

**UNIVERSIDADE DE COIMBRA**

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



**MILENE ISABEL MARQUES DA SILVA**

**RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA  
ESCOLA BÁSICA 2,3 INFANTE D. PEDRO EM BUARCOS JUNTO DA  
TURMA DO 9.º C NO ANO LETIVO 2013/2014**

**COIMBRA**

**2014**



**MILENE ISABEL MARQUES DA SILVA**  
**N.º 2011123918**

**RELATÓRIO FINAL DE ESTÁGIO PEDAGÓGICO DESENVOLVIDO NA  
ESCOLA BÁSICA 2,3 INFANTE D. PEDRO JUNTO DA TURMA DO 9.º C NO ANO  
LETIVO 2013/2014**

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

**Orientador:** Dr. Luís Rama

**Supervisor:** Professor Joaquim Parracho

**COIMBRA**

2014

**Esta obra deve ser citada como:** Silva, M. (2014). *Relatório Final de estágio pedagógico desenvolvido na Escola Básica Infante D. Pedro em Buarcos junto da turma do 9.º C no ano letivo 2013/2014*. Relatório Final de Estágio. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.

## **TEOR DO COMPROMISSO DE ORIGINALIDADE DO DOCUMENTO**

Milene Isabel Marques da Silva, aluna nº2011123918 do Mestrado em Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, vem declarar por sua honra que este Relatório Final de Estágio constitui um documento original da sua autoria, não se inscrevendo, por isso, no disposto no art. 30.º do Regulamento Pedagógico da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física (versão de 10 de Março de 2009).

Data:

Assinatura:

**À minha mãe, pelo amor, carinho, educação... Pelo auxílio incondicional, dedicação, compreensão e paciência demonstrados em todos os momentos. Pela confiança e por representar o maior garante da minha vida.**

## **AGRADECIMENTOS**

Após três longos e árduos anos, eis que se aproxima o fim de mais uma grande batalha na minha vida, tal não teria sido possível sem o apoio e incentivo daqueles que me são mais queridos. Assim, expresso o meu sincero agradecimento:

À minha mãe, pelo amor, carinho, educação, e por me fazerem acreditar e terem proporcionado tudo aquilo que necessitei, tanto a nível profissional como pessoal, pelo auxílio incondicional, dedicação, compreensão e paciência demonstrados em todos os momentos. Às minhas amigas Ana Batista, Rita Batista, Tânia Breda, Soraia Jesus e Vanessa Madaleno e, obrigada pelos momentos únicos que partilhámos, pela boa disposição por acima de tudo, serem verdadeiras amigas. Muito obrigada.

À Família Lemos, pelo pela dedicação, disponibilidade e apoio empenhados no desenvolvimento deste trabalho.

Ao Professor Luís Rama, pela sábia transmissão de conhecimentos e sugestões, por se disponibilizar inteiramente, pelo profissionalismo e critério com que orientou toda a minha prática pedagógica.

Ao Professor Joaquim Parracho, a minha sombra neste estágio, pelos esclarecimentos e pelas críticas sempre construtivas em prol da minha evolução enquanto professor estagiário.

À Professora Ana Caetano, Diretora de Turma, pela dedicação na transmissão de conhecimentos, pela partilha de experiências e pelo aconselhamento de dinâmicas necessárias para o cargo que em conjunto representámos.

Aos meus colegas do Núcleo de Estágio, Rui Pedrosa, Luís Vaz e Vanessa Santos, pelo trabalho em equipa, pelo companheirismo e apoio mútuo. Aos meus alunos, pela aprendizagem recíproca, pois sem eles esta caminhada não teria sido possível, pela experiência e pelos desafios que me fizeram crescer e aprender!

*A todos o meu sincero Muito Obrigado.*

## RESUMO

O presente Relatório Final insere-se no âmbito da unidade curricular Relatório de Estágio, do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.

O Estágio Pedagógico a que se refere este relatório, foi realizado ao longo do ano letivo 2013-2014, na Escola Básica Infante D.Pedro – Agrupamento de Escolas Figueira-Mar, Buarcos, com o acompanhamento da turma do 9ºC. As atividades desenvolvidas ao longo do ano tiveram como objetivo, a colocação de todos os conhecimentos adquiridos no decorrer do processo de formação académica, nomeadamente 1º e 2º semestres do mestrado, com vista ao desenvolvimento de competências e rotinas relativas à prática pedagógica na área disciplinar de Educação Física.

O presente documento tem na sua composição a descrição e a reflexão das tarefas e aprendizagens desenvolvidas no âmbito do estágio, e ainda o aprofundamento de um estudo sociométrico que permite analisar a popularidade dos alunos da turma, que me facilitou bastante na elaboração de grupos de trabalho coesos, no decorrer das aulas de Educação Física.

A elaboração deste relatório teve como ponto de partida uma reflexão crítica à minha evolução pessoal e profissional no decorrer desta experiência.

Este relatório é uma constante reflexão acerca dos procedimentos tomados, revelando-se assim, uma experiência enriquecedora, no que concerne à aquisição e desenvolvimento de competências pessoais e profissionais, inerentes ao desempenho eficaz das funções docentes.

**Palavras-Chave:** Dimensões da Intervenção Pedagógica . Formação . Análise Sociométrica.

## **Abstract**

*This Final Report is part of the curricular unit Traineeship Report, of the Master's Degree in Physical Education Teaching at Elementary and Secondary levels of Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra.*

*The Pedagogic Traineeship to which this Report is related, was done throughout the school year 2013-2014 at the Escola Básica Infante D. Pedro – Agrupamento de Escolas Figueira-Mar, Buarcos, following the group of the 9th grade,C.*

*The activities developed throughout the year had as purpose applying all the acknowledgments learned during my academic formation, namely the 1st and 2nd semesters of the Master's Degree, with the aim of developing competencies and routines related to the pedagogic practice in the subject of Physical Education.*

*This document consists of the description and reflection on the tasks and learnings developed within my traineeship, and also a deepening sociometrical study that allows us to analyse the popularity of the students of that particular group, which made things easier for me to create strong groups inside the Physical Education classes.*

*The making of this report had as a starting point a critical reflection on my personal and professional evolution during this experience.*

*This report is a permanent reflection on the procedures taken, showing therefore an enriching experience, in what concerns the apprehension and development of personal and professional competencies, linked with the carrying out the teaching function in an effective way.*

**Key-words:** *Sizing of Pedagogic Intervention . Formation . Sociometriccal Analysis*

## SUMÁRIO

TEOR DO COMPROMISSO DE ORIGINALIDADE DO DOCUMENTO .....	- 4 -
RESUMO .....	- 7 -
Abstract.....	- 8 -
SUMÁRIO .....	- 9 -
INTRODUÇÃO.....	- 12 -
Capítulo I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA .....	- 13 -
EXPETATIVAS INICIAIS EM RELAÇÃO AO ESTÁGIO PEDAGÓGICO.....	- 13 -
2.FRAGILIDADES INICIAIS DO DESEMPENHO.....	- 14 -
3.OBJETIVOS DE APERFEIÇOAMENTO.....	- 15 -
PROJETO FORMATIVO.....	- 16 -
4. CARACTERIZAÇÃO DAS CONDIÇÕES LOCAIS E RELAÇÃO EDUCATIVA....	- 17 -
4.1 CARACTERIZAÇÃO DA ESCOLA .....	- 17 -
4.2 CARACTERIZAÇÃO DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	- 18 -
4.3 CARACTERIZAÇÃO DA TURMA .....	- 18 -
Capítulo II – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA.....	- 19 -
2.1.1Plano Anual .....	- 20 -
2.1.2 Unidades Didáticas.....	- 21 -
2.1.3 PLANO DE AULA .....	- 22 -
2.2 TÉCNICAS DE INSTRUÇÃO (Sarmiento P. , 1998) .....	- 24 -
2.3 GESTÃO PEDAGÓGICA .....	- 27 -
2.3.1 CLIMA RELACIONAL/DISCIPLINA.....	- 28 -
2.3.2 DECISÕES DE AJUSTAMENTO .....	- 29 -
2.4 AVALIAÇÃO (Ribeiro, 1999) .....	- 29 -
2.4.1 AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA .....	- 29 -
2.4.2 AVALIAÇÃO FORMATIVA .....	- 30 -

2.4.3 AVALIAÇÃO SUMATIVA.....	30 -
2.3.4 CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO.....	31 -
2.4 INOVAÇÃO DAS PRÁTICAS PEDAGÓGICAS.....	31 -
3. DIFICULDADES E NECESSIDADES DE FORMAÇÃO.....	33 -
4. CONCLUSÕES REFERENTES À FORMAÇÃO INICIAL.....	35 -
CAPITULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA - ANÁLISE SOCIOMÉTRICA DA TURMA DO 9ºC.....	
INTRODUÇÃO.....	37 -
ORGANIZAÇÃO DE UM TESTE SOCIOMÉTRICO (Weld, 1976).....	39 -
FUNDAMENTAÇÃO DO TESTE SOCIOMÉTRICO.....	40 -
OBJETIVOS DE ESTUDO.....	41 -
METODOLOGIA.....	41 -
POPULAÇÃO-ALVO.....	41 -
PROCEDIMENTOS.....	42 -
QUESTIONAMENTO.....	42 -
APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS.....	44 -
MATRIZ SOCIOMÉTRICA DA QUESTÃO 1.....	45
MATRIZ SOCIOMÉTRICA DA QUESTÃO 2.....	47
SOCIOGRAMA DA QUESTÃO 2.....	48
MATRIZ SOCIOMÉTRICA DA QUESTÃO 3.....	49
SOCIOGRAMA DA QUESTÃO 3.....	50
MATRIZ SOCIOMÉTRICA DA QUESTÃO 4.....	51
SOCIOGRAMA DA QUESTÃO 4.....	52
CONCLUSÃO.....	53
CONCLUSÕES FINAIS.....	55
Bibliografia.....	58
ANEXOS.....	60
ANEXO 1 - PLANO DE FORMAÇÃO INDIVIDUAL.....	61

Anexo 2 – Questionário Biográfico.....	81
Anexo 3 – Plano de Aula Modelo.....	83
Anexo 4 – Tabela de Avaliação Diagnóstica.....	85
Anexo 5–Tabela de Avaliação Formativa .....	86
Anexo 6 – Tabela de Avaliação Sumativa .....	87

### **SUMÁRIO ESQUEMAS**

Esquema 1: Sociograma Questão 1 .....	46
Esquema 2: Sociograma Questão 2 .....	48
Esquema 3: Sociograma Questão 3 .....	50
Esquema 4: Sociograma Questão 4 .....	503

### **SUMÁRIO TABELAS**

Tabela 1: Matriz Sociométrica (Questão 1).....	45
Tabela 2: Matriz Sociométrica (Questão 2).....	47
Tabela 3: Matriz Sociométrica (Questão 3).....	49
Tabela 4: Matriz Sociométrica.....	512
Tabela 5: Análise de Preferências e Rejeições.....	54
Tabela 6: Formação de Grupos de Trabalho .....	57

## INTRODUÇÃO

O presente documento, surge no âmbito da unidade curricular Relatório de Estágio, do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, tem como principal objetivo a exposição e análise crítica da atividade docente, desenvolvida ao longo do ano letivo. Mais do que uma exposição das atividades realizadas, pretendo que seja realizada uma análise crítica dos objetivos que tracei no início do ano.

Com este relatório irei fazer uma retrospectiva de todo o processo desenvolvido ao longo do ano, para que assim, possa analisar todas as experiências, e sejam retiradas conclusões significativas e promotoras de um maior desenvolvimento das minhas competências.

Com o desenrolar do Estágio Pedagógico tomei consciência do quanto foi importante os dois primeiros semestres da minha formação académica. Assim, tive oportunidade de aplicar os conhecimentos anteriormente adquiridos, ainda assim, senti que não foram suficientes.

Este processo foi bastante importante, para a minha formação profissional, uma vez que me permitiu desenvolver as minhas competências técnicas e profissionais, enquanto professora.

O presente documento está dividido em três partes: Contextualização da prática desenvolvida, a análise reflexiva sobre a prática pedagógica e o aprofundamento do tema problema. A primeira parte, descreve as minhas expectativas e opções iniciais, as atividades desenvolvidas e todas as decisões tomadas e a sua justificação. Na segunda parte, será uma reflexão dos procedimentos que sustentaram o desenvolvimento curricular e o balanço sobre a experiência da prática pedagógica. Por último, serão desenvolvidas questões problemáticas, neste caso o problema social apresentado na turma.

## **Capítulo I – CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA DESENVOLVIDA**

O primeiro capítulo tem como base o Plano de Formação Individual (anexo 1) elaborado no início do ano, onde mencionei as minhas expectativas, as minhas fragilidades e os objetivos traçados para este ano de estágio pedagógico. Assim, poderei ter noção do trabalho desenvolvido ao longo deste processo.

### **EXPETATIVAS INICIAIS EM RELAÇÃO AO ESTÁGIO PEDAGÓGICO**

Aquando da a elaboração do meu Projeto de Formação Individual, referi que este estágio iria ser observado como uma experiência única de enriquecimento pessoal e profissional.

Após o percurso de estudante estar percorrido, no início deste ano deparo-me com uma realidade completamente diferente do que estava habituada.

Com a frequência nas aulas do Mestrado, senti que estava preparada para esta viragem, pois me tinham sido transmitidas as bases para agir no decorrer do ano letivo. No entanto, senti que tudo o que me tinha sido transmitido na Faculdade não era suficiente, tanto ao nível profissional como pessoal. Pois nesta fase inicial do estágio pedagógico o estado de ansiedade e o nervosismo estavam sempre presentes em todos os momentos. Senti que este fator emocional, apareceu devido ao meu pouco contacto com a realidade da Educação Física Escolar; que com o passar do tempo e da minha intervenção com a turma, esses fatores emocionais (ansiedade e nervosismo) foram-se diluindo acabando por desaparecer.

Como esta oportunidade de estágio, posso afirmar que todas as aprendizagens realizadas foram significativas, mais ao nível prático do que teórico, demonstrando a importância desta prática na vida docente. Com as reflexões e discussões, realizadas todas as semanas com o orientador de estágio (onde podemos expor quais são as nossas maiores dificuldades). Em grupo encontramos as melhores soluções de forma, a que o processo ensino-aprendizagem seja coerente e muito significativo na vida escolar dos alunos.

Olhando para aquele que é o meu primeiro objetivo; tive necessidade de adquirir os conhecimentos e as competências básicas necessárias para educar e instruir os alunos, de maneira a que o clima de aula fosse propício a aprendizagens. Para me sentir integrada, na atividade profissional, tentei estar presente nas atividades desportivas da Escola Infante D.Pedro. Não podendo deixar de mencionar o trabalho em cooperação com outro docente da sede de agrupamento, no apoio que lhe presenteei na lecionação da unidade didática de Dança.

No início do ano letivo, encontrava-me motivada mas com muito receio de como poderia ser a minha vivência neste estágio pedagógico. Foi um ano muito trabalhoso, mas com muitos aspetos positivos a realçar.

## **2.FRAGILIDADES INICIAIS DO DESEMPENHO**

O estágio pedagógico deve ser o elo de ligação entre os conhecimentos adquiridos na formação académica com a realidade prática.

Na minha situação, o estágio pedagógico foi uma experiência completamente nova. Durante a minha Licenciatura de Desporto e Lazer, vivi uma prática completamente diferenciada relacionada com o Fitness. Assim, o presente estágio ofereceu-me uma oportunidade, espero que não seja única, de ser professor de Educação Física do 3º Ciclo.

