos realizados nas avaliações. Esta estratégia originou bons resultados e consegui ser mais honesta e justa na avaliação. Entretanto, não basta pensar somente no nível atingido pelos discentes. É importante que se faça uma reflexão e análise acerca das perspetivas iniciais até o momento final, uma análise do sucesso ou insucesso dos processos e estratégias de ensino. Por fim, mais um obstáculo encontrado nesta avaliação foi a realização do tratamento dos resultados, por não ter uma intimidade com o programa *Excel*. Neste sentido, contei com a colaboração da Orientadora da Escola para superar esta dificuldade.

Como forma de colaborar nas avaliações sumativas, optei, com base nas avaliações formativas, por preencher antecipadamente as fichas de avaliações; e, para além disto, filmamos todas avaliações ocorridas. Estas estratégias foram sempre positivas, pois o prévio preenchimento acabava por me libertar mais nas aulas, e desta forma, era possível observar melhor o desenvolvimento dos alunos e ainda dar mais *feedbacks* aos mesmos. Em relação à filmagem, posso afirmar que a mesma contribuiu para a qualidade na identificação do erro, e através dela consegui ser mais justa e coerente em relação a avaliação realizada.

#### IV. QUESTÕES DILEMÁTICAS

---

No decorrer do ano letivo surgiram algumas questões dilemáticas em relação ao processo de ensino-aprendizagem. Em primeiro lugar, cito a integração dos conteúdos teóricos nas aulas. Como ensinar com qualidade todos os conteúdos teóricos, tendo em conta que só lecionávamos duas vezes na semana e ainda que uma das aulas eram de apenas 45 minutos? Esta questão foi bastante refletida e analisada por mim. Neste sentido, procurava desenvolver várias estratégias para conseguir, de forma positiva, contemplar estes conteúdos nas aprendizagens dos alunos. Para além de reservar um tempo específico para a apresentação dos conteúdos, procurava sempre que possível rever o que já tinham aprendido. Para colaborar na revisão, adotei algumas estratégias. Uma delas diz respeito às questões realizadas nos percursos de Orientação: em cada ponto de controlo, colocava uma pergunta sobre os conteúdos já abordados. Depois de respondidas todas as questões, fazíamos a correção das mesmas no final de cada sessão. Outra estratégia usada esteve nos jogos de perguntas e respostas. Formei vários grupos e a cada resposta correta a equipa ganhava um ponto, se por acaso esta equipa não soubesse a resposta, era dado a oportunidade ao outro grupo. Numa maneira geral, estas estratégias produziram resultados positivos. Mas entretanto, deveria ter integrado a inclusão dos conteúdos teóricos ainda mais nas atividades desenvolvidas nas aulas. Desta maneira, para além de aprender/rever os conteúdos, não consumíamos tempo de prática do aluno. Numa reflexão sobre este assunto, chego à conclusão que de facto existe pouco tempo disponível para o Professor alcançar todos os diversos conteúdos estipulados aos alunos. No entanto, cabe ao Professor usar a criatividade e a reflexão para conseguir atingir com sucesso estes objetivos.

Uma segunda questão que levanto é sobre uma das finalidades do Programa Nacional, onde se diz que devemos elevar o índice de condição física dos alunos. Esta é uma questão que também exige muita criatividade e reflexão por parte dos Professores. Neste sentido, para além de incluir estes trabalhos nas aulas, quer no tempo de espera entre um exercício e outro, quer no retorno à posição inicial de uma tarefa, motivamos a participação dos alunos

no Desporto Escolar. Acredito ter desenvolvido um bom trabalho neste sentido, pois consegui inserir durante todo o ano letivo, de forma ativa e em várias matérias, atividades que envolvessem o aumento/manutenção da condição física.

Outra grande questão dilemática apresentada neste ano letivo, diz respeito as aulas politemáticas. Estas apresentaram grandes dificuldades e dilemas. Aulas politemáticas exigem muito do Professor, tanto no planeamento, quanto no controlo da turma. A transição entre uma matéria e outra dificulta ainda mais a gestão e organização da aula por parte do Professor. Uma questão bastante conflituosa em relação a este tipo de aulas surgiu sobre a ordem das matérias lecionadas. Apesar de saber que as atividades que exigem maior nível de concentração e as matérias novas a serem abordadas devessem ser lecionadas primeiro, senti muita dificuldade neste sentido. Algumas vezes questionei-me sobre qual seria a ordem das matérias para aquela determinada aula. Com o passar do tempo, fui conhecendo minha turma e isto também auxiliou muito a estruturação da sessão. Neste sentido, posso afirmar que o facto de conhecer a turma faz total diferença nesta tomada de decisão.

## V. ÉTICA-PROFISSIONAL

---

Para Estrela (2003), a formação ética dos Professores, quer inicial, quer contínua, poderá dar um contributo decisivo para o salto qualitativo que representa a passagem da consciencialização para a conscientização.

