



Universidade do Porto
Faculdade de Desporto

Relatório de Estágio Profissional

Relatório de Estágio Profissional apresentado com vista à obtenção do 2º ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (Decreto-lei nº 74/2006 de 24 de Março e o Decreto-lei nº 43/2007 de 22 de Fevereiro).

Orientador: Professor Doutor Ramiro Rolim

João Pedro Pereira Ribeiro

Porto, Junho de 2010

Ficha de Catalogação

Ribeiro, J. (2010). *Relatório de Estágio Profissional*. Porto: J. Ribeiro. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVES: EDUCAÇÃO FÍSICA, ESTÁGIO PROFISSIONAL, FORMAÇÃO INICIAL, PROFESSOR, PROCESSO ENSINO-APRENDIZAGEM, REFLEXÃO, RELAÇÃO PROFESSOR-ALUNO.

Agradecimentos

Ao meu Professor Orientador, Professor Doutor Ramiro Rolim, pelos conhecimentos e conselhos transmitidos, bem como pela disponibilidade demonstrada em todos os momentos.

À minha Professora Cooperante, Mestre Luísa Brandão, pela paciência, partilha de experiências, disponibilidade e acima de tudo, pela Amizade.

Aos Amigos criados na Faculdade, pelas experiências, conhecimentos e alegrias que partilhamos, jamais esquecerei o Núcleo Duro.

Ao Diogo Alves e Tiago Félix pelos momentos de escape que me proporcionaram quando me sentia preso, pelos bons momentos que passamos (e iremos passar), pela força dada nos momentos mais difíceis e pela inolvidável amizade que nos une.

À Inês e Manuela pela incansável amizade, preocupação e memorável forma de ser, portanto, duas grandes Amigas.

À Tânia, pelo amor, carinho e incentivo com que me brindou ao longo desta “nossa” vida.

Aos meus Pais e Irmão pela compreensão, dedicação e apoio que nunca o senti ausente.

...são o mais importante de mim.

O que sou hoje, devo-o a vós! Por tudo... o
meu muito OBRIGADO!

“As pessoas entram em nossa vida por acaso, mas não é por acaso que elas permanecem.”

Lilian Tonet

Índice geral

Resumo.....	XI
Abstract.....	XIII
Abreviaturas.....	XV
1. Introdução.....	3
2. Enquadramento Biográfico.....	9
2.1. Reflexão Biográfica.....	9
2.2. Expectativas em relação ao Estágio Profissional.....	10
2.3. A integração na Escola... ..	12
3. Enquadramento da Prática Profissional.....	15
3.1. Macrocontexto.....	15
3.2. Contexto Legal.....	16
3.3. Contexto Institucional.....	17
3.4. Contexto Funcional.....	18
3.4.1. Caracterização do contexto de Estágio Profissional.....	18
3.4.2. Grupo de Educação Física e instalações desportivas.....	19
3.4.3. 10º E.....	21
4. Realização da Prática Profissional.....	25
4.1. Áreas de desempenho.....	25
4.1.1. Área 1 – Organização e Gestão de Ensino e Aprendizagem...	25
4.1.2. Área 2 – Participação na Escola.....	50
4.1.2.1. Estudo Sociométrico do 10º E.....	58
4.1.3. Área 3 – Relação com a Comunidade.....	79
4.1.4. Área 4 – Desenvolvimento Profissional.....	81
5. Conclusão.....	87
Referências Bibliográficas.....	93
Anexos.....	iii

Índice de figuras

Figura 1: 1ª Escolha para os intervalos das aulas (1º Momento).....	66
Figura 2: 2º Escolha para os intervalos das aulas (1º Momento).....	67
Figura 3: 3ª Escolha para os intervalos das aulas (1º Momento).....	67
Figura 4: 1ª Escolha numa visita de estudo (1º Momento).....	68
Figura 5: 2ª Escolha numa visita de estudo (1º Momento).....	68
Figura 6: 3ª Escolha numa visita de estudo (1º Momento).....	69
Figura 7: 1ª Escola para um trabalho de grupo (1º Momento).....	69
Figura 8: 2ª Escolha para um trabalho de grupo (1º Momento).....	70
Figura 9: 3ª Escolha para um trabalho de grupo (1º Momento).....	70
Figura 10: 1ª Escolha para os intervalos das aulas (2º Momento)....	72
Figura 11: 2º Escolha para os intervalos das aulas (2º Momento)....	73
Figura 12: 3ª Escolha para os intervalos das aulas (2º Momento)....	73
Figura 13: 1ª Escolha numa visita de estudo (2º Momento).....	74
Figura 14: 2ª Escolha numa visita de estudo (2º Momento).....	74
Figura 15: 3ª Escolha numa visita de estudo (2º Momento).....	75
Figura 16: 1ª Escola para um trabalho de grupo (2º Momento).....	75
Figura 17: 2ª Escolha para um trabalho de grupo (2º Momento).....	76
Figura 18: 3ª Escolha para um trabalho de grupo (2º Momento).....	76

Índice de anexos

Anexo 1: Ficha de Caracterização do Aluno.....	iii
Anexo 2: Ficha Sociobiográfica.....	v
Anexo 3: Folha de conteúdos.....	ix
Anexo 4: Folha de Presenças.....	xi
Anexo 5: Plano de Aula.....	xiii
Anexo 6: Reflexão Crítica da aula.....	xv
Anexo 7: Relatório de aula dos Alunos.....	xvii
Anexo 8: Acta das reuniões.....	xix
Anexo 9: Projecto IMC.....	xxi
Anexo 10: Projecto Dona Sport.....	xxiii
Anexo 11: Projecto Visita de Estudo.....	xxxi
Anexo 12: Projecto Desporto Escolar.....	xxxiii
Anexo 13: Análise do Sistema Educativo.....	xxxvii
Anexo 14: Teste Sociométrico.....	xliii

Resumo

Ser capaz de ultrapassar as exigências e dificuldades que o Professor de Educação Física encontra ao longo da sua carreira, é o propósito deste Estágio Profissional. Assim, dota os Alunos-Estagiários de um poder de reflexão e auto-crítica, através de uma prática supervisionada em contexto real de ensino, que permitem um desenvolvimento das competências relacionadas com a Docência da Educação Física.

O meu Estágio Profissional decorreu na Escola Secundária D. Maria II, em Braga. O Núcleo de Estágio era constituído por 3 Alunos-Estagiários e dois supervisores, Professor Orientador, professor da faculdade, e Professora Cooperante, professora da escola.

Este documento encontra-se organizado em 5 capítulos: O primeiro, a “Introdução”, faz uma sucinta apresentação daquilo que será este documento; o “Enquadramento Biográfico”, que retrata parte da minha vida, dando maior evidência à minha formação académica e desportiva, à sua interligação, e às expectativas iniciais com que entrei neste “novo” ano; o “Enquadramento da Prática Profissional”, visa compreender melhor o funcionamento do actual modelo de Estágio, devido às alterações sofridas com a entrada em vigor do processo de Bolonha. Analisando este Estágio segundo vários contextos, o Macro contexto, contexto legal, contexto funcional e contexto institucional. A “Realização da Prática Profissional” é, a meu ver, o pilar fulcral de todo o relatório. É aqui que se encontra a história do meu Estágio, através das 4 áreas de desempenho: Organização e Gestão de Ensino e Aprendizagem, Participação na Escola, Relação com a Comunidade e Desenvolvimento Profissional. A reflexão foi uma constante nestas 4 áreas, permitindo assim um maior desenvolvimento como Professor. O trabalho de investigação, que senti necessidade de realizar, levou-me a concluir que existem Alunos que não estão totalmente integrados na Turma e que existe uma separação entre géneros, havendo, ainda, sub-grupos dentro de cada um. Por fim, a conclusão refere o balanço entre as expectativas iniciais e os objectivos alcançados, bem como a importância que esta componente prática teve no meu crescimento.

PALAVRAS-CHAVES: EDUCAÇÃO FÍSICA, ESTÁGIO PROFISSIONAL, FORMAÇÃO INICIAL, PROFESSOR, PROCESSO ENSINO-APRENDIZAGEM, REFLEXÃO, RELAÇÃO PROFESSOR-ALUNO.

Abstract

Being able to overcome the difficulties and the demands that the Physical Education Teacher encounters throughout their career, is the basis of this Professional Internship. Consequently, it provides the Student-Internees with the power of reflection and self-criticism, through a supervised practicum in a real education setting, thus allowing for the development of skills related to teaching Physical Education.

My internship took place at the D. Maria II Professional School in Braga. The Internship program was composed of three student-internees and two supervisors: an Orientating Professor who is a University Professor and a Collaborating Teacher who teaches at the relevant school.

This document is organized into four chapters: the first one, Introduction, gives a succinct presentation of what will be this document; the "Biographical background", which depicts part of my life, giving more evidence of my training academically and through sports, their interrelation, and the initial expectations with which I entered this "new" year. The "Fulfillment of the Professional Practice" aims to better understand the procedures of the current model of the internship, tying in the changes made to it due to the entry of the Bologna process. Analyzing this internship in several contexts, the macro context, legal context, functional context and institutional context, the "Realization of the Professional Practicum" is, in my view, the central pillar of the entire report. Here is where you find the narrative of my internship through four performance areas: Organization and Management of Teaching and Learning, Participation in School, Community Relations, and Professional Development. Consideration was consistently given to these four areas, thus allowing for further development as a teacher. The research, which I felt the need to carry out, led me to conclude that there are students who are not fully integrated in the Classroom, there is a separation between the sexes, and moreover, there are sub-groups within each. Finally, the conclusion relates to the balance between the initial expectations and the targets achieved as well as the importance of this practical component in my development.

KEYWORDS: PHYSICAL EDUCATION, PROFESSIONAL INTERNSHIP, INITIAL FORMATION, TEACHER, TEACHING-LEARNING PROCESS, REFLECTION, TEACHER-STUDENT RELATIONSHIP.

Abreviaturas

AMA – Adaptação ao Meio Aquático

APEF – Associação de Professores de Educação Física

DT – Directora de Turma

EE – Estudantes Estagiários

ESAS – Escola Secundária Alberto Sampaio

ESDM II – Escola Secundária Dona Maria II

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

FCDEF – Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física

IMC – Índice de Massa Corporal

JDC – Jogos Desportivos Colectivos

PC – Professora Cooperante

PEE – Projecto Educativo da Escola

PES – Projecto de Educação para a Saúde

PFI – Projecto de Formação Individual

PO – Professor Orientador

UT – Unidade Temática

% MG – Percentagem de Massa Gorda

1. Introdução

1.Introdução

*Se não fosse Imperador, desejaria ser Professor.
Não conheço missão maior e mais nobre no mundo que a de dirigir
inteligências jovens e preparar os Homens do futuro.
D. Pedro II*

O presente documento foi elaborado no âmbito do Estágio Profissional, Unidade Curricular do 2º Ciclo de Estudos, conducente ao Grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP).

O Estágio Profissional em que estive envolvido decorreu na Escola Secundária D. Maria II (ESDM II), situada na Cidade de Braga, localizada no centro urbano da mesma. Além de mim o Núcleo de Estágio foi constituído por mais dois Estudantes Estagiários, Luís Macedo e Tânia Oliveira. O processo de supervisão esteve a cargo da Professora Cooperante (PC), Mestre Luísa Brandão e do Professor Orientador (PO), Professor Doutor Ramiro Rolim.

Ao longo de todo o ano fui responsável pelo processo de Ensino-Aprendizagem da Turma E do 10º ano de escolaridade, turma atribuída à PC.

Este documento é sinónimo do culminar de um ano repleto de receios, dúvidas, dificuldades, mas também de aprendizagem, pesquisa, experiência e, acima de tudo, gratificação por poder exercer a Profissão que sempre sonhei. Para aqui chegar, além de todo o meu empenho e dedicação, não seria possível sem a colaboração e cooperação que existiu no meu Núcleo de Estágio. Uma das grandes bases para o sucesso é a capacidade de união de um grupo, lutando em conjunto em busca do mesmo objectivo.

Este Estágio colocou-me perante a realização de inúmeras actividades, quer individuais quer em grupo. Destas, sempre fizeram parte a concepção, planeamento, realização e avaliação inerentes a qualquer actividade.

O objectivo do Estágio Profissional é integrar o EE na realidade de ensino, progressivamente, de forma supervisionada, formando assim profissionais mais competentes, capazes de desenvolver um espírito crítico e

reflexivo, colocando-o ao nível dos desafios e exigências requeridas ao Professor de Educação Física (Matos, 2009).

O professor tem de ser capaz de encontrar um equilíbrio entre a teoria e a prática, pois não é possível identificar qual a componente mais importante para da sua actuação. Bento (1995) robustece ainda mais este pensamento, afirmando que não se pode separar ou hierarquizar a teoria e a prática, segundo os quais o profissional de Educação Física se rege.

De nada adianta ser possuidor de um vasto conjunto de teorias quando perante uma situação em concreto não conseguimos colocar em prática toda a teoria apreendida. É por isso necessário que o Professor seja capaz de recrutar os conhecimentos teóricos para as vivências práticas experimentadas no contexto real.

A reflexão é uma das bases sobre a qual as competências do Professor assentam. Através desta existe a possibilidade de associar os conhecimentos teóricos às vivências práticas, permitindo desta forma um desenvolvimento profissional através do acto reflexivo.

Assim a reflexão sobre a minha acção foi uma constante no decurso do ano lectivo, durante e após cada actividade realizada. Assim, como afirma Rodrigues (2009), a reflexão deve ser realizada na situação real, pois esta configura-se como um espaço de integração das competências do Professor e, como tal, capacita-o para a tomada de consciência proveniente do trabalho efectuado, permitindo-lhe posteriormente realizar experiências e reformulações inerentes à superação de problemas detectados.

Este Relatório de Estágio surge como um espelho daquilo que foi o meu ano na ESDM II. Trata-se por isso de uma reflexão acerca das minhas acções e opções resultantes de todo o processo.

Deste modo, encontra-se organizado em 5 capítulos. O primeiro, a Introdução, seguindo-se o Enquadramento Autobiográfico, onde espelha uma pequena parte da minha vida, focando especialmente a minha forte ligação ao desporto ao longo da formação académica e as expectativas com que entrei para este Estágio. O Enquadramento da Prática Profissional, reporta-se ao 3º capítulo, englobando o macro contexto, o contexto legal, o contexto funcional e

o contexto institucional. É realizada uma abordagem sucinta ao Sistema Educativo Nacional, ao nosso modelo de Estágio, comparando-o com outros modelos conhecidos. É também feita uma breve caracterização do contexto real onde desenvolvi o meu Estágio. O quarto capítulo, pessoalmente o mais importante, refere-se à Realização da Prática Profissional, onde é contada a história do meu Estágio, fazendo uma passagem pelas 4 áreas de desempenho (Área 1 – Organização e Gestão de Ensino e Aprendizagem; Área 2 – Participação na Escola; Área 3 – Relação com a Comunidade; Área 4 – Desenvolvimento Profissional) e no qual integro o Projecto de Ensaio referente à “Relação Professor-Aluno na sala de aula e na Educação Física” e o Projecto de Estudo, que é um estudo Sociométrico sobre os Alunos da Turma em que leccionei. No final do presente documento teci umas breves conclusões relativas ao decorrer deste ano lectivo.

Este documento permitiu-me, assim, realizar um balanço daquilo que foi o meu Estágio Profissional.

2. Enquadramento Biográfico

2. Enquadramento Biográfico

2.1. Reflexão Biográfica

As pessoas reflectem as culturas de onde são provenientes, e traçam a sua personalidade segundo normas, costumes e valores da região de onde são oriundos.

Sendo eu um espelho das raízes onde cresci, atrevo-me a dizer que tenho mais de Transmontano do que de Bracarense.

Vivi os primeiros anos da minha vida numa aldeia chamada Vila Nova, pertencente ao concelho de Montalegre. Durante o tempo em que habitei naquele lugar foi escassa a Educação Física (Ginástica como era, e ainda é, lá chamada) ou Desporto praticado.

Como ser em descoberta do Mundo e das minhas capacidades, tive uma infância baseada nas brincadeiras normais de criança, isto é, sem a presença de actividade física orientada como agora existe nas Escolas do 1º Ciclo e Jardins de Infância.

Tudo isto mudou quando o Professor Aníbal Nascimento decidiu partilhar com as crianças daquela aldeia o seu conhecimento sobre Educação Física, criando nelas o gosto pela prática desportiva.

Desde aí, ficava cada vez mais fascinado com aquilo que o Professor Nascimento ensinava. Só pensava em um dia ser eu a poder ensinar outras crianças.

Devido às deficientes condições existentes naquela aldeia para o desenvolvimento económico, educacional e desportivo, os meus pais sentiram a necessidade de dar mais e melhor aos filhos e, por isso, após ter concluído a Escola Primária, fomos viver para a cidade de Braga.

Desde que cheguei a Braga tudo me pareceu diferente. Em termos desportivos parecia outro mundo. Enquanto frequentava o Ensino Básico na Escola E.B. 2 e 3 de Gualtar, por influência do meu pai, entrei para a Escola de Futebol Fernando Pires, com 11 anos de idade.

Após a conclusão do Ensino Básico, frequentei a Escola Secundária Alberto Sampaio (ESAS), inscrito no curso de Desporto, com o objectivo de

conseguir entrar na Faculdade de Ciência do Desporto e de Educação Física, da Universidade do Porto (FCDEF – UP).

Ao longo do Ensino Secundário estive de mãos dadas com o desporto federado.

Candidatei-me à FCDEF-UP (agora FADE-UP) e consegui entrar, com o intuito de sair licenciado e conseguir leccionar numa escola.

No decorrer da minha formação académica estive sempre ligado ao Desporto, mais em particular ao Futebol, pois foi a modalidade por mim escolhida para praticar. Enquanto estive no Ensino Básico e Secundário não tive muitos problemas em conciliar os estudos com a prática desportiva. Todavia, quando entrei na FCDEFUP, a disponibilidade de horários para poder praticar desporto extra-faculdade eram exíguas. A pensar nas dificuldades decidi que me devia esforçar no sentido de, mais uma vez, conciliar os estudos com o Desporto. E consegui. Estou actualmente a frequentar o meu quinto ano na faculdade e ainda não deixei de jogar futebol.

Durante este período foram diversos os Clubes por onde passei. Penso que a maior vantagem de nunca ter estado 2 anos ao serviço do mesmo clube é poder conhecer vários grupos e métodos de trabalho. Além de ser uma peça vital para a minha convivência social em grupo, permitiu-me também obter conhecimentos acerca de várias metodologias de treino, que me poderão ser benéficas, uma vez que tenho objectivado construir uma carreira de treinador de futebol.

2.2. Expectativas em relação ao Estágio Profissional

Quando me candidatei para a FCDEF, fi-lo com a convicção e o sonho de ser Professor de Educação Física numa escola. Contudo, nos dias que correm, existe muita dificuldade em alcançar tal sonho. No entanto, não deixarei de me esforçar por alcançar esse objectivo o mais rápido possível.

Pessoalmente, tinha o Estágio Profissional como o principal ponto de partida para a aplicação dos conhecimentos que fui adquirindo ao longo dos anos. Conhecimentos estes que foram solicitados e fundamentais desde o primeiro dia de intervenção na escola.

Vestir o papel de Professor é completamente diferente do ser-se Aluno. É necessário conhecer todo um conjunto de normas e direitos, do Docente e do Discente, de modo a que possamos adoptar comportamentos adequados e correctos perante situações e intervenientes diferentes. Pessoalmente nunca me tinha apercebido que o mundo profissional na escola vai muito para além do dar aulas. Pelo que me é dado a ver, os Professores fazem um esforço enorme para cumprirem as suas tarefas, muitas das vezes em condições adversas.

Este Estágio Profissional servirá também para auto-avaliar a minha formação inicial. Por outro lado, será um teste aos meus conhecimentos e ao meu sentido de responsabilidade, de justiça e de comunicação. Confesso que não estava à espera de uma carga de responsabilidade e pressão tão grande, desde o início do ano. Agora, vejo este facto como vantajoso para o decorrer de todo um processo de formação, até à sua conclusão. O facto de, desde logo, contactar com a Turma, fez com que me sentisse mesmo Professor e isso ajudou-me bastante, motivando-me para começar a transmitir os meus conhecimentos aos meus Alunos.

Com este Estágio ambiciono obter uma panóplia de conhecimentos, conseguidos através do trabalho no campo que me permitissem fazer mais e melhor a cada ano que passa, através do qual pudesse interiorizar toda a envolvência de um Estabelecimento Escolar. Espero poder autonomizar-me, ser capaz de gerir e controlar uma Turma, promovendo um processo Ensino-Aprendizagem eficaz e eficiente. Para tal, tem toda a importância este Estágio antes de iniciarmos, verdadeiramente, a vida profissional. As vivências acumuladas neste ano de Estágio mostra-nos qual o caminho a percorrer e quais os obstáculos com que, no futuro, nos iremos confrontar.

Os conhecimentos adquiridos durante a formação na faculdade foram muitos. Contudo, prevaleceu o fornecimento de conhecimento teórico.

As didácticas leccionadas na faculdade são óptimas em teoria, no entanto, não possuímos um tempo de prática que nos permite adquirir conhecimentos e experiências práticas proveitosas para a nossa acção no futuro. As didáticas não substituem o contexto real de ensino, mas, despertam-

nos para um caminho que devemos percorrer, capacitando-nos com fundamentos pedagógicos de cada modalidade. Assim, vejo o Estágio como o momento ideal de colocação em prática de toda a formação adquirida na FADEUP, conciliando da melhor forma a componente teórica e prática. A interação entre estas duas componentes permite atingir a competência profissional.

2.3. A integração na Escola...

No início do meu estágio estava com muito receio da minha recepção e integração na Escola. Inicialmente, senti dificuldades na interação com os docentes do Estabelecimento de Ensino onde estagio, pois não consegui tratar os Professores como colegas.

De um modo, geral fui muito bem recebido nesta Escola. Todo o pessoal Docente e não Docente se mostraram disponíveis para apoiar sempre que necessário, facilitando a minha integração no seio da Comunidade Escolar. À medida que o tempo foi passando, senti-me, cada vez mais, Professor da Escola Secundária D. Maria II.

Para que a minha integração e convivência com os demais elementos da comunidade escolar ocorresse de forma rápida e harmoniosa, foi fulcral o papel da Professora Cooperante, fazendo questão que o Núcleo conhecesse toda a Escola, bem como os seus elementos.

A Professora Cooperante é uma Docente muito sociável e capacitada de um ritmo de trabalho muito elevado que, no início, torna-se difícil de acompanhar. Este ritmo exigiu-me muita concentração, sacrifício e esforço. Mas como diz Max Beerbohm (parodista e caricaturista Inglês), “Nenhum trabalho de qualidade pode ser feito sem concentração, auto-sacrifício, esforço e dúvida”.