A minha experiência profissional neste contexto, com alunos desta idade é completamente nula, o que me assustou bastante. Mas por outro lado, achei que o facto dos alunos serem mais maduros me iria facilitar a minha intervenção, coisa que após a minha primeira aula, conclui que estava completamente enganada. Nestas idades os alunos possuem um carácter vincado, podendo criar problemas no processo ensino-aprendizagem. Podem ser causados por muitos fatores, tais como: a falta de hábitos de prática de atividade física, não gostarem de algumas modalidades desportivas. Sendo esta uma das minha fragilidades.

Outra fragilidade com que me deparei, foi a falta de confiança, tanto no momento de instrução como durante a aula, no fornecimento de feedbacks aos

alunos. Estes dois fatores mencionados anteriormente, são um suporte de empenho e desenvolvimento de forma positiva no alunos ou na turma.

### **3.OBJETIVOS DE APERFEIÇOAMENTO**

Com base nos pontos acima mencionados, irei focar as minhas atenções para melhorar o meu planeamento e intervenção pedagógica, que foram alvo de desenvolvimento no decorrer do ano letivo.

#### **3.1 Planeamento**

Segundo (Bento, 1998), “o ensino mediante planificação e análise adquire os contornos de uma atividade racional e humana, mas também liberta o professor de determinadas preocupações, ficando disponível para a vivência de cada aula como um ato criativo.” Este afirma ainda que “planeamento significa uma reflexão pormenorizada acerca da direção e do controlo do processo de ensino numa determinada disciplina, sendo pois evidente a relação estreita com a metodologia ou didática específica desta, bem como com os respetivos programas”.

Durante este ano procedi a várias formas de melhorar/aperfeiçoar o meu planeamento:

- Realizei observações das aulas dos meus colegas do Núcleo de Estágio, e também do orientador de estágio.
- Nas reuniões semanais, e no final das aulas observadas, trocávamos ideias do que foi positivo e menos positivo. Uma excelente forma para a deteção de possíveis aspetos a melhorar.
- Registrar constantemente a prestação dos alunos, de forma a acompanhar a evolução dos mesmos; conseguindo assim determinar a sequência mais lógica das aprendizagens.
- Trocar impressões com o professor orientador, no sentido de obter um maior conhecimento das suas perspetivas.

- Realizar pesquisa bibliográfica sobre o planeamento e intervenção pedagógica.

### **3.2 Intervenção Pedagógica**

- Participar ativamente nas atividades escolares.
- Melhorar a minha intervenção no que diz respeito aos ciclos de feedback.
- Ao nível da disciplina, melhorei um pouco desde o início do ano. Sendo esta turma muito problemática no comportamento, criei estratégias de modo a evitar ocorrências de comportamentos desviantes e/ou inapropriados.
- Criar dinamismo na aula, sentir que os consigo motivar e que realmente se sentem motivados, tendo em conta que existem alunos que não oferecem à disciplina o devido valor, não conscientes do quanto é importante para a sua saúde.
- Criar rotinas e hábitos saudáveis de vida, realizando exercício físico diário.
- Diferenciar as tarefas com base no nível de desempenho dos alunos durante as aulas e nos momentos avaliativos, criando grupos de nível diferenciados, com o objetivo de proporcionar sucesso aos alunos de modo a que não se sintam colocados à parte.

### **PROJETO FORMATIVO**

O meu maior objetivo para este estágio é desenvolver o meu desempenho profissional enquanto docente de Educação Física, e, como já mencionei anteriormente, é uma experiência totalmente nova. Para que conseguisse atingir este objetivo, baseei-me em todas as aprendizagens teóricas realizadas no 1º Ano de Mestrado, no meu interesse pessoal e muitas vezes no auxílio, do professor

orientador Joaquim Parracho, do meu colega com mais experiência Rui Pedrosa, não desprezando a troca de ideias que aconteciam com o Luís Vaz e a Vanessa Santos.

No início do estágio pedagógico, realizámos um Projeto de Formação Individual (PFI), documento muito importante durante o ano letivo. Documento este, que depois de todo o trabalho realizado entendo o verdadeiro valor da sua elaboração. Este Plano apresentou de uma forma detalhada, questões relacionadas com a definição, seriação, organização e conceção de elementos representativos de formação.

Como todos os processos, este não será diferente, será sempre suscetível de modificações visto que, no decorrer temporal somos submetidos a novos desafios. Assim, o PFI foi sofrendo alterações conforme as tarefas que iam surgindo.

#### **4. CARATERIZAÇÃO DAS CONDIÇÕES LOCAIS E RELAÇÃO EDUCATIVA**

##### **4.1 CARATERIZAÇÃO DA ESCOLA**

A Caracterização da Escola foi uma das primeiras tarefas realizadas no início pelo grupo de Estágio, uma vez que representa uma ferramenta essencial para o conhecimento do meio onde desenvolvemos o nosso trabalho. Ao conhecer todas as condições e espaços físicos do local de Estágio, sintome muito mais preparada para lidar com inconvenientes que possam surgir tais como mudanças climáticas, equipamentos de trabalho, entre outros. Em termos de espaços, a Escola EB 2/3 Infante D. Pedro possui um pavilhão gimnodesportivo coberto e uma sala adjacente de ginástica. Estes dois espaços estão capacitados para todas as modalidades lecionadas na Escola, sem problema de existir reduções de espaço por turma (em cada um desses espaços funciona apenas uma turma).

Por sua vez, a zona exterior, possui dois campos; um deles com piso alcatroado e outro com piso de terra e erva. O alcatroado possui um campo de futebol de 5 e dois campos de Basquetebol. O de terra e erva possui apenas um

campo de futebol de 5. Existe também uma pista alcatroada à volta dos campos de Basquetebol com pistas e uma caixa de areia para saltos.

A escola possui também duas arrecadações onde se guardam os equipamentos desportivos, bem como quatro balneários, dois dentro do pavilhão e outros dois fora dele.

#### **4.2 CARATERIZAÇÃO DO GRUPO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

O Grupo de Educação Física é composto por 9 professores, com formação inicial diferenciada, dos quais 4 constituem o Núcleo de Estágio. Assim, posso considerar que somos um grupo dinâmico e cheio de ideias, onde podemos observar na oferta do Desporto Escolar. Neste sentido, 4 professores dinamizam este trabalho de oferta desportiva no âmbito escolar.

#### **4.3 CARATERIZAÇÃO DA TURMA**

Todas as informações foram recolhidas através dos questionários biográficos (Anexo 2), aplicados no início do ano letivo (2013/2014), pela Diretora de Turma.

A turma é constituída por 21 alunos (10 elementos do género feminino e 11 do género masculino). Destes 21 alunos, existem 3 alunos inseridos no CEI, que não se encontram nas aulas com a turma, excetuando na aula de Educação Física.

Relativamente à faixa etária, apresentam idades compreendidas entre os 14 e os 17 anos e todos residentes no concelho da Figueira da Foz. Sendo 11 alunos residentes em Buarcos, e os restantes pertencentes a povoações pertencentes ao concelho. No que respeita ao grau parentesco dos Encarregados de Educação (EE), são maioritariamente a mãe (13), 5 em que são o pai e 3 que têm outros familiares.

Para que a vida escolar e social dos alunos decorra sem contratempos é fundamental que cresçam num desenvolvimento emocional e familiar estável. Onde, é importante referir que 13 dos 21 alunos se encontram numa família tradicional

(pais e filhos), havendo também casos de famílias monoparentais (5), famílias reorganizadas (1) e alunos que vivem com familiares (2).

Contudo, 16 alunos consideram que vivem num ambiente familiar muito bom e 5 alunos que consideram bom.

No ano letivo transato (2012/2013), 19 dos alunos frequentaram a presente escola, tendo 1 aluno sido transferido do Instituto D.João V no Louriçal e 1 aluno Transferido do Colégio de Quaios (este aluno já tinha frequentado a presente escola, tendo-se ausentado apenas um ano letivo). Nesta turma, 18 alunos frequentaram o ensino pré-escola. Em relação às retenções 3 alunos reprovaram no 1º ciclo, 6 no 2º e 3º ciclo.

Quanto ao interesse dos alunos pelos estudos, 19 alunos mencionaram que se só dependesse deles continuavam a estudar, tendo 2 alunos mostrado um completo desinteresse.

Nas disciplinas preferidas dos alunos mencionam a Educação Física e as Ciências Naturais (9 alunos), seguida de Francês com 5 alunos. As disciplinas que menos agradam aos alunos são: Matemática (12 alunos) seguida de Inglês (8 alunos). No entanto, quando questionados os vários alunos escolheram mais do que uma disciplina preferida.

## **Capítulo II – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA**

Sendo o docente, uma profissão onde a reflexão está sempre presente, desde o início do estágio pedagógico mantive a preocupação e importância de garantir que todos os meus objetivos fossem atingidos. Assim como, nas minhas ações, realizei uma reflexão de todas as minhas tomadas de decisão, para perceber se realmente seriam ou não acertadas.

Esta capacidade ao longo do Estágio foi-se desenvolvendo, o que levou a uma melhoria das aprendizagens dos alunos, consequência de um trabalho de análise e reflexão tanto minha, como dos meus colegas de estágio e do professor orientador.

## 2.1 Planeamento

*Segundo (Bento, 1998), “uma reflexão pormenorizada acerca da duração e do controlo do processo de ensino numa determinada disciplina”.*

A essência do ensino não permite que as ações pedagógicas sejam planeadas isoladamente, de aula para aula, partindo de fragmentos de processos de formação de capacidades e habilidades, processos de aquisição de conhecimentos, processos de educação e de desenvolvimento da personalidade dos alunos. No ensino deve traçar-se um plano global, integral e realista da intervenção educativa para um amplo período de tempo – Plano Anual. É a partir dele que se definem e estipulam os momentos chave. Assim, torna-se fundamental a conceção do planeamento e da preparação do ensino, partindo do contributo da disciplina de Educação Física para o objetivo geral da educação, passando por uma adequada coerência entre este, as Unidades Didáticas e/ou Unidades Temáticas e, por fim, os Planos de Aulas.

### 2.1.1 Plano Anual

“A elaboração do Plano anual constitui o primeiro passo do planeamento e preparação de ensino e traduz, sobretudo, uma compreensão e domínio aprofundado dos objetivos de desenvolvimento da personalidade, bem como reflexões e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano letivo” (Bento, 1998).

O Plano Anual é um instrumento Didático-Metodológico fundamental para que o processo Ensino-Aprendizagem se desenvolva e concretize, pois trata-se, de um documento orientador que permite ao Professor uma melhor articulação entre as partes que o constituem, uma vez que o desempenho, a nível motor e cognitivo, de cada aluno é diferente, o que se traduzirá em aprendizagens diferentes, condicionando, deste modo, o processo de aprendizagem. Um dos principais objetivos deste documento é proceder à elaboração da caracterização e contextualização das características do meio envolvente, da escola e da turma, de

modo a possibilitar conhecer os hábitos e costumes de cada aluno, facilitando a interação entre professor e aluno.

Este processo foi um pouco diferente para nós, uma vez que o Plano Anual foi definido e organizado pelo nosso orientador antes da nossa chegada à escola, para a realização do estágio pedagógico. Assim, o orientador de estágio apenas nos explicou como tinha procedido no que se refere à caracterização do meio, da escola e da comunidade educativa, a análise reflexiva do Programa Nacional de Educação Física, o conhecimento do modo de funcionamento e organização da disciplina de Educação Física, os recursos disponíveis, a definição dos objetivos anuais e a seleção e distribuição das matérias no tempo foram orientadas e explicadas minuciosamente pelo Professor Joaquim Parracho. Por sua vez, a caracterização da turma foi auxiliada por um questionário realizado no início do ano, a diferenciação do processo de ensino aprendizagem foi definido pelo Núcleo de Estágio, as estratégias e metodologias de ensino e a definição dos sistemas de avaliação (tipos de avaliação, critérios e instrumentos de avaliação), foram intervenção direta do núcleo de estágio. Podendo este, estar sempre recetivo a alterações, pois, a cada dia, sabemos mais e podemos fazer melhor.

### **2.1.2 Unidades Didáticas**

“As unidades temáticas ou didáticas, ou ainda de matéria, são partes essenciais do programa da disciplina. Constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem” (Bento, 1998).

De acordo com o programa escolar e com as possibilidades espaciais e materiais da escola, procedemos à planificação e elaboração das Unidades Didáticas, estruturas que nos iriam servir como um documento orientador da prática pedagógica ao longo de todo o ano.

Em cada uma das Unidades Didáticas (UDs) realizou-se um breve enquadramento da modalidade e foram definidos objetivos terminais em três níveis:

cognitivo, sócio afetivo e psicomotor. A fase final da construção da UD comportou a estruturação da avaliação e definição dos seus critérios.

Durante a sua elaboração tivemos em consideração aspetos fundamentais, tais como: os recursos materiais, espaciais, temporais e a adequação dos conteúdos ao nível e ano de escolaridade dos alunos. Foi dada também uma grande atenção à definição da extensão e sequência dos conteúdos a abordar, assim como, dos objetivos a atingir, no sentido de realizar uma planificação exequível, com resultados visíveis em termos práticos.

As UD's revelaram-se bastante completas e de fácil compreensão, facilitando o planeamento das aulas, uma vez que todos os aspetos a serem referidos no plano de aula se encontravam contemplados neste documento de apoio. Sempre que tive alguma dúvida, na maioria dos casos, a consulta da UD mostrou-se suficiente para obter um esclarecimento.

As situações de aprendizagem enquadradas nas UD's incluíram exercícios analíticos, exercícios dinâmicos, situações de jogo reduzido, formas jogadas e jogo condicionado, sempre que possível com respetiva representação gráfica através de um desenho.

No final de cada UD, foi realizado o respetivo balanço individual.

### **2.1.3 PLANO DE AULA**

A última etapa do planeamento foi a elaboração dos planos de aula, porque estes constituem a unidade básica do planeamento. Inicialmente foi definido, em conjunto, um modelo (Anexo 3) a utilizar por mim e pelos meus colegas. Posteriormente este modelo foi apresentado ao Orientador e aceite.

Na primeira visita do Supervisor Dr. Luís Rama, apresentámos os planos de aula, onde ele também colaborou na sua melhoria. Mencionou que preferia exercícios adequados e de fácil compreensão da sua função, em detrimento dos esquemas para os exercícios, que por norma fazem com que os alunos desperdicem

muito tempo a elaborar esquemas de fácil compreensão. Desta forma o professor supervisor pediu-nos para nos focarmos na escolha e fundamentação dos exercícios.

Tendo em consideração todas as partes da aula e conseqüentemente do plano de aula (Parte Inicial, Parte Fundamental e Parte Final), e após algumas experiências e reflexões no que diz respeito à duração das aulas (50 e 100 minutos), temos que ter em consideração os seguintes aspetos:

- Parte Inicial: “Esta não deve ser entendida apenas como um «aquecimento», mas sim inerentes à preocupação de criar uma situação pedagógica, psicológica e fisiológica, favorável à realização da função principal da aula” (Bento, 1998)
- Parte Fundamental: “a estrutura desta parte da aula poder ser relativamente simples, quando o conteúdo o permite; é o caso de um pequeno jogo. Mais complicada é a estrutura quando ela se subdivide em várias componentes, determinadas pelo número de tarefas. É este o caso mais típico, englobando uma combinação de várias tarefas e locais de exercitação” (Bento, 1998). No meu caso, a primeira forma de parte fundamental apresentada acontecia nas aulas de 50’ e a segunda na aula de 100’.
- Parte Final: “a parte final é organizada, tanto sob o ponto de vista fisiológico (retorno do organismo à proximidade dos valores iniciais)” (Bento, 1998).