As dimensões éticas são de grande importância para o sistema educativo Português e estão presentes em vários documentos legislativos, quer no que respeita à formação dos alunos, quer no que respeita à formação dos Professores, sendo consideradas componentes relevantes para o exercício profissional. A noção de ética gira em torno de princípios e valores, orientando a ação de regras para o bem, nomeadamente o bem do aluno. Para além disto, a ética profissional envolve comprometimento e envolvimento por parte dos atores.

No que diz respeito à vida profissional, como Professora Estagiária neste ano letivo, acredito ter correspondido a todos os compromissos assumidos com responsabilidade, interesse, assiduidade e pontualidade. Procurei tratar sempre com respeito todos que de alguma forma estiveram envolvidos com o meu trabalho. Mostrei-me empenhada na participação dos trabalhos de grupo, incentivando de forma positiva qualquer constrangimento que fosse surgindo ao longo do ano letivo. Para além disto, procurei assumir uma conduta pessoal adequada perante os alunos, Professores, funcionários e encarregados de educação. Tive o cuidado também de promover a colocação de questões, debates e balanços, atitudes e valores a todos os alunos envolvidos.

No que diz respeito às aprendizagens realizadas, posso afirmar com toda certeza, que este ano letivo foi o ano mais produtivo da minha vida profissional. Aprendi muito e com isso mudei alguns conceitos, principalmente no que diz respeito a “o que é ser Professor”. Constatei que este conceito envolve muito mais aspetos do que imaginava no início do ano letivo. Ser Professor envolve ensinar, aprender, respeitar o ritmo de aprendizagem de cada aluno, refletir sobre sua prática pedagógica, motivar o ensino escolar e a prática desportiva, promover valores e atitudes entre os alunos e acima de tudo acreditar na vida e ter esperança no futuro. Ao ensinar aprendemos, e com essa aprendizagem acabamos por ensinar cada vez melhor.

## VI. ORIENTAÇÃO DO ESTÁGIO PEDAGÓGICO

---

Em relação ao trabalho realizado neste ano letivo, com toda a certeza o mesmo não poderia ser executado da forma que foi sem a presença dos Professores Orientadores, tanto da Orientadora da Escola, Cristina Cachulo como do Orientador da Faculdade, Mestre Miguel Fachada. O incentivo, o ensinamento e o comprometimento apresentado por ambos fez toda a diferença para a minha aprendizagem. Em relação a Professora Orientadora, posso dizer que a mesma manteve durante todo o ano letivo uma postura rigorosa e colaboradora. Se por um lado nos cobrava muito trabalho, por outro estava sempre pronta e disposta a ajudar em toda e qualquer dificuldade apresentada. No trabalho realizado, procurou sempre, através da descoberta guiada, fazer-me pensar e refletir sobre a minha prática pedagógica. Em relação ao Professor Orientador Mestre Miguel Fachada, também só posso agradecer. De todas as vezes que compareceu nas aulas mostrou-se rigoroso e crítico, apresentando várias ideias e estratégias para conseguir superar qualquer dificuldade/fraqueza apresentada.

Neste ano letivo, mostrei-me disponível a participar de forma ativa e comprometida no quotidiano escolar do Agrupamento. Procurei também, de maneira responsável, colaborar, cooperar e participar de tudo o que me fosse possível. Convém ressaltar também, que foi com muito gosto que participei de todos os encontros, reuniões, atividades, aulas e qualquer outra atividade relacionada ao Agrupamento de Escolas. A cada dia e a cada tarefa desenvolvida, adquiri muito conhecimento, não só referente ao processo ensino-aprendizagem como também ao dia-a-dia dos professores, funcionários e alunos dentro da escola.

## VII. APROFUNDAMENTO DO TEMA PROBLEMA

---

No âmbito do estágio realizado no Agrupamento de Escolas Montemor-o-Velho com a turma B do 7º ano, surge a problemática sobre a falta de motivação por parte dos alunos para aprenderem matérias que menos gostam (situação que difere entre rapazes e raparigas). É perante esta problemática que iremos desenvolver o tema de investigação de forma reflexiva e crítica inserida no relatório de estágio.

As escolas constituem uma invenção cultural caracterizada pela sua aparência física, pela sua forma de utilizar os espaços e o tempo, pelo modo de desenvolver as atividades com os alunos, de desempenhar certas funções e de se relacionar com o mundo dos adultos. Segundo Sacristán (2003), a escola é um meio institucional regulado pelos adultos; os horários, os exames, os conteúdos dos programas, não foram constituídos a pensar nos alunos nem necessariamente para o bem deles. No princípio, a escola atingia os objetivos que os adultos ambicionavam para as crianças. Isto significa que a instituição de ensino não foi pensada/criada para satisfazer as necessidades das crianças, tal como hoje o concebemos.

Após diversos anos, finalmente observou-se a necessidade dos currículos escolares (suas matérias, áreas, disciplinas e temáticas) serem centrados nos alunos. Este modelo assenta no princípio de que as componentes do currículo devem ser estabelecidas em função da necessidade e interesses imediatos dos educandos, que se desenvolvem e aprendem mediante a interação e o envolvimento ativo com o seu meio. Neste âmbito, e no caso particular da escolha das matérias, tal não nos foi possível, já que estas foram selecionadas pelo conselho disciplinar do Agrupamento de Escolas Montemor-o-Velho, não havendo real oportunidade de escolha, atendendo às características dos alunos. A seleção e a organização dos objetivos, conteúdos e atividades de ensino-aprendizagem, movem-se dentro dos propósitos de promover o desenvolvimento individual do educando, segundo fases ou ritmos próprios, tornando-o autónomo no processo de aprendizagem e oferecendo meios de socialização e motivação.