3. Enquadramento da Prática Profissional

3. Enquadramento da Prática Profissional

O modelo de Estágio seguido pela Fadeup decorre em diferentes contextos. Deste modo, é importante tecer alguns comentários acerca da desta etapa na minha formação.

3.1. Macro contexto

O Estágio Profissional a que me propus coloca-me perante uma actividade que tem por base o Sistema Educativo do nosso País.

O Sistema Educativo Português visa garantir uma contínua acção formativa, favorecendo o desenvolvimento integral da personalidade, a promoção social, a democratização da sociedade e compreende a educação pré-escolar, a educação escolar e a educação extra-escolar.

Em Portugal, o Sistema Educativo abarca a totalidade do território português (Continente e Regiões Autónomas) em busca de uma representação o mais flexível e diversificada possível, com o objectivo de abranger países e locais onde habitem comunidades portuguesas ou se denote um elevado interesse pelo desenvolvimento e divulgação da cultura portuguesa.

Diz respeito aos Ministérios de Educação e da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior a coordenação política referente ao Sistema Educativo nacional.

O Sistema Educativo é composto por seis grandes etapas: o Ensino Pré-escolar (a partir dos 3 anos), o Ensino Básico (9 anos de escolaridade dos 6 aos 15 anos), o Ensino Secundário (correspondente a mais 3 anos a frequentar, entre os 15 e os 25 anos), o Ensino Superior (de 4 a 6 anos e que culmina com o grau de licenciatura e/ou mestrado), o Ensino Pós-graduado, (cursos de especialização) e a Pós-graduação (mestrado ou doutoramento).

Enquanto área curricular, a Educação Física, sendo uma disciplina estrutural, relaciona-se com as demais áreas curriculares. Com o objectivo de formar um ser total, a disciplina de Educação Física é obrigatória desde o Ensino Pré-primário até ao Secundário, onde se encontra o limite de escolaridade obrigatória.

O Programa de Educação Física concebido visa contrariar a carência de reconhecimento que esta disciplina carrega e proporcionar aos Alunos condições que lhes permita aproveitar os benefícios desta disciplina. Habilitando os Alunos com capacidades que lhes permitam realizar variadas actividades físicas, assim como possibilitar-lhes um estilo de vida saudável, promovendo a saúde e o bem-estar.

3.2. Contexto Legal

O Ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário que actualmente frequento, é regulamentado pelo Decreto-lei nº. 74/2006 de 24 de Março, actualizado pelo Decreto-Lei nº. 107/2008 de 25 de Junho, pelo Decreto-Lei nº 43/2007 de 22 de Fevereiro, assim como pelo Regulamento Geral dos Cursos de 2º Ciclo da Universidade do Porto.

Os Decretos-Lei acima referidos são a base de todo o enquadramento legal deste ciclo de estudos. Este conferir-me-á o grau de mestre, capacitando-me legalmente para o exercício desta actividade profissional. Os principais objectivos deste curso prende-se com o facto de habilitar os futuros Docentes de EF com um grande domínio acerca dos conhecimentos na área das ciências do Desporto, incentivando a uma postura investigadora, auxiliando na resolução de situações complexas, desenvolvendo maior responsabilidade e dotando os profissionais de uma maior capacidade de justiça e reflexão.

É conferido o grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário a quem obtiver a aprovação nas diferentes áreas curriculares, no Estágio Profissional e no respectivo relatório.

Recentemente, com a implementação do novo modelo proposto por Bolonha, o Ensino Superior sofreu profundas reestruturações. Além da estrutura do curso, o Estágio também sofreu alterações relativamente aos anos anteriores. Anteriormente o curso era de 5 anos, em que o 5º ano era o ano de Estágio e de realização de um estudo monográfico numa área optativa de especialização. Após cumpridas estas tarefas, os Alunos ficavam habilitados para leccionar nas escolas. Actualmente o curso, com Bolonha, é de 3 anos

atribuindo a Licenciatura. Todavia não permite que o sujeito esteja legalmente habilitado para ser docente nos Ensinos Básico e Secundário. Para ficar habilitado a exercer estas funções terá que realizar um 2º ciclo de estudos em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, ou seja, é necessário o grau de Mestre neste domínio para poder exercer legalmente esta profissão

Durante a minha formação fui abrangido por Bolonha, e como tal fui influenciado por todo esse processo. A sequência natural do meu percurso académico foi alterada, passando do 4º ano de Licenciatura para o 2º ano de Mestrado

3.3. Contexto Institucional

O Estágio Profissional insere-se no segundo Ciclo de Estudos conducente ao Grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Tendo em vista proporcionar a realização do estágio profissional aos seus estudantes, a FADEUP desenvolveu protocolos de cooperação com vários Estabelecimentos de Ensino públicos, possibilitando a realização do Estágio aos Alunos inscritos no 2º ano do ciclo de estudos acima referido.

Este Estágio desenvolve-se através de uma supervisão conjunta, entre o Professor Orientador da Faculdade e o Professor Cooperante da Escola onde decorre o estágio.

A Professora Cooperante acompanha-nos durante todo o processo de Ensino-Aprendizagem, auxiliando-nos nas aulas e nas reflexões.

O Professor Orientador, como o próprio nome diz, tem a função de orientar. Deste modo, este encontra-se disponível para nos receber e guiar pelo caminho certo na Faculdade. Entre as tarefas que lhe são atribuídas, tem de observar, pelo menos, 3 aulas de cada estudante estagiário ao longo do ano, uma por período.

Existe uma interacção entre os Estabelecimentos de Ensino que acolhem os EE e a FADEUP, para que o desenvolvimento do Estágio Profissional decorra de forma harmoniosa e coerente.

Comparativamente com anos anteriores o Estágio, actualmente não é renumerado. Cada Estagiário era o Professor principal da Turma e apenas era supervisionado de 15 em 15 dias pelo Supervisor da Escola. Este modelo de Estágio já está fora de circulação à alguns anos.

Existem, também, diferenças ao nível dos Estágios proporcionados por outras Universidades. Na Escola Secundária Dona Maria II além do Núcleo de Estágio de Educação Física existem também os Núcleos de Estágio de Português e Filosofia. O seu modelo de Estágio diverge do meu, na medida que desde o início do ano lectivo sou responsável por uma Turma e os meus colegas da disciplina de Português e Filosofia apenas têm a possibilidade de exercer as funções de Professor em 10 aulas repartidas pelos dois últimos períodos do ano lectivo.

Além do regime de Estágio na Escola, este ciclo de estudos pretende que o EE obtenha a aprovação na cadeira de Tópicos I e II. Sendo esta disciplina ministrada às segndas-feiras no auditório da FADEUP.

3.4. Contexto Funcional

3.4.1. Caracterização do contexto do Estágio Profissional

A realização do meu Estágio Profissional ocorreu na Escola Secundária D. Maria II (ESDMII) localizada na freguesia de S. Lázaro, em Braga.

Está localizada o centro da cidade, próxima de vários pontos importantes desta metrópole, tais como, Tribunal Administrativo e Fiscal de Braga, Loja do Cidadão, Hospital S. Marcos e Estádio 1º de Maio.

Esta escola é frequentada por 1038 Alunos, distribuídos pelo 10º, 11º e 12ºanos de escolaridade, nos vários Cursos (Curso Científico Humanístico de Ciências e Tecnologias, Curso Científico Humanístico de Ciências Socioeconómicas, Curso Científico Humanístico de Artes Visuais, Curso Científico Humanístico de Línguas e Literaturas e Cursos Profissionais). Existem 14 Turmas do 10º ano, 13 do 11º e 18 do 12º ano de escolaridade. Funcionando em regime triplo – Diurno (Manhã e Tarde) e Nocturno.

As expectativas de 65% dos Alunos desta escola são prosseguir estudos, entrando no Ensino Superior, 22% pretendem atingir o Ensino Pós Secundário,

12% pretende apenas concluir o Ensino Secundário e 8% procura um Ensino Profissional.

O pessoal docente é constituído por 133 professores, com uma média de idades situada entre os 40 e os 60 anos de idade.

Este ano a ESDM II, bem como várias escolas da cidade, iniciaram as obras de reestruturação dos seus edifícios. Deste modo, foram feitas várias alterações em relação a anos transactos. Houve a necessidade de abdicar de 2 edifícios anexos ao bloco central e dos campos exteriores de Educação Física, para poder dar seguimento às obras. Isto levou a uma escassez de salas de aula, sendo necessário providenciar 2 contentores para poder, de certa forma, obter o mínimo de exigências requeridas para o bom funcionamento das aulas.

Estes factores levaram a uma necessidade global de adaptação e reajustamentos, dificultando muito toda a planificação anual.

3.4.2. Grupo de Educação Física e instalações desportivas

O Núcleo de Estágio é constituído por 3 Professores Estagiários – João Ribeiro, Luís Macedo e Tânia Oliveira – a Professora Cooperante, Mestre Luísa Brandão e o Professor Orientador – Professor Doutor Ramiro Rolim.

O Grupo de Educação Física engloba 10 Professores, 4 do sexo masculino e 6 do grupo feminino.

Apesar da boa recepção do Grupo de Educação Física, assim como de toda a ESDM II, tive algumas dificuldades em conseguir tratar os vários Professores como colegas. Inicialmente senti grande diferença entre mim, um “futuro” Professor e um “verdadeiro” Professor. Diferenças essas que ao longo do tempo foram ficando cada vez menores. Não só pelo meu crescimento e desenvolvimento mas também pela constante participação nas actividades da escola como qualquer Docente, percebendo assim melhor o seu funcionamento e integrando-me. A alegria e dinâmica que se respira dentro do Grupo de Educação Física, cria neste uma união que se assemelha bastante a uma família. E assim, nós éramos vistos pelos Professores de Educação Física, não como seus filhos mas como Irmãos.

É bom ressaltar que a ESDM II se encontra em obras e, em função disso, os espaços desportivos estão condicionados, dificultando a prática de algumas modalidades. Para a realização de aulas de Educação Física no corrente ano lectivo esta Escola possuía 4 espaços: 1 Ginásio Grande, 1 Ginásio Pequeno e 2 Espaços Exteriores.

Assim, a disciplina de Educação Física viu-se privada de alguns espaços para a realização das aulas. Os espaços exteriores localizados a Sul Edifício principais foram retirados ao Grupo de Educação Física, uma vez que estes se encontra em obras. Para colmatar a falta destes espaços, foram criados dois campos, no espaço que antes era destinado ao parque automóvel dos Professores deste Estabelecimento de Ensino. Contudo, estes não apresentam as dimensões oficiais para qualquer modalidade abordada naquele espaço, criando entraves na abordagem das várias modalidades.

Os Ginásios continuam em funcionamento, no entanto, foi-nos informado que, quando os Pavilhões novos estivessem prontos, iríamos deslocar-nos para as novas instalações. Todavia, o Grupo de Educação Física decidiu mudar-se apenas quando todo o Ginásio estivesse equipado, logo esta mudança ainda não foi concretizada.

Assim sendo, após o final das obras, esta Escola irá usufruir de 2 espaços exteriores e 2 Ginásios (1 grande e outro mais pequeno) totalmente novos e, por certo, com melhores condições.

No que diz respeito às actuais condições de funcionamento, o Ginásio Grande permite abordar Badminton, Voleibol e Basquetebol, possuindo uma rede da Badminton, uma rede de Voleibol e duas tabelas de Basquetebol.

No Ginásio Pequeno, as condições apenas permitem desenvolver conteúdos relacionados com a Dança, a Ginástica e a Condição Física dos alunos. Este espaço é muito pequeno, tendo disponíveis espaldares e uma aparelhagem sonora.

Por sua vez, os Espaços Exteriores permitem, com muita limitação, a abordagem de modalidades como o Futebol, Basquetebol, Andebol e Atletismo. Neste espaço existem dois campos de Andebol/Futebol de tamanhos reduzidos, todavia, apenas um possui marcações. O campo onde estão

presentes as marcações contém, também, 4 tabelas de Basquetebol e as respectivas marcações. Contudo durante o decorrer do 2º Período foi-nos retirado o Campo Exterior nº2, ficando assim o Campo Exterior nº1 a funcionar, na maior parte das vezes, simultaneamente com duas turmas.

3.4.3. 10º E

Ninguém é igual a ninguém. Assim, dentro de cada grupo/equipa/turma existe uma grande diversidade de seres, de personalidades, costumes, entre outros aspectos.

Cabe ao Professor conhecer e compreender todas essas diferenças para, posteriormente poder proceder a uma elaboração de um processo Ensino-Aprendizagem adequado às exigências do grupo de Alunos que vai enfrentar.

Deste modo, realizar uma Caracterização da Turma torna-se importante na medida em que nos possibilita obter informações detalhadas dos Alunos.

A Turma E do 10º ano de escolaridade da ESDM II, era uma turma heterogénea em termos de género, existindo um maior número de Alunos do sexo feminino (15) do que do sexo masculino (10). A média de idades rondava os 15 anos de idade, situando-se dentro do normal para o grau de escolaridade em que se encontravam. Os Alunos eram provenientes de várias freguesias da cidade de Braga, no entanto 65% da Turma era proveniente do mesmo Estabelecimento de Ensino – Escola E.B. André Soares. A escolha desta escola por parte dos elementos da turma prendeu-se com o facto de ser perto da sua habitação e o seu fácil acesso por transporte público. Da totalidade dos Alunos, 4 já ficaram retidos em anos anteriores, sendo eles a Filipa, André Martins, Hugo Pereira e Marina Costa. A disciplina preferida desta Turma é a Matemática e a que sentem mais dificuldades é o Português.

A maior parte dos Alunos vive com o Pai e Mãe, e têm a Mãe como preferência para Encarregado de Educação. A média de idades dos Pais é de 44 anos, sendo que da amostra analisada apenas 19% possuem a Licenciatura, 35% o Ensino Secundário e 15% o 2º Ciclo. Do lado das Mães a média de idade ronda os 42 anos, o Ensino Secundário é grau de escolaridade mais possuído com 35%, seguindo-se da Licenciatura com 19%.

As actividades preferidas desta turma fora do contexto escolar são ouvir música e fazer desporto.

Existe uma significativa fatia deste Turma (20 Alunos) com pretensões em seguir os estudos para o Ensino Superior (10 Alunos) e outros tirarem Mestrado e Doutoramento (10 Alunos). Trata-se de uma Turma ambiciosa uma vez que 10 Alunos pretendem ser médicos, 6 Engenheiros e 4 Cientistas/Investigadores.

Constatei que é uma Turma em que o gosto pela Educação Física era unânime. As suas modalidades preferidas eram o Futebol e o Voleibol. A Ginástica era a modalidade em que sentiam mais dificuldades. Levando a concluir que preferem os Desportos Colectivos em detrimento dos Individuais.

Quase metade da Turma realizava actividade física fora do contexto escolar (48%), já os Pais não se mostram tão disponíveis para esta prática.

Apesar de haver Alunos com antecedentes cirúrgicos, nenhum está impossibilitado de realizar aula prática de Educação Física. 24 afirmam fazer 4 ou mais refeições por dia.

4. Realização da Prática Profissional

4. Realização da Prática Profissional

4.1. Áreas de desempenho

Como está documentado no ponto 2 do Artigo 7º - Regras para a apresentação e entrega do relatório de Estágio – do Regulamento do Segundo Ciclo de Estudos Conducente ao Grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário: O relatório de estágio deverá reflectir de forma rigorosa, crítica e fundamentada a experiência formativa e evidenciar o desenvolvimento das competências profissionais associadas a um ensino da Educação Física de qualidade nas seguintes Áreas de Desempenho: Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem; Participação na Escola; Relações com a Comunidade; Desenvolvimento Profissional.

Estas 4 áreas englobam em si um conjunto de capacidades que o EE deve adquirir de modo a tornar-se um Professor competente.

Deste modo, o futuro Docente deve ter uma panóplia de conhecimentos e recursos, no domínio da sua profissão, que se interligam e auxiliam o contínuo processo de formação do mesmo.

De seguida realizarei uma sucinta e resumida reflexão acerca da minha prestação, dificuldades, estratégias, entre outros, ao longo das 4 áreas.

4.1.1. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem

“ O processo de ensino-aprendizagem deve ser algo prazeroso que nos dê vontade de continuar ”.

Maria Clara Fraga Lopes

Tendo todas as áreas muita importância no meu processo de formação, não posso deixar de afirmar que, na minha opinião, esta é a área que assume um papel fundamental na formação do professor. Desta área fazem parte as tarefas directamente relacionadas com o processo de Ensino – Aprendizagem, que, a meu ver, são as mais complexas e que mais me preocuparam numa fase inicial do estágio.

Sem dúvida que o processo inicial de integração na Escola foi fundamental, para um constante progresso como Docente. Desde a visita às

instalações até à análise e reflexão dos documentos referentes à Escola Secundária Dona Maria II (ESDM II), ao Sistema Educativo, Regulamento Interno da Escola, o Projecto Educativo da Escola (PEE) e o Regulamento do Grupo de Educação Física. Este conjunto de factores e situações levou-me a integrar-me mais facilmente na comunidade escolar.

“Só após a leitura destes documentos é que nos podemos enquadrar realmente naquilo que é a realidade da escola. Servindo esta análise para nos integrarmos no sistema educativo e no estabelecimento escolar de modo a nos sentirmos realmente professores, desenvolvendo a nossa actividade e atingindo os fins propostos. Fins esses que se prendem com a evolução do Aluno quer no âmbito motor quer no âmbito psicossocial, de modo que possamos tornar os Alunos fisicamente e autonomamente activos tornando-se cidadãos dotados de hábitos saudáveis, não perdendo de vista o percurso escolar do aluno, conduzindo-o ao sucesso escolar.” (Reflexão dos Documentos analisados no início do ano)

Com a análise e reflexão dos documentos referentes à ESDM II, veio à memória as aulas de Didáctica do Desporto que frequentei, pois, por várias vezes, a Professora Paula Botelho salientou a diversidade de contextos existente em cada Estabelecimento de Ensino. E, esta “nova realidade” que o estágio me proporcionou evidenciou-me isso mesmo.

Nesta fase inicial sentia-me desorientado, sem saber bem como o estágio iria decorrer, o que esperar de mim. Sabia apenas, que era agora que podia “saborear” o gosto de ser professor, que estava prestes a atingir o cume da montanha, que decidi escalar ao longo da caminhada na Faculdade. Todavia, a insegurança inicial impediu-me de desfrutar, desde o início do ano lectivo, do prazer de leccionar. Mas com a experiência que fui acumulando, aula após aula, a inquietude deu lugar à confiança e firmeza nas minhas capacidades e no desenvolvimento de um processo de Ensino – Aprendizagem objectivo e coerente.

Após uma fase inicial de integração, era chegada a altura de passar à acção. Por isso, foi necessário planear antecipadamente o decurso do ano lectivo que se aproximava, para podermos proporcionar aos Alunos um desenvolvimento físico e social.

Deste modo, procedi à realização do Planeamento Anual, em colaboração com os meus colegas de Núcleo de Estágio, já que tínhamos todos o mesmo nível de ensino. Este Planeamento tornou-se imprescindível para mim, pois permitiu-me obter um conhecimento mais aprofundado acerca da disciplina de Educação Física e da sua programação e planificação. Ao mesmo tempo, permitiu-me inteirar, ainda mais, acerca do contexto de ensino em que estou inserido.

O Modelo de Estrutura do Conhecimento, proposto por Vickers, foi a base de todo o processo de planeamento. Além disso, também tive em conta as decisões tomadas em reunião de Grupo de Educação Física, sobre a extensão de matéria a leccionar nos diferentes anos, atendendo aos espaços, recursos humanos e materiais existentes neste estabelecimento de ensino.

Este Planeamento Anual foi muito importante desde na sua elaboração a colocação em prática de conhecimentos anteriormente adquiridos, como na função de guia que exerceu ao longo do ano. No entanto nunca o vi como uma receita, mas sim como um guião, uma vez que está susceptível a alterações sempre que for necessário.

“Este Planeamento Anual poderá ser um guião, no entanto, é necessário ter consciência de que, assim como nas representações, por vezes, é necessário improvisar, no Ensino, que não é um acto regular e constante, também existem condicionantes que nos fazem desviar ligeiramente o percurso que pretendíamos seguir.” (Reflexão do Planeamento Anual)

Tendo sido o próximo passo a elaboração das Unidades Temáticas (UT), foi importantíssimo a realização das Avaliações Iniciais, uma vez que estas me informaram acerca das capacidades dos Alunos, permitindo-me conhecer os níveis de execução em que se encontravam. Desta forma, foi possível desenvolver um processo de Ensino – Aprendizagem adequado às necessidades encontradas, planeando e desenvolvendo sequências e extensões de conteúdos apropriadas.

As Unidades Temáticas referentes ao 1º Período foram realizadas quase em simultâneo com a das Avaliações Iniciais, uma vez que o tempo entre o fim das avaliações iniciais e a aulas de cada modalidade eram demasiado reduzidos para conseguir fazer as respectivas Unidades Temáticas. Assim foi

apenas necessário realizar algumas alterações consoante os resultados obtidos nas avaliações iniciais. Pois o que estava inicialmente previsto abordar numa determinada modalidade por vezes ficava condicionada pelo desempenho inicial dos Alunos.

Confesso que estas primeiras Unidades Temáticas foram algo complexas de organizar, uma vez que o *roulement* de instalações proporcionava-me muitas mais aulas de uma modalidade comparativamente com outra. Este facto fazia com que os meus objectivos iniciais fossem re-estruturados consoante os espaços que tinha. Com a ajuda da Professora Cooperante, tivemos que abordar os conteúdos essenciais das modalidades em que o número de aulas era reduzido. Tentando não prejudicar os Alunos.

“Toda elaboração das UT permite-nos relembrar conteúdos específicos de cada modalidade, os quais serão exigidos aquando da leccionação dessa Modalidade.

Estas permitem-nos informar qual o caminho a percorrer (p.e. – estrutura do conhecimento) e o modo como o devemos fazer (extensão dos conteúdos). Conseguimos absorver informação fundamental para que possamos criar um percurso de Ensino viável e coerente.

Isto permite também ao Professor organizar-se em termos de aulas, informando sempre acerca do que foi abordado e do que vamos abordar, permitindo que este se torne um Professor eficaz e competente.” (Reflexão das Unidades Temáticas do 1º Período)

A realização de reflexões relativamente ao Planeamento Anual e às Unidades Temáticas foram bastante vantajosas para mim. Pois, ajudaram-me a perceber que é necessário uma grande organização por parte dos Professores de Educação Física para levarem a cabo um processo de Ensino-aprendizagem coerente e eficaz.