No decorrer do ano letivo, principalmente no 1º período, os planos de aula sofreram algumas modificações em que foram progressivamente ajustadas todas as características do plano de aula à realidade verificada nas aulas. No início colocava muitos critérios de êxito, era muito extenso, até que o orientador foi dizendo que deveríamos colocar no plano de aula aquilo que conseguiríamos observar e não todas as componentes críticas dos exercícios.

Devo confessar que com a realização dos primeiros planos de aula, fiquei um pouco assustada, pois perdia demasiado tempo na sua construção. Com decorrer do tempo, esta tarefa, tornou-se mais fácil, no entanto, procurava sempre estudar bem

o plano de aula, assim como, também procurava informarme sobre a modalidade que estava abordar, pois é fundamental dominar as matérias para lecionar aulas com qualidade, que possibilitem a evolução dos alunos.

No final de cada plano de aula, foi realizado um relatório da aula, que serviu essencialmente para avaliar a forma como tinha decorrido a aula e deixar sugestões para as próximas.

O plano de aula serviu como um guia no processo de ensino, como unidade básica que é. No entanto, em algumas aulas havia a necessidade de ajustamento, pois, por vezes, os exercícios revelavam-se inadaptados para o momento. Era com este intuito que o relatório de aula foi sempre um processo de capital importância, obrigando-nos a refletir acerca da aula.

## **2.2 TÉCNICAS DE INSTRUÇÃO (Sarmiento P. , 1998)**

A instrução é um dos aspetos mais importantes da aula, no que diz respeito à apresentação da tarefa a realizar, isto é, as explicações detalhadas da atividade motora a realizar.

Assim, o momento da instrução não deve ser improvisado pelo professor; devem ser planeadas e pensadas as suas preleções antes de as levar à prática.

No entanto, em cada um dos momentos da aula, o professor deve preocupar-se com a qualidade de conteúdo e com o momento de transmissão da informação, isto é, por um lado, atingir um conjunto de objetivos relativamente ao que efetivamente diz aos alunos e por outro deve atender à forma ou condições em que efetua a preleção.

Assim, interessa conhecer os fatores relevantes da transmissão da informação:

- Informa sobre o conteúdo: Identifica o contexto, define objetivos, apresenta modelos.

- Promove tarefas de aprendizagem: apresenta as tarefas, apresenta condições de realização e critérios de êxito, questiona e reformula a informação caso necessário.
- Final: revê os conteúdos, questiona, solicita opinião e motiva para a aula seguinte.

No início do ano, a estruturação das informações iniciais e conclusão da aula, apesar de serem feitas com bastante preocupação, não se revelam ricas em informação e consumiam algum tempo de aula.

Para colmatar esta dificuldade, passei a estruturar melhor a informação inicial e final, focalizando apenas os objetivos principais/fundamentais da aula e fazendo a ponte com a aula anterior através do questionamento aos alunos.

Quanto aos períodos de instrução durante a aula, por vezes alongava-me um pouco no tempo, sobretudo, quando introduzia um novo conteúdo. Quando era para explicar as tarefas da aula, normalmente, não perdia muito tempo.

Apesar de tudo, não tenho dúvidas que evolui bastante neste capítulo, ao longo do ano. De uma forma geral, consegui passar a informação (procurei ser audível e utilizar uma linguagem simples e adequada), bem como introduzir momentos de paragem da aula para lembrar objetivos e redirecionar os alunos nas tarefas. A qualidade da informação transmitida, foi onde notei mais melhorias, pois cada vez estava mais à vontade, e com o domínio das matérias fui-me sentindo cada vez mais segura.

Para além disso, a implementação de algumas rotinas levou a uma maior compreensão da mensagem por parte dos alunos, economizando tempo. O recurso à demonstração, ou por mim, ou por alunos que dominavam a matéria em questão foi muito importante, para melhor compreenderem determinados conteúdos e/ou tarefas. No início apenas recorria à demonstração, quando introduzia novos conteúdos ou na apresentação das tarefas, numa fase posterior, muitas vezes realizava correções demonstrando aos alunos como deviam fazer. Segundo Bento 1998, “o sistema é de fácil aplicação fornecendo informação útil.... Apresenta validade de conteúdo e a sua aprendizagem é relativamente rápida.”

Na condução da aula, o posicionamento, o estruturamento da mensagem para os vários níveis de alunos e a clarificação dos comportamentos visados, foi uma das maiores batalhas que tive, mas penso ter vencido. No início, o principal problema foi a forma como introduzir todas as componentes críticas de cada gesto, pois pensava que teria de referir todas. No entanto, comecei a aperceber-me que esta estratégia não era nada benéfica para os alunos. Posteriormente, optei por uma estratégia de demonstração, focando depois as componentes fundamentais para cada gesto. Esta será a melhor estratégia, uma vez que a maioria dos alunos consegue visualizar cada gesto. Assim, a atenção em aspetos fulcrais do movimento torna-se mais vantajosa do que administrar quantidades de componentes críticas que os alunos esquecem no momento.

Segundo Bento 1998, o feedback pedagógico tem como objectivo: “estudar a reacção do comportamento do Professor à prestação motora dos alunos permitindo uma análise quantitativa e estrutural (multidimensional) da utilização deste comportamento por parte dos professores...”

No que diz respeito aos feedbacks, penso que tanto a frequência, como a pertinência foram melhorando ao longo das aulas, muito por mérito dos meus orientadores. No início do estágio, foi talvez, onde senti mais dificuldades, porque em algumas aulas, que estavam bem organizadas, faltava mais interação com os alunos, tinha de ser mais participativa, no sentido de os corrigir.

Depois de atingir uma frequência de feedbacks que permitisse o desenvolvimento dos alunos, tive uma atenção especial em verificar se os feedbacks tiveram ou não o efeito pretendido, fechando, dessa forma, o “ciclo de feedbacks”. Esta tarefa, só foi alcançada numa fase mais adiantada do estágio, contudo, fiquei bastante feliz, por ter chegado a esse nível.

Outra preocupação com que me deparei e que evoluiu durante o ano foi a atenção dada aos alunos. Inicialmente queria distribuir os feedbacks de igual forma por todos eles. Contudo, com o decorrer do tempo comecei a conseguir concentrar mais a atenção para os alunos com maiores dificuldades, motivando-os para a prática, sem ignorar aqueles que tinham um nível superior.

## 2.3 GESTÃO PEDAGÓGICA

(Siedentop D.,1983) refere-se à dimensão da gestão como um comportamento do professor que produz elevados índices de envolvimento dos alunos nas atividades da aula, e a redução de maus comportamentos dos alunos que possam interferir no trabalho do professor ou de outros alunos, e um uso do tempo de aula de forma eficaz. Assim, enquanto elemento do processo de ensino-aprendizagem o professor tem de dominar um conjunto de técnicas de intervenção pedagógica que promovam esses índices de envolvimento da turma, uma vez que esta dimensão visa o desenvolvimento da competência na gestão do tempo e organização da sessão de ensino, bem como as suas transições entre tarefas.

Assim, sabemos que os ganhos de aprendizagem estão intimamente dependentes do tempo de atividade motora passada em atividades específicas (Siedentop D., 1983), pelo que tem sentido que se aproveite judiciousa e racionalmente os tempos disponíveis para as atividades planeadas, de tal modo que se retire delas o máximo proveito.

As maiores dificuldades a este nível situaram-se no início do ano letivo, já que não tinha um conhecimento muito aprofundado da dinâmica da aula. Todavia, tentei cumprir os tempos de entrada e saída da aula, estipulados pelo departamento de Educação Física no início do ano letivo.

Uma das minhas grandes preocupações na criação de planos de aula, sempre foi o proporcionar grande tempo de empenhamento motor e potencial de aprendizagem nos alunos. Preocupei-me desde o início do ano em encontrar estratégias para possibilitar transições fluentes, sem consumir tempo de aula.

Também criar poucos episódios de organização, ter em conta os princípios de segurança dos alunos e a existência de uma sequência lógica entre os exercícios, foram pontos com que sempre tive que lidar no planeamento de cada aula e, mesmo em cada aula. A criação de rotinas contribuiu decisivamente para rentabilizar melhor o tempo de aula.

Inicialmente senti algumas dificuldades na organização dos exercícios, mas com um conhecimento mais aprofundado dos alunos e com o seu controlo da turma,

esta tarefa tornou-se mais fácil. As transições também evoluíram com o tempo. Este foi realmente um ponto aliciante e que gostei de desenvolver/resolver.

### **2.3.1 CLIMA RELACIONAL/DISCIPLINA**

Estes dois temas estão intimamente relacionados.

O controlo da turma, passa necessariamente, por uma eficaz ordenação das relações interpessoais, isto é, por um conjunto de condições relacionais que intensifiquem a manutenção dos comportamentos apropriados, fácil se torna entender que estes dois temas incluam os aspetos da forma de estar e da interação dentro da turma.

Segundo (Sarmiento P., 1998), a disciplina assume aspetos importantes não só no sentido de evolução normal mas também no que respeita ao controlo emocional em situações que exigem autoconfiança, persistência, tolerância e frustração.

Penso que consegui atingir os objetivos pretendidos, que era manter os alunos controlados e motivados, apesar de no início ter sentido algumas dificuldades. Penso que apresentei uma grande evolução neste ponto fundamental, que pode condicionar bastante a atividade de um professor, caso não se tenha controlo sobre os alunos.

A turma C do 9º ano, no início era muito irrequieta, logo procurei ser mais rígida e menos tolerante com estes alunos, acabando por os conseguir cativar para as aulas.

Assim sendo, com o decorrer do ano, pude constatar que as estratégias resultaram, uma vez que consegui manter os alunos controlados, não testemunhando casos de indisciplina, e criando uma relação professor – aluno bastante agradável na aula e fora da mesma.

Com a turma controlada, notei que o clima das aulas era bastante positivo, em que os alunos eram frequentemente encorajados e salientadas as boas prestações.

### **2.3.2 DECISÕES DE AJUSTAMENTO**

Segundo (Bento, 1998), a reflexão posterior sobre a aula constitui a base para o reajustamento na planificação das próximas aulas (...)."

De acordo com Bento, algumas decisões de ajustamento aos planos de aula e às Unidades didáticas acontecem com a análise do decorrer da aula, mesmo assim, com a opinião ou aconselhamento do Professor orientador e dos colegas de estágio.

Uma das tarefas a realizar por cada profissional, após a aula, será a sua reflexão sobre o decorrido. O que por vezes faz com que tenhamos percebido o que foi bem conseguido ou não, evitando assim, que voltem a acontecer os mesmos erros.

Este ponto foi muito trabalhoso e difícil, pelo facto de termos de analisar, refletir, autocriticar e ouvir a opinião de outros professores. Tentei sempre ir melhorando de aula para aula, colocando em prática sugestões/ conselhos dos meus colegas.

### **2.4 AVALIAÇÃO (Ribeiro, 1999)**

"A avaliação é uma operação descritiva e informativa nos meios que emprega, formativa na intenção que lhe preside e independente face à classificação."

(Abrantes, 2000) "(...) a avaliação envolve interpretação, reflexão, informação e decisão sobre os processos de ensino e aprendizagem, tendo como principal função ajudar a promover e melhorar a formação dos alunos (...)"

A avaliação acompanha o progresso do aluno, no seu percurso de aprendizagem, identificado o que já foi adquirido e o que tem mais dificuldades, tentando assim encontrar as melhores soluções.

#### **2.4.1 AVALIAÇÃO DIAGNÓSTICA**

A avaliação diagnóstica pretende averiguar da posição do aluno face a novas aprendizagens que lhes vão ser propostas e aprendizagens anteriores que servem de base àquelas, no sentido de obviar a dificuldades futuras e, em certos casos, de resolver situações presentes. Esta é fundamental, ser utilizada no início de novas

aprendizagens, sejam elas unidades didáticas ou mesmo unidades de todo um ano. Segundo (Ribeiro, 1999) é incorreto afirmar-se “que a avaliação diagnóstica se aplica no início do ano letivo”. Este momento pode ter lugar em qualquer altura do período ou até próximo do final do ano letivo, pois, caso exista início a uma nova Unidade didática deve acontecer.

No meu caso específico, posso afirmar que a avaliação inicial serviu como uma linha orientadora de toda a organização deste processo complexo que é o ensino (Anexo 4).

#### **2.4.2 AVALIAÇÃO FORMATIVA**

Para Landsheere (1979, p.225) citado por (Sarmiento P., 2003), “a avaliação formativa tem por único fim reconhecer onde e quê o aluno sente dificuldade e procurar informá-lo. Esta avaliação não se traduz em nota, nem muito menos em “scores”. Trata-se de um “feedback” para o aluno e para o professor”.

Hadji (1994, pp 63-64) citado por (Sarmiento P. , 2003), “tem por objetivo contribuir para melhorar a aprendizagem em curso, informando o professor sobre as condições em que está a decorrer essa aprendizagem, e instruindo o aprendente sobre o seu próprio percurso, os seus êxitos e as suas dificuldades”.

Como se pode observar nestas duas definições, ambas observam a avaliação formativa como um instrumento para detetar dificuldades e os êxitos dos alunos no decorrer do processo de ensino.

A recolha dos dados foi realizada ao longo das unidades didáticas e as reflexões efetuadas sobre as aulas, auxiliaram as decisões de ajustamento, fazendo assim com que a avaliação formativa mais rigorosa, tendo por isso os alunos posteriormente tarefas adequadas às suas necessidades (anexo 5).

#### **2.4.3 AVALIAÇÃO SUMATIVA**

Segundo (Ribeiro, 1999), a avaliação sumativa pretende ajuizar do progresso realizado pelo aluno no final de uma unidade de aprendizagem, no sentido de aferir resultados já recolhidos por avaliações do tipo formativo e obter indicadores que

permitam aperfeiçoar o processo de ensino. Esta corresponde a um balanço final, uma visão de conjunto relativamente a um todo.

A avaliação sumativa foi realizada no final de cada Unidade didática (2 ou 3 aulas reservadas para a observação dos alunos) para confirmar os dados recolhidos na avaliação. Tive a preocupação de realizar aulas de avaliação que me permitissem avaliar ao mesmo que proporcionava aos alunos mais uma oportunidade de aprender.

Assim, avaliar não traduz apenas um modo de classificar, uma vez que, para haver classificação, terá de existir uma avaliação prévia. No entanto, poderá ocorrer uma avaliação sem qualquer classificação.

Para traduzir a avaliação numa classificação teremos que utilizar os diversos tipos de avaliação. E é na avaliação sumativa, que se retiram, muitas vezes, as dúvidas que temos em relação a cada aluno (anexo 6).

### **2.3.4 CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO**

Os critérios de avaliação foram definidos de acordo com o Grupo de Educação Física da Escola, de forma a serem uniformizados a todo o universo escolar. Estes foram especificados em função dos domínios de desempenho referentes ao domínio psicomotor (60%), cognitivo (20%) e sócio afetivo (20%).