No que se refere à motivação, Ferreira (2005) diz que motivar é a criar a necessidade de aprender e de atuar. De acordo com Brito (1994), subdividimos a motivação em duas modalidades: Motivação Extrínseca e Motivação Intrínseca, sendo a primeira estranha ao indivíduo e que se introduz artificialmente, como meta ou objetivo a alcançar: incentivos, prêmios e recompensas. A segunda (Intrínseca) radica-se no próprio sujeito, curiosidade, interesse ou necessidades. Segundo Kobal (1996) quando uma atividade atrai um discente a ponto de mantê-lo interessado, tanto pela execução da mesma como pelo fato de vir a executá-la outra vez, ou até uma tarefa semelhante posteriormente, diz-se que ele está intrinsecamente motivado. Ele pode sentir-se competente e autodeterminado, perceber a causa de seu comportamento como interna, sendo as recompensas inerentes à atividade. De acordo com Deci & Ryan (1985, p.66), «a teleologia da motivação intrínseca envolve fazer uma atividade por si mesma, isto é, por seu interesse inerente e pelos afetos e cognições espontâneos que a acompanham». Tomando uma aula de Educação Física como exemplo, um aluno que se interessa, participando com alegria na atividade proposta, com um clima positivo, envolvendo-se inteiramente na mesma, sem visar outros objetivos externos, é um aluno que terá maiores chances de sucesso na sua aprendizagem. Ou seja, a motivação intrínseca auxilia na aprendizagem, na interpretação e no comprometimento nas tarefas propostas. Em relação à motivação extrínseca temos como exemplo, as recompensas dadas pelos pais, elogios verbais vindos dos Professores, as instalações onde decorrem as aulas de Educação Física, os materiais que os alunos têm disponíveis, as matérias lecionadas e ainda a forma como esta é ensinada aos alunos. Segundo Brito (1994), atualmente as motivações extrínsecas apresentam uma relevante importância na conduta dos alunos.

Ainda no que diz respeito à motivação dos alunos, coloquei duas questões sobre o gosto pelo desporto nos inquéritos realizados no início do ano letivo aos mesmos,. A primeira está relacionada com «*Quais os desportos que gostarias de praticar nas tuas aulas?*» e a segunda «*Qual o seu desporto predileto?*». Pude notar que relativamente à primeira questão, nenhum aluno referiu a matéria Ginástica. Quanto à segunda, somente um discente referiu a Ginástica como seu desporto predileto. Desta forma, o conjunto de aulas desta

matéria, foram sempre planeados para que pudéssemos aumentar o interesse por parte dos alunos. Neste sentido, para aumentar a motivação dos discentes, realizei no início do ano a avaliação diagnóstica e a revisão de conteúdos. Ainda no princípio, por termos aulas de 45 minutos, optei em manter sempre o mesmo tipo de aquecimento (em circuito), uma opção que produziu resultados positivos, pois os discentes mostravam-se participativos e empenhados na tarefa e, para além disto, não perdia tempo na instrução e demonstração do mesmo. Ainda no início, apesar dos alunos já terem abordado esta matéria em anos anteriores, acreditei ser necessário o trabalho de técnica de apoio (mãos e pulsos). Para além de diminuir significativamente o tempo de aprendizagem, é um pressuposto básico para um maior controlo e eficácia de vários elementos gímnicos. O objetivo era facilitar a aprendizagem dos alunos, para desta forma, conseguir manter o discente motivado para a prática. Em relação à lecionação da ordem dos exercícios, abordei primeiro os elementos técnicos mais básicos, desta maneira, estes possibilitariam o *transfer* aos outros elementos futuramente assimilados. Como por exemplo, primeiro executar o enrolamento à retaguarda para depois realizar o enrolamento à retaguarda com pernas estendidas e afastadas.

Nas sessões de 90 minutos, intercalei a grande maioria das aulas de Ginástica com Badminton, uma matéria muito querida pela grande maioria dos alunos. Desta forma, deixava esta disciplina por último para garantir a concentração e a prática da Ginástica. Tomei o cuidado também na constituição dos grupos, agrupei os discentes em grupos heterogêneos, de modo a que os alunos com mais dificuldades pudessem beneficiar da ajuda dos companheiros do grupo mais avançados. Como também, em grupos homogêneos, onde o aluno pudesse observar seu colega, identificar o possível erro e ajudá-lo a corrigir. Outro factor de grande importância esteve nas ajudas realizadas nas aulas, as mesmas foram introduzidas no início do ano letivo para que os discentes tivessem mais segurança ao fazer os exercícios propostos. Também as inserimos para desenvolvermos uma atitude de responsabilidade nos alunos, e para além disso, quando um colega consegue ajudar outro, é possível gerir e dar mais *feedbacks* à turma.