Posteriormente, chegou a vez da concepção dos planos de aula (Anexo 5). Antes de qualquer plano de aula realizado foi necessário, numa reunião de Núcleo de Estágio, chegar a um consenso acerca da sua estrutura a partir de um modelo sugerido pela FADEUP, de modo a torná-lo mais prático.

O plano de aula serviu como guião para as aulas. Este não é de todo rígido, pelo contrário, é flexível, na medida em que está sempre sujeito a qualquer alteração ou adaptação que o processo necessite. Indica-nos o

caminho a seguir, mas, como em tudo na vida, nem sempre corre como planeámos e estamos sempre sujeitos e imprevistos. Cabe ao Professor reajustar o planeamento para conseguir seguir em frente. Porém não devo estar à espera dos obstáculos, mas sim, ser capaz de prevê-lo e proceder às alterações antecipadamente.

A realização dos primeiros planos de aula requisitava muito do meu tempo, pois ainda não estava rotinado com aquela tarefa e sentia alguma dificuldade em escolher os exercícios adequados para a Turma ou níveis de ensino ou até prever situações problemáticas que poderiam acontecer. Nos anos transactos, na FADEUP, os planos de aula para a prática pedagógica eram realizados em grupo e tornava-se mais fácil a sua concepção. Devo também confessar que houve alguma entreaajuda dos Estagiários da ESDM II, na elaboração dos primeiros planos de aula. Cada um fornecia algum do seu conhecimento acerca de determinada modalidade e, desta forma, evoluímos todos.

Apesar de estar convicto que os planos de aula que realizara estavam bem adaptados à aula que ia leccionar, numa fase inicial, fui alvo de várias correcções por parte da Professora Cooperante. Na altura reconheço que fiquei ligeiramente desmotivado, mas após reflectir sobre o assunto, compreendi que aquela, a par da minha reflexão de cada aula, era uma das melhores maneiras de poder evoluir como Docente.

Segundo a sabedoria popular, *“O que não nos mata só nos torna mais fortes!”*. Assim, consegui melhorar, evoluindo em vários aspectos tornando-me cada vez mais um Professor capaz de transmitir os meus conhecimentos aos Alunos com segurança, garantindo aos Alunos um Ensino que lhes proporcione uma boa aprendizagem.

Além da pesquisa constante acerca dos vários conteúdos a abordar, foram utilizadas por mim estratégias que permitissem uma melhor compreensão por parte dos Alunos e que em simultâneo os motivasse. Assim, nos Jogos Desportivos Colectivos (JDC), durante a explicação de alguns exercícios utilizei um quadro táctico referente à modalidade, demonstrando através de desenhos qual o objectivo pretendido. A compra de material

didático foi também necessária para colmatar algumas das carências da Escola. Assim senti a necessidade de comprar tapetes anti-derrapantes que serviram para várias funções durante o ano lectivo, entre elas a marcação de campos de jogo ou limites das zonas de aceleração e transmissão na corrida de estafetas. Esta criação de material didático a partir de material “vulgar” permite também ao Profissional da Educação Física ser capaz de criar o seu próprio material, quando houver escassez deste. Mas, o que verifiquei é que existe muita passividade por parte dos Professores e a inexistência de material é por vezes o suficiente para que não haja aula de Educação Física. Como Professor procurei ser capaz de ter criatividade para adaptar e desenvolver formas e material didático mesmo que as condições materiais para a realização de aula prática não sejam as favoráveis.

Outra das dificuldades com que me deparei relativamente aos planos de aula, foi o facto de não ter bem a noção do tempo necessário em cada tarefa. Aquando da sua elaboração parecia-me uma duração adequada e na prática reparava que não era suficiente para que os Alunos estivessem em empenhamento motor o suficiente, num determinado exercício. Esta contrariedade foi ultrapassada no decorrer do ano lectivo, pois o conhecimento que adquiria dos Alunos, de aula para aula, permitia-me saber qual o tempo necessário para a abordagem de determinado conteúdo.

“Uma vez que as carências de alguns Alunos evidenciou a necessidade destes estarem mais tempo numa tarefa do que o planeado, fez com que as tarefas seguintes fossem influenciadas. Sendo necessário a não realização do último exercício para poder proporcionar aos Alunos mais tempo de empenhamento motor nas tarefas com mais dificuldades.” (Reflexão da aula 6)

Apesar do Planeamento Anual e as diferentes Unidades Temáticas servirem como guião para o processo de Ensino-aprendizagem e concepção dos planos de aula, estes não podem reger-se unicamente por esses documentos uma vez que existe toda uma panóplia de condicionantes que levam a adaptar, assim como às UT. Por vezes, imprevistos que ocorrem nas aulas levavam a alterar a sequência dos exercícios ou criar variantes que possibilitem uma maior taxa de sucesso e aprendizagem por parte dos alunos. Estes imprevistos foram um acontecimento quase constante no decorrer do

ano lectivo, levando-me a improvisar o plano de aula ou até mesmo a UT da modalidade a abordar. Devido às condições climatéricas, houve alturas em que não era possível realizar aula nos espaços exteriores. Não havendo aula prática, foi decidido previamente que seriam leccionadas aulas teóricas. Estas aulas teóricas necessitavam de uma sala de aula, espaço este que nem sempre foi possível arranjar devido à sobrelotação que se verifica devido às obras de reestruturação desta escola.

Em certos momentos, não podia ser leccionada aula prática nem teórica, pois os espaços estavam preenchidos ou impraticáveis devido à chuva. Foi um conjunto de condicionantes inesperadas e nada habituais, que me levaram a adquirir a capacidade de me adaptar as várias situações e mantendo-me sempre activo, de modo a prever e actuar rapidamente. Para estas aulas teóricas foram concebidos Textos de Apoio e as respectivas Fichas formativas. Assim, durante estas aulas os Alunos agrupavam-se aos pares e iniciavam a leitura do Texto para uma posterior realização da ficha. Além da possibilidade de dar continuidade à aprendizagem dos Alunos, ainda que não fosse de forma prática, a elaboração deste material de trabalho permitiu-me desenvolver mais conhecimentos uma vez que foi necessário pesquisar acerca das modalidades a abordar e adaptar o recheio dos textos de apoio aos conteúdos abordados ao longo do ano.

Além de estratégia de ensino para as aulas teóricas, estes Textos de Apoio serviram, igualmente, para os Alunos estudarem para realizar os testes teóricos, que contribuíam para a classificação final de cada período. Estes documentos elaborados pelo Núcleo de Estágio foram deixados na Escola para que possam ser utilizados nos próximos anos.

“Vejo estes Textos de Apoio, não como uma forma de “entreter” os Alunos quando não há aula prática, mas como forma de desenvolver o seu conhecimento e cultura desportiva em relação às várias modalidades. Permitindo um transfere para as aulas práticas, sendo capazes de conhecer as componentes específicas de cada gesto técnico, conhecer as regras, permitir actuar como árbitros e até ajudar os seus colegas através da partilha de conhecimento adquirido.” (Reflexão da aula 29)

Referindo-me agora propriamente à acção do plano de aula e não tanto à concepção do mesmo, posso afirmar que nas primeiras aulas demonstrei

alguma insegurança. Sentia um frio na barriga antes das aulas, ia sempre demasiado cedo para o local da aula, tinha medo de me enganar durante as tarefas de informação. Aspectos que com o decorrer da prática de ensino me fui conseguindo libertar, tornando-me mais confiante.

Inicialmente a minha preocupação era transmitir matéria aos Alunos de forma clara e pausadamente, no entanto, verifiquei que as minhas aulas se tornavam enfadonhas, perdia grande parte da dinâmica adquirida nos exercícios. Tentava “encher” os Alunos com muita informação acerca de um gesto técnico, e, como tinha medo que estes não compreendessem, fazia-o de forma lenta. Mas este pode ser um pequeno hábito que trago comigo, devido ao facto de treinar miúdos de 12 anos. E por isso, estar habituado a falar pausadamente, para que estes assimilassem toda a informação. Na escola tenho que ser claro e objectivo, mas de forma mais rápida, para que haja mais tempo de empenhamento motor do que tarefas de informação. Existia, por isso, um conhecimento do conteúdo da minha parte, apenas não o estava a comunicar da melhor forma aos Alunos. E, para ser competente não basta ter o conhecimento do conteúdo, tenho de ser capaz de o fazer chegar aos Alunos de forma correcta. Aqui o processo reflexivo teve um papel fulcral na minha melhoria. Foi através da reflexão sobre cada aula e em cada aula que consegui tornar-me mais claro e sucinto na transmissão de um conteúdo.

“Nos exercícios seguintes o tempo de informação foi demasiado. Tenho que conseguir ser mais curto e objectivo na explicação dos exercícios, e, depois, à medida que a tarefa decorre, vou explicando mais detalhadamente.” (Reflexão da aula 31)

Aliado à insegurança inicial, o medo dos Alunos não me verem como Professor, e apenas como um Estagiário ao qual não deviam respeito foi também um factor de inquietação da minha parte. Mas desde o primeiro dia de aulas que os Alunos demonstraram que eu era para eles o professor da turma e que me respeitavam como se de outro qualquer professor se tratasse. Procurei também estabelecer, desde o primeiro dia, rotinas e regras que me permitissem controlar a Turma e rentabilizar o processo ensino-aprendizagem.

Uma vez que, através da Educação Física devemos não só transmitir conhecimentos específicos de cada modalidade mas também formar cidadãos exemplares. Este facto, aumentou também a responsabilidade que tinha a

cargo. Deste modo, fui tentando transmitir valores como a cooperação, o respeito, o fair-play, a competição saudável entre outros, tidos como importantíssimos na formação dos jovens, para a vida adulta. A criação de um hábito regular de prática de actividade física, de forma autónoma, fomentando um estilo de vida saudável, de certa forma, contrariando o sedentarismo, foi também uma das minhas preocupações. Assim, foi importante a colaboração na recolha de dados na tese de Mestrado da Professora Cooperante, intitulada de “Avaliação da composição corporal em jovens adolescentes”. Esta colaboração permitiu aperceber-me do reduzido número de jovens que praticam Desporto federado ou até qualquer tipo de actividade física, atribuindo ainda maior responsabilidade às aulas de Educação Física, pois, para grande parte dos Alunos, este é o único local onde praticam actividade física.

Sendo uma das minhas principais intenções criar um ambiente de ensino agradável e propício à aprendizagem, onde os Alunos se sentissem motivados e empenhados em cada aula, fizeram-me aplicar os conhecimentos que adquiri durante a minha formação. E perante as condições com que me deparava, senti a necessidade de utilizar diferentes formas de prática. Usualmente, o início da aula estava mais relacionado com a prática analítica e, após esta, seguia-se a prática global. Pessoalmente estou mais ligado à prática global, pois penso que devemos aprender o jogo, jogando, sem lhe retirar as principais essências que o caracterizam. Contudo as carências verificadas em algumas modalidades e a condições espaciais que dispunha não permitiam a rápida passagem para o jogo, pois este tornava-se pouco dinâmico. Nas modalidades individuais, após um aquecimento e mobilização articular, eram exercitados os conteúdos específicos da respectiva modalidade de forma global. Havendo, no entanto, casos em que as carências motoras exigiram a fracção da totalidade do movimento para que posteriormente fosse possível a passagem para o movimento global. São disto exemplo as estações criadas em Ginástica Artística, de modo a iniciar o Rolamento à Frente Engrupado no grupo de Alunos situado no nível mais baixo.

Como houve modalidades em que a Turma se demonstrou heterógenea, houve a necessidade de criar uma diferenciação de ensino por níveis. Assim o

processo Ensino-aprendizagem tornou-se mais adequado aos Alunos, respeitando, não só o seu nível inicial mas os seus tempos de aprendizagem. Assim foi possível motivar os Alunos mais dotados e os mais carentes. Ao contrário do objectivo de rendimento que tenho no treino para com a minha equipa, na escola busco instruir os Alunos da forma mais adequada, adaptando as circunstâncias às suas necessidades.

Além desta diferenciação por níveis, utilizei por vezes o trabalho em grupo promovendo a autonomia, trabalhando de modo a apresentar o fruto do seu trabalho na aula de avaliação. As modalidades de Dança e Ginástica Acrobática foram as que estiveram mais relacionadas com este sistema de trabalho. Para mim esta organização permitiu-me verificar que os Alunos eram capazes de trabalhar em grupo, respeitando-se mutuamente e atingindo os objectivos inicialmente pretendidos. Os Alunos sentem-se motivados ao trabalhar em conjunto e apesar da autonomia exigida estes conseguem ser responsáveis. Fiquei muito feliz com o resultado desta forma de trabalho pois, inicialmente, não estava à espera que os alunos se saíssem tão bem. Esta é uma organização que penso seguir durante o meu futuro enquanto docente numa escola.

Outra forma de trabalhar que também tentei introduzir foi o Modelo de Educação Desportiva. Apesar de ainda não ter uma bagagem relativamente grande acerca deste modelo, a informação que possuo permitiu-me organizar algumas aulas neste sistema.

Este modelo permite criar, dentro de Turma, equipas que competem entre si ao longo de todo o ano. Na minha opinião este protótipo traz muitas vantagens, contudo, não sei se será possível implementá-lo desde o início do ano nos Ensinos Básico e Secundário, uma vez que os Alunos não estão preparados para tal. Será, por isso, necessário realizar inicialmente umas aulas de sensibilização de forma a explicar-lhes o modo de funcionamento e organização que este modelo requer. Poderá ser difícil, numa primeira tentativa de implementação, a participação a 100% de todos os Alunos. Faço esta afirmação porque durante o ano, aquando da realização de vários torneios, os Alunos eram informados acerca desta actividade com tempo de antecedência

e, no entanto, havia sempre um ou outro Aluno que faltava. Mas sensibilizando os Alunos dia após dia, estou convicto que é possível dinamizar este modelo em qualquer estabelecimento de ensino.

“Penso que a grande dificuldade nesta turma é fazer o transfere da execução de gestos técnicos em exercícios analíticos para a situação de jogo. A deficiente execução técnica prejudica o sequente encadeamento de acções.” (Reflexão da aula 50)

No entanto quando me apercebia que os Alunos tinham apreendido os conteúdos relativos aos gestos técnicos, entramos numa fase mais ligada ao Modelo de Educação Desportiva. Criei vários torneios, em que os Alunos não eram só jogadores, mas também árbitros, anotadores e cronometristas. Houve a possibilidade de cada equipa vir diferenciada pela cor da camisola e o capitão com um adereço a simbolizar esse mesmo estatuto.

Deste modo, consegui introduzir mais os Alunos no Desporto e Actividade Física, não apenas como participantes activos mais também solicitando-lhes funções que atribuíssem responsabilidade contribuindo, ao mesmo tempo, para a motivação destes.

Contudo, senti-me perante uma contradição, deverei envolver os Alunos num modelo em que os levava a executar funções que não possibilitavam a actividade física, ou organizar as aulas de maneira a que houvesse um maior tempo de aprendizagem motora possível? Pessoalmente, tendo em conta a pouca actividade física que os Alunos realizam, já que são cada vez mais sedentários. Penso que é mais benéfico utilizar um Modelo de Educação Desportiva mas tentando colocar os Alunos quase sempre como jogadores. Pois as aulas de Educação Física são praticamente o único local onde os jovens de hoje realizam actividade física.

Sendo que este Estágio era o local ideal para errar e aprender com os nossos erros, foi portanto “normal” cometer alguns erros ou falhas durante as aulas. A falha que mais me custou a ultrapassar foi o demasiado tempo que gastava nas tarefas de instrução. Era muito lento e explicava tudo com muito detalhe. Mas isto tem uma explicação. Sendo eu treinador de camadas jovens de futebol, habituei-me a explicar as tarefas pretendidas de forma clara e sem pressas para que não houvesse a necessidade de estar a interromper o

exercício demasiadas vezes. Esta demora, prejudicava-me na medida que retirava dinâmica à aula e começava a diminuir o tempo de prática dos Alunos. Outra falha centrou-se nos *feedbacks*, não que não fossem emitidos, contudo o ciclo do *feedback* nunca era concluído, ou seja, eu emitia um feedback e depois não verificava se realmente teve o efeito pretendido no Aluno. Estes aspectos foram melhorando de aula para aula, até estarem praticamente resolvidos. Para tal contribuiu muito as informações da Professora Cooperante, assim como, as reflexões individuais e em grupo com a Professora Luísa Brandão.

A constante competição dentro das aulas foi uma estratégia por mim utilizada para fazer com que os Alunos se sentissem sempre motivados. No entanto, nunca deixei que comportamentos negativos, inerentes à competição, surgissem. Uma das formas encontradas para incutir este espírito saudável de competição foi a criação de Torneios. Assim, os Alunos viam-se envolvidos numa esfera competitiva que abrangia até os Alunos com maior índice de passividade nas aulas, quer a jogar quer em funções mais administrativas.

“Este sistema de torneio em que os Alunos são responsáveis pela anotação das pontuações e pelo deslocamento para o campo de jogos, proporciona nos Alunos um maior sentimento de responsabilidade e envolvimento na prática desportiva. Verifico que os Alunos estão mais motivados quando as aulas são criadas neste sistema de torneio, envolvem-se mais, são mais participativos. Até porque a competição provoca mesmo este efeito nos Alunos.” (Reflexão da aula 58)

Adjacente a estes torneios estava, também, um sistema de reconhecimento para com o Aluno ou Equipa vitoriosa. Nos vários torneios organizados dentro das aulas foram oferecidos prémios simbólicos aos vencedores, como, por exemplo, diplomas, lápis, fitas (porta-chaves), promovendo assim nos Alunos um clima de motivação e festividade dentro da aula de Educação Física.

Tenho também de referir que, em todas as aulas, foram realizadas tarefas ligadas ao desenvolvimento da condição física pois, como disse anteriormente, a aula de Educação Física é actualmente o único local onde os Alunos realizam actividade física. Ao longo dos 3 períodos verificámos uma melhoria, global,

nas capacidades físicas de cada Aluno, levando-me a afirmar que estes se mostraram empenhados, atingindo com sucesso o objectivo pretendido.

As dispensas das aulas não eram uma acção usual, contudo, houve a necessidade de criar um relatório de aula (Anexo 7), para quem, ocasionalmente, pedisse dispensa da aula. Este relatório era semelhante a um plano de aula com os espaços por preencher e foi elaborado pelo Núcleo de Estágio. No entanto, nem sempre os Alunos dispensados o efectuavam pois as aulas em que eram realizados Torneios inter-turmas estes cumpriam funções adjacentes ao torneio, como árbitros, cronometristas, marcadores, etc. Nas aulas em que este sistema de competição não foi implementado, como na Ginástica Artística, estes Alunos eram envolvidos em grupos com o objectivo de auxiliar e corrigir os seus colegas. Assim os Alunos que não estavam a realizar aula prática adquiriam também conhecimentos e experiências participando indirectamente nas aulas.

As minhas reflexões realizadas após cada aula (Anexo 6), as conversas com os meus colegas, os feedbacks da Professora Cooperante e Professor Orientador ajudaram imenso na minha evolução enquanto futuro docente.

Estas reflexões permitiram-me conhecer melhor o trabalho que eu estava a efectuar e eram feitas o mais próximo do fim da aula, para que fosse possível “espremer todo o sumo”, reflectindo sobre todos os importantes da aula e da minha actuação.

O acto de reflexão e transcrição para o papel, inicialmente, foi lento e limitava-me a descrever a aula. Sentia a necessidade de organizar bem as ideias antes de as colocar no papel, reflectir bem para poder escrever de maneira correcta o que tinha experienciado e demorava imenso tempo na sua elaboração. Contudo, reflexão após reflexão fui-me centrando cada vez mais na reflexão sobre a acção e sobre o meu desempenho.

Reportando-me agora às avaliações, como foi dito anteriormente, as avaliações iniciais foram as primeiras a realizar e foram feitas no início do ano para todas as modalidades, para que posteriormente pudesse ser organizado um ensino objectivo e coerente, baseado num planeamento elaborado de acordo com as características e capacidades iniciais dos Alunos. Estas

avaliações foram realizadas pelos 3 EE e pela PC em simultâneo, ou seja, cada um seleccionava um grupo de Alunos e avaliava as suas capacidades. Assim foi possível ultrapassar algumas dificuldades iniciais relativamente à avaliação. Em vez de avaliar toda a turma, apenas observei parte dela, facilitando assim a função de avaliador, que era “nova” para mim. Além disso o facto de realizar estas avaliações nas turmas dos meus colegas dotou-me de mais experiência e à vontade neste processo.

Estas avaliações Iniciais seguiram um protocolo de avaliação arquitectado pelo Núcleo de Estágio de Educação Física. A estrutura e organização destas avaliações foram idênticas às Avaliações Sumativas, uma vez que é necessário que haja uma coerência entre estes dois momentos para que o Aluno seja avaliado correctamente.

Ao longo do ano os Alunos foram avaliados não só pela sua prestação e desempenho mas também pelo cumprimento de regras, horários, faltas e dispensas, empenhamento, comportamento e atitudes. Estes factores contribuíram para a avaliação contínua realizada.

No final de cada período os Alunos foram avaliados, segundo o seu desempenho, em cada modalidade abordada. Em todas as avaliações realizadas, excepto Ginástica Artística e Acrobática, foi tido em conta a prestação geral do Aluno e não a especificidade técnica com que cada indivíduo realizava os gestos técnicos. Na Ginástica Artística e Acrobática os Alunos foram avaliados individualmente, e foi observado o movimento/figura de cada aluno ou grupo de alunos.

O facto de a avaliação ser realizada em jogo nas modalidades desportivas colectivas abordadas, cria algumas dificuldades, assim é necessário o Professor ser capaz de gerir a sua aula, controlar a Turma e em simultâneo avaliar cada um dos Alunos. Para ultrapassar esta dificuldade foi importante a observação das avaliações dos meus colegas de Estágio, a experiência relatada pela Professora Cooperante, as “dicas” dos meus colegas e a reflexão feita após cada avaliação.

Em cada período houve também uma avaliação teórica que consistiu na realização de um teste teórico. Este teste foi semelhante entre os 3 estagiários

da ESDM II, sendo alterado consoante o avanço ou atraso de determinada turma relativamente aos conteúdos. Esta avaliação permitiu aos Alunos consolidar conhecimentos através do estudo dos textos de apoio que lhes foram colocados à disposição. Deste modo, foi também possível avaliar os Alunos não só a nível motor mas igualmente intelectual.

No fim de cada período eram aplicados os critérios de avaliação definidos previamente pelo Grupo de Educação Física, onde era calculada a classificação final de cada Aluno.