### **2.4 INOVAÇÃO DAS PRÁTICAS PEDAGÓGICAS**

Para melhorar quantitativamente a ação educativa, o professor deve criar novas situações de aprendizagem, e novos desafios, de uma forma consciente e positiva para os alunos.

Deste modo, a maior inovação de prática pedagógica cinge-se à mudança da unidade didática de ginástica de solo e aparelhos para a ginástica acrobática. No seu planeamento decidi, utilizar imagens/esquemas com todos os elementos gímnicos, de forma, a que assim os alunos pudessem passar à sua reprodução.

Tomei a decisão de o decorrer da UD, fosse de forma diferenciada de todas as outras lecionadas. Nesta, os alunos trabalharam autonomamente. Com esta opção de ginástica acrobática, consegui colocar toda a turma a realizar aula.

Para esta UD, forneci um documento de apoio, bem como enviei um e-mail com material de vídeo para que assim pudessem observar novos esquemas e formas de apresentação da coreografia.

Esta escolha foi muito positiva, mesmo para o meu tema problema, consegui que a turma funcionasse sem ser por género e que o seu envolvimento social aumentasse.

Inicialmente pelo facto de ter dito aos alunos, que trabalhavam de forma autónoma, sentiram-se um pouco apreensivos, tendo por vezes tido de os chamar a atenção de que estavam distraídos.

Talvez por ser uma modalidade nova para todos os alunos, aí o desempenho e motivação foram bastante bons. O desenvolvimento individual foi bastante visível, tanto na sua formação pessoal como em cooperação e colaboração com os colegas.

Os alunos que tiveram melhores notas, foram também aqueles que senti na verdade que se estavam a empenhar em todas as aulas.

No que diz respeito ao meu desempenho ao longo da Unidade Didática, penso que, de uma forma geral foi bom, mas respondi com alguns erros, às dificuldades que foram aparecendo.

Penso que esta turma teve um bom tempo de exercitação dos elementos técnicos (18 tempos); contudo, se os alunos tivessem seguido as minhas instruções de pesquisa em casa, poderia ter realizado um trabalho bem mais produtivo.

No que diz respeito à avaliação, os alunos apresentaram aos professores da turma, 2 esquemas em pares e 2 esquemas em quadras, tendo em consideração os elementos de ligação.

Em suma, a inovação da prática pedagógica é um processo muito positivo na formação contínua dos alunos e dos professores, pois proporciona novas experiências e uma melhoria no desenvolvimento do processo ensino-aprendizagem.

### **3. DIFICULDADES E NECESSIDADES DE FORMAÇÃO**

#### **3.1 DIFICULDADES SENTIDAS E FORMAS DE RESOLUÇÃO**

Durante o estágio pedagógico, foram surgindo dificuldades a vários níveis.

- Planeamento – surgiram-me dúvidas na definição de objetivos e da seleção dos conteúdos e das tarefas a realizar, pois numa fase inicial senti que não tinha conhecimento das necessidades dos alunos.

- Feedbacks - A minha reduzida experiência de lecionação levou a que, no princípio, apresentasse grandes dificuldades neste aspeto, transmitindo alguns feedbacks mas poucos ou mesmo nenhuns ciclos de feedbacks. Penso que tanto a frequência, como a pertinência foram melhorando ao longo das aulas, muito por mérito dos meus orientadores e colegas de estágio. Depois de atingir uma frequência de feedbacks que permitisse o desenvolvimento dos alunos, tive uma atenção especial em verificar se os feedbacks tiveram ou não o efeito pretendido, fechando, dessa forma, o ciclo de feedbacks.

- Clima/disciplina – Senti muita dificuldade em controlar o comportamento dos alunos. O grande problema desta turma é que não existe um episódio de comportamento desviante, mas sim, alunos que se encontram com essa atitude a aula toda.

- Avaliação – inicialmente apresentei muita dificuldade no preenchimento das grelhas de avaliação. Desta forma, realizei a minha ficha de avaliação formativa e posteriormente à aula, realizei a avaliação.

### **3.2 COMPONENTE ÉTICO-PROFISSIONAL**

Após a minha licenciatura, envolvi-me logo em projetos profissionais, aos quais me entreguei e tentei aprender e realizar o melhor trabalho possível. O mestrado e neste caso, o Estágio Pedagógico não foram exceção.

Por vezes, a minha atividade profissional fora da escola, dificultava alguns compromissos com os meus colegas do Núcleo de Estágio, mas ainda assim, considero-me um exemplo. Mesmo trabalhando todos os dias até tarde, era muito pontual, assídua nas minhas aulas e nas observações dos meus colegas, disponibilidade, respeito e valores sociais.

Tentei manter-me presente na vida escolar dos meus alunos. Percebendo o seu envolvimento pessoal e social e a sua relação com o meio escolar. Além de tentar estar presente na vida da turma, fiz o mesmo com o grupo de educação física e com o núcleo de estágio.

É importante lembrar os momentos de reflexão tanto com o orientador como com o supervisor, que se revelam indispensáveis num trabalho em equipa, e a ajuda para o meu desenvolvimento enquanto futura professora.

### **3.4 DIFICULDADES DO DECORRER DO ESTÁGIO**

Ao longo deste processo, o estágio pedagógico, senti muitas dificuldades ao nível da minha Intervenção Pedagógica, mas que me fizeram esforçar e trabalhar para que fosse melhorando de dia para dia.

No decorrer deste ano acabei por prescindir de formação ao nível do Fitness, para que conseguisse dedicar-me ao estágio.

Uma dificuldade e se não a maior, prendeu-se com a pouca motivação dos alunos e desinteresse por parte dos alunos e dos Encarregados de Educação, na importância das aulas de Educação Física. Tentei nas minhas aulas, realizar momentos com exercícios de fácil assimilação de forma a que pudessem realizá-los em casa.

## **4. CONCLUSÕES REFERENTES À FORMAÇÃO INICIAL**

### **4.1 IMPACTO DO ESTÁGIO NA REALIDADE DO CONTEXTO ESCOLAR**

É de salientar que este ano letivo, fez com que eu e os meus colegas passássemos por um ano enquanto docente de Educação Física, espero que seja o primeiro de muitos.

No que diz respeito ao estágio no seu todo, considero muito positivo. O facto de termos uma turma para cada estagiário fez com que sentíssemos as dificuldades de um professor. Ao nível da Organização e Gestão Escolar, com o processo de assessoria ao Diretor de Turma que nos foi atribuída.

Considero a experiência de acompanhamento do DT extremamente positiva, pois penso ter adquirido os principais conhecimentos e competências inerentes a este cargo, que me permitirão no futuro, vir a desempenhar com mais segurança e eficácia as funções de DT. Posso dizer que o trabalho desenvolvido foi muito enriquecedor, uma vez que me permitiu conhecer melhor a realidade escolar, possibilitando um contacto prático com as funções do Diretor de Turma e a sua interação dinâmica entre alunos, professores e encarregados de educação. Para além de ficar a conhecer as atividades do DT, também foi importante no sentido de conhecer o modo de funcionamento interno da escola, a realidade administrativa, as ligações e interações entre pessoas que ocupam vários cargos importantes, e acima de tudo conhecer e recolher muita experiência prática daqueles que a ocupam, e que sabem como ninguém qual a dinâmica de funcionamento do conjunto de cargos que constitui a escola.

Relativamente ao “Torneio da Páscoa”, apesar de não ser a primeira opção do núcleo de estágio, considero que foi uma atividade com grande êxito. Os feedbacks dos alunos, funcionários, professores e dos Encarregados de Educação foram muito positivas. A manhã, apesar das condições climatéricas não serem muito favoráveis à atividade, correu bastante bem.

No trabalho efetuado pelo Núcleo de Estágio junto do Gabinete dos alunos com Necessidades Especiais – Autismo da Escola Infante D. Pedro, foi sugerido no

início do ano pelo orientador. Decidi aceitá-lo para que pudesse ter uma experiência diferente, consciente que teria de estudar e planear bem os encontros com estas crianças. Foi um verdadeiro desafio, mas na verdade foi um trabalho muito enriquecedor tanto para mim como para o meu colega de estágio Rui Pedrosa, pelas atitudes dos meninos junto de nós.

A pedido de um colega do Departamento, e sabendo que eu estou ligada à dança e aos ginásios, pediu-me apoio numa turma de 12º ano da escola sede de agrupamento, apoio esse que aceitei sem hesitar. Durante mais ou menos 2 meses, todas as semanas me deslocava à Escola Bernardino Machado, para lecionar uma aula de Zumba Fitness, de maneira a que estes alunos pudessem passar por vários estilos de dança latina. Gostei muito, as alunas eram muito queridas e as suas atitudes eram muito enriquecedoras durante a aula.

Ao nível do Estágio Pedagógico, a que se refere grande parte deste relatório final, é de referir que gostei muito de toda a envolvência: ao nível dos professores, dos funcionários e dos alunos, fomos muito bem recebidos e muito respeitados. Penso que conseguimos deixar alguma “marca” no meio escolar.

#### **4.2 EXPERIÊNCIA PESSOAL E PROFISSIONAL DO ANO DE ESTÁGIO**

Em termos de aprendizagem sinto que aprendi bastante, não apenas no que diz respeito à lecionação, mas em relação a todo o trabalho que pode ser realizado por um profissional de Educação Física. Mais concretamente, no que diz respeito ao ato de lecionar, com o final do estágio, sinto-me preparada e acima de tudo com muita vontade para desempenhar o cargo de professor de Educação Física. Através do estágio pedagógico, assim como ao longo do curso, apercebi-me de que é realmente esta a profissão que ambiciono para o meu futuro.

Para além de toda a aprendizagem efetuada, também tive a oportunidade de estabelecer novos contactos, conhecer pessoas novas, o que também considero muito importante. Ao longo do ano estabeleci relações com o pessoal docente e funcionários da escola que deixarão muitas recordações.

Foi um ano bastante produtivo, contudo, espero que toda a aprendizagem efetuada, no estágio, assim como no decorrer do curso, constitua apenas o ponto de partida para a minha formação. Estamos sempre a aprender, pelo que espero enriquecer a cada dia, os meus conhecimentos, para que possam ser aplicados no processo Ensino – Aprendizagem com eficiência e eficácia, de modo a conseguir uma boa formação motora, cognitiva e social dos alunos. Também tenciono, contribuir, para a promoção de hábitos de vida saudáveis através da prática de atividade física e da inclusão de comportamentos que permitam a melhoria do bem-estar dos alunos, crianças e população em geral.

### **CAPITULO III – APROFUNDAMENTO DO TEMA - ANÁLISE SOCIOMÉTRICA DA TURMA DO 9ºC**

#### **INTRODUÇÃO**

A presente análise está inserida no meu estudo de caso, no Estágio Pedagógico do Mestrado em Ensino da Educação Física dos Ensinos Básico e Secundário, no presente ano letivo 2013/2014.

As dinâmicas de grupo e as técnicas sociométricas, têm vindo a tornarse ao longo dos tempos um instrumento útil para o conhecimento das relações interpessoais, grupais e intergrupais no seio de um grupo.

O conhecimento das relações interpessoais, da posição social que cada aluno ocupa dentro da turma, tem-se revelado uma estratégia importante para o estudo da turma.

O interesse pelo estudo dos grupos é a constatação de que os indivíduos se comportam diferentemente consoante se encontrem isolados ou integrados em qualquer tipo de grupo, sendo que uma das principais determinantes do comportamento público de qualquer pessoa é o tipo de grupo em que está integrado.

No âmbito da teia de relações sócio afetivas que se desenvolvem na turma destaca-se, para além de uma estrutura formal, própria da instituição, que estabelece os papéis de cada indivíduo, uma estrutura informal. Esta é normalmente abordada pela linha metodológica da sociometria, introduzida por Jacob Moreno e

também conhecida por técnica da dinâmica de grupos. Num sentido restrito, a sociometria consiste no estudo da organização e evolução dos grupos e da posição que neles ocupam os indivíduos, independentemente da estrutura interna de cada um (Moreno, 1962).

Deste modo, este documento diz respeito à aplicação de um teste sociométrico na turma C do 9º Ano, na Escola Básica Infante D.Pedro, com o objetivo de completar o estudo de turma já iniciado.

É neste contexto que pretendo, através da realização deste estudo, caracterizar as relações existentes entre os alunos que compõem o grupo/turma. Utilizando como principal instrumento um teste sociométrico, e procurando recolher informações adicionais, tentarei fazer uma análise da situação que me permita encontrar soluções para os problemas detetados.

Para o professor de Educação Física este estudo é fundamental, uma vez que é importante que este conheça as afinidades de simpatia e antipatia dentro da turma, para que no momento da formação de grupos de trabalho não surjam atritos. Apesar do teste não nos permitir chegar a um conhecimento profundo acerca do comportamento social do aluno, ele é importante no que diz respeito à identificação das amizades entre os elementos constitutivos turma, além de nos indicar ainda os alunos rejeitados no seu seio e quais os que têm perfil de líderes.

O princípio fundamental que sustenta a sociometria é o de que os processos de interação dentro da sala de aula são marcados pela popularidade que os membros têm no grupo. Consoante as escolhas e rejeições feitas pelos demais em relação a um sujeito, podemos distinguir em cada grupo turma três tipos sociométricos:

- Alunos populares: escolhidos pela maioria dos colegas;
- Alunos ignorados/isolados: aqueles que ninguém (ou quase ninguém) escolhe e que passam despercebidos;
- Alunos rejeitados ou impopulares.

Tendo como principal objetivo a avaliação da estrutura social e afetiva do grupo turma, este tipo de testes possibilitam ainda:

- Conhecer o nível de aceitação de cada um dos alunos (posição sociométrica);
- Avaliar a coesão entre os membros do grupo turma, como por exemplo, se estão bem integrados ou se tendem a organizar-se em pequenos grupos isolados uns dos outros; quem são os melhores amigos de quem;
- Identificar os alunos alvo de uma rejeição especial pelos outros;
- Identificar os líderes do grupo;
- Identificar os elementos ignorados/isolados, que não são escolhidos por nenhum grupo.

Este trabalho será organizado da seguinte forma: em primeiro lugar será aplicado o teste na turma; posteriormente serão analisados os resultados dos testes e elaboradas as matrizes e os sociogramas e, por fim, será feita uma análise dos resultados obtidos, assim como uma síntese das preferências e rejeições emitidas e recebidas pelos alunos.

Para uma melhor leitura dos resultados serão ainda identificados os subgrupos existentes na turma.

### **ORGANIZAÇÃO DE UM TESTE SOCIOMÉTRICO (Weld, 1976)**

Um teste sociométrico dá a todos e a cada um dos elementos dum grupo a oportunidade de nos dizer com quem gosta de brincar, trabalhar ou estar em determinada situação. Um teste tipo pode ter várias formas. No entanto, todos os tipos de testes sociométricos têm uma coisa em comum: todos pedem a cada um dos indivíduos de um grupo que indique com qual (ou quais) dos outros é que ele prefere estar, numa ou em várias situações da vida real. Alguns pedem a cada indivíduo que indique os seus companheiros preferidos em oito situações, outros só para uma. Alguns limitam o número das escolhas de cada indivíduo a umas tantas especialmente; outras permitem-lhe tantas quantas quiser. Outros ainda pedem que indique não só os que prefere, como também aqueles que não quer para companheiros. A escolha das situações e dos critérios varia em função do que pretendemos avaliar. Se usarmos menos critérios e escolhas obtemos resultados

que mostram poucas diferenças entre os elementos. Se por outro lado aumentarmos os critérios, os elementos tendem a repetir os nomes que já indicaram para as situações precedentes.