Após todas as estratégias serem colocadas em prática, optámos em avaliar a motivação dos alunos para a exercitação da Ginástica após a sua

conclusão, com isso obviamente estaremos avaliando o trabalho realizado com os discentes, se conseguimos ou não estimular/motivar os alunos para a prática da matéria em questão.

## VIII. DESCRIÇÃO DOS INSTRUMENTOS

---

### 8.1. AMOSTRA

Após definido o tema para o Relatório de Estágio (“O ensino da Educação Física e a motivação dos alunos para aprenderem matérias de que menos gostam”), quis para além do suporte bibliográfico, contemplar nesta pesquisa todos os discentes da turma B do 7º ano do Agrupamento de Escolas Montemor-o-Velho.

### 8.2. CARACTERIZAÇÃO DO INSTRUMENTO UTILIZADO

Para a realização deste estudo utilizei como instrumento de avaliação um questionário constituído por duas partes: a primeira parte é composta por dados pessoais, que tem como principal objetivo caracterizar os sujeitos do estudo (rapazes e raparigas). A segunda parte é a aplicação do questionário, que tem a intenção de avaliar a motivação dos alunos para a exercitação da Ginástica após terem tido a matéria. Com isso obviamente estaremos avaliando o trabalho realizado com os discentes, se conseguimos ou não motivar os alunos para a prática da matéria em questão. Importa ressaltar que foram respeitados os aspetos éticos: o questionário mantém o anonimato e confidencialidade de todos os inquiridos.

### 8.3. MÉTODOS DE ANÁLISE DOS DADOS

A metodologia utilizada no trabalho é a abordagem quantitativa, sendo que a mesma se caracteriza pelo uso de instrumento estatístico, tanto na coleta quanto no tratamento dos dados recolhidos. Richardson (1999) destaca ainda, sua importância ao ter a intenção de garantir a precisão dos resultados, evitar distorções de análise e de interpretação, possibilitando uma margem de segurança quanto às inferências feitas, tornando-se por esses motivos a escolha para o atual estudo. O instrumento estatístico utilizado na coleta de dados será um questionário com perguntas fechadas, visando chegar ao objetivo pré-estabelecido. Para realizar o tratamento dos dados foi utilizado o programa *Word e Excel da Microsoft*.

## IX. DESCRIÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

---

A descrição e análise referem-se à discussão de dados do questionário respondido pelos alunos ao final da Unidade Didática de Ginástica. O mesmo foi dividido em duas partes, sendo a primeira unicamente e exclusivamente responsável em caracterizar a amostra, no caso o sexo dos inquiridos. Referente a esta questão, encontramos na turma 5 raparigas e 13 rapazes.

Relativamente à primeira questão abordada no questionário, «Qual é a modalidade de que mais gostaste neste ano letivo?» somente um aluno assinalou a Ginástica como resposta. Em contrapartida, na segunda pergunta, que questionava sobre «Qual a modalidade que menos gostaste neste ano letivo?», 10 alunos referiram não terem gostado de Ginástica.

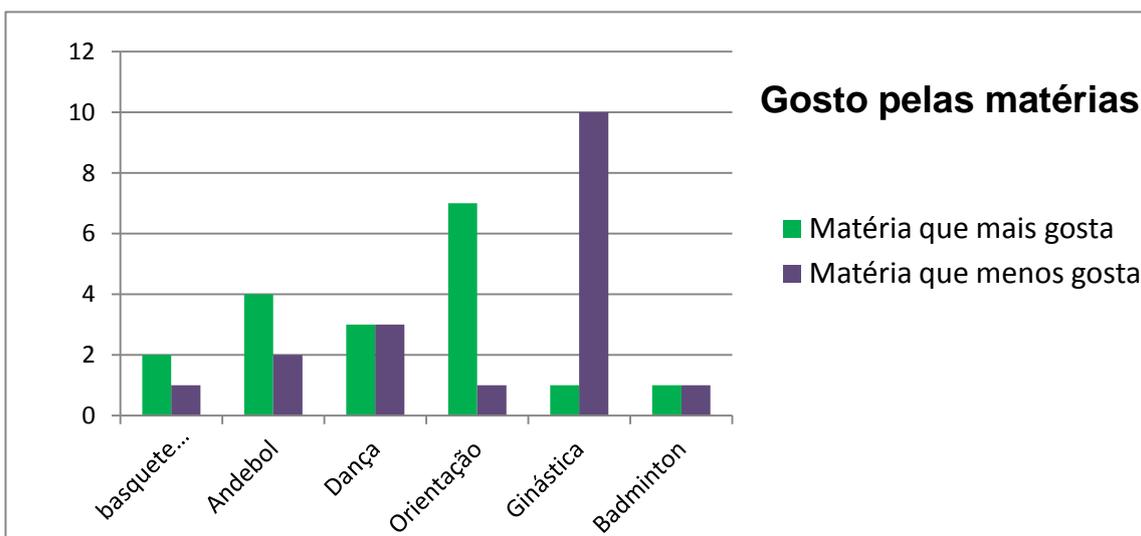


Gráfico 1- Gosto pelas matérias

Comparando as respostas assinaladas pelas raparigas e rapazes na primeira questão, podemos observar nos gráficos abaixo que, a Orientação foi a matéria mais querida neste ano letivo pelos rapazes e Basquetebol pelas raparigas.