A avaliação dos Alunos foi um obstáculo que tive que ultrapassar. Confesso que me deparei com algumas dificuldades ao longo das avaliações. Porém estas, com a ajuda da Professora Luísa Brandão, foram sendo cada vez menores. Olhar para um Aluno e perceber a sua intervenção no jogo, ou facilidade e dificuldade com que faz determinado gesto técnico e associar estes aspectos a uma nota torna-se difícil, numa fase inicial desta profissão. É necessário possuir grande conhecimento acerca da modalidade que se avalia para podermos colocar o Aluno num nível e avaliá-lo segundo esses parâmetros.

Penso que aqui se centrou a minha maior dificuldade, atribuir notas aos Alunos. Agora sei que sou capaz de o fazer sozinho, mas no final do 1º Período tinha a percepção que não era capaz e não queria de modo algum ser injusto nas classificações. Foi então por isto que sempre que ocorria uma atribuição de notas tentava perceber o porquê de determinada nota, assim consegui aumentar a minha segurança na atribuição das classificações e ser capaz de observar o Aluno de um modo geral e avaliá-lo segundo um conjunto de capacidades que possui.

Estar tão perto do processo Ensino-aprendizagem pela primeira vez fez-me compreender que existe muito mais para além da transmissão de conhecimentos aos Alunos, é necessário haver uma compreensão e respeito mútuo, vontade de ambos em aprender. O professor ensina, mas também tem que estar disposto a aprender.

Tive a sorte de ter uma turma que estava sempre disposta a aprender, criando contextos de aprendizagem propícios para tal. Praticamente a

totalidade da turma era composta por alunos com boas notas, bem-comportados e com vontade de aprender. Contudo, há sempre uma exceção à regra. Alguns Alunos do sexo masculino eram mais irrequietos e faladores.

Apesar de estar perante uma turma que, à partida, não me colocaria grandes problemas, procurei desde o início criar rotinas/regras, que me permitissem obter um maior controlo possível. Ter uma turma que conseguisse controlar, foi algo que procurei fazer desde a primeira aula, assim, conseguiria obter um processo de ensino mais benéfico para eles e facilitador para mim. Felizmente mantiveram-se assim ao longo do ano. Pode não ser uma turma de excelência em termos motores, mas relativamente a empenhamento, vontade de aprender, entre outros, encontram-se seguramente entre os melhores. Não poderia pedir melhor para um primeiro ano como responsável principal de uma Turma.

Mas como deverá ser a relação existente entre Professor e Aluno? Como deverá ser esta relação na sala de aula e na aula de Educação Física? Será uma relação regida pela autoridade do Professor estando este numa hierarquia superior?

Perante as minhas dúvidas tive necessidade de pesquisar o que a bibliografia dizia acerca deste assunto, no sentido de conseguir implementar uma relação Professor – Aluno que me garantisse o sucesso do processo ensino-aprendizagem.

Descobri que...

Segundo Moyses (1994), a Escola é um espaço em que finas teias se entremeiam. São pequenos fios invisíveis que circunscrevem a estreita relação existente entre o Professor e o seu Aluno. É um espaço em que o novo e a heterogeneidade estão constantemente presentes e, lidar com a diversidade que o meio escolar agrega é uma situação complexa e, muitas vezes, problemática, pois cada criança ali presente trás consigo toda uma história anterior, possui conhecimentos prévios, vivências diferenciadas, o que faz com que cada aluno seja singular, único e, assim, a forma como ele irá adquirir o saber também está entremeado por estes aspectos.

A Escola é um microrganismo que reflecte o mundo exterior e os seus problemas, mas que, pelos seus objectivos e especificidade, também gera problemas particulares que, por vezes, se projectam para além dos seus muros (Witter, 2002).

Rego (2001), mostra-nos que os postulados de Vygotsky parecem apontar para a necessidade de criação de uma Escola bem diferente da que conhecemos. Uma Escola em que as pessoas possam dialogar, duvidar, discutir, questionar e compartilhar saberes. Onde há espaço para modificações, para as diferenças, para o erro, para as contradições, para a colaboração mútua e para a criatividade. Uma escola em que os professores e alunos sejam autónomos, possam pensar, reflectir sobre o seu próprio processo de construção de conhecimentos e ter acesso a novas informações. Escola essa, onde o conhecimento já sistematizado não é tratado de forma dogmática e sem significado.

Segundo Meleiro (2002), ser Professor é uma profissão louvável, que merece respeito e consideração pela nobre missão de quem a exerce, em transmitir os seus conhecimentos aos Alunos. Mas, infelizmente, ocorreu uma corrupção das condições de formação e da prática profissional do Professor, actualmente tão desvalorizado no próprio universo académico, nos *media* e na sociedade em geral.

Os Professores e Alunos passam metade do seu tempo na sala de aula, interagindo entre si, sendo esta uma situação social.

Na actualidade impõe-se ao Profissional de Educação que desenvolva habilidades que lhe permitam uma melhor adaptação às novas culturas e aos novos padrões sociais. Neste contexto, a relação Professor – Aluno representa um esforço a mais na procura pela afectividade e eficiência na preparação do Aluno para a vida social.

O que se diz, como se diz, em que momento e porquê afectam profundamente as relações Professor-Aluno, influenciando directamente o processo de ensino-aprendizagem. O comportamento do professor, na sala de aula, expressa as suas intenções, crenças, valores, sentimentos, desejos, que afectam cada aluno.

Facilmente se verifica que a sala de aula é um espelho da sociedade. Onde se encontram presentes as hierarquias, camadas sociais, grupos de pares, anormalidades, desvios, estigmas e problemas interpessoais. A convivência com os outros e a construção de uma identidade social, leva o Aluno a ser um cidadão saudável e normal quanto possível. É neste processo de socialização que o Professor tem uma importância fundamental, não só a fornecer informações, mas também, a dominar a interação pessoal com os Alunos nos seus processos de aprendizagem.

Toda aprendizagem está imbuída de afectividade, já que ocorre a partir das interações sociais. Pensando, especificamente, na aprendizagem escolar, a teia que se tece entre Alunos, Professores, conteúdo escolar, livros, escrita, etc., não acontece puramente no campo cognitivo. Existe uma base afectiva, que permeia essas relações.

Rogers, 1983, (2001), alega que a simplificação da aprendizagem significativa baseia-se na qualidade das atitudes que existem no relacionamento Professor-Aluno e na sua interação.

Segundo Piletti (1984), a interação social depende da percepção que temos das pessoas com quem interagimos, a própria compreensão depende da interação que temos com essas pessoas. Assim, as interações são influenciadas pelo modo como é percebido o indivíduo com o qual se entra em contacto.

Segundo Hillal (1985), um dos aspectos mais relevantes do processo ensino-aprendizagem é a contínua interação Professor-Aluno. Centralizando todo esse processo está o Professor. Sendo assim, justifica-se a necessidade de levar ao conhecimento dos Professores as consequências do trabalho docente desenvolvido frente aos Alunos, com vista à eficácia da aprendizagem e consequentemente na sua formação profissional, uma vez que o discente poderá continuar a reproduzir os "modelos" que lhes foram apresentados no decorrer da sua vida académica, aquando do exercício da sua profissão.

Os Professores que estimulam o contacto com os Alunos, tanto dentro como fora da sala de aula, obtêm discentes mais motivados, empenhados

intelectualmente e com melhor desenvolvimento pessoal. (Chickering e Gamson, 1991).

De acordo com Machado (1995), o Docente, no cumprimento da sua função, pode moldar o carácter dos jovens e, portanto, deixar marcas de grande significado nos Alunos durante a formação. Tornando-se responsável por muitas descobertas e experiências que podem ser boas ou não. Como facilitador, deve ter conhecimentos suficientes para trabalhar tanto aspectos físicos e motores, como também as componentes sociais, culturais e psicológicas.

Para Cunha (1996), a aula é um lugar de interacção entre as pessoas. O Aluno espera ser reconhecido como pessoa e valoriza no Professor as qualidades que os ligam afectivamente.

Há Professores que, por medo, ignorância ou arrogância, não conseguem ter um bom relacionamento com os Alunos e deixam de lado a aprendizagem afectiva, colocando em prática somente a pedagogia tradicional, na qual o Aluno é visto como uma folha em branco pronta para ser preenchida. Nesse método, não há trocas. Não há críticas. Não há crescimento. Há um grupo de indivíduos que ouvem, assistem. Sendo tratados como elementos de uma plateia. Contudo, não é esse tipo de relacionamento, unilateral, que desejo para os nossos jovens. Não é dessa forma que se ajuda alguém a contestar, a ter o direito a não concordar com as coisas, ou até de concordar, criticamente, com o assunto apresentado (Beider, 1997).

Diz Gomes (1998), que existe um conflito constante entre Professores e Alunos, pois os primeiros tentam aplicar a sua vontade e os discentes colocam as coisas a partir da sua visão, seguindo os seus interesses.

Em 1998, segundo Gomes, predominava um total desinteresse pelo acto de leccionar e aprender. Já não havia o respeito mútuo entre Discentes e Docentes, a indisciplina na sala era constante, a dificuldade que os estudantes encontravam em usar a linguagem escrita era uma realidade e actos de violência escolar faziam parte do quotidiano.

É necessário determinar a importância da cumplicidade na ligação Professor-Aluno. As relações humanas, embora complexas, são peças

essenciais no desenvolvimento comportamental e profissional de um indivíduo. Desta forma, a relação entre Professor - Aluno envolve interesses e intenções, sendo esta interação uma das fontes mais importantes do desenvolvimento comportamental. Há Professores que estão inquietados com os valores dos Alunos, mostrando-se sempre dispostos a tentar uma boa relação. Desta forma, o aprender torna-se mais interessante quando o aluno se sente competente contribuindo para o desenvolvimento do companheirismo, superação de conflitos psíquicos e sociais, capacidade de questionar e estabelecer metas. O Professor estabelece a sua competência e responsabilidade quando está disposto a revolucionar a educação, transformando o destino de um povo. O professor não deve preocupar-se somente com o conhecimento através da absorção de informações, mas também pelo processo de construção da cidadania do Aluno (Gomes, 1998).

Para Silva (1999), o educador no seu diálogo, não deve sentir-se como o portador de todo o saber, mas sim, numa posição de quem também tem algo a aprender, reconhecendo que todos temos algo a ensinar aos outros.

Assim, o aprender torna-se mais agradável quando o Aluno se sente competente pelas atitudes e métodos de motivação na sala de aula. O aprender não é uma coisa inerente nos Alunos, não é uma tarefa que cumprem com agrado, sendo mesmo encarada, por vezes, como uma obrigação. Para que isto possa ser melhorado o professor deve despertar a curiosidade dos alunos, acompanhando as suas acções no desenvolver das tarefas.

Segundo Freire (2000), o bom Professor é aquele que consegue levá-los em aventuras mentais, enquanto fornece conhecimentos. Os Alunos não se cansam, não adormecem. Apenas sentem a fadiga porque acompanham as idas e vindas do seu pensamento.

“Se o Mestre for verdadeiramente sábio, não convidará o aluno a entrar na mansão de seu saber, e sim, estimulará o aluno a encontrar o limiar da própria mente”. (Khalil Gibran)

A relação entre Professor-Aluno depende, essencialmente, do ambiente estabelecido pelo Professor, da relação de empatia com os Alunos, a sua disponibilidade de ouvir, reflectir e discutir o nível de compreensão destes

e da criação das ligações entre o seu conhecimento e o deles. Quando o Professor actuar lado a lado com o Aluno, respeitando os seus direitos, elucidando os seus deveres, formará um Aluno e um cidadão (Santos et al., 2007)

A relação Docente-Discente não deve ser uma relação de imposição, mas sim, uma relação de apoio, de respeito e de crescimento. O Aluno deve ser considerado como um sujeito interactivo e activo no seu processo de construção de conhecimento. Assumindo o educador um papel fundamental nesse processo, como um indivíduo mais experiente. Por essa razão cabe ao Professor considerar também, o que o Aluno já sabe, a sua bagagem cultural e intelectual, para a construção da aprendizagem (Vygotsky, 1994).

O Professor, do século XXI, deve funcionar como um facilitador no acesso a informações. Deve funcionar como um bom amigo que auxilia o sujeito a conhecer o mundo e os problemas, os factos, as injustiças e as solidariedades. Em contrapartida, o Aluno deve respeitar o espaço escolar e valorizar o Professor, sabendo aproveitar o encantamento do processo ensino-aprendizagem.

Portanto, o Professor hoje é aquele que, além de ensinar o Aluno, incentiva-o a ensinar os colegas. Porém, não se trata daquele ensinar passivo mas do ensinar activo, no qual o Aluno é sujeito da acção. É preciso salientar que o Professor agora é o formador e como tal precisa ser autodidacta, integrador, comunicador, questionador, criativo, gerador de conhecimento, e comprometido com as mudanças desta nova era.

As relações entre Professor e Aluno são “relações de poder”, ou seja, em que cada uma das partes utiliza meios com vista a provocar na outra atitudes, comportamentos que estão na linha dos seus próprios objectivos. Estas relações implicam que cada uma das partes ponha em execução certos meios, procurando atingir resultados que as valorizem e pelos quais se mobilizem verdadeiramente (Nizet, s/d).

A interacção Professor-Aluno é indispensável para uma boa adaptação escolar. Assim o primeiro Professor de uma criança tem grande importância na

atitude futura desse Aluno, não só durante a sua fase de aprendizagem, mas na sua relação com os sucessivos professores.

Relação Professor-Aluno nas aulas de Educação Física

Em 1992, Bracht, dizia que o Professor de Educação Física, tinha a função de instrutor, e através da apresentação de exercícios analíticos mantinha a ordem e a disciplina. Ao Aluno, cabia apenas o papel de repetir e efectuar a tarefa atribuída

Rodrigues (1997) refere que as ligações no treino desportivo com jovens apresentam algumas afinidades com as ocorridas na aula de Educação Física.

O Professor de Educação Física pode aumentar a sua eficácia na reinstrução após uma crítica ao Aluno, na manutenção de um clima favorável na aula, motivando o Aluno com elogios, ou até na intervenção de reforço, para manter o empenhamento e a concentração (Rodrigues, 1997).

O mesmo autor afirma, também que, existem 3 factores peremptórios para a eficácia do ensino das actividades físicas: o tipo de prática, a informação de retorno que o Aluno recebe sobre a sua prestação e o meio em que decorre a relação entre o Professor de Educação Física e os Alunos.

Moreira (1991) mostrou que os Professores mais antigos mantinham posturas formais e autoritárias na relação com os Alunos e que a aula de Educação Física era sinónimo de execução mecânica e rigorosa dos exercícios. Apontava para uma Educação Física como um produto terminado, conseguido através da ordem estabelecida, e não como um processo a ser descoberto e desenvolvido. O desporto competitivo era, nessas aulas, caracterizado pela obediência fiel às leis que o regulam, onde não existia a cooperação e prevalecia o individualismo. Ao mesmo tempo, o desporto visava exclusivamente a vitória, independente dos meios, e até se incentivava a ideia de tirar vantagem do mais fraco. O corpo do aluno era visto como um objecto a ser manipulado e melhorado o seu proveito. As actividades físicas não eram apropriadas aos corpos dos alunos e o corpo não atlético era ridicularizado ou desprezado. Além disso, autor verificou que os professores não tinham prazer

com a sua acção profissional. A Educação Física era caracterizada por uma ausência de brilho e de prazer nas manifestações dos Alunos.

O ambiente entre Alunos e Professor é afectuoso, havendo proximidade no relacionamento interpessoal, com conversas e trocas afectivas. Parece que o clima hostil antes identificado por Moreira (1991), e outros autores, foi substituído aos poucos por um clima mais amigável.

Shigunov (1993) afirma que o gosto e satisfação para os Alunos numa aula de Educação Física, é, basicamente, a conjugação de factores de intervenção pedagógica dos Professores e as particularidades dos Alunos.

Tavares (1996) sugere alguns procedimentos para o professor: procurar um ambiente de aceitação mútua; ampla flexibilidade ao desenvolvimento do conteúdo; entusiasmar os alunos e possibilitar-lhes a participação no planeamento das aulas; incentivar os alunos a expor ideias para a realização e modificação das actividades; reflectir e discutir sobre as actividades desenvolvidas, quanto à:

- a). Importância do envolvimento de todos os elementos do grupo;
- b). Possibilidade e necessidade de modificação das normas;
- c). Necessidade de conseguir um contexto agradável, cooperativo e de companheirismo nas actividades;

É necessário considerar as ideias expressas pelos Alunos e submetê-las à avaliação do grupo, estimular os Alunos na organização e avaliação das actividades realizadas nas aulas, levar em consideração a importância de uma disciplina funcional espontânea, em contraposição à disciplina imposta, explorar e utilizar a colocação de problemas para os Alunos, com o objectivo de levá-los à actividade reflexiva (Tavares, 1996).

Tavares (1996) analisa a prática pedagógica de ensino da Educação Física na qual é importante considerar que as opiniões e decisões dos Alunos devem ser enaltecidas, para a construção grupal do conhecimento e para a avaliação crítica do processo de ensino-aprendizagem.

Segundo Aquino (1996), há muito tempo os distúrbios disciplinares deixaram de ser um evento accidental e particular no quotidiano das escolas para se tornarem, num dos maiores obstáculos pedagógicos da actualidade.

Também, está claro que, a maioria dos educadores não sabe como interpretar e agir perante um acto desobediente.

Pinto (1998), destaca que o bom relacionamento entre Professor e Alunos é a condição de toda a aprendizagem significativa.

Mendeiro (1998), explica que na escola, a Educação Física observa de perto situações que podem parecer dissimuladas nas salas de aula, mas que são nítidas nos campos desportivos e ginásios. A divisão, muitas vezes, sugerida pelos Professores de Educação Física, tendo como parâmetros o sexo e o nível de habilidade motora, por exemplo, é reflexo de uma bagagem histórica, social, cultural e educativa que nos acompanha, assim como acompanhou nossos antepassados.

Falar da relação Professor-Aluno nas aulas de Educação Física, é falar de como lidar com as emoções, com a obediência e com a atitude do conflito eu-outro. De ressaltar que, essa postura de conflito ocorre em dois momentos distintos da vida da criança: na infância e na adolescência. Para a criança, o conflito dá-se com as diversas interferências da família, a sua primeira comunidade, e da escola na sua vida (Azevedo, 2000). A sociedade acaba por influenciar o desenvolvimento psíquico do Aluno.

As percepções dos Alunos são pensamentos, convicções e sentimentos sobre pessoas, situações e acontecimentos. A sua compreensão sobre as experiências desportivas influenciam as suas atitudes face à Educação Física. (Coelho, 2000).

Um estudo realizado por Coelho (2000), permitiu concluir que as atitudes do Professor são um factor determinante nas percepções dos Alunos sobre a Educação Física. O carácter das interacções pessoais entre Professor – Aluno têm um grande impacto sobre as posturas dos Alunos em relação a esta disciplina.

Segundo Darido (2001), o Professor deve estar atento e consciente da sua responsabilidade como educador. O ambiente de aula, que muitas vezes pode mostrar-se frio, severo e hostil aos Alunos, deve ser modificado, rerepresentado-se de forma mais agradável e afectuoso. Quando algumas das tarefas da aula exigem que a criança fique parada e estática, com uma atenção

direcionada ao que é exposto pelo professor, muito certamente este local não será um dos mais fascinantes para ela. Não é difícil, dentro desse clima rígido, surgir hostilidade da criança em relação ao professor e ao ambiente escolar. Dentro dessas situações de conflito facilmente observadas nas escolas, o professor pode fazer toda a diferença. Se o Professor tiver conhecimento do conflito eu-outro na construção da personalidade do Aluno, com certeza, ele saberá levar as relações e receberá esses estímulos com mais calma, não tomando os mesmos como uma questão pessoal.

Para Darido (2001), o Professor precisa entender o Aluno e o seu universo sócio-cultural. Cabe-lhe investigar mais sobre esse Aluno e, não deixar que o Discente acumule raivas ou dúvidas. Hoje muito se sabe que o lado intelectual caminha de mãos dadas com o lado afectivo. Considerando estes pontos discutidos, este autor, concluiu que o relacionamento entre Professor e Aluno deve ser de amizade, de respeito mútuo, de troca de solidariedade, não aceitando de maneira alguma um ambiente hostil e opressor que espalhe o medo e a raiva no contexto da aula.

Silva et al. (2004), verificou que, a maioria dos Professores divulgaram um bom nível de relação com os Alunos nas aulas de Educação Física e isto gera uma sensação de satisfação. Krug (2004), afirma que a principal exteriorização do sentimento de satisfação dos Professores é a boa afectividade com os Alunos.

Quando o educador consegue compreender o poder da pedagogia da amizade e compreensão, mais Alunos aprenderão com maior facilidade e gosto e, acima de tudo, mais Professores notáveis e memoráveis passarão pela vida das nossas crianças deixando a sua marca nos mesmos (Darido, 2001).

Penso que esta área tenha sido a mais complexa, pois foi aqui que exigiram grande aplicação do meu conhecimento adquirido durante os anos de formação. Aqui apareceram as dificuldades e contrariedades que não estava à espera. Mas foi lutando contra esses contratempos que me tornei mais prudente e maduro profissionalmente.

4.1.2. Área 2 – Participação na Escola

Penso que deveria começar a abordar esta área com uma palavra de agradecimento para com a ESDM II, devido à hospitalidade e simpatia com que me recebeu e me integrou no seu meio.

Esta área, em contraste com a abordada anteriormente, não está ligada directamente ao processo de Ensino-aprendizagem. Assim, nesta área pude apreender mais conhecimentos ao nível da realidade escolar fora do âmbito das aulas.

Foi fulcral a minha envolvência e participação nas demais actividades e reuniões, para que a minha integração ocorresse de uma forma mais rápida e assim consegui aperceber-me da parte não lectiva que decorre no seio de cada estabelecimento de ensino.

A minha fácil integração junto da comunidade escolar e respectiva participação nas actividades, deve-se em muito à Professora Cooperante, pois, desde o primeiro dia, fez questão de me apresentar a todo o pessoal Docente e não Docente e de nos integrar no seio da comunidade escolar. Uma vez que por parte da Luísa não existem grandes formalidades, foi fácil a mútua interacção e cooperação no trabalho. As primeiras conversas com a PC fizeram-me sentir imediatamente à vontade e motivado para o iniciar a leccionar. Apesar dos elementos do Núcleo de Estágio serem provenientes da mesma Faculdade, o espírito de equipa e colaboração fomentado pela PC desde a fase inicial foi uma das chaves para o sucesso ao longo do ano lectivo.