Todas as situações podem ser reais, mas em algumas o aluno pode associar-se a quem quiser, noutras poderá associar a decisão de um adulto, o que nos obriga a fazer questões onde qualquer indivíduo possa decidir livremente.

Se quisermos comparar os resultados do nosso teste com os de outras turmas da escola, ou mesmo com os que foram aplicados noutras escolas, é preciso certificar-nos de que estamos a usar a mesma forma de teste que os outros professores utilizam. Deve ter-se o mesmo número de critérios e de escolhas, mas pode-se variar os pormenores da redação da pergunta para ir ao encontro da situação real do sujeito.

## **FUNDAMENTAÇÃO DO TESTE SOCIOMÉTRICO**

Um teste sociométrico consiste em pedir aos alunos que indiquem quais os colegas com quem gostaria de se associar em diversas situações.

Existem vários modelos de testes sociométricos que podem ser utilizados pelos professores: o mais comum são três critérios e três escolhas. Seguidamente, os alunos têm de responder, por ordem de preferência da sua escolha.

Com as respostas, é realizada uma análise em folha de cálculo, na qual se podem observar várias coisas:

Posição Sociométrica, isto é, o número de vezes que uma pessoa é escolhida.

Podemos observar quais são os melhores amigos dos sujeitos, assim como, se ele tem um grande número de amigos diferentes.

Se existem pequenos ou grandes grupos mais ou menos fechados ou se existe integração. Para além desta observação, podemos conhecer os elementos líder de cada grupo.

Apesar desta análise que pode ser observada, por um pequeno questionário, segundo (Weld, 1976) o teste sociométrico também apresenta várias lacunas, são elas:

- Informa quais os melhores amigos na altura em que é realizado o teste;

- Informa quais os melhores amigos, mas não sabemos o grau de profundidade sentimental.

## **OBJETIVOS DE ESTUDO**

Os principais objetivos para o presente estudo, para além de estudar as relações interpessoais da turma, são:

- Conhecer quais as interações pessoais e organização dos grupos dentro da turma;

- Identificar quais são os alunos mais ou menos populares dentro da turma;

- Recolher informações que me podem ser muito úteis na orientação e na seleção de estratégias de intervenção, com o objetivo de homogeneizar o grupo em termos de sociabilidade, para que todos se sintam bem e gostem de pertencer à turma como um grupo.

## **METODOLOGIA**

### **POPULAÇÃO-ALVO**

A população alvo deste estudo é a turma C, do 9º Ano, da Escola Básica Infante D.Pedro, turma com a qual desenvolvo o trabalho de assessoria ao Diretor de Turma.

A turma é constituída por 21 alunos, 10 raparigas e 11 rapazes, com idades compreendidas entre 15 e os 17 anos.

Nesta turma estão inseridos 2 alunos NEEP e 3 alunos inseridos no CEI.

## **PROCEDIMENTOS**

A realização deste trabalho consistiu nas seguintes tarefas:

- Elaboração do Teste Sociométrico;
- Administração do Teste na turma;
- Tratamento dos dados;
- E por último, Análise dos dados.

O teste sociométrico foi aplicado no final de uma aula de Educação Física, no 1º Período. Para que os dados recolhidos fossem viáveis e não criassem dúvidas, informei qual o objetivo do teste sociométrico; que este era confidencial; todos os alunos realizaram os testes sem conversas paralelas.

## **QUESTIONAMENTO**

O questionário aplicado aos alunos, consiste em pedir aos sujeitos que indiquem, dentro do grupo a que pertencem e do qual pretendemos medir a estrutura das relações interpessoais, aqueles indivíduos que cumprem as condições que o item enuncia, de tal maneira que os membros da equipa respondam a um máximo de quatro perguntas referentes a uma atividade ou tarefa na qual queremos estudar as relações que se encontram dentro do grupo (Martin).

## AGRUPAMENTO DE ESCOLAS FIGUEIRA-MAR



### ESCOLA BÁSICA 2/3º CICLO INFANTE D. PEDRO

Este inquérito destina-se ao conhecimento de cada aluno no que respeita às relações interpessoais. Tem como objetivo a recolha de dados para a realização do estudo sociométrico de turma. Os dados obtidos são confidenciais, pelo que agradecemos a maior seriedade e sinceridade no seu preenchimento. Desde já agradeço a tua colaboração.

**Nome:** \_\_\_\_\_

Dentro da tua turma, quem é que **escolherias** para ir contigo numa Viagem à Eurodisney?

1. \_\_\_\_\_ / 2. \_\_\_\_\_ / 3. \_\_\_\_\_

Dentro da tua turma, quem é que **não escolherias** para ir contigo numa Viagem à Eurodisney?

1. \_\_\_\_\_ / 2. \_\_\_\_\_ / 3. \_\_\_\_\_

Dentro da tua turma, quem é que **achas que te escolheria** para ir numa Viagem à Eurodisney?

1. \_\_\_\_\_ / 2. \_\_\_\_\_ / 3. \_\_\_\_\_

Dentro da tua turma, quem é que **achas que não te escolheria** para ir numa Viagem à Eurodisney?

1. \_\_\_\_\_ / 2. \_\_\_\_\_ / 3. \_\_\_\_\_

**Obrigado pela colaboração!**

## APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS

Após a recolha dos dados através do teste sociométrico, serão apresentados os resultados de cada uma das questões, isto é, a matriz sociométrica e o respetivo sociograma. A matriz sociométrica foi construída a partir de uma tabela de dupla entrada, colocando os nomes/números dos alunos na horizontal e na vertical, com o objetivo de apresentar uma única tabela com as preferências ou não dos alunos emitidas nos resultados obtidos nos questionários.

Nesta matriz, também podemos observar se existe reciprocidade ou não.

Assim, as rejeições/preferências são simbolizadas com o símbolo de “1”. Os espaços sem preenchimento indicam indiferença sociométrica. Posteriormente, na representação gráfica, apenas a reciprocidade é apresentada.

Esta construção gráfica não é apresentada de forma individual, mas sim permite observar de uma forma global as relações entre os vários elementos da turma: quais os elementos mais ou menos escolhidos, quais as escolhas recíprocas e possíveis subgrupos que existam dentro do grupo/turma.

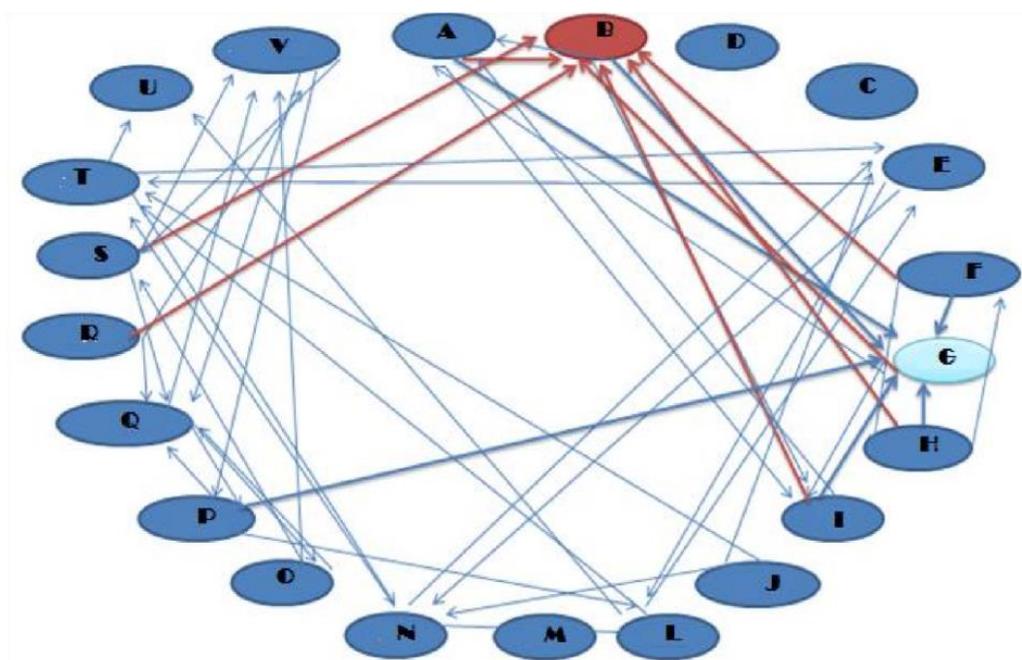
**MATRIZ SOCIOMÉTRICA DA QUESTÃO 1**

**Dentro da tua turma, quem é que escolherias para ir contigo numa Viagem à Eurodisney?**

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	
A		1				1	1		1													
B	1					1	1		1													
C		1				1	1				1											
D		1	1			1														1		
E				1		1	1					1		1						1	1	
F		1					1	1														
G	1	1						1	1		1											
H	1	1							1	1												
I	1	1								1												
J				1							1						1			1		
L				1								1								1	1	
M													1									
N					1						1			1						1	1	
O															1			1				1
P								1			1					1						1
Q														1	1							1
R		1						1									1					1
S		1						1										1				1
T					1																1	
U																						
V															1	1	1		1			

Tabela 1: Matriz Sociométrica (Questão 1)

## SOCIOGRAMA DA QUESTÃO 1



Esquema 1: Sociograma Questão 1

Tal como podemos observar da matriz sociométrica e do sociograma posso observar existem alguns grupos dentro da turma.

Assim posso identificar:

- Alunos: B, I e A

- Alunos: V, Q e S

- Alunos: N, E e T

Os alunos menos populares são: J, H e F.

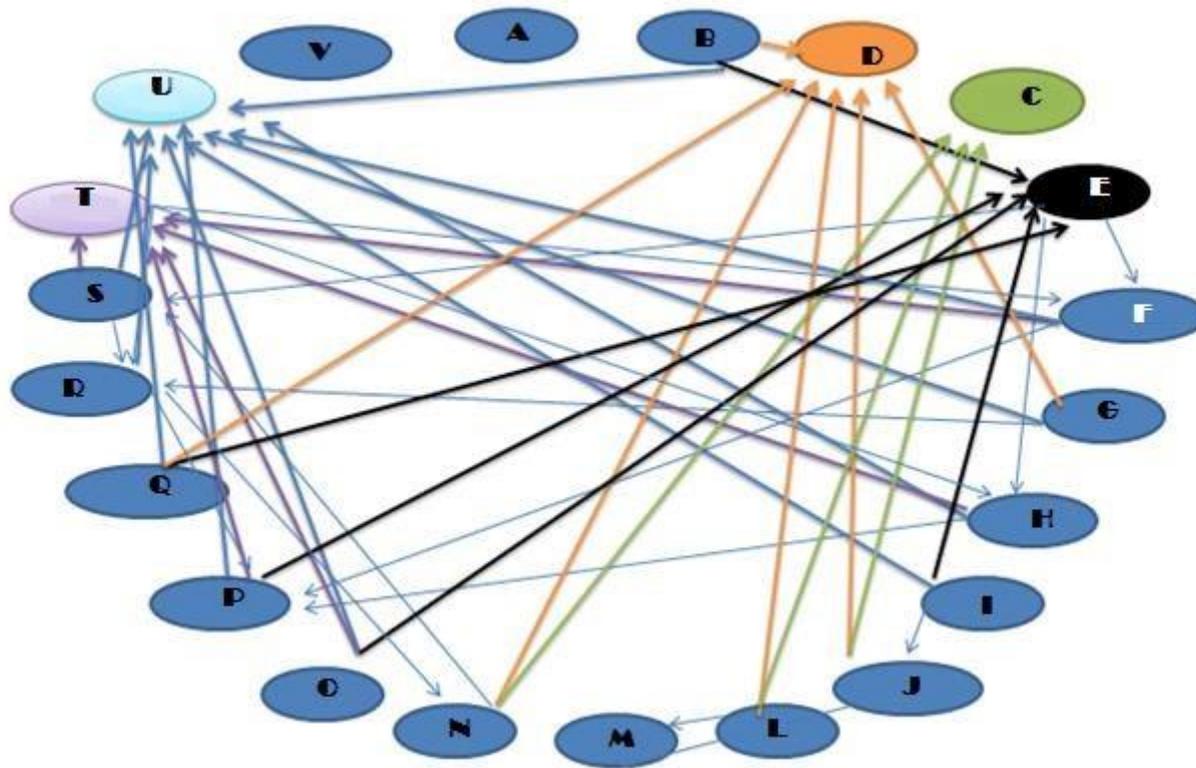
### MATRIZ SOCIOMÉTRICA DA QUESTÃO 2

Dentro da tua turma, quem é que não escolherias para ir contigo numa Viagem à Eurodisney?

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	
A	1																					
B		1																				
C			1																			
D				1																		
E					1																	
F						1																
G							1															
H								1														
I									1													
J										1												
L											1											
M												1										
N													1									
O														1								
P															1							
Q																1						
R																	1					
S																		1				
T																			1			
U																				1		
V																					1	

Tabela 2: Matriz Sociométrica (Questão 2)

## SOCIOGRAMA DA QUESTÃO 2



Com esta questão, posso observar quais os alunos que são menos populares, ou que têm uma pior relação com grande parte da turma.

Os alunos que reúnem uma pior relação com os colegas são: C, D, E e o U.

Esquema 2: Sociograma Questão 2

### MATRIZ SOCIOMÉTRICA DA QUESTÃO 3

Dentro da tua turma, quem é que achas que te escolheria para ir numa Viagem à Eurodisney?

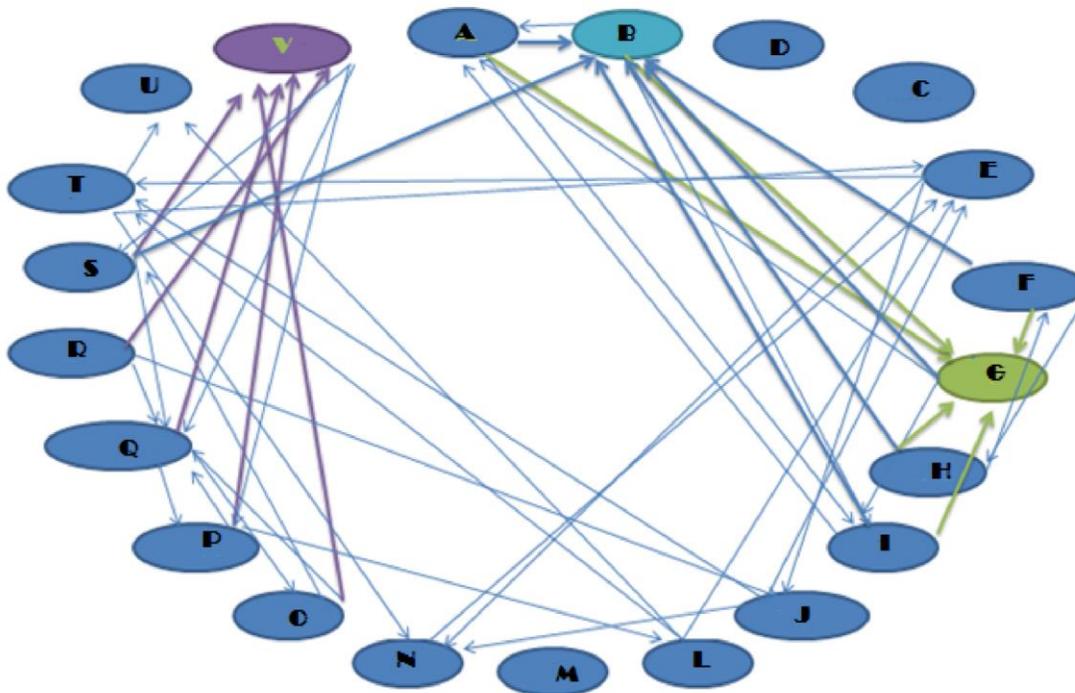
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	L	M	N	Q	P	R	S	T	U	V	
A	1					1	1		1												
B	1	1				1	1		1												
C		1	1				1			1									1		
D		1		1			1			1											
E					1					1			1						1	1	
F		1				1	1	1													
G	1	1					1		1						1						
H		1				1	1	1													
I	1	1				1	1		1												
J					1					1			1						1		
L				1							1			1					1	1	
M																					
N					1					1			1						1	1	
Q													1	1	1	1	1		1		1
P											1				1	1					1
Q													1	1	1	1	1				1
R										1					1	1	1				1
S		1													1	1					1
T					1					1			1					1			1
U																					
V					1		1												1	1	1

Tabela 3: Matriz Sociométrica (Questão 3)

### SOCIOGRAMA DA QUESTÃO 3

Em relação esta pergunta, posso observar que os alunos que são mais apreciados pelos colegas são: B,G e V.