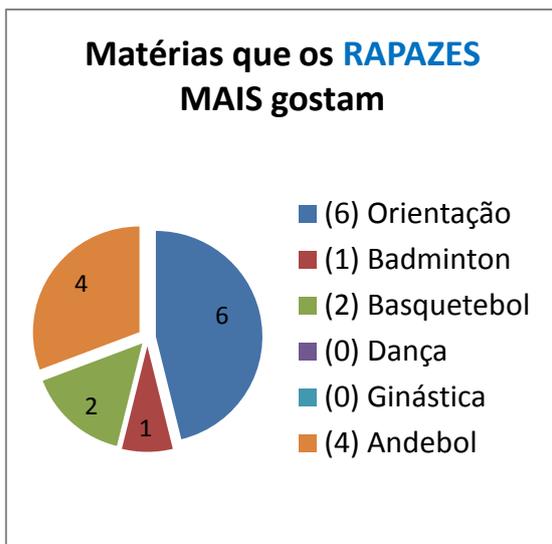


Gráfico 2- Matéria que mais gostaste- rapazes

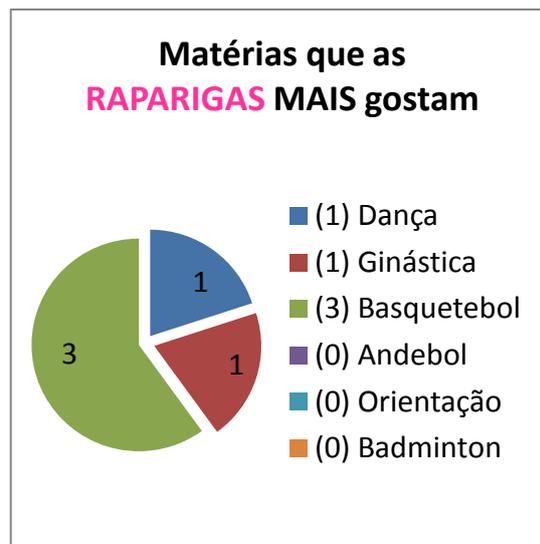


Gráfico 3- Matéria que mais gostaste- raparigas

Ao compararmos rapazes e raparigas na segunda questão *matérias que menos gostaram no ano letivo*, observámos no gráfico abaixo que a matéria menos querida pelos rapazes foi a Ginástica, em contrapartida para as raparigas a matéria mais citada foi Andebol.



Gráfico 4- Matéria que menos gostaste- rapazes

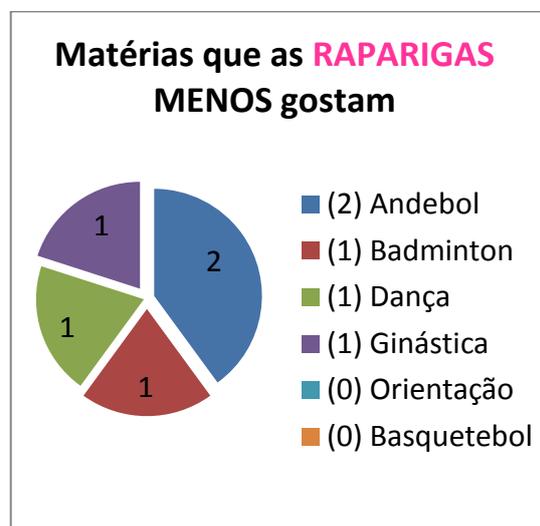


Gráfico 5- Matéria que menos gostaste- raparigas

Na terceira e na quarta questão, perguntámos como eles se sentiam em relação à sua *motivação para a Ginástica antes de começarmos a abordá-la e no fim do ano letivo*. Como podemos observar no gráfico abaixo, 12 alunos diziam-se motivados para a Ginástica no início do ano letivo, 3 muito motivado e outros 3 pouco motivados. Referentemente à motivação no final do ano letivo,

8 alunos referiram estar pouco motivado, 5 muito motivados e os outros 5 motivados. Como podemos ver, apesar do número de alunos pouco motivados para a prática de ginástica ter aumentado no final do ano, o número de alunos que continua motivado ou muito motivado é superior.