A dinâmica incutida pela Professora Luísa em tudo o que faz, e que nos tenta imprimir desde o início do ano lectivo, levou a que o Núcleo de Estágio de Educação Física fosse visto como um grupo dinâmico, activo, inovador e capaz de realizar actividades motivantes e aliciantes, não só para os Alunos mas também para o resto da comunidade escolar.

Durante o ano inúmeras actividades extra-aulas foram realizadas, estando, eu, presente em algumas delas, principalmente nas de carácter mais desportivo.

A Caminhada ao Sameiro, realizada no dia 18 de Dezembro, foi uma actividade organizada pelo PES e em particular pelas Professoras Anabela

Amorim e Marta Alves, sendo auxiliadas pelo Grupo de Educação Física, incluindo o Núcleo de Estágio. Nesta actividade a minha participação cingiu-se a auxiliar no próprio dia, contudo a responsabilidade que me foi atribuída suscitou em mim algum nervosismo, devido à constante supervisão necessária sobre os alunos, ao longo do percurso. Uma saída com os Alunos para fora dos limites escolares a cargo dos Professores, exige muita responsabilidade.

“Estar envolvido numa actividade fora da escola, em que temos (Professores) de estar constantemente atentos a tudo que nos rodeia, de modo a podermos controlar todas as situações e os Alunos, requer muita responsabilidade da nossa parte. Desde o início do Estágio, penso que esta actividade foi a que suscitou em mim mais nervosismo, pelo índice de responsabilidade requerida.” (Reflexão da caminhada ao Sameiro)

Tudo isto me ajudou imenso a crescer como Professor, e permitiu-me adquirir mais experiência para uma futura saída com Alunos. Sendo estes adolescentes, pensam que conseguem tomar conta de si próprios e por vezes tomam decisões e realizam actos que os podem prejudicar, sendo o Professor o culpado pois o Discente estava sob a sua alçada.

Reportando-me agora às actividades realizadas pelo Núcleo de Estágio, que pessoalmente foram as que mais me enriqueceram a todos os níveis, pela percepção de toda a burocracia necessária, das dificuldades que usualmente se encontra e pela capacidade de adaptação que requerem.

Estas iniciaram-se com a Ceia de Natal cuja organização estive a cargo do Núcleo de Estágio, em conjunto com a Professora Fátima Pereira, Professora Cooperante de Filosofia. A minha participação na organização desta actividade centrou-se na realização de cartazes e postais alusivos à data.

“Eventos como este têm como principal objectivo fomentar o convívio e a confraternização entre os seus participantes, principalmente nesta época, considerada uma época de amor e união.” (Reflexão da Ceia de Natal)

Mas, se nem Jesus agradou a todos, é normal que este evento não preenchesse os requisitos necessários para a participação de todo o pessoal Docente. O número de inscrições por parte dos Professores ficou muito aquém das expectativas, uns porque já tinham compromissos, outros porque não gostaram dos anos anteriores. Quem decidiu aparecer em grande número foram os Assistentes Operacionais, que se mantiveram animados desde o

início ao fim da festa. Apesar da fraca afluência de alguns Professores, a organização recebeu rasgados elogios, desde a decoração, à comida, à música entre outros. Mais do que os elogios e a grande participação de todos, o que realmente e revelou ser importante foi o convívio entre todos e o espírito natalício que ali se viveu.

Pessoalmente, esta actividade, proporcionou-me uma melhor integração na comunidade escolar, pois, pude conviver com vários Professores, com os quais durante as aulas não existia qualquer tipo de interacção.

A actividade mais complexa e de maior dimensão na qual participei como organizador, integrado no Núcleo de Estágio, foi o Dona Sport (Anexo 10), realizado durante a semana da escola. Este género de evento desportivo já vem sendo tradição na ESDM II. Como tal, não podíamos deixar de apresentar à comunidade escolar uma actividade que fosse convidativa, motivadora e prendesse a atenção de quem passava na zona da sua realização. Esta foi projectada desde cedo, mas, devido aos imprevisto que progressivamente iam ocorrendo devido às obras de reestruturação que a escola se encontra, foi necessário proceder a várias alterações. Fazendo com que várias das actividades previstas antecipadamente ficassem sem efeito devido à falta de espaço para a sua realização. Este evento desportivo contou com o auxílio de todos os Professores de Educação Física no dia da prova, o que contribuiu para uma integração ainda mais real dentro do Grupo.

O Dona Sport pretendia agrupar duas provas distintas, uma realizada de manhã, outra de tarde. A actividade matinal constou de um *peddy-paper* pela cidade de Braga com algumas actividades na Avenida Central, proporcionando aos Alunos uma saída do recinto escolar com o objectivo de ficarem a conhecer melhor a sua cidade e os locais mais marcantes desta. Além disso possibilitou-se a interacção da escola, seus alunos e professores com o meio envolvente. Da parte da tarde realizaram-se várias actividades na escola, as quais foram apelidadas de multi-actividades.

Apesar não ser a nossa ideia original, esta foi ainda alterada quando o Núcleo de Estágio soube que as Professoras responsáveis pelo PES estavam interessadas em realizar um *peddy-paper*. Desta forma a nossa – Núcleo de

Estágio - intenção aliou-se à delas e realizamos toda a organização desta prova pedestre de orientação em conjunto. Já as provas da tarde foram organizadas, apenas, pelo Núcleo de Estágio.

Apesar deste evento estar aberto a toda a Comunidade Escolar, bem, como pais ou familiares dos Alunos, apenas participaram Discentes, talvez por ter sido a um dia de semana. Inscreveram-se e estiveram presentes 40 equipas, num total de 200 Alunos, um número maior quando comparado com o ano anterior e com as expectativas iniciais. Penso que esta quantidade de participantes se deve ao facto da criativa publicidade produzida para esta actividade. Pessoalmente a grande participação dos Alunos despertou em mim uma maior motivação para o desenrolar desta actividade. Não queria, nem podia desiludir todos aqueles que se inscreveram no Dona Sport, assim esforcei-me para que tal não acontecesse.

Todo o cuidado que tivemos em planear e organizar antecipadamente toda a prova, fez com que no dia corresse tudo conforme planeado, sem haver grandes atrasos ou inconvenientes. Aqui, importa ressaltar o conhecimento e experiência da Luísa, que fez questão de me transmitir e aos meus colegas, para que assim pudéssemos ter uma maior noção da realidade com que me deparei e previamente verificar quaisquer falhas ou obstáculo que poderia aparecer.

O Dona Sport proporcionou-me uma panóplia de experiências e conhecimentos que até então estavam ausentes em mim. Organizar um evento desta envergadura, para mim, fez-me sentir grande responsabilidade, pois eram muitas as pessoas que estavam à espera daquele dia e não podia correr mal. E não correu. Muito pelo contrário, correu bastante bem. Até as condições climatéricas que tinham vindo a assustar nos dias anteriores, decidiram presentear-nos com um belo dia de sol.

Sinto-me agora mais capaz, dotado de mais conhecimentos, para futuramente organizar qualquer evento deste género. Da mesma maneira que a Ceia de Natal me proporcionou uma maior interacção com os Professores, o Dona Sport permitiu-me interagir de forma mais alargada com os Alunos deste

estabelecimento de ensino, uma vez que o meu relacionamento, até essa data, se centrava muito nas turmas destinadas ao Núcleo de Estágio.

Ainda durante a semana da escola foi organizado pelo Núcleo de Estágio um Rastreio de IMC e % de Massa Gorda (Anexo 9). Esta actividade foi realizada numa sala de aula normal juntamente com a medição da tensão arterial e quantidade de glicemia no sangue. A fraca afluência inicial foi contrariada com o decorrer do dia, com a presença de cada vez mais pessoas que se sentiam curiosas em saber qual o seu IMC e % M.G. Apesar de existir, em alguns casos, receio em entrar, tentei ao máximo cativar participantes, informando-lhes que os dados apenas seriam facultados ao próprio e não seriam divulgados ou tornados públicos.

Confrontei-me perante uma actividade enriquecedora, que me permitiu, uma vez mais, grande interacção com a Comunidade Escolar, pois envolveu a participação de Alunos, Docentes e não Docentes e ainda elementos de outras escolas.

A organização desta actividade, apesar de não ser muito trabalhosa, solicitou algum dispêndio temporal e entrega. Senti-me feliz por poder fazer parte de mais uma actividade que me permitiu sensibilizar a comunidade educativa para a necessidade de adoptar comportamentos e atitudes no âmbito da promoção da saúde, de modo a que cada um dos intervenientes se torne um agente responsável e activo na promoção da saúde da comunidade.

Além destas actividades fui também um participante activo nos eventos organizados pelo Grupo de Educação Física. Assim, participei na realização do Torneio Inter-turmas de Voleibol durante 2º período. O Núcleo de Estágio foi escalonado para auxiliar da parte da tarde. A minha principal função, bem como a dos restantes Professores envolvidos, era não deixar o torneio desorganizar-se, colocar as equipas nos respectivos campos, tirar alguma dúvida relativa a alguma jogada mais confusa, entre outras funções. Estar por dentro deste torneio permitiu-me perceber que apesar de não ser uma actividade de grandes dimensões requer vários recursos materiais e humanos.

É gratificante observar que os Alunos esforçam-se ao máximo para alcançar os lugares cimeiros, servindo isso como uma forma de respeitar a

organização do evento. O grande objectivo deste tipo de actividades é proporcionar aos Alunos a prática de actividade física, a aplicação das competências técnicas e táticas adquiridas nas aulas e incutir valores como a concorrência saudável, fair-play e respeito pelo adversário através do jogo.

Outra actividade organizada pelo Grupo de Educação Física foi a Visita de Estudo ao Campeonato Mundial de Desporto Escolar de Andebol (Anexo 11), que decorreu nas cidades de Braga, Guimarães e Fafe.

Inicialmente a organização deste evento esteve a cargo do Orientador do Desporto Escolar. Todavia, quem fez chegar a informação aos Alunos e possibilitou esta saída aos Alunos foi o Núcleo de Estágio. Foram elaboradas e fornecidas, aos Alunos, todas as informações necessárias e as autorizações para os Encarregados de Educação. O acompanhamento das Turmas nesta Visita de Estudo foi da responsabilidade do Núcleo de Estágio.

Pessoalmente, este foi um dos pontos altos de convivência com os Alunos da minha turma fora do contexto lectivo. Assim, foi possível conversar com estes acerca de vários temas, ficar a conhecer as suas opiniões e personalidades, proporcionando uma maior aproximação, fazendo-os sentir mais à vontade comigo, sem no entanto me perderem o respeito e vice-versa.

Os alunos adoraram vivenciar ao vivo uma partida de Andebol, e chegaram mesmo a juntar-se à claque da França apoiando esta selecção.

“Foi uma visita de estudo com sucesso, uma vez que conseguimos proporcionar aos Alunos a possibilidade de observar competências que são abordadas durante as aulas e cativar os Alunos e motivá-los para posteriores participações como espectadores, a jogos de Andebol ao vivo.” (Reflexão da Visita de Estuda ao Campeonato Mundial de Desporto Escolar de Andebol)

Uma das experiências mais marcantes e enriquecedoras durante este ano lectivo foi a possibilidade de participar no Desporto Escolar (Anexo 12), na modalidade de Natação, acompanhando e auxiliando a Luísa nesta tarefa. A convivência com todas as actividades nesta área permitiu-me angariar conhecimentos para o futuro, acerca de toda a sua organização e dinâmica, mais ou menos conseguida.

Comparativamente com outros colegas estagiários, de outras escolas, que não tiveram o enriquecimento que o Desporto Escolar fornece, sinto-me

com alguma vantagem sobre estes numa participação futura nesta actividade extra-curricular. Outro factor que me motivou bastante, foi o facto de abordarmos uma modalidade que não faz parte do programa escolar da ESDM II.

Assim, além de proporcionar aos Alunos a possibilidade de praticarem uma actividade física saudável e de forma regular, permitiu-me aplicar conhecimentos adquiridos durante os meus anos de formação e desenvolvê-los. De certa forma fui posto à prova, pois a minha experiência a dar aulas de Natação cingia-se a crianças de infantário, onde apenas era abordado a Adaptação ao Meio Aquático (AMA). Assim apurei a minha capacidade de transmitir conhecimentos acerca dos vários estilos de Natação e aperfeiçoei também as técnicas adquiridas anteriormente para o AMA. Como os Alunos eram bastantes heterógeneos, foi necessário apelar aos conhecimentos adquiridos acerca de cada fase de evolução do Aluno.

Além desta acção nas sessões semanais, a participação nas várias provas realizadas ao longo do ano, fez-me aperceber da grande importância que o Desporto Escolar tem a nível escolar e mais propriamente para os participantes, quer sejam federados ou não. Das 3 provas realizadas, o 2º encontro foi organizado pelo Núcleo de Estágio. A par do Dona Sport esta foi a actividade que mais exigiu de mim. Confesso que fiquei espantado com a burocracia e quantidade de recursos materiais e humanos necessários para que este encontro se realizasse dentro dos parâmetros previstos. A nível da participação dos Alunos penso que estas actividades fomentam o espírito de competição (saudável) dos mesmos, bem como, o fair-play, o respeito e a cooperação entre eles...

“...Posso concluir que, apesar do trabalho e horas dispendidas que esta prova exigiu, soube muito bem observar durante e no final da actividade que os Alunos estiveram entusiasmados e contentes...” (Reflexão do 2º Encontro de Natação)

Foi necessário projectar a prova, até ao mais pequeno pormenor, para que chegada a “hora H” não houvesse falhas. E apesar de sermos 4 Professores na organização, sem o auxílio de alguns Alunos que se

prontificaram a ajudar não seria possível que a prova decorresse de forma natural e atingisse o sucesso pretendido.

Mais uma vez, a minha envolvimento numa organização deste nível permitiu-me descobrir que há determinados passos a seguir, os quais são indispensáveis para o desenvolvimento e sucesso de qualquer actividade. Percebi também que nos dias das provas se deve manter sempre a calma, pois o stress e o nervosismo causam ainda mais obstáculos ao sucesso.

Como tive a oportunidade de acompanhar os Alunos nos outros dois encontros que foram da responsabilidade de outras escolas, o facto de ter organizado esta permitiu-me avaliar a sua organização e conseguir detectar erros ou dificuldades e arranjar soluções. Para os encontros em que acompanhei, juntamente com a Luísa, a Tânia e o Luís, tive a função de orientar os Alunos de forma a que estes se encontrassem dispostos na altura certa a realizar a sua prova. Para os encontros fora da cidade de Braga foi necessário realizar e fornecer documentos informativos e autorizações para os Encarregados de Educação, bem como, lanches e transporte para o deslocamento.

Mudando um pouco de tema, no que diz respeito à minha actividade de colaboração com a Directora de Turma (DT) do 10º E, realizou-se ao longo do ano, através de reuniões formais com os restantes Professores da Turma. Contudo esta foi mais evidente durante o 1º período aquando da realização da caracterização da turma. Para tal foi necessário aos Alunos o preenchimento da Ficha Sociobiográfica (Anexo 2) e da Ficha de Caracterização do Aluno (Anexo 1) criada pelo Núcleo de Estágio. Os dados obtidos foram analisados cuidadosamente, resultando num documento que caracterizava a Turma. A ficha elaborada pelo Núcleo de Estágio centrava-se mais nos aspectos desportivos de cada Aluno e das suas famílias, assim foi possível obter um conhecimento mais pormenorizado acerca dos hábitos desportistas de cada um.

Apesar da tarefa de caracterização ser da DT, sendo eu a realizar pude fazer uma análise mais aprofundada e colaborar com esta. Esta foi também uma forma de me integrar na Escola e no Conselho de Turma. A partir do

documento original foi realizado um resumo que foi entregue a todos os Professores do 10º E, sendo o documento original entregue à DT.

Este trabalho possibilitou-me um rápido conhecimento dos Alunos a vários níveis, permitindo-me saber com quem me iria deparar. Fez-me perceber que havia um grupo de Alunos proveniente da mesma Escola e os restantes dividiam-se por várias escolas. Assim nasceu em mim a curiosidade em saber como seriam as relações entre estes, se existiriam micro-grupos dentro da turma, se os Alunos provenientes do mesmo estabelecimento de ensino iriam ser um grupo coeso ou agrupar-se a novos indivíduos e se haveria rejeições.

4.1.2.1. Estudo Sociométrico do 10º E

Revisão Bibliográfica

Sociometria

Fundada em 1934, por Moreno, a técnica da dinâmica de grupos - sociometria - tem como objectivo uma “avaliação” das relações interpessoais no seio dos grupos. Esta técnica pretende revelar e apreciar a estrutura de um grupo, os indivíduos dominantes ou populares, as divisões (sexual, racial, económica, etc.) e os padrões de aceitação e rejeição social. Para Bastin (1988), a Sociometria avalia as relações sócio-afectivas que existem nas interacções humanas dentro de cada grupo, assim como, a hierarquia no seio de cada grupo.

O Átomo Social é a unidade de medida da Técnica Sociométrica. Esta corresponde ao agregado de conexões sociais que cada indivíduo tem. Em cada grupo existem átomos sociais, ou seja, os seus membros, que estabelecem um certo número e tipo de relações (Marques, 2000).

Teste Sociométrico

Este Teste consiste em solicitar aos membros de um determinado grupo que nomeiem colegas com quem gostariam de realizar determinada actividade. Pode também ser solicitado que designem aqueles com que não gostavam de estar (Bastin, 1966).

Para Bustos (1997) o teste Sociométrico é um meio que pode ser utilizado, não só em grupos medicinais, mas também em grupos de trabalho, na indústria, na educação, etc. Uma das temáticas mais abordadas na sociometria é a classificação de crianças em grupos sociométricos, tendo em conta a natureza e dimensão das suas relações interpessoais.

Matriz Sociométrica e Sociograma

Através da recolha de dados dos testes sociométricos podemos elaborar uma matriz sociométrica ou sociomatriz, que consiste numa tabela de duas entradas. No eixo das abcissas e no eixo das coordenadas colocam-se os nomes dos sujeitos. Nas casas correspondentes da tabela colocamos então as pontuações obtidas por todos e cada um dos sujeitos (Farinha, 2004).

Desta forma os dados são organizados, permitindo uma leitura simplificada das relações existentes entre os membros de determinado grupo.

Posteriormente representa-se graficamente os dados recolhidos, através de sociogramas. O sociograma exprime a rede de inter-relações do grupo num diagrama, por meio de um conjunto de convenções gráficas e do recurso a métodos estatísticos.

Segundo Santos (1975), o sociograma permite divulgar a atracção entre os elementos de um grupo, fornecendo informações importantes acerca das percepções que os Alunos têm da união do grupo, preferências de amizade e o isolamento social, conformidade na percepção de sentimentos interpessoais e grau de atracção existente no seio do grupo.

Assim, o sociograma faculta um leque de informações essenciais e de extrema utilidade para os Professores. Sendo que lhes permite prevenir e resolver conflitos entre alunos de uma turma.

Coesão

Festinger et al. (1975) definem a coesão como as forças que actuam sobre um grupo, com o intuito de o unir.

Cartwright e Zander (1968) afirmam que um grupo coeso pode ser considerado como aquele em que seus membros se reúnem a trabalhar por um

mesmo objectivo, sendo aceite por todos a responsabilidade pelo trabalho colectivo. Os mesmos autores consideram como possíveis indicadores de coesão, o facto de os membros poderem sustentar dor ou frustração em prol do grupo.

Tutko e Richards (1984) definem um grupo coeso como um grupo de indivíduos que pensam, sentem e actuam como uma unidade. Esta unidade proporciona um grupo autodisciplinado, com um funcionamento autónomo, cada membro sente-se responsável não só pelo seu comportamento, mas também pelos restantes participantes do grupo.

A respeito deste conceito Carron et al. (1985) afirmam que um aspecto significativo dele é que se evidencia no sujeito e nas forças que o atraem, o que o faz permanecer no grupo.

Segundo Weinberg e Gould (1995), um indivíduo tem consciência que actua de determinada forma quando está com outros indivíduos.

Coesão pode ser definida como um processo activo que se espelha na tendência que um grupo tem em estar ligado e manter-se unido na busca dos seus propósitos instrumentais e/ou para a satisfação das carências afectivas dos seus membros (Carron et al., 1998).

A coesão possui várias propriedades. Uma delas é a sua multidimensionalidade. São vários os factores que levam à necessidade de um grupo se manter unido. Esse (s) factor (es), associados à própria ligação no seio de um grupo, pode, ou não estar presente, noutro grupo (Carron et al., 1998).

Uma segunda propriedade da coesão é o seu dinamismo, não é estável como um traço. A coesão altera-se ao longo do tempo, desta forma, pode contribuir, ou não, para o amadurecimento de um grupo. (Carron et al., 1998).

A terceira propriedade é a sua natureza instrumental da coesão, isto é, todos os grupos se formam com uma finalidade (Carron et al., 1998).

Por último, a quarta propriedade que surge com esta definição é a afectividade. A presença de relações entre os membros do grupo pode ser determinada com o início do grupo ou durante o tempo que esse grupo se relaciona (Carron et al., 1998).

Dinâmica de Grupo

O contexto escolar constitui um meio útil para o estudo da dinâmica dos grupos. Depois da família, o grupo de amigos na escola aparece como o grupo mais influente a que determinados indivíduos pertencem. Apresenta-se como um contexto ideal para o estudo das interações sociais, uma vez que, possui estruturas singulares que oferecem vantagens.

De acordo com Cartwright e Zander (1968), a dinâmica de grupos é vista como uma área dedicada à compreensão dos grupos, à sua essência, às suas normas e às suas inter-relações com os elementos ou outros grupos.

Os mesmos autores, em 1963, referem que se um ser de outro planeta visitasse a Terra ficaria espantado com a quantidade de actividades que os humanos realizam em grupo.

Segundo Cotterel (1996), o grupo proporciona experiências emotivas positivas, através do acolhimento e reconhecimento do indivíduo, como alguém que contribui para os propósitos de existência do próprio grupo, e, por outro lado, o indivíduo ganha no sentido da pertença, da cooperação entre os membros do grupo, confirmando assim a criação de uma identidade grupal.

Os grupos formados nas escolas constituem uma forma de participação social, uma vez que a adesão a determinadas actividades e grupos permite esta integração (Machado Pais, 1996).

Alves-Martins (1998), afirma que o grupo de amigos assume para os adolescentes consideração a vários níveis: suporte emocional, auxílio na solução de tarefas desenvolvimentais e na construção da identidade.

Para Teixeira (2001), as complicadas interações no seio de cada grupo e os diversos papéis que existem, são o principal motivo pelo qual os estudos sobre a dinâmica social são cada vez mais essenciais.

Liderança

A posição de líder é a mais elevada na hierarquia de qualquer grupo. Este é o elemento mais influente do grupo.