Neste momento podemos observar que os alunos CEI continuam a não ser escolhidos pelos colegas da turma. Para além destes o aluno R e a F não foram mencionados por nenhum colega.



Esquema 3: Sociograma Questão 3

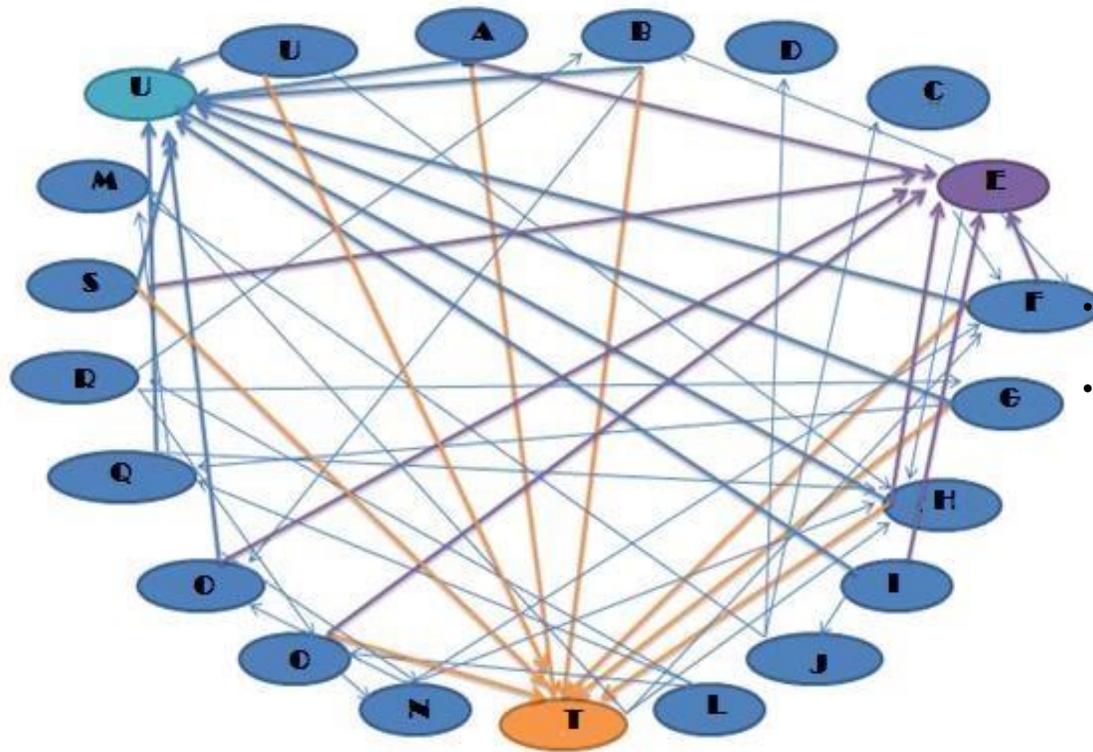
### MATRIZ SOCIOMÉTRICA DA QUESTÃO 4

Dentro da tua turma, quem é que achas que não te escolheria para ir numa Viagem à Eurodisney?

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	L	M	N	Q	P	R	S	T	U	V
A		1		1	1													1	1	
B			1		1										1			1	1	
C				1		1					1									
D		1	1		1		1				1									
E		1				1	1	1												
F					1		1						1					1	1	
G						1		1						1				1	1	1
H							1		1							1		1	1	
I								1		1			1						1	
J				1	1						1									
L												1	1	1	1					
M																				
N													1		1			1		
Q						1							1		1			1	1	
P							1							1				1	1	
R								1							1				1	
S									1							1			1	
T										1							1		1	
U																				
V																				1

Tabela 4: Matriz Sociométrica

## SOCIOGRAMA DA QUESTÃO 4



Esquema 4: Sociograma questão 4

Ao analisar os resultados, posso encontrar uma reciprocidade na rejeição entre alguns alunos da turma, o que poderá refletir, um afastamento afetivo entre esses elementos, e não necessariamente, a existência de conflitos. Assim, existiu reciprocidade:

H e F com o E.

• H e F com o T.

Nesta questão, os alunos que receberam mais nomeações por parte dos colegas foram o E, o T e o U.

## CONCLUSÃO

Após a análise dos resultados, importa agora retirar as conclusões acerca do estado social, da turma, dos alunos mais evidenciados de forma positiva ou negativa e proceder à definição de grupos de trabalho para assim melhorar o rendimento dos alunos e das aulas.

O quadro seguinte apresenta uma análise da situação social de cada aluno da turma, resultado da análise das respostas dadas pelos alunos ao teste sociométrico.

ALUNO	SUAS PREFERÊNCIAS E REJEIÇÕES
<b>Aluno B</b>	<p>O aluno B escolheria para ir com ele na viagem o aluno A, I e o G, escolha que foi correspondida pelos três alunos.</p> <p>Por outro lado, não escolheria para a acompanhar o U, o E e o D, antipatia essa que não foi correspondida por nenhum aluno mencionado.</p> <p>Esta aluna acredita que os alunos que não a escolheriam para a viagem são: o P, o U e T.</p>
<b>Aluno G</b>	<p>O aluno G escolheria para ir com ele na viagem o aluno A, B e o I, escolha que foi correspondida pelos três alunos.</p> <p>Por outro lado, não escolheria para a acompanhar o U, o Q e o D. Antipatia essa que foi correspondida pelo aluno Q.</p> <p>Este aluno acredita que os alunos que não a escolheriam para a viagem são: o T, R. e o T.</p>

<b>Aluno V</b>	<p>O aluno V escolheria para ir com ele na viagem o aluno P, S e Q, escolha que foi correspondida pelos alunos S e o T.</p> <p>Por outro lado, não escolheria para a acompanhar a D, C e M. Escolhas estas realizadas ao meu analisar, por serem alunos externos a turma (CEI).</p> <p>Este aluno acredita que os alunos que não a escolheriam para a viagem são: H, U e a T; não correspondido por nenhum aluno.</p>
<b>Aluno E</b>	<p>O aluno E escolheria para ir com ele na viagem o N, T e L, escolha que foi correspondida pelos três alunos.</p> <p>Por outro lado, não escolheria para a acompanhar o aluno H, S e o F. Escolhas estas que não foram correspondidas por nenhum dos alunos.</p> <p>Este aluno acredita que os alunos que não o escolheriam para a viagem são: B, H e o F; sendo apenas mencionado no questionário do aluno B.</p>
<b>Aluno T</b>	<p>O aluno T escolheria para ir com ele na viagem o aluno E, o N e o U, escolha que foi correspondida pelos alunos N e E.</p> <p>Por outro lado, não escolheria para o acompanhar o aluno H, F e M. Antipatia essa que foi correspondida pelo aluno H e F.</p> <p>Este aluno acredita que os alunos que não a escolheriam para a viagem são: H, o F e o M.</p>

Tabela 5: Análise de Preferências e Rejeições

Através dos resultados podemos afirmar que os dois alunos com mais popularidade da turma são: o B e o G.

Com este teste verifico ainda a existência de um grupo que se pode afirmar “como antipático”, pelo número de rejeições que recebem na segunda questão. Duas delas, que a meu observar por serem CEI e não estarem na turma e também outros três alunos, o U, o T e o E. Por isso nas aulas de Educação Física, irei tentar fomentar o espírito de amizade e de interajuda para com este grupo. Penso que estes três alunos são os mais rejeitados, por serem os mais novos na turma (tendo esta turma muitos alunos repetentes).

De um modo geral, a turma toda ela se relaciona mas, em situações de exercício na aula procuram realizar com os alunos do seu meio social.

Reconhecendo a utilidade das conclusões retiradas deste estudo, é absolutamente necessário lembrar que estas se apoiam em resultados colhidos num determinado momento. As relações dentro de qualquer grupo, não estão isentas de sofrerem influências capazes de alterar o sistema de relações detetado no passado. A constituição de grupos de trabalho nas várias disciplinas, ou a formação das equipas/grupos nas aulas de Educação Física, com o fim de melhorar as relações interpessoais da turma, bem como um melhor funcionamento das aulas, deve ser levado em consideração permanentemente.

## **CONCLUSÕES FINAIS**

Uma vez realizada a análise dos dados e a experimentação em situação de aula, realizei as interpretações dos resultados e importa agora retirar as conclusões necessárias.

Neste estudo procuraram-se apurar os alunos com mais Popularidade ou com maior Antipatia.

Posso concluir que no momento da recolha e no decorrer do ano letivo com a minha experimentação para a formação dos grupos, posso afirmar, que de uma

maneira geral, as escolhas passaram de ser centradas em dois ou três alunos para mais alunos diferentes. Isto pode ser explicado pelo facto de a turma ser formada de novo, e os alunos não se conhecerem.

Ao longo do ano letivo, os alunos começaram a conhecer-se e a criar os seus laços de amizade. Numa primeira fase os alunos populares eram apenas o aluno B, G e o V; este com o decorrer do ano, e por se tornar muito amigo do aluno V, juntou-se o aluno O.

Os alunos mais rejeitados foram o U, o T e o E, achando eu que foi por serem os alunos mais novos da turma. Ao longo do ano um aluno juntou-se a este grupo sendo ele o N. Estes alunos, mesmo no recreio, mantinham-se juntos. Depois de analisar as questões, posso referir que o aluno U é talvez o menos popular da turma, uma vez que muitos alunos da turma, não o escolheriam para o levarem com ele na viagem. Acho um pouco estranho esta escolha, visto ser um aluno sossegado e bem-educado. Talvez por ser assim o tenham escolhido, visto que o comportamento da turma é um pouco exaltado. Em sentido contrário penso que os alunos G e V, são sem dúvida os mais populares; nas aulas, verifica-se que atraem muito a atenção dos alunos.

Em suma, todo o estudo pode concluir que as relações de uma turma podem variar durante o ano. É inevitável que existam grupos dentro da turma, grupos esses que por vezes em sala de aula acabam por funcionar bem.

Um dos grandes objetivos passava por agrupar os alunos, de forma a funcionarem melhor e serem mais rentáveis. Durante o primeiro período eu fui mudando os grupos e fui-me apercebendo como funcionavam melhor. Tendo trabalhado assim já no 2º e 3º Períodos. Esta informação também foi passada à Diretora de Turma, que reaproveitou a minha análise para modificar a planta da sala de aula, ajudando assim os professores no decorrer das suas aulas. (Ferreira, 2004), “os processos de interacção desenvolvidos pelos membros do grupo afectam a forma como o grupo realiza a tarefa que lhe é designada e, portanto, a sua produtividade”.

A realidade social desta turma não é a mais agradável, tendo assim os alunos demonstrado ao longo do ano muitos comportamentos indesejados, que por vezes, por se manterem inseridos no grupo dessa pessoa, acabam por ser arrastados para esses comportamentos. (Ferreira, 2004) "...o comportamento das organizações e o desempenho das actividades inerentes ao seu funcionamento não são apenas de carácter individual mas também grupal".

### Grupos:

Pares	Grupos de 3
V e O	T, U e E
A e B	A, B, G e I
G e I	F, H e S
Q e P	O, Q e V
T e U	J, P e R
E e N	
J e R	
C e D	
F e H	
L e S	

Tabela 6: Formação de Grupos de Trabalho

## Bibliografia

Abrantes, P. (2000). *Princípios sobre o currículo e a avaliação - Proposta de reorganização curricular no ensino básico*. Lisboa: ME - Departamento de Educação Básica.

Bento, J. O. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.

Clemente, M. (1992). El Test sociométrico y el analisis de las estructuras microsociales. *Psicología social - Métodos y técnicas de investigación*.

L.Silva. (s.d.). Testes Sociométricos: o útil instrumento de trabalho. *Revista Horizonte, XIV, nº 80*.

Fachada, M. (2011). Apontamentos da Disciplina de Didática da Educação Física e Desporto Escolar no ano letivo 2011-2012

Ferreira, J. N. (2004). *Manual de Psicossociologia das Organizações*. Lisboa: MC Graw - Hill.

Martin, G. (s.d.). *Estúdio de las relaciones interpersonales del equipo desportivo*.

Moreno. (s.d.). *Fundamentos de la sociometria*. Buenos Aires: Paidos.

Piéron, M. (1988). *Enseignement des Activités Physiques et Sportives- Méthodologie et Didactique*. Université de Liège.

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

Sarmiento, P. (1998). *Pedagogia do Desporto - Instrumentos de Observação Sistemática em Educação Física e Desporto*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Sarmiento, P. (2003). *Pedagogia do Desporto. Estudo 7 - A avaliação Formativa em Educação Física*. Lisboa.

Siedentop, D. &. (s.d.). Expertise, experience and effectiveness. *Journal of Teaching in Physical Education*, 8, 254-260.

Siedentop, D. (1983). *Development teaching skills in Physical Education, 2nd edition* (2º Edição ed.).

Silva, E. , Fachada, M. & Nobre, P. (2012-2013). Guia das Unidades Curriculares dos 3º e 4º Semestre. Coimbra: FCDEF-UC.

Weld, M. N. (1976). *Testes Sociométricos: um guia para professores*. Lisboa: Livros Horizonte.

### **Outra Documentação:**

Guia de Estágio 2013-2014, da Faculdade de Ciência do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra

Programa de Educação Física - Ministério de Educação

# ANEXOS

## ANEXO 1 - PLANO DE FORMAÇÃO INDIVIDUAL



# FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA

MESTRADO EM ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA DOS ENSINOS  
BÁSICO E SECUNDÁRIO

Unidade Curricular: Estágio Pedagógico

Ano lectivo: 2013-2014

# Plano de Formação Individual

ORIENTADOR DE ESCOLA: [Prof. Joaquim Parracho](#)

ORIENTADOR DO FCDEF: [Prof. Dr. Luís Rama](#)

## Índice

Introdução.....	3
Expectativas iniciais.....	4
Comparação entre as expectativas e o Estágio Pedagógico.....	4
Fragilidades de desempenho.....	5
Planeamento.....	5
Realização.....	6
Avaliação.....	6
Acompanhamento à Directora de Turma.....	8
Objectivos de Aperfeiçoamento.....	8
Estratégias de supervisão/formação.....	9
Aprendizagens a realizar .....	10
Tarefas a desenvolver.....	11
Avaliação e progressão .....	13
Conclusão.....	14

## 1.Introdução

No âmbito da unidade curricular do Estágio Pedagógico, do Mestrado da Educação Física dos Ensinos Básicos e Secundário, da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra, foi solicitado a elaboração de um Plano Formação Individual.