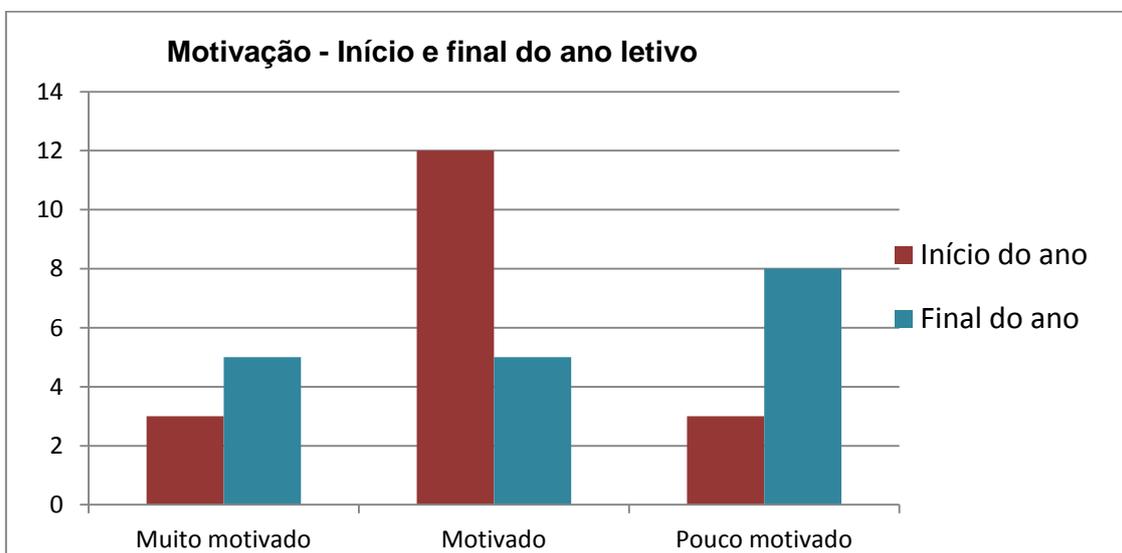


Gráfico 6- Motivação início e final do ano

No que diz respeito à quinta questão, *acabo este ano letivo a gostar muito mais de ginástica do que no início do ano*, 10 alunos responderam não gostar e 8 sim.

Referente à questão 6, *acabo este ano letivo a saber muito mais de ginástica do que no início do ano*, todos os alunos afirmaram saber muito mais sobre a matéria em questão.

E por fim, sobre a última questão, *acabo este ano letivo a conseguir fazer muito mais coisas de ginástica do que no início do ano*, apenas um aluno referiu não conseguir fazer muito mais coisas no fim do ano letivo.

QUESTÕES:	Alunos	
	Sim	Não
5. Acabo este ano letivo a gostar muito mais de ginástica do que no início do ano letivo	8	10
6. Acabo este ano letivo a saber muito mais de ginástica do que no início do ano letivo	18	0
7. Acabo este ano letivo a conseguir fazer muito mais coisas de ginástica do que no início do ano letivo	17	1

Tabela 3- Acabo o ano letivo a gostar, saber e fazer

Com a apresentação destes resultados, podemos chegar a algumas conclusões. A primeira diz-nos que de 18 alunos na turma, 10 assinalaram que a matéria que menos gostaram de abordar neste ano letivo foi Ginástica. Destes 10 discentes, 9 eram rapazes. Este resultado mostrou a grande diferença existente na opinião entre rapazes e raparigas. No entanto, este dado já era esperado, pois em 2011, os autores Cara e Saad na sua investigação questionaram os alunos sobre os tipos de atividades que mais gostam nas aulas de Educação Física. Os resultados evidenciaram que os jogos desportivos, em primeiro lugar (58,6%), têm a preferência dos rapazes (77%) e das raparigas (50%). Os “jogos” com 26,8% é a segunda atividade de preferência dos rapazes e das raparigas. A ginástica (14,3%) e dança (7,1%), foram classificadas apenas pelas raparigas como atividades que mais gostam nas aulas de Educação Física, e nenhum rapaz as referiu. Por sabermos disso e ainda por o termos constatado nas aulas já realizadas,, começámos no segundo período, estrategicamente a estimular e motivar ainda mais a prática da Ginástica.As aulas passaram a ser de 90 minutos e passámos a intercalar a matéria em questão com o Badminton, um desporto muito querido pelos rapazes. Para além disso, no primeiro período agrupamos os alunos tanto em grupos heterogêneos como homogêneos e ainda estimulamos a ajuda mútua, desenvolvendo uma participação mais ativa e responsável nos discentes.

Entretanto, pesar de tudo o que foi feito, notámos ainda na quarta questão, que não conseguimos elevar a motivação pela Ginástica, o índice de alunos que se sentem “pouco motivados” com a disciplina aumentou no fim do ano. Com isto levantámos algumas questões, como por exemplo: como iremos motivar os alunos se os “obrigamos” a realizarem determinadas matérias em determinados períodos de tempo? Se o Programa Nacional de Educação Física tem como finalidade: melhorar a aptidão física; promover a aprendizagem dos processos de elevação e manutenção das capacidades físicas; promover o gosto pela prática regular das atividades físicas e assegurar a compreensão da sua importância como fator de saúde e componente da cultura; será que não alcançaríamos estas finalidades de maneira diferente do que tem vindo a acontecer? Neste caso, por a Ginástica ser uma matéria nuclear e por saber da importância do desenvolvimento motor que a mesma permite aos alunos. Poderíamos integrar nas aulas, as outras matérias da área

da ginástica, como por exemplo, acrobática e ginástica rítmica, que eventualmente poderiam contribuir para atingir as finalidades da educação física, mantendo as competências específicas da mesma. Desta forma, estaríamos a alargar o leque de trabalho dentro de uma mesma área, mantendo o estímulo e favorecendo ao mesmo tempo o alcance das finalidades e aprendizagens dos alunos.