Barrow (1977), entende a liderança como um processo onde são exercidas influências sobre indivíduos com o propósito de alcançarem os objectivos previamente definidos.

Para Hollander (1985), a liderança é a influência exercida pelo líder tendo em vista o alcance de determinados objectivos grupais ou sociais.

Segundo Weinberg e Gould (1995), é fácil identificar grandes líderes, mas é difícil conhecer quais os factores que os tornam grandes líderes. Assim, o líder deve ser capaz de agregar em si as qualidades do indivíduo e as exigências do grupo.

Quando existe a necessidade de um grupo atingir os objectivos, enfrentando e ultrapassando vários obstáculos, é que se verifica a importância da uma boa liderança (Russel, 1993).

A liderança só pode ser compreendida na sua totalidade se conseguirmos perceber como é que as pessoas percebem e avaliam o poder exercido pelos que ocupam o topo da hierarquia (Andrews e Field, 1998).

A liderança é o grande responsável pela eficácia do desempenho de um grupo e pela sua satisfação. Este facto afecta atitudes, acções, ideias e sentimentos inerentes ao grupo.

Existem 4 tipos de liderança:

- Liderança autocrática: focada nas tarefas. Também apelidada de autoritária ou directiva. O líder toma todas as decisões, desconsiderando as opiniões dos liderados.

- Liderança democrática: voltadas para as pessoas e existe uma participação directa dos liderados nas decisões tomadas. O líder procura ser um membro normal do grupo. Ele é objectivo e limita-se aos factos nas suas críticas e elogios.

- Liderança liberal ou *Laissez faire*: as pessoas tem mais liberdade na execução dos seus projectos, indicando possivelmente uma equipa madura, autónoma e que não necessita de supervisão constante. Por outro lado, a Liderança liberal também pode ser indício de uma liderança negligente e fraca, onde o líder deixa passar falhas e erros sem corrigi-los.

- Liderança paternalista: o líder e a equipa têm relações inter-pessoais semelhantes às de pais e filhos. Apesar de ser um modelo bem aceite pelos liderados, este não é o modelo adequado para um relacionamento profissional, uma vez para o pai o mais importante é o filho e para uma actividade profissional os resultados importam mais que o indivíduo.

Os líderes democráticos são melhor aceites que os líderes autoritários. O estilo de liderança participativa é mais apreciado pelo grupo que o estilo autocrático.

Objectivos

Objectivo Geral:

- Realizar um estudo Sociométrico dos Alunos da Turma E do 10º ano de escolaridade da ESDM II.

Objectivos Específicos:

- Determinar a posição social de cada elemento na turma;
- Encontrar e determinar os Líderes da Turma;
- Verificar a existência de sub-grupos ou de uma coesão total;
- Contribuir para uma melhor formação de grupos ou equipas de trabalho;
- Determinar qual o Aluno menos integrado na Turma;

Material e métodos

Amostra

A amostra deste estudo é formada pelos Alunos constituintes da Turma E do 10º ano de escolaridade, da ESDM II, sendo 15 do sexo feminino e 10 do masculino.

De salientar que durante este estudo a amostra alterou-se, uma vez que houve 2 Alunos que realizaram a 1º teste e não o 2º, uma vez que anularam a matrícula a Educação Física. Assim como se registou a entrada de um novo aluno na Turma, no 2º Período, o que fez com que este apenas realizasse o 2º teste.

Procedimentos Metodológicos

Para a realização do estudo, procedeu-se a uma pesquisa bibliográfica sobre o tema e à procura de um teste (Anexo 14) a ser aplicado e que permitisse atingir os objectos definidos inicialmente.

Escolhido o Teste, este foi aplicado pela 1ª vez no início do 2º Período e a segunda no final, ambas em partes iniciais de aulas de Educação Física.

Material

Para realizar a recolha de dados foi utilizado um Teste Sociométrico desenvolvido por Moreno. Este é composto por uma parte que contém a informação biográfica do Aluno e outra constituída por 3 questões critério, onde é pedido ao Aluno que escolha 3 pessoas da Turma com as quais desejaria e não desejaria realizar uma actividade.

Procedimentos estatísticos

Para o tratamento dos dados, estes foram introduzidos numa Matriz Sociométrica e posteriormente realizados sociogramas para cada uma das questões critério. Para tal foi utilizado a versão 2007 do Microsoft Excel e Microsoft Office, recorrendo às técnicas que estes reúnem.

Com os procedimentos estatísticos pretendi estabelecer os limites de confiança significativos, para proceder à distribuição sociométrica dos Alunos que compõem a Turma. Para determinar:

- **A probabilidade de cada elemento ser preferido (P):**

$$P = d/n - 1$$

D – nº de preferências emitidas por cada indivíduo

n – população da amostra

$$P = 9/25 - 1 = 0,38$$

- **A probabilidade de cada elemento não ser preferido (Q):**

$$Q = 1 - P = 1 - 0,38 = 0,62$$

- **A média (M):**

$$M = n.p = 25 \times 0,38 = 9,5$$

- **O Desvio Padrão (S):**

$$S = \sqrt{n \cdot P \cdot Q} = \sqrt{9,5 \times 0,62} = 2,42$$

- **O Grau de Simetria (α_3):**

$$\alpha_3 = (P - Q) / S = (0,62 - 0,38) / 2,42 = 0,1$$

- **Os limites de Confiança:**

$$\text{Inferior: } X = M + t \cdot S = 9,5 + (-1,62 \times 2,42) = 3,92 \text{ Ar} - 4$$

$$\text{Superior: } X = M + t \cdot S = 9,5 + (1,67 \times 2,42) = 13,54 \text{ Ar} - 14$$

t – corresponde ao *score standard* da probabilidade obtido através da equivalência do valor do Grau de Assimetria na tabela de Salvosa

Assim podemos referir que para os valores de índice P:

- ≤ 4 , os valores são significativamente baixos;
- Entre 4 e 14 o valor é significativo;
- ≥ 14 , os valores são significativamente elevados;

Podemos dizer que os Alunos com valores ≤ 4 , são isolados na Turma e com valores ≥ 14 , são considerados populares dentro do seio do grupo.

Apresentação, Interpretação e Discussão dos resultados

1º Momento - Sociogramas

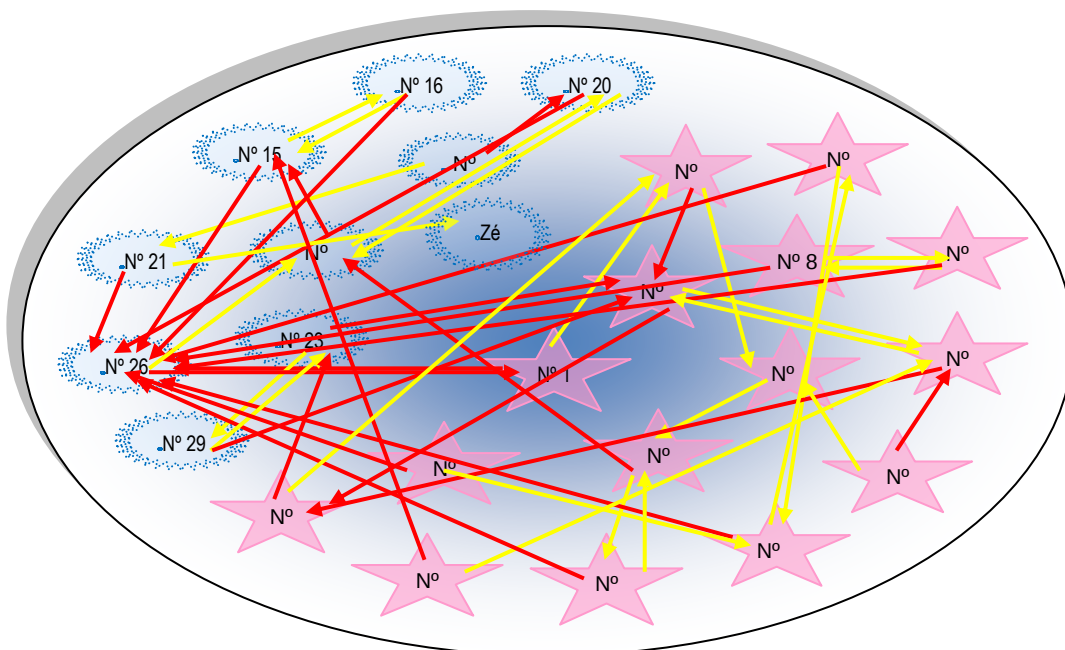


Figura 1 - 1ª Escolha para os intervalos das aulas (1º Momento)

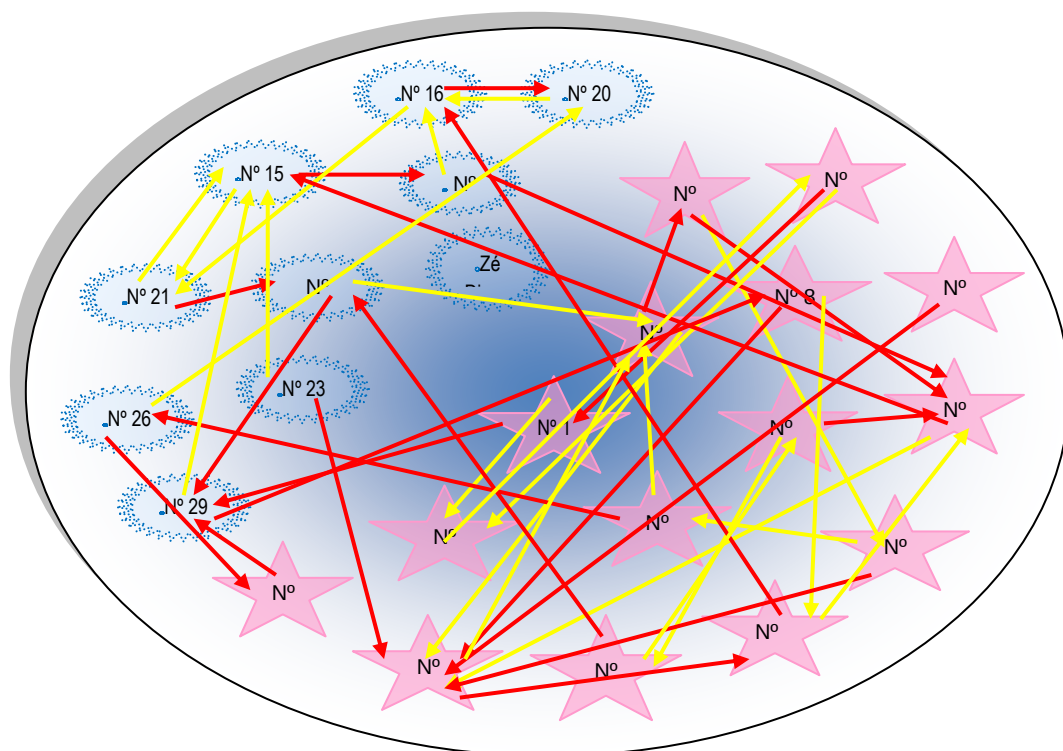


Figura 2 - 2ª Escolha para os intervalos das aulas (1º Momento)

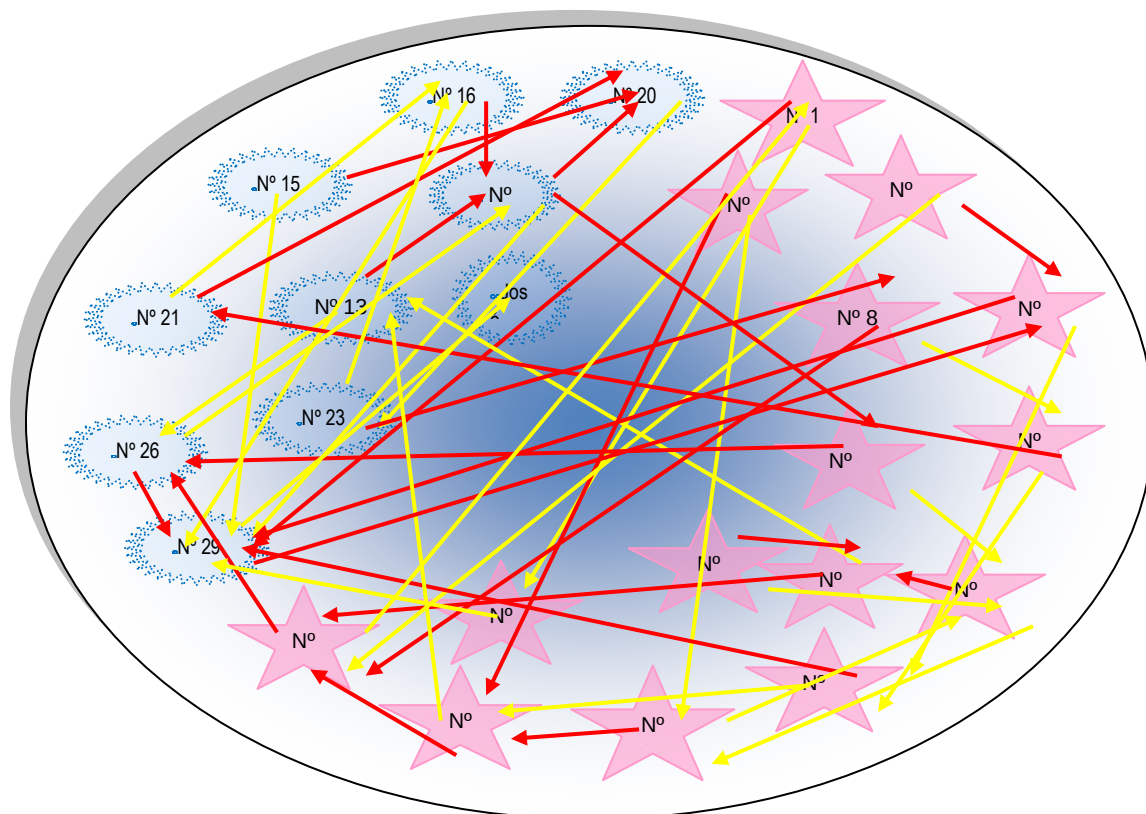


Figura 3 - 3ª Escolha para os intervalos das aulas (1º Momento)

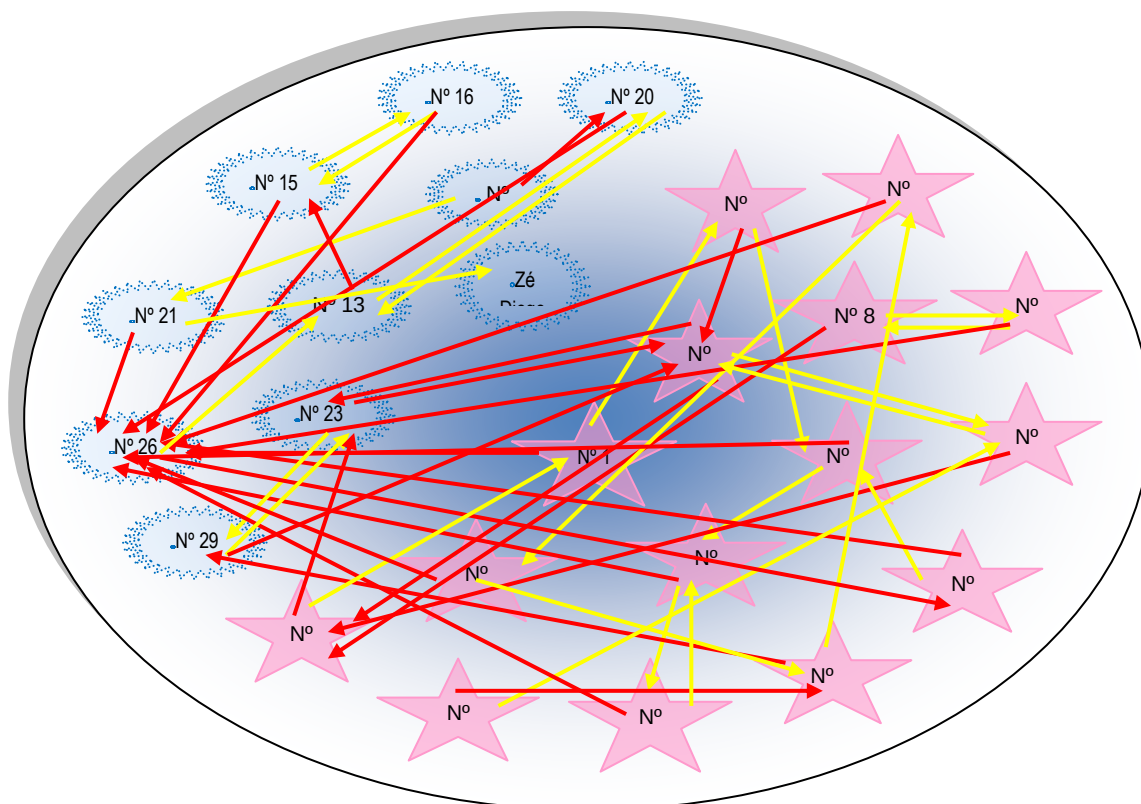


Figura 4 - 1ª Escolha numa visita de estudo (1º Momento)

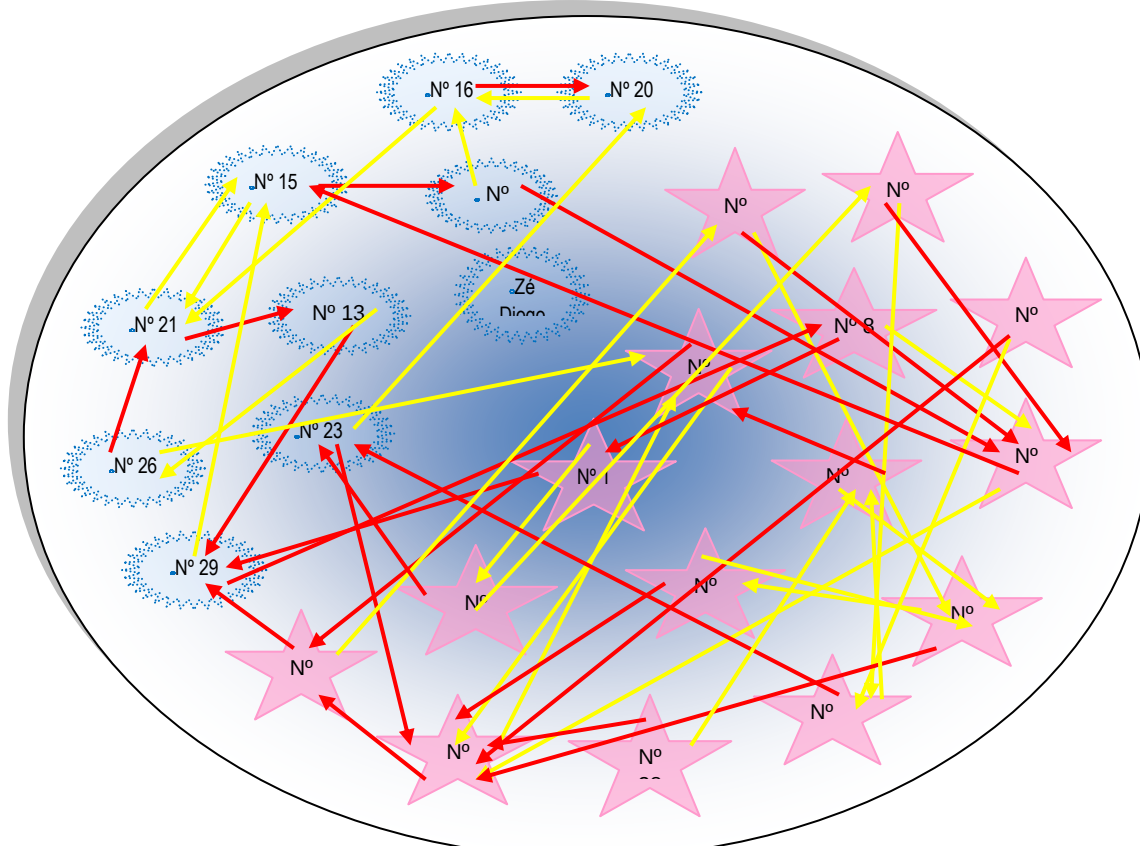


Figura 5 - 2ª Escolha numa visita de estudo (1º Momento)

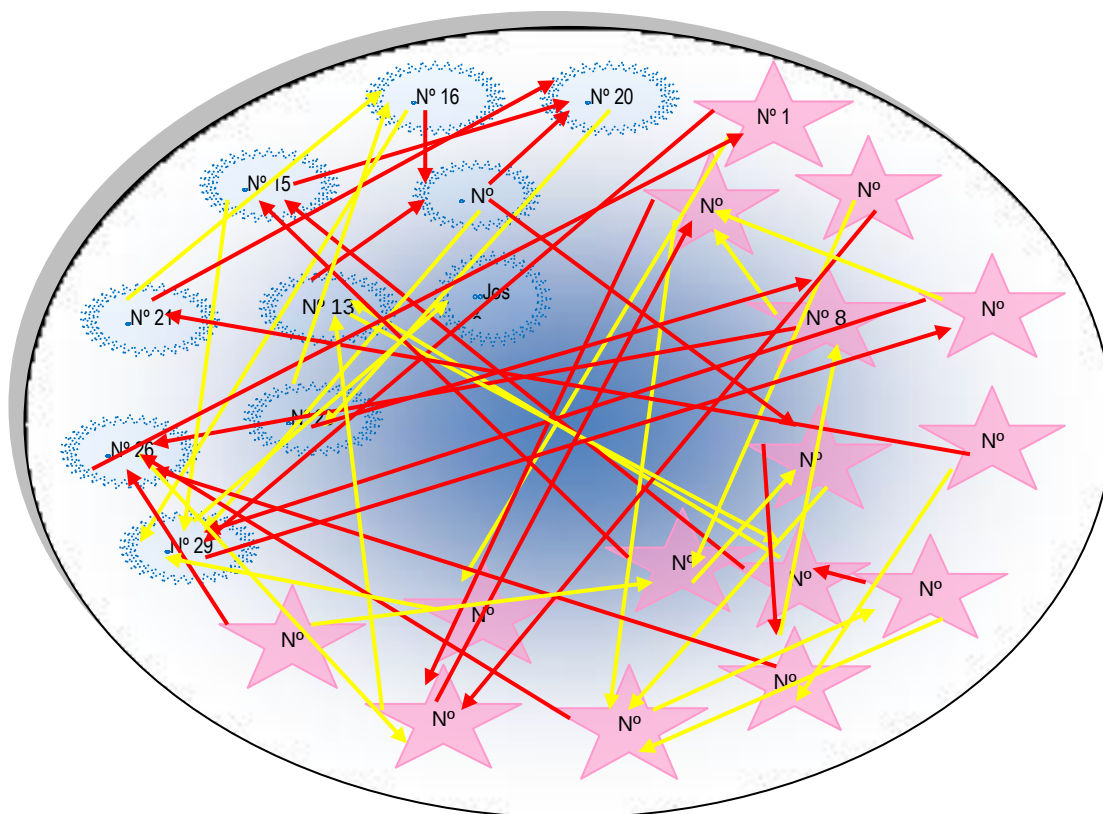


Figura 6 - 3ª Escolha numa visita de estudo (1º Momento)