Esta unidade curricular do Estágio Pedagógico está inserida no 3º e 4º semestre do Mestrado já referido anteriormente. Tem como objectivo colocar em prática, em contexto real, conhecimentos adquiridos em anos anteriores (Licenciatura e Mestrado). Neste percurso de estágio as principais competências, é desenvolvimento pedagógico, científico e didáctico.

Com este Plano Formação Individual, pretendo estabelecer orientações para as actividades que vou desenvolver ao longo do ano lectivo 2013-2014 na turma a que estou a leccionar, 9º C, na Escola EB 2, 3 Infante D. Pedro em Buarcos, Figueira da Foz.

Para além do meu desempenho enquanto Professora de Educação Física Estagiária irei também acompanhar o Cargo de Gestão Intermédia de Director de Turma, de forma a entender todas as suas funções.

O presente documento poderá ser reestruturado ao longo do ano lectivo.

## 2.Expectativas Iniciais

O Estágio Pedagógico deverá ser observado como uma forma de formação contínua, dando a possibilidade ao estagiário de se encontrar numa situação real de ensino numa escola. Deve ser observado como uma experiência única de enriquecimento pessoal e profissional.

Esta experiência é nova para mim, nunca tinha estado numa escola em que não fosse aluna.

No final da minha Licenciatura realizei um estágio curricular, mas não vocacionado para o Ensino Escolar.

Como, a minha experiência não é nenhuma, no início senti bastantes dúvidas e com certeza que irei sentir até ao final do ano lectivo. Assim, espero que no final do estágio pedagógico sinta que me desenvolvi a nível pedagógico, didáctico e profissional.

Ao longo do ano de estágio, pretendo melhorar os seguintes conteúdos:

	A planificação, tanto ao nível de aula como anual.
	Conseguir criar dinâmicas de aula e exercícios diferentes para cada unidade didáctica.
	Realizar um planeamento que se aproxime da realidade da turma que lecciono,, de forma a existir uma melhor evolução dos alunos e minha.
	Criar situações de aprendizagem para os vários níveis de ensino da turma.
	Entender toda a dinâmica existente no cargo de gestão intermédia (Director de Turma) e de Professor de Educação Física.

De uma forma geral, evoluir enquanto professor, nos grupos de competências que tanto é falado no ensino na Faculdade, são elas: Concepção, competências de realização e competências de avaliação.

### **2.1 Comparação entre as expectativas e o Estágio Pedagógico**

As expectativas que tinha relativamente ao estágio pedagógico, de uma forma generalizada correspondem ao que encontrei no terreno.

Nas primeiras aulas senti ansiedade e insegurança, que a meu ver, corresponde à minha falta de experiência. O núcleo de estágio onde estou inserida tem um aluno que já tinha alguma experiência, o que me ajudou bastante.

Neste percurso, é bastante importante o nosso Orientador, que a sua experiências profissional alargada, tem sido um suporte, e estou certa que o fará até ao final do ano lectivo.

### **3. Fragilidades de desempenho**

Após este curto período de tempo em que já estamos inseridos no estágio, deparei-me que existiam muitas dificuldades da minha parte nas três principais competências.

No planeamento, inicialmente tive bastantes dificuldades, mas com os feedbacks do orientador, estou a melhorar os plano de aula de semana para semana.

Na segunda competência, realização, consegui ultrapassar algumas dificuldades e outras vou tentando melhorar semana a semana, falo nos comportamentos menos desejados por parte dos alunos.

Por último, no que toca a avaliação ainda não posso mencionar nada.

### 3.1 Planeamento

Relativamente ao planeamento, este foi realizado pelo professor orientador com a ajuda do núcleo de estágio de Educação Física.

O Núcleo de Estágio elabora com algumas dificuldades as Unidades Didácticas e os Planos de Aula, com base nos conteúdos que o professor orientador nos facultou. Para que este processo seja de realização mais fácil, observei que:

	Tenho pouca experiência ao nível do planeamento.
	Construção e realização de exercícios motivantes para os alunos.
	Ter consciência se os alunos, num curto espaço de tempo, conseguem adquirir as competências que estão planeadas.
	Prever o tempo ideal para cada exercício.
	Seleccionar exercícios para cada unidade didáctica, que vão de encontro com os objectivos da mesma.
	Criar situações diferentes para cada nível de desempenho da turma.
	Prever a evolução dos alunos ao longo das aulas.

### 3.2 Realização

No que diz respeito a Realização, é um factor muito importante, já que a nossa intervenção pedagógica é o resultado do nosso planeamento, factor que sinto algumas dificuldades, porque por vezes, temos factores que nos condicionam a prática da dinâmica da aula desejada.

Nas nossas reuniões de estágio, o tema principal é sempre a realização e a nossa intervenção pedagógica no momento da aula, e a forma como nós podemos melhorar.

A minha prestação tem alguns pontos mais positivos e alguns que devo melhorar, são eles:

Aspectos a melhorar:	
	Devo preocupar-me em fornecer mais feedback's aos alunos
	Devo preocupar-me em controlar mais a turma, e se não está a correr bem a aula ou a execução do exercício, senta-los para diminuir o pico de adrenalina.
	Devo melhorar a qualidade de instrução.

Aspectos Positivos	
	Boa colocação de voz.
	Boa gestão da aula.
	Aula estruturada e bem construída.
	Boa capacidade de comunicação, na explicação dos exercícios.
	Preocupação no empenho motor da turma.

### 3.3 Avaliação

Relativamente à Avaliação, foi sugerido pelo professor Orientador, no final da primeira unidade didáctica a realização de uma ficha de avaliação formativa.

A avaliação diagnóstica e a avaliação sumativa estavam a ser realizadas correctamente, mas os alunos precisam de sentir que estão a ser avaliados diariamente nas aulas.

Nas várias fichas terei de ter em conta os seguintes pontos:

<b>Avaliação Diagnóstica</b>	
	Definição de critérios de avaliação para cada Ciclo de Ensino.
	Organização e realização da aula. Os alunos devem estar em prática em simultâneo.
	Na primeira aula que leccionei, dei continuidade aos grupos formados na aula anterior pelo Professor Orientador (que leccionou a primeira aula da Unidade Didáctica).
	O número de conteúdos a observar é demasiado extenso que que complica a recolha dos dados.

<b>Avaliação Formativa</b>	
a)	Observação e interpretação do desempenho motor dos alunos, de forma a ajustar o ensino ao seu nível de ensino.
b)	Saber se o período de realização de cada gesto técnico ou tático é suficiente para a assimilação do mesmo.
c)	No final de cada aula, utilizar a reflexão com a intenção dos alunos entenderem as suas dificuldades e na próxima aula serem capazes de melhorar.
d)	Com base na aula anterior e o desempenho dos alunos, realizo o plano de aula de forma a ir ao encontro das suas dificuldades.

<b>Avaliação Sumativa</b>	
a)	Definição dos critérios de avaliação;
b)	Definição dos exercícios critérios para cada Unidade Didática.
c)	Distinção e transformação da avaliação formativa em avaliação sumativa.  Capacidade de relacionar os dados já recolhidos na avaliação formativa.
d)	Avaliar corretamente todas as ações técnico-táticas previstas no protocolo de avaliação inicial, formativa e

	sumativa, durante a realização de situação de jogo nas modalidades coletivas.
--	---

### **3.4 Acompanhamento ao Director de Turma**

No que se refere a assessoria do cargo de Gestao Intermédia do Director de Turma, já realizei algumas tarefas, tais como a organização do dossier da turma, recepção de Encarregados de Educação (alguns chamados pela directora de turma), análise das fichas biográficas dos alunos e caracterização da turma, preparação da reunião de Conselho de Turma Intercalar e colocar as faltas dos alunos no sistema informático.

Nesta fase sinto que não estou muito à vontade no desempenho deste papel, sentindo assim algumas contrariedades:

Saber quais as funções a desempenhar pelo Director de Turma;

Inexperiência a todos os nível de desempenho do DT.

### **4. Objectivos e aperfeiçoamento**

Quando falamos nestes dois pontos, que tanto se relacionam, é realizado grande parte nos observações realizadas pelos Professores Orientadores e do Professor estagiário, que facilita bastante este processo. Assim, podemos saber quais são os erros que estamos a realizar, tanto ao nível do planeamento, da realização e avaliação, que aula após aula são tentados melhorar.

Assim sendo tenho que ter em consideração e realizar tarefas para melhorar as minhas necessidades:

	Reflectir sobre as minhas aulas, e procurar documentação que me ajude a melhorar.
	Assistir às aulas do orientador e de outros professores, para que assim observe vários estilos de ensino.
	Organizar o dossier de estágio, sempre bem apresentável e com todo o material realizado pelo estagiário.
	Assessorar a Directora de Turma, em todos os aspectos possíveis.

### 5. Estratégias de Supervisão/Formação

Como já referi, anteriormente, os dois professores orientadores têm um papel de muita ajuda ao estagiário, e tem sido isso que tem acontecido até ao momento. Cada reflexão que é realizada no final de cada aula leccionada e as críticas que nos são feitas pelos professores e pelos colegas, devem ser observadas como construtivas e de uma forma a que melhorem o nosso desenvolvimento profissional. Deste modo, para que a melhoria exista devo realizar:

	Todos os documentos relativos ao planeamento
	Expor todas as minhas dúvidas e fragilidades com o professor orientador.
	Melhorar o planeamento das aulas, de forma a irem de

	encontro com as necessidades da turma.
	Organizar as aulas de forma a que todos participem de forma a melhorar as suas capacidades.
	Observar os restantes colegas do núcleo de estágio.
	Prever os comportamentos dos alunos, nas tarefas das aulas.

## 6. Aprendizagens a realizar

Durante o ano lectivo em que realizamos o estágio, adquirimos aprendizagens que já esperamos e outras que nem contamos que existam. É uma experiencia bastante enriquecedora na formação individual.

Assim espero realizar, um conjunto de aprendizagens, são elas:

Adquirir experiencia profissional, numa faixa etária mais elevada e com alguns problemas familiares.
Realizar e organizar as Unidades Didácticas, bem como os protocolos de avaliação.
Adquirir várias estratégias de diversificação de aula, de forma a que todos os alunos se sintam empenhados nas tarefas.
Perceber e Prever as decisões de reajustamento da aula com o que foi planeado no plano de aula.
Entender os planos de aula, em contexto real de aula.
Perceber o processo burocrático nas escolas.
Adquirir experiencias em eventos e actividades de enriquecimento lectivo.
Entender o cargo de gestão intermédia (Director de Turma)

## 7. Tarefas a desenvolver

7.1 - Cronograma 1 - Tarefas a Desenvolver									
Tarefas / Cronologias	Set.	Out.	Nov.	Dez.	Jan.	Fev.	Mar.	Abr.	Mai.
Recolher dados relativos à turma e contribuir para a elaboração do respectivo PCT.									
Realizar a Avaliação Diagnóstica, partindo do Protocolo estabelecido pela escola; elaborar respectivos instrumentos.									
Estabelecer prioridades de intervenção por UD e dentro de cada UD, conteúdos									
Elaborar a planificação das UD, partindo da análise dos resultados da aprendizagem dos alunos e respectivas estratégias de atuação; elaborar os respectivos instrumentos									
Recorrer à Avaliação Formativa de modo a reajustar a sequência da aprendizagem dos alunos e respetivas estratégias de atuação; elaborar os respectivos instrumentos.									
Recorrer à Avaliação Sumativa, de modo a recolher dados para verificação do alcance das aprendizagens;									

elaborar os respetivos instrumentos.									
Refletir sobre a forma de atuação após cada UD e reajustar estratégias de intervenção, entre cada UD.									
Elaborar o Plano Anual de Atividades									
Organizar eventos destinados à população escolar, participando na elaboração do projeto, na sua realização e no balanço da atividade sob forma de relatório									
Acompanhar o cargo de Diretor de Turma inteirando-me de todas as suas ações, e dar o meu contributo sempre que se afigure necessário.									
Observar aulas de colegas de grupo e realizar as respetivas reflexões orais e escritas.									
Observar aulas de outros professores da escola e realizar a respetiva reflexão escrita.									
Observar as aulas assistidas pelo Professor Orientador da Universidade e realizar as respetivas reflexões orais e escritas.									
Realizar Relatório Final de Estágio Pedagógico.									

Neste cronograma estão apresentadas as tarefas que irei realizar ao longo do ano lectivo.

7.2 - Cronograma 2 - Tarefas a Desenvolver no Âmbito do Estágio Pedagógico

Tarefas / Cronologias		Set.	Out.	Nov.	Dez.	Jan.	Fev.	Mar.	Abr.	Mai.
Prática Pedagógica	Planeamento	Diariamente								
	Realização	Terça-feira das 8h30 às 9h20 e Quinta-feira das 8h30 às 10h20								
	Avaliação	Diariamente								
Reflexões e Observações	Reflexão Pessoal das Aulas	No final de cada aula.								
	Reflexão da Observação do Orientador.	No final de cada aula.								
	Observação das aulas do núcleo de estágio	No final de cada aula.								
	Observação de aulas de outros Professores	Conforme a disponibilidade.								
	Balanço/correccões do Orientador	Na reunião semanal (segunda-feira às 11h30)								
Reuniões	Grupo de Educação Física	Quando solicitado.								
	Núcleo de Estágio/Orientador	Segunda-feira às 11h30								
	Reuniões Intercalares	Quando solicitado.								
	Reuniões de Avaliações	Final dos Períodos								

Organização e Gestão Escolar	Receção aos Encarregados de Educação	Segunda - feira às 12h30
Acompanhamento ao Diretor de Turma	Reunião com o Diretor de Turma	Segunda - feira às 12h30
Projetos e Parcerias	Projetos e Parcerias	Não definido
	Atividade II (Formação)	Não definido
	Outras	
Outras Atividades	Colaboração nas atividades do PAA da Escola	Quando Solicitado
	Colaboração em projetos internos da Escola	Quando Solicitado
	Corta Mato (fase escola)	Dezembro
	Corta-Mato (Distrital)	2º período
Relatório Final de Estágio		Maio

## 8. Avaliação da Progressão

O processo de avaliação, é sempre uma reflexão muito minuciosa por parte de quem está a avaliar. No processo de avaliação de progressão é necessário que exista uma comparação da avaliação inicial e a final, e só assim poderemos verificar se existiu uma progressão.

Para tal, enuncio alguns pontos principais para a avaliação da progressão:

Análise da evolução da elaboração dos planos de aula;
Análise dos relatórios das aulas observadas, realizados pelos colegas do núcleo de estágio.
Comparação das reflexões críticas do início do ano e até ao final do ano lectivo, e observar se os erros foram ultrapassados.
Sucesso ou insucesso do acompanhamento do Director de Turma.
Sucesso ou insucesso da organização e aplicação das actividades a promover na escola por parte do Núcleo de Estágio.

## 9. Conclusão

Em síntese, considero muito importante que todos os alunos devem ser preparados para a vida em sociedade. É muito importante que nesta fase os alunos gostem da prática de actividade física e desportiva, para que assim criem bons hábitos ao longo da sua vida activa.