Importa referir também que a principal prioridade no processo realizado, tanto quanto as estratégias e as metodologias escolhidas, focavam o sucesso na aprendizagem dos discentes. Para a minha surpresa, nas duas últimas questões, onde comparei a opinião do início do ano letivo com a do final, constatei que quase todos os alunos disseram saber muito mais e fazer muito mais coisas sobre Ginástica. Este resultado mostra que apesar de não ter conseguido aumentar o gosto e a motivação pela matéria abordada, consegui de forma positiva evoluir no processo de ensino-aprendizagem. De certa forma, este resultado deixou-me aliviada e surpreendida. Aliviada, pois se por um lado não consegui influenciar no gosto dos alunos, por outro, verifiquei que tanto sacrifício serviu para avançar na aprendizagem dos mesmos. E surpreendida, pois sempre acreditei que o sucesso da aprendizagem fosse capaz de influenciar de forma significativa para o aumento da motivação dos discentes. De facto, esta deve depender igualmente de outros fatores. É importante referir que esta não foi a primeira vez que os alunos tiveram Ginástica. A opinião que têm hoje é o resultado de um conjunto de experiências para além do que se passou neste ano letivo.

Em jeito de conclusão, percebi o quão complexo é o processo de ensino. O mesmo exige do Professor um grande esforço reflexivo e profundo, motivar e incentivar todos os alunos não é uma tarefa fácil, ainda mais quando encontramos certa resistência sobre determinada matéria. É preciso também muita criatividade, bem como respeito por todas as diferenças e necessidades apresentada por cada discente.

## X. CONCLUSÕES FINAIS

---

Apesar deste ano de estágio pedagógico ter sido muito desgastante devido à grande cobrança e ao trabalho desenvolvido, posso dizer que o mesmo foi muito gratificante sob o ponto de vista profissional. Quanto à aprendizagem desenvolvida neste ano letivo, constato um aumento do conhecimento de forma produtiva e crescente. No entanto, esta aprendizagem só foi possível devido a experiência e paciência da Professora Orientadora Cristina Cachulo, que me ensinou a ser mais reflexiva e crítica sobre o meu próprio trabalho.

Importa também referir sobre o trabalho individual e em grupo realizado neste ano letivo. Ambos são de grande importância para a formação do Professor Estagiário. O trabalho individual foi sem dúvida o mais utilizado durante todo o ano. O mesmo proporcionou-me uma grande evolução, quer seja no planeamento, na intervenção pedagógica e na avaliação, quer no pensamento reflexivo e crítico. No que diz respeito ao trabalho em grupo, posso dizer que o mesmo apesar de não estar tão presente, é tão importante quanto o individual. No entanto, acredito ter faltado comunicação entre os Professores Estagiários do Núcleo de Estágio. Sabe-se que nenhuma escola funciona sozinha, que sempre “dependemos” do apoio e colaboração do outro. Para além disto, importa respeitar a opinião e o trabalho do próximo.

Em relação à formação inicial, importa referir que é necessário ao académico, apesar de sua pouca idade, uma postura responsável, empenhada e participativa. Uma licenciatura sólida, completa e com oportunidades reais de convivência com o ensino trará resultados positivos ao longo da vida profissional do Professor. No que diz respeito à formação inicial, não me posso referir ao sistema Português. No entanto, descrevo a minha realidade vivida no Brasil. Com o estágio, ficou evidente, pelas dificuldades apresentadas, algumas falhas na minha formação, importa referir também que finalizei a mesma há 9 anos. Entretanto, percebi que faltou muita informação. Para além disto, o Brasil apresenta uma cultura desportiva muito diferente da de Portugal. Isso torna-se evidente, quando observo que nunca tinha abordado, quer na escola quer na faculdade, matérias como Orientação e Badminton. Tive, por isso, de redobrar

o esforço para atingir os objetivos, para conseguir no final um mais completo domínio das matérias.

Apesar de ter uma realidade muito diferente no Brasil, quero pôr em prática o que aprendi neste ano de estágio. Para além disso, procurarei ao longo da vida, estar em constante aprendizagem. Segundo Nóvoa (1992) citando Mc Bride, a formação contínua deve ser encarada como um processo permanente, integrado no dia-a-dia dos Professores e das escolas. O mesmo autor conclui ainda que a formação passa pela experimentação, pela inovação e pelo ensaio de novos modos de trabalho pedagógico.

Para concluir, é importante referir que procurarei ainda, ao longo da minha vida profissional, de forma crítica e reflexiva, direcionar meu trabalho e esforço para o principal e mais importante objetivo, a aprendizagem dos alunos, indo sempre de encontro com as capacidades, necessidades e interesses dos mesmos.

## XI. BIBLIOGRAFIA

---

Allal, L (1989). *Estratégias de avaliação formativa: concepções psicopedagógicas e modalidades de aplicação*. Coimbra: Almedina.

Aranha, A. (2007). *Observação de aulas de Educação Física: Sistematização da observação - sistemas de observação e fichas de registro*. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

Bento, J. O. (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Livros Horizonte, Lisboa.