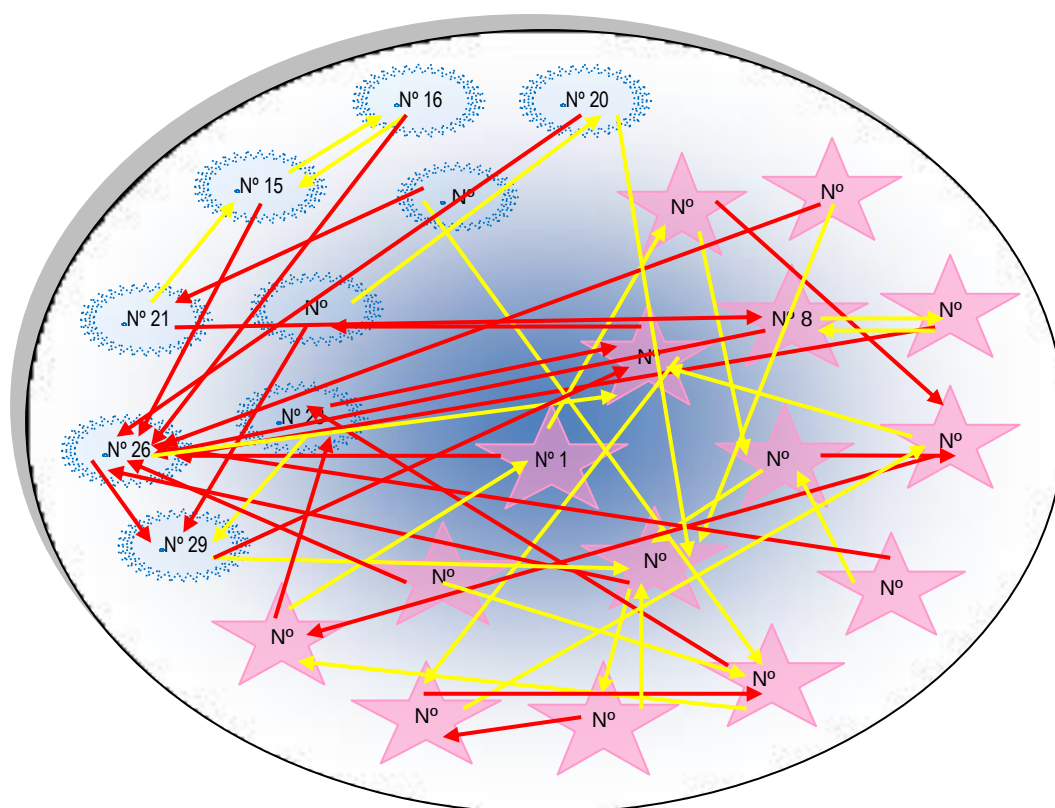


Figura 7 - 1ª Escolha para trabalho de grupo (1º Momento)

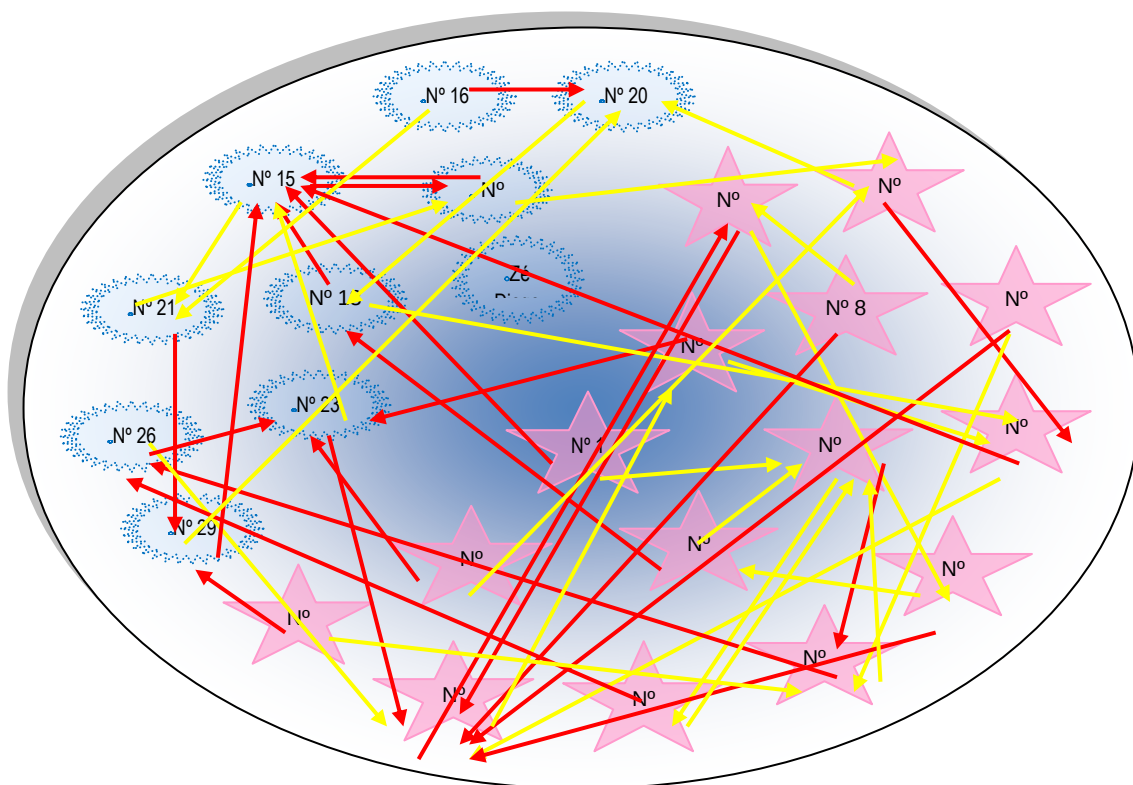


Figura 8 - 2ª Escolha para trabalho de grupo (1º Momento)

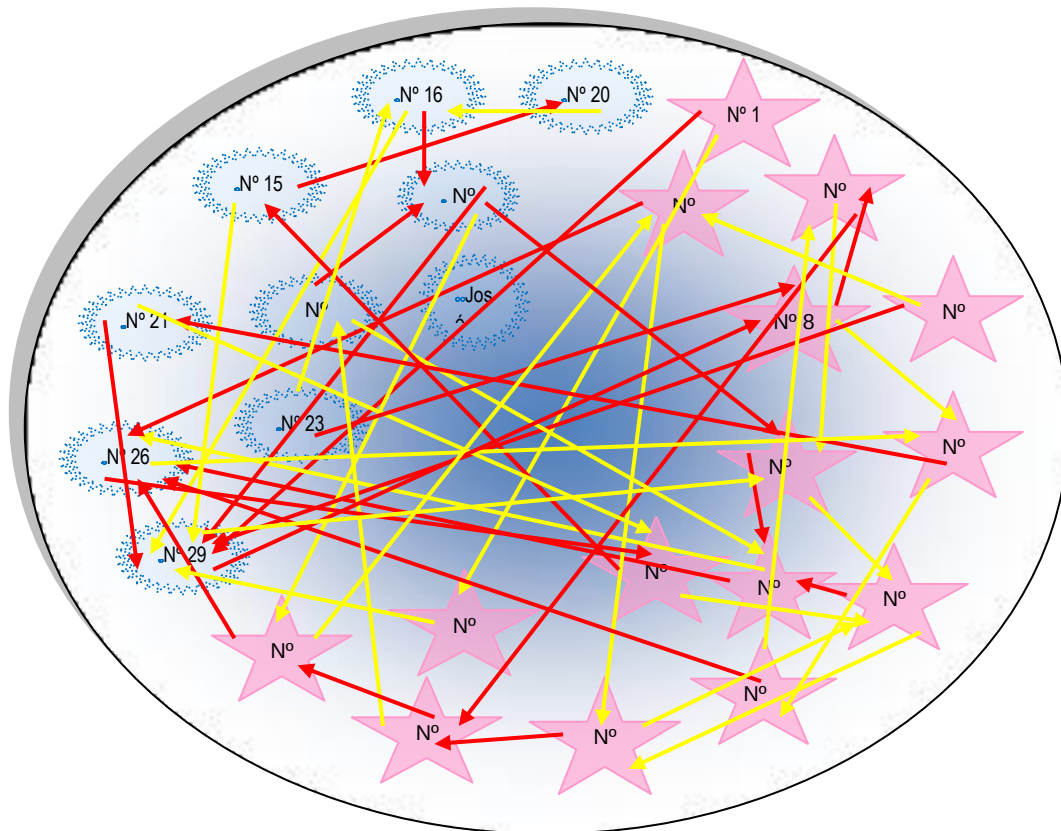


Figura 9 - 3ª Escolha para trabalho de grupo (1º Momento)

A partir da observação dos Sociogramas do 1º momento comprovamos que existe uma separação entre género masculino e feminino. Este facto verifica-se mais acentuadamente nas primeiras escolhas de cada Aluno. Quando nos debruçamos sobre as segundas e terceiras escolhas verificamos que existe uma maior interligação entre Alunos e Alunas. Do lado das raparigas apenas a Sofia (nº4), a Francisca (nº11) e a Maria Gomes (nº24) atribuíram as suas escolhas a rapazes. Do lado masculino, apenas o André Pinheiro (nº6), Hugo (nº13), Jorge (nº20), Zeca (nº21), André Martins (nº 26) e o Pedro (nº29), atribuíram a raparigas.

Assim verificamos que existem mais rapazes a escolher raparigas do que o contrário. No entanto grande parte das escolhas masculinas que recaem sobre o sexo feminino são preferências ao nível da realização de trabalhos de grupo.

O grupo dos rapazes mostra-nos que têm mais tendência para criar pequenos sub-grupos, comparativamente com o feminino. Nestas existe uma maior dispersão nas inter-relações, o que parece indicar que se trata de um grupo mais coeso que o masculino. Ou seja, o conjunto masculino aparenta estar organizado de forma mais estável em pequenos grupos, contrariamente aos elementos femininos.

No entanto, os dados também nos evidenciam a presença de sub-grupos femininos:

- Inês (nº14), Joana Abreu (nº18), Joana Moutinho (nº19) e Vanessa (nº28);
- Sofia (nº4), Joana Araújo (nº17) e Maria Pinto (nº25).

Estes foram aqueles que mais se salientaram, uma vez que em cada um, grande parte das preferências recaem sobre os seus elementos.

As Alunas preferidas para realizar qualquer actividade foram a Inês (nº14) e a Vanessa (nº28), com 17 e 18 escolhas respectivamente. Por outro lado o André Martins (nº26) foi identificado como um elemento não integrado, devido ao reduzido número de escolhas que incidiram sobre si.

Relativamente a rejeições não existe a menor dúvida que o elemento que menos agrada à Turma é o André Martins (nº26). Em 99 escolhas possíveis de rejeição, foram dirigidas a este Aluno 50.

Sendo o André Martins (nº26) a primeira escolha da grande maioria da turma, é possível observar que grande parte das rejeições do sexo masculino são dirigidas ao grupo feminino e vice-versa.

O grupo constituído pela Inês (nº14), Joana Abreu (nº18), Joana Moutinho (nº19) e Vanessa (nº28) rejeita várias vezes elementos do sub-grupo da Sofia (nº4), Joana Araújo (nº17) e Maria Pinto (nº25).

É de destacar que a Joana Abreu (nº18) e a Vanessa (nº28) não foram alvo de qualquer rejeição por parte dos colegas. Das raparigas a Maria Pinto (nº25) foi aquela sobre quem incidiram mais rejeições, um total de 26.

Outro facto interessante é a, quase inexistência de rejeições recíprocas entre os vários elementos desta turma.

2º Momento- Sociogramas

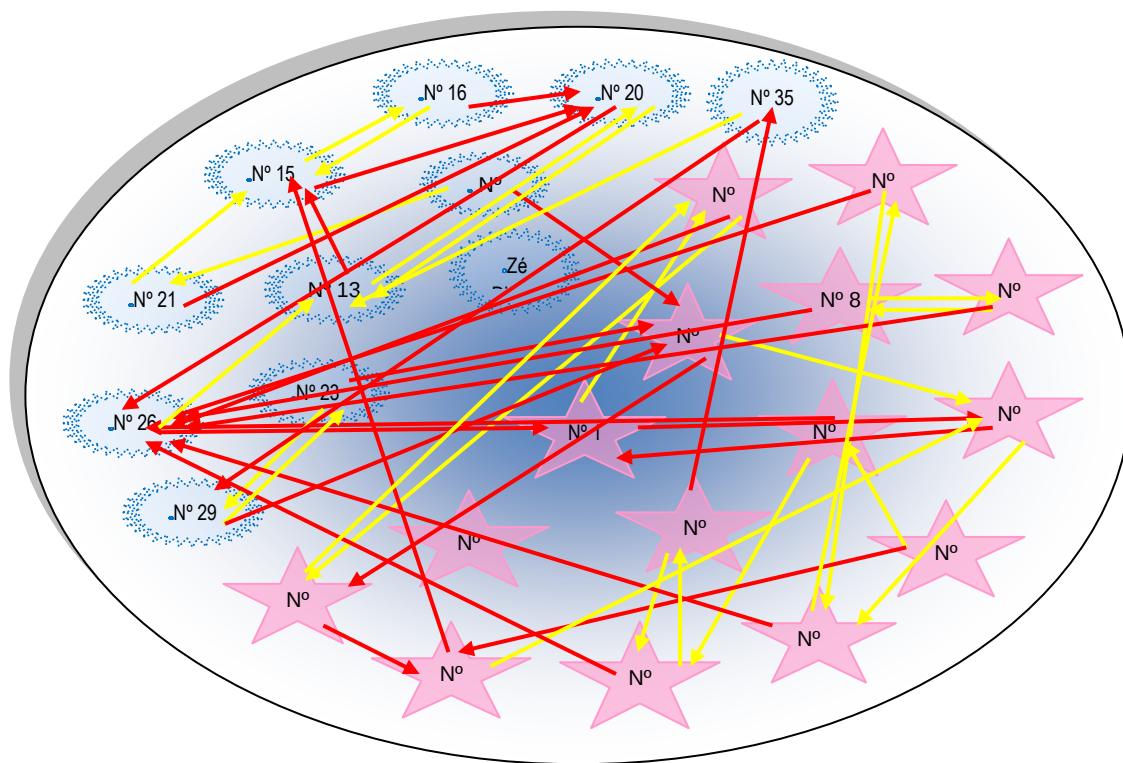


Figura 10 - 1ª Escolha para os intervalos das aulas (2º Momento)

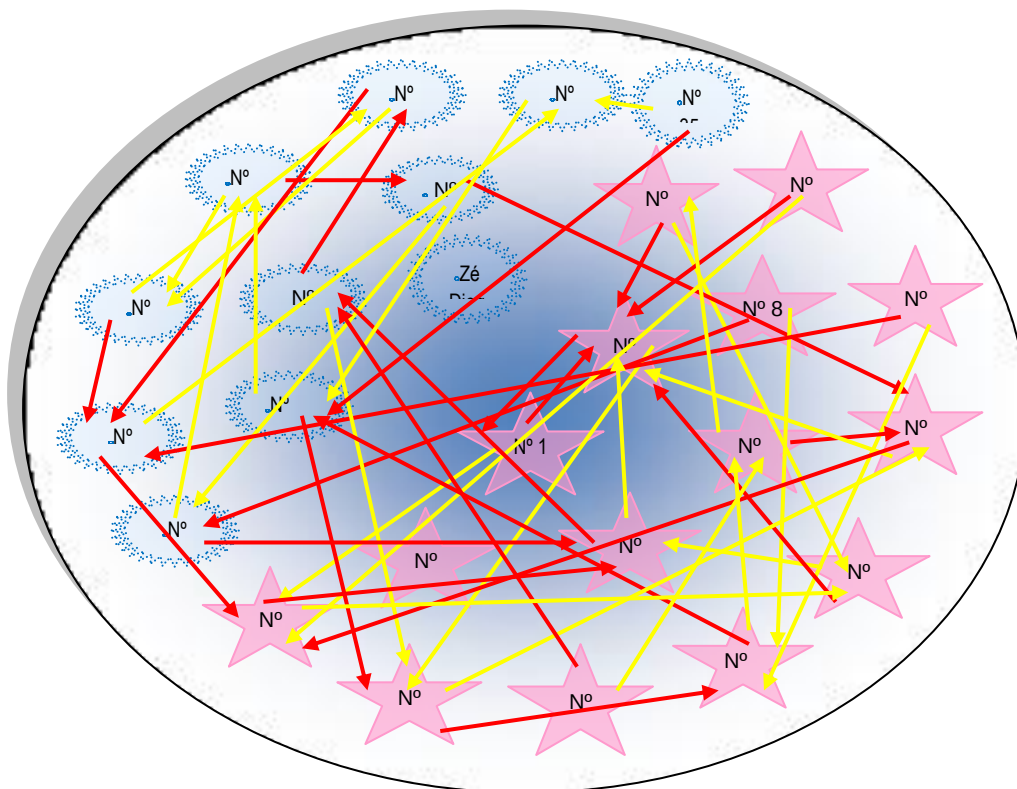


Figura 11 - 2ª Escolha para os intervalos das aulas (2º Momento)

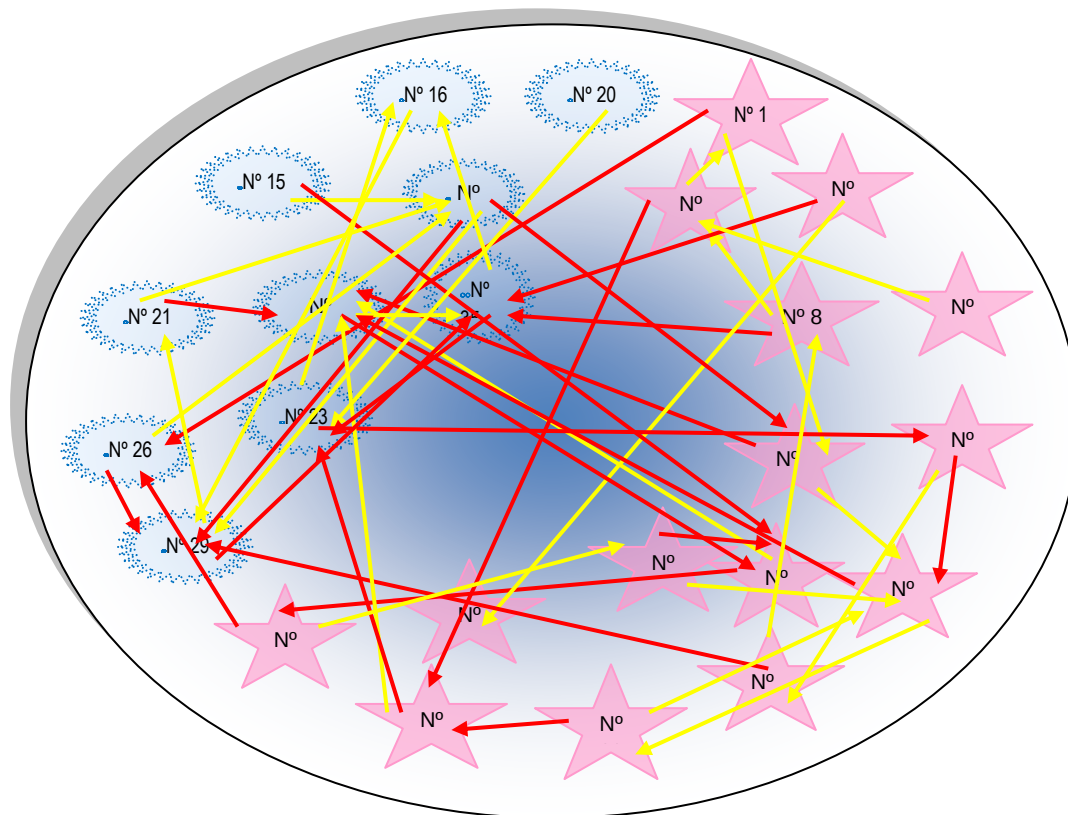


Figura 12 - 3ª Escolha para os intervalos das aulas (2º Momento)

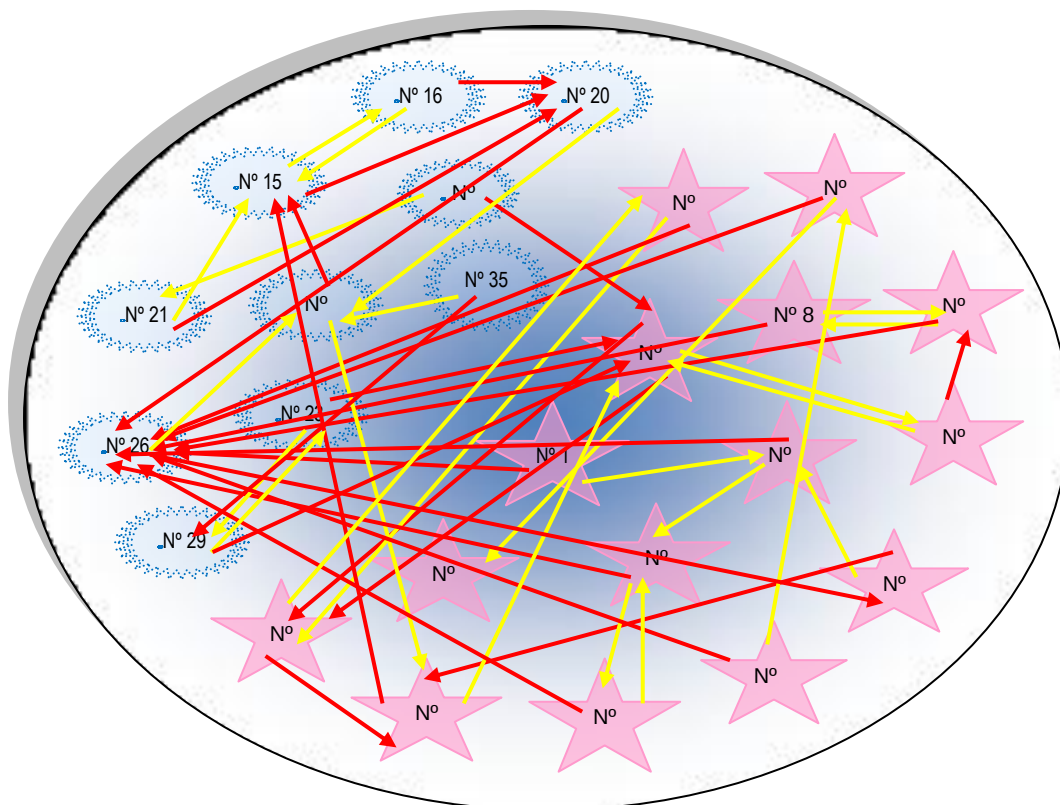


Figura 13 - 1ª Escolha numa visita de estudo (2º Momento)