Neste meu plano de formação individual, defini todos os passos que tenho de dar, lentamente, para que assim tal como os alunos consiga formar-me enquanto boa professora e boa profissional do desporto. Pretendo que com esta reflexão uma melhoria na minha Prática Pedagógica e como reflexão dos meus comportamentos e atitudes relativamente ao modo como esta área é encarada.

Por fim, tenciono que este trabalho, possa ser uma ferramenta de trabalho.

## Bibliografia

Bento, J. O. *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte, 2003.

Costa, F. (1995); *O Sucesso Pedagógico em Educação Física. Estudo das condições e factores de Ensino - Aprendizagem associados ao êxito numa unidade de ensino*. Edições F.M.H.

Cruz, S.; Carvalho, L.; Rodrigues, I.; Mira, J.; Fernandes, L.; Brás, J. *Manual de Educação Física – 1º Ciclo do Ensino Básico*. Oeiras: Câmara Municipal de Oeiras, 3ª edição, 1998.

Decreto-Lei nº 240/2001, de 30 de Agosto de 2001

Documentos de apoio à disciplina de Didáctica da Educação Física e do Desporto Escolar, da Faculdade de Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (2009/2010).

Estevão, C. *Redescobrir a escola privada portuguesa como organização*. Braga: Universidade do Minho, 1998.

Font, C. (2007). *Estratégias de Ensino e Aprendizagem*. Col. Prática Pedagógica. Edições ASA. Porto.

LEI DE BASES DO SISTEMA EDUCATIVO, Lei nº 46/86, de 14 de Outubro. Lisboa: Assembleia da República, 1986.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. *Organização Curricular e Programas Ensino Básico – 1º Ciclo*. Porto Editora. ISBN, 4ª edição, 2004.



Disciplinas preferidas		Disciplinas em que sente mais dificuldades	
Educação Física	9	Matemática	12
Ciências Naturais	9	Inglês	8
Francês	5	História	4
Físico-química	4	Português	4
Educação Visual	4		
Inglês	4		

As dificuldades sentidas devem-se ao facto de:			
Ter dificuldade em compreender a matéria	17	Dedicar pouco tempo ao estudo	12
Os assuntos serem tratados com demasiada rapidez	1	Ter pouco interesse pela matéria	7
Como o professor “dá” a aula	4	Não trazer o material para a aula	2
Ser pouco organizado	2	Outro	1

Deslocação casa / escola			
Meio de transporte		Tempo gasto na deslocação	
A pé	9	Até 10 minutos	12
Autocarro	5	De 11 e 20 minutos	7
Carro	10	De 21 a 30 minutos	2
Comboio	----	Mais de 30 minutos	1
Mota	----		
Bicicleta	2		

Ocupação dos tempos livres			
Ouvir música	17	Ajudar os pais	13
Ver televisão	17	Estar com os amigos	14
Ir ao cinema	8	Jogar no computador/ Playstation	15
Praticar desporto	10	Navegar na net	19
Ler	8	Outra	----

Saúde / Alimentação						
Tem dificuldades	visuais	10	Pequeno almoço	Não toma	1	
	motoras	---		Toma em casa	em casa	19
	outra	---			em casa de familiares	---
Tem doença crónica		2		na escola	---	
Habitualmente toma medicação		4		noutro local	---	
			Almoço	Não almoça	---	
				Almoça	em casa	18
					em casa de familiares	5
					na escola	10
			noutro local		---	

### Anexo 3 – Plano de Aula Modelo

ANO/ TURMA/NÍVEL: 9.º C		DATA: 20/11/2013	HORA: 08H30'	DURAÇÃO: 100'	TEMPO ÚTIL: 85'
ESPAÇO: PAVILHÃO	AULA N.º: 29 E 30	N.º DE AULA DA UD: 13 E 14/15	N.º ALUNOS: 21		PERÍODO: 1.º
UNIDADE DIDÁTICA: BASQUETEBOL		FUNÇÃO DIDÁTICA: AVALIAÇÃO SUMATIVA		Professor: Milene Silva	
OBJETIVOS DA AULA: AVALIAÇÃO DOS GESTOS TÉCNICOS: DRIBLE, LANÇAMENTO (PASSADA, APOIO E SUSPENSÃO), PASSE E CORTE, RESSALTO E SITUAÇÃO DE JOGO REDUZIDO (3X3)					
RECURSOS MATERIAIS: BOLAS DE BASQUETEBOL, COLETES. GRELHA DE AVALIAÇÃO SUMATIVA)					

TEMPO		TAREFA/SITUAÇÃO DE APRENDIZAGEM	ESTRATÉGIAS DE ORGANIZAÇÃO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	COMPONENTES CRÍTICAS (CC) / CRITÉRIOS DE ÊXITO (CE)
<b>Parte Inicial</b>					
8h30	5'	Entrada dos alunos para os balneários.			
8h35'	2'	Chamada e breve diálogo sobre os objetivos e conteúdos da aula.		Informar os alunos sobre os objetivos e conteúdos da aula.	O aluno ouve o professor e compreende os objetivos e conteúdos da aula.
8h37	18'	<b>Aquecimento Específico (AE): Drible de progressão</b>	<b>AE. - Com bola:</b> Cada aluno com uma bola executa: Drible de progressão à vontade pelo campo, executando nas tabelas lançamento na passada e ressalto num sentido, e no sentido inverso, executa drible de progressão, lançamento em apoio e ressalto. <b>Grupos de 2 alunos de mãos dadas com 2 bolas:</b> Drible de progressão em simultâneo; <b>Grupos de 2 alunos de mãos dadas com 1 bola:</b> Um realiza drible e o colega tenta roubar a bola aos outros grupos, ganha o grupo que nunca perder a bola.	Preparar o organismo para o esforço. Completar a ação de aquecimento e integrar os movimentos de adaptação à bola.	<b>CC</b> - Bater a bola à altura da cintura e ligeiramente ao lado; Libertar o olhar da bola.
<b>Parte Fundamental</b>					
8h55'	3'	Instrução	Os alunos em semicírculo ouvem atentamente a explicação do professor.	Captar atenção do professor.	O aluno ouve o professor e compreende a instrução dada.
8h58'	5'	1 1x1 com deslocamentos defensivos (passivo e ativo) e lançamento na passada, lançamento em apoio	1. Os alunos em pares com 1 bola, um aluno dribla, o seu par realiza deslizamentos/deslocamentos defensivos entre a linha cesto/cesto e a linha lateral, na tabela presente no meio campo o portador da bola lança na passada e o colega ressalta, trocando de posições após o meio campo, realizando o portador da bola lançamento em apoio ou suspensão na outra tabela, continuando ao longo das 4 tabelas. 1.2 O mesmo exercício mas no sentido inverso	Desenvolver o enquadramento ofensivo e defensivo em situação de jogo 1x1;	<b>CC-</b> Bater a bola à altura da cintura e ligeiramente ao lado; Libertar o olhar da bola. Mantêr-se enquadrado entre o cesto e o adversário direto
9h03'	5'				
9h08'	2'	Instrução	Os alunos ouvem atentamente a explicação do professor.	Captar atenção do professor.	
9h10'	8'	2. Situação de 2x1. Ressalto, passe picado, passe de peito, drible, receção, desmarcação e lançamento em apoio	2. Os alunos em situação de exercício critério, a trios, em campo inteiro com duas tabelas, realizam uma situação de 2x1, (transição defesa ataque), após ressalto da bola, utilizando os gestos técnico-táticos:	Desenvolver o enquadramento ofensivo e defensivo em situação de superioridade	<b>CC-</b> Dirigir a bola para o peito do colega recetor. <b>CC:</b> Enviar energeticamente a bola para o solo para a zona próxima do recetor.

9h18'	2'	ou na passada.  Instrução	passa, drible, receção, desmarcação e lançamento em apoio ou na passada.  <b>Os alunos ouvem atentamente a explicação do professor.</b>	numérica.  Captar atenção do professor.	
9h20'	14'	<b>3. Situação de 3x2 Ocupação racional dos corredores, passe e corte e aclaramento, posição de tripla ameaça, ressalto defensivo e ofensivo, posição defensiva básica.</b>	<b>3. Situação de jogo 3x2:</b> A equipa com os 3 alunos ataca (em superioridade numérica) efetuam a ocupação racional dos corredores (central e laterais) e realizam no mínimo 5 passes e lançamento para finalizar, os outros dois alunos adotam uma atitude defensiva em relação à outra equipa; a equipa que ganha o ressalto ataca novamente.	Desenvolver o enquadramento ofensivo e defensivo em situação de superioridade a atacar e inferioridade a defender.	<b>Atacante com bola:</b> - Recebe a bola e enquadrando-se ofensivamente, utilizando o gesto técnico mais adequado para dar continuidade ao jogo (dribla, passa), em situação favorável, lança ao cesto. <b>Atacante sem bola:</b> - Desmarca-se criando linhas de passe na direção do cesto, mostrando a "mão alvo", após lançamento (sem sucesso) entra no ressalto no intuito de recuperar a bola. <b>Defesa:</b> - Mantém-se enquadrado entre o cesto e o adversário direto, tentando recuperar a bola sem promover contacto; após lançamento entra no ressalto no intuito de recuperar a bola.
9h34'	2'	<b>Instrução</b>	Os alunos em semicírculo ouvem atentamente a explicação do professor.	Captar atenção do professor.	
9h36'	24'	<b>Jogo 3x3 em meio campo</b>	Os alunos jogam 3x3 em meio campo. As equipas são divididas considerando os grupos de nível resultantes da avaliação diagnóstica e jogam utilizando as regras do 3x3.	Desenvolver o enquadramento ofensivo e defensivo em situação de jogo; Desenvolver os gestos técnicos anteriormente trabalhados em situação de jogo.	CC' Utiliza os seus conhecimentos técnicos e táticos adquiridos nas aulas, anulando situações de finalização para não sofrer cesto (defesa), e criando situações de finalização para marcar cesto (ataque).

**Parte Final**

9h58'	2'	<b>Retorno à Calma</b> Revisão e reflexão sobre os objetivos e conteúdos abordados na aula; Esclarecimento de dúvidas; Trabalho a realizar na próxima aula;	Os alunos sentados em semicírculo ouvem atentamente o professor e respondem às questões quando solicitados.  	Realizar um balanço das tarefas e aferir a aquisição de conhecimentos;  Facultar aos alunos informações necessárias para a próxima aula.	O aluno ouve o professor e compreende o balanço da aula.
10h00'		Arrumação do material.			

**Observações:**

- Os alunos que não realizarem a aula, ajudam o professor a arbitrar
- Os alunos vão para o balneário 10' antes do toque (Higiene Pessoal). Os alunos que não tomam banho, realizam 5' de corrida

**Reajustamento:**

- Se faltar algum elemento, o aluno sem par realizará o exercício junto de dois colegas.

**Justificação**

Após a observação do desempenho dos alunos na aula passada.

Como na aula anterior, e após o aquecimento, os alunos serão divididos por grupos e realizam a aula em circuito, de maneira a que a aula se torne dinâmica e que passem por gestos técnicos diferenciados, são eles: lançamento na passada, em suspensão, desenvolvimento de coordenação com a utilização da bola de basquetebol, drible de progressão e protecção. Estes gestos são fundamentais para a situação de jogo reduzido ou formal, assim, convém que os alunos aperfeiçoem muito bem as suas componentes críticas.

Por fim, realizaram jogo reduzido 3x3.

## Anexo 4 - Tabela de Avaliação Diagnóstica

Basquetebol		Escola Básica 2º e 3º Ciclo Infante D. Pedro - Buarcos						EDUCAÇÃO FÍSICA			
Aluno			Componentes Técnicas				Componentes Táticas - Jogo 3x3		Nível de Desempenho	Componentes Críticas (CC)	
Nº	Nota Ano Passado	Nome	Passe	Receção	Drible	Lançamento na passada	Ataque	Defesa			
1										<p><b>Passe:</b> Agarra a bola com as duas mãos sem contato com a palma da mão; Extensão do M.S. e rotação interna das mãos; avanço da pema dominante à frente.</p> <p><b>Receção:</b> Agarra a bola com as duas mãos sem contato com a palma da mão; M.S. estendidos na direção da bola; Termina com a bola junto ao corpo; M.I. ligeiramente fletidos.</p> <p><b>Drible:</b> Apenas com uma mão e dedos afastados; sem contato com a palma da mão; Flexão e extensão dos M.S.; Batimento da bola abaixo da cintura pélvica.</p> <p><b>Lançamento na passada:</b> 1º apoio – passada longa, avançando o m.i. do lado onde se realiza o lançamento; 2º apoio – passada mais curta, com o m.i. contrário; Impulso na vertical, elevando e flectindo o joelho do m.i. que realiza o 1º apoio; o lançamento é feito no ponto mais alto do salto.</p> <p><b>Ataque:</b> Com posse de bola, direcciona-se para o cesto; Sem bola e com bola procura criar linhas de passe; com posse de bola, realiza o passe e corta para o cesto.</p> <p><b>Defesa:</b> Pés à largura dos ombros, executando deslocamentos laterais sem cruzamento dos m.i.; colocar-se entre a bola e o seu cesto.</p>	
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											
21											
22											

**1-** Não executa nenhuma das C.C.; **2-** Executa alguns pontos das C.C.; **3-** Executa pelo menos uma C.C. sem dificuldade; **4-** Executa todas as C.C. sem dificuldade.



## Anexo 6 – Tabela de Avaliação Sumativa

Basquetebol		Escola Básica 2º e 3º Ciclos Infante D. Pedro - Buarcos													
Ficha de Avaliação Sumativa de Basquetebol - 9ºAno													Avaliação Sumativa Basq.	Média Arredonda da	Componentes Críticas (CC)/ Critérios de Êxito
Aluno		Acções Técnico-táticas (Exercícios Critério)				Comportamento em Jogo									
Nº	Nome	Passé/recepção	Drible	Lançamento	Finta	Pé-eixo	Faz mão-alvo	Faz passe e corte	Recupera a bola	Organiza o jogo	Lança quando têm oportuni	Marcação HXH			
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															
16															
17															
18															
19															
20															
21															
22															

**Passé:** Agarra a bola com as duas mãos sem contato com a palma da mão; rotação interna das mãos; avanço da perna dominante à frente.  
**Recepção:** Agarra a bola com as duas mãos sem contato com a palma da mão; M.S. estendidos na direção da bola;  
**Drible:** Apenas com uma mão e dedos afastados; sem contato com a palma da mão; Batimento da bola abaixo da cintura pélvica.  
**Lançamento:** faz lançamento na passada fazendo os apoios corretamente (E+D e D+E e eleva o joelho do m.i. livre + lanç.).  
**Finta:** Finta com e sem bola fazendo simulações com o corpo.  
**Pé-eixo:** Usa o pé mais fraco como pé eixo, e utiliza isto para se enquadrar com o cesto ou para fintar.  
**Mão-alvo:** Faz mão-alvo para pedir a bola a um colega.  
**Passé e Corte:** Passa, e corta em linha recta para o cesto, pedindo a bola utilizando a mão alvo.  
**Marcação HxH:** Marca o mesmo jogador ao longo do jogo. Posiciona-se entre o adversário e o cesto, utilizando os m.s. para interceptar o passe dos adversários.

**1- Não executa nenhuma das C.C.; 2- Executa alguns pontos das C.C.; 3- Executa pelo menos 1 C.C.; 4- Executa 2 ou mais C.C. com erros; 5- Executa todas as C.C. sem erros**