Bernardo, V. S. (2010). *Trilhando por Caminhos Necessários: Repensando um Proposta Psicopedagógica Centrada na Afetividade e nas Relações Educacionais*. Tese Mestrado Universidade Cândido Mendes p. 18.

Bossle, F. (2002). Planejamento de Ensino na Educação Física – Uma Contribuição ao Coletivo Docente. *Revista Movimento*, Porto Alegre, V.8, N. 1, p. 31-39.

Britto, A. P. (1994). *Psicologia do Desporto*. Lisboa: Edições Omniserviços.

Câmara Municipal DE Montemor-o-Velho. (s/d). *Carta Educativa do Município de Montemor-o-Velho*. Retirado dia 11/11/2012 do site [http://www.cm-montemorvelho.pt/PDF/carta\\_educativa.pdf](http://www.cm-montemorvelho.pt/PDF/carta_educativa.pdf)

Cara, S. & Saad, M. A. (2011). Os Motivos de desinteresse pelas aulas de Educação Física dos alunos da 1ª série do ensino médio de uma escola de Xanxerê, SC. *Revista digital, Buenos Aires*, ano 16, nº 160.

Cardoso, M. I. S. (2009). *O contributo do estágio pedagógico para o desenvolvimento da profissionalidade dos docentes de educação física – a perspectiva do estagiário*. Dissertação de Mestrado em Desporto para Crianças e Jovens. Universidade do Porto. Porto.

Charlot, B. (2009). A escola e o trabalho dos alunos. *Revista de Ciências da Educação*. Nº 10.

Deci, E. L., Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York and London: Plenum Press.

Despacho Normativo nº 1/2005 de 5 de Janeiro. Diário da República, nº 3 – 1.ª Série B.

Estrela, M. T. (2003). O pensamento ético-deontológico de professores em estudos portugueses. *Cadernos de Educação FaE/UFPEL*, Pelotas, p. 9-20.

Ferreira, J. P. O. C. (2005). *A Importância da Motivação nas Aulas de Educação Física: Estudo com Alunos do 2º Ciclo do Ensino Básico*. Universidade da Beira Interior.

Kobal, M. C. (1996). *Motivação Intrínseca e Extrínseca nas Aulas de Educação Física*. Universidade Estadual de Campinas.

Mandaços, C.; Dias, L.; Barbosa, S.; Pereira, B. & Carvalho, G. (2011). *Níveis de atividade física em crianças de 9 anos fora do contexto escolar: estudo em meio urbano e meio rural*. Atas do VII Seminário internacional de Educação Física, lazer e saúde: a atividade física promotora de saúde e desenvolvimento pessoal e social p 1-2 retirada no dia 20 de outubro em [http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/14380/1/SEFLS\\_MeiosRural%2BUrbano\\_89-96.pdf](http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/14380/1/SEFLS_MeiosRural%2BUrbano_89-96.pdf)

Mosston, M. & Ashworth, S. (1985). *Horizonte*, V. II N°1, p. 23-32

Nóvoa, A. (1992). *Formação de Professores e Profissão Docente*. *Repositório da Universidade de Lisboa*- Faculdade de Psicologia e Ciência da Educação.

Ramos, S. (2003). *Satisfação/insatisfação docente em professores de educação física do quadro de nomeação definitiva da cidade de Coimbra: um estudo descritivo*. Tese de Doutoramento. Coimbra: Faculdade de Ciência do Desporto e Educação Física.

Ribeiro, A. (1999). *Desenvolvimento Curricular* (8ª Ed). Lisboa: Texto Editora.

Piéron, M. (1992). *Pedagogie des activités physiques et du sport*. *Colecção Activites physiques et sports cherche et formation*, Paris, Éditions Revue eps.

Piéron, M. (1996). *Formação de Professores - Aquisição de Técnicas de Ensino e Supervisão Pedagógica*. Faculdade de Motricidade Humana

Pinto, J. (s/d). *A avaliação prescrita: perspectivas, valores e tensões*. Escola Superior de Educação de Setúbal, p.15.

Pizzolatti, R & Rocha, F. (2004). A importante e difícil opção por um método na pesquisa. *Caminhos de Geografia*, nº 5, volume 13, p. 56-64.

Ribeiro, A. (1999). *Desenvolvimento Curricular* (8ª Ed). Lisboa: Texto Editora.

Ribeiro, L. (1999). *Tipos de avaliação*, p. 75-92.

Richardson, R. (1999). *Pesquisa social: métodos e técnicas*. São Paulo: editora Atlas, 70-71.

Rosado, A. & Silva, C. (s/d). Conceitos básicos sobre avaliação das aprendizagens.

Sacristán, J. G. (2003). *O aluno como invenção*. Porto editora. Porto.

Schmitz, E. (2000). *Fundamentos da Didática*. 7ª Ed. São Leopoldo, RS: Editora Unisinos, p. 101 a 110.

Siedentop, D. (1998). *Las técnicas y las estrategias de disciplina*. in *Aprender a enseñar la educación física*. Barcelona: INDE, p. 227-250.

Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la educación física*. INDE.