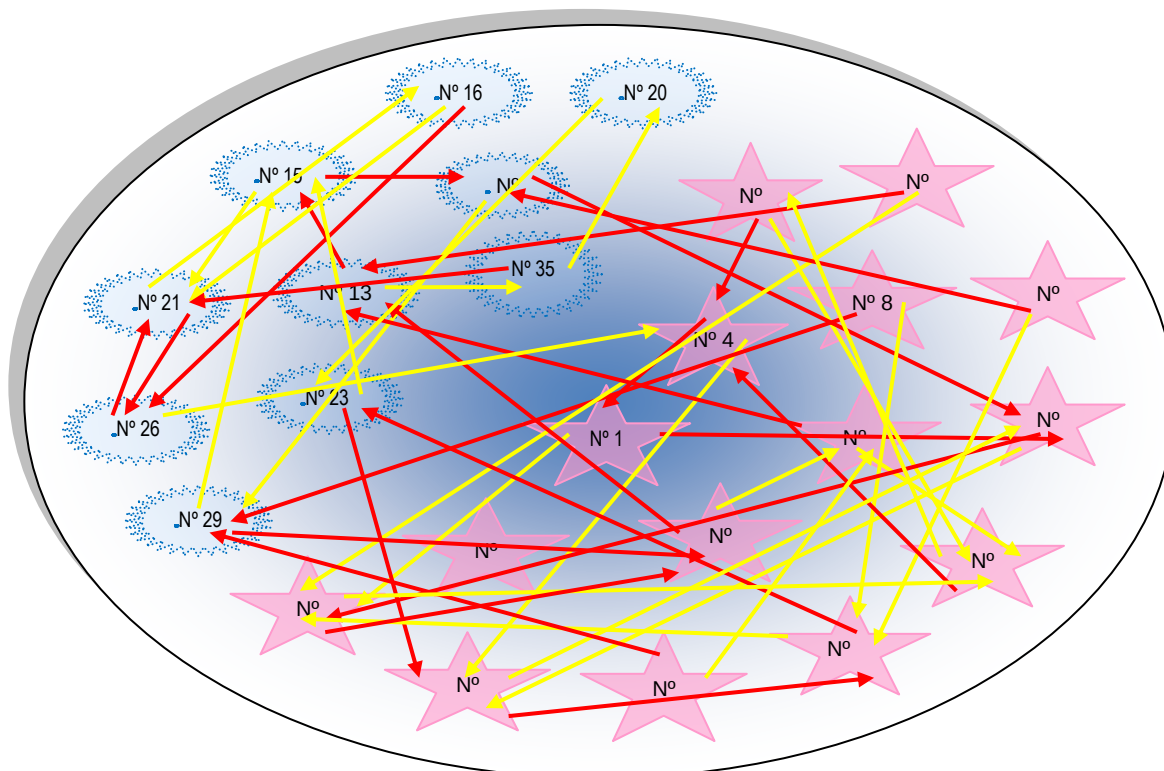


Figura 14 - 2ª Escolha numa visita de estudo (2º Momento)

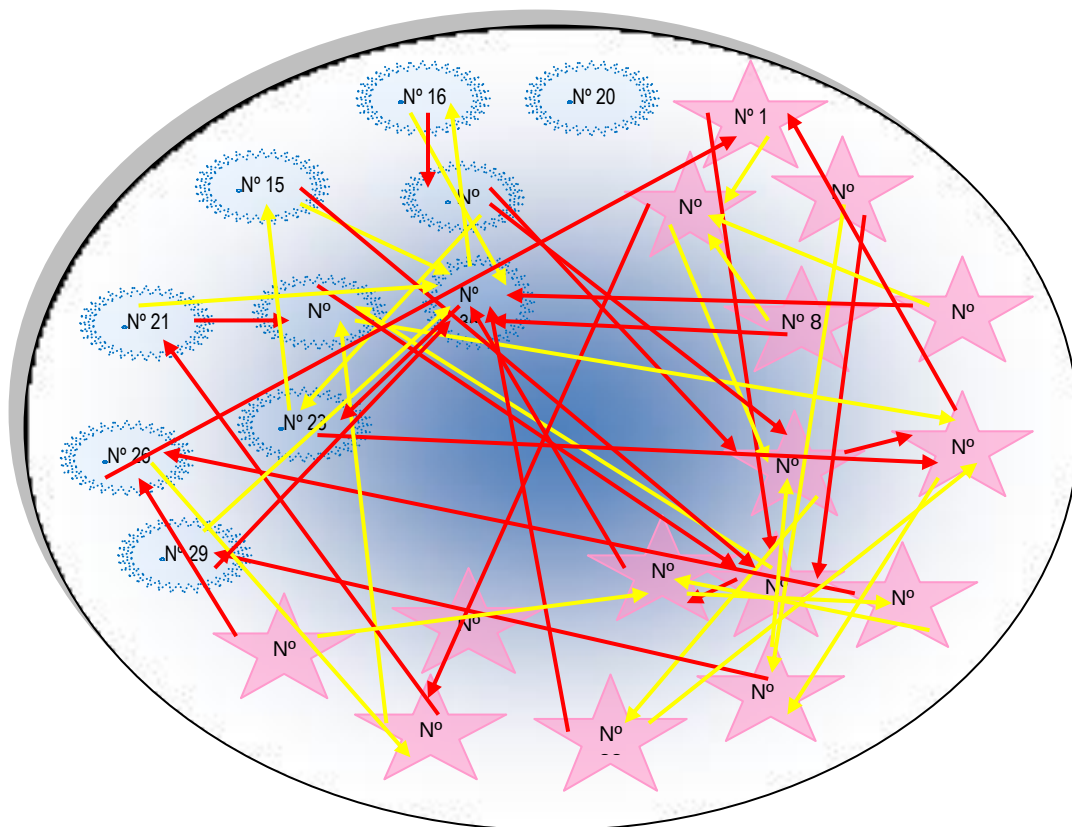


Figura 15 - 3ª Escolha numa visita de estudo (2º Momento)

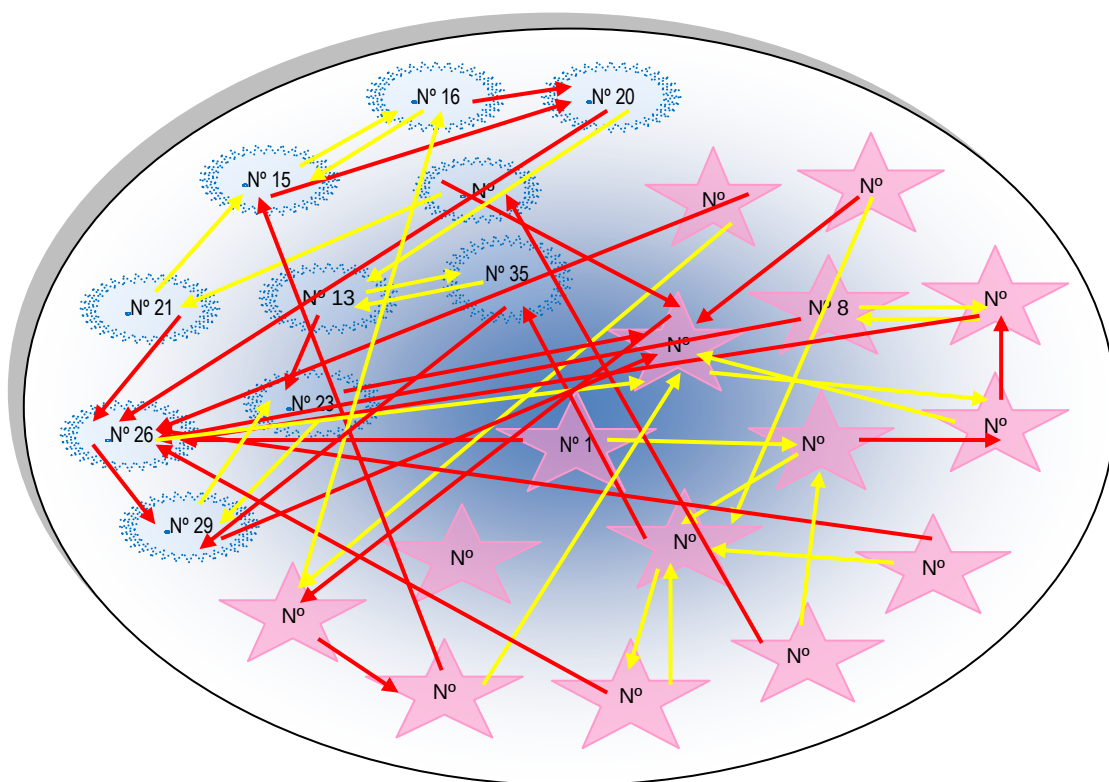


Figura 16 - 1ª Escolha para um trabalho de grupo (2º Momento)

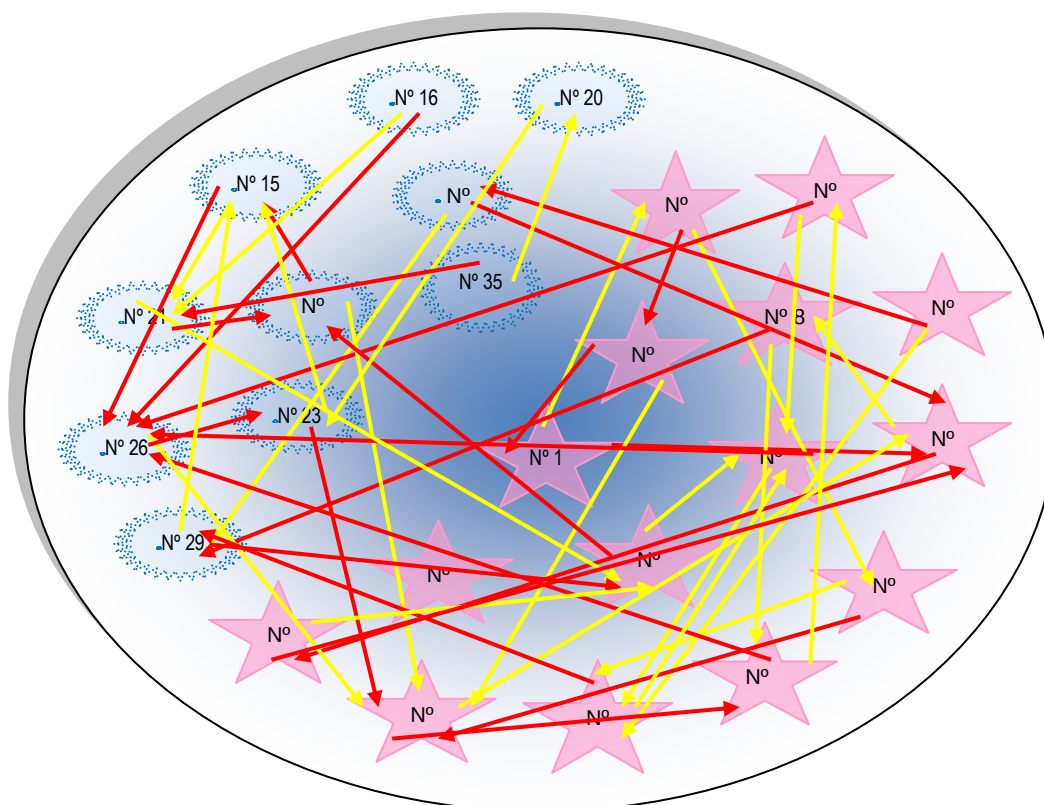


Figura 17 - 2ª Escolha para um trabalho de grupo (2º Momento)

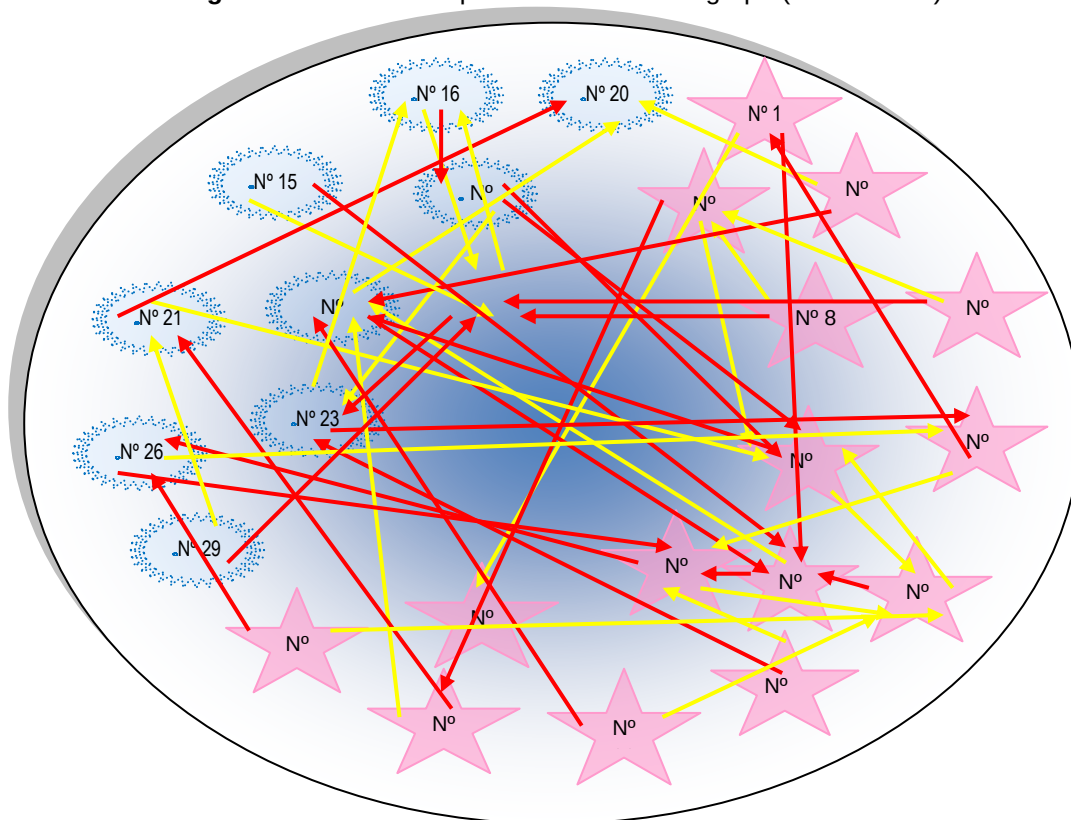


Figura 18 - 3ª Escolha para um trabalho de grupo (2º Momento)

Desde a aplicação do 1º Teste Sociométrico 2 Alunos anularam matrícula a Educação Física, André Martins (nº26) e Mariana (nº34), e recebemos um novo Aluno proveniente de outro Estabelecimento de Ensino, Diogo (nº35). Assim como já salientei antes, a amostra inicial sofreu as referidas alterações.

Partindo da análise dos Sociogramas e da Matriz Sociométrica referente ao 2º Período, constatei que continua, à semelhança do 1º momento, a existir uma separação entre o género masculino e o género feminino. Existem muito poucas inter-relações entres estes grupos. Do lado das raparigas apenas a Sofia (nº4) e a Inês (nº14) atribuíram escolhas aos rapazes.

Nos rapazes continua a formação de pequenos sub-grupos, não funcionando como um todo.

No grupo feminino encontra-se um enredado conjunto de relações superior ao dos rapazes, levando-me a pensar que as suas relações são mais forte e existe grande coesão. De salientar que a Ana (nº1), a Francisca (nº11), a Filipa (nº12) e a Mariana (nº34) se encontram isoladas do grupo, pois apresentam um número de escolhas igual ou inferior a 4.

Existem apenas dois Alunos, Inês (nº14) e Joana Abreu (nº18), que registam um valor acima das 14 escolhas, sendo por isso considerados os elementos mais populares.

Comparativamente com o 1º momento a Ana (nº1) encontra-se ainda mais isolada do grupo, contudo verifica-se uma tentativa de aproximação ao sub-grupo da Andreia (nº5) e Juliana (nº31). Sub-grupo este que foi criado após a realização do 1º Teste.

Outro elemento do grupo que piorou a sua popularidade junto da turma foi o André Martins (nº26), uma vez que o seu registo no 1º momento era de 3 escolhas e no 2º passou para zero. O facto deste Aluno ser repetente e ter uma personalidade muito forte, penso que não o favorece muito.

As escolhas masculinas apenas apresentam mais dispersão para fora do seu grupo quando se trata de escolher a companhia para a realização de trabalhos de grupo.

A partir da observação das escolhas não preferenciais verifica-se que a sua maioria se centra, à semelhança do 1º momento, no Aluno André Martins

(nº26) com 38, menos 12 que na aplicação do 1º teste. O que é curioso, sendo que este Aluno raramente contacta com a turma uma vez que apenas está a frequentar algumas disciplinas. Do lado feminino a Sofia apresenta um registo de 28 escolhas não preferenciais, aumentando 13 escolhas desde o 1º momento.

Sem qualquer escolha não preferencial encontramos a Cristiana (nº8), a Francisca (nº11), o João Fernandes (nº16) e a Vanessa (nº28).

Finalmente, é possível verificar uma rejeição recíproca entre o Zeca (nº21) e o André Martins (nº26), o que pode indicar a existência de pontos de tensão entre estes dois elementos.

Conclusões:

- O número de inter-relações entre rapazes e raparigas é bastante reduzido, existe uma demarcada separação entre sexos;
- Apenas as Alunas Sofia (nº4), Francisca (nº11), Inês (nº14) e Maria Gomes (nº24) atribuem escolhas aos rapazes, na globalidade dos dois momentos de avaliação;
- Do lado dos rapazes existe maior quantidade de escolhas a recair sobre as raparigas, não sendo estas tão elevadas significativamente quando comparadas com as referidas no ponto anterior;
- O grupo feminino sustenta um conjunto de inter-relações superior ao dos rapazes, pois as suas escolhas ligam quase todos os elementos, dando a aparência de uma maior coesão que o grupo masculino;
- Nos dois momentos o Aluno mais isolado é o André Martins (nº26), sendo sempre o indivíduo menos escolhido e mais rejeitado;
- Do lado feminino, a Ana (nº1) é quem está mais isolada, embora o seu registo não seja tão acentuado como o do André Martins (nº26). No 2º momento as escolhas preferenciais que recaem sobre si aumentam e verifica-se a tentativa de aproximação a um sub-grupo criado no 2º momento, constituído pela Andreia (nº5) e Juliana (nº31);
- No 1º momento os Alunos mais populares, considerados líderes, foram a Inês (nº14) e a Vanessa (nº28) com 17 e 18 escolhas respectivamente;

- No 2º Período com um registo superior a 14 escolhas encontramos a Inês (nº14) e a Joana Abreu (nº17), sendo as mais populares;
- A Inês faz parte do grupo dos mais escolhidos preferencialmente nos dois momentos, posicionando-a no topo da hierarquia da liderança;
- Verificou-se a existência de 2 sub-grupos femininos. Sendo o primeiro constituído pela Inês (nº14), Joana Abreu (nº18), Joana Moutinho (nº19) e Vanessa (nº28) e o segundo pela Sofia (nº4), Joana Araújo (nº17) e Maria Pinto (nº25). Entre este poderá haver algum tipo de tensão, uma vez que grande parte das escolhas não preferenciais do 1º sub-grupo, recaem sobre o segundo;
- é possível verificar uma rejeição recíproca entre o Zeca (nº21) e o André Martins (nº26), por isso deve haver cuidado na organização de trabalhos de grupo entre estes dois elementos;
- O André Martins (nº26) é o Aluno menos integrado na Turma, talvez por só ter algumas disciplinas, ser repetente e ter uma personalidade forte.

Durante o ano lectivo a minha colaboração com a directora de turma foi reduzida. O facto do gabinete de Educação Física ficar distanciado da Sala de Professores prejudicou um pouco o meu relacionamento mais próximo com a Professora Paula Lopo. No entanto, sempre que foi oportuno contactei com a DT no sentido de resolver qualquer tipo de problemas com os Alunos ou quando me apercebia de alguma situação que poderia ser prejudicial para o sucesso escolar do Aluno.

Além disso participei nas reuniões de Conselho de Turma onde me apercebi que o trabalho de DT, não se restringe a tomar conhecimento acerca da prestação da turma nas várias disciplinas, mas sim a tarefa que deve ser levada a cabo diariamente para que seja realizado um acompanhamento sistematizado dos Alunos, com o objectivo de tirar o maior proveito destes. Esta minha participação também me permitiu conhecer como se desenvolvem vários processos, principalmente na atribuição de notas, onde os Professores se mostram compreensivos e sempre dispostos a melhorar as classificações dos Alunos, desenvolvendo estratégias perspectivando melhorias. Apesar de

se tratar de uma Turma, de uma forma geral, bem comportada e bons resultados escolares, existiram sempre alguns comportamentos passíveis de serem abordados durante os conselhos de Turma. Desta forma, foi essencial que cada Professor dê-se a sua opinião acerca do Aluno e conjuntamente arranjassem a melhor solução para a melhoria ou desaparecimento desse comportamento desviante. Assim o acompanhamento que tive com o DT possibilitou-me conhecer melhor os meus Alunos e perceber as várias tarefas e funções que lhe são atribuídas.

4.1.3. Área 3 – Relação com a Comunidade

A escola não pode ser um mundo à parte do próprio mundo, sendo uma peça fulcral no processo de socialização do indivíduo, deve transmitir aos Alunos as valores e normas presentes na cultura em que está inserida.

Assim, os Professores têm um papel fundamental no desenvolvimento do ser social em que se tornará o Aluno. O Professor deve ser capaz de sensibilizar os Alunos a convivência social estabelecida fora dos limites escolares. Desta forma, é de extrema importância que os Professores tenham conhecimento do contexto em que se insere o Estabelecimento de Ensino, para que assim consiga fornecer aos Alunos as componentes, necessárias para uma vida em sociedade, pelas quais aquela cultura se rege.

Contribuindo para esse conhecimento o Núcleo de Estágio realizou uma caracterização do meio desportivo escolar envolvente. Na sua elaboração foram utilizados dados relativos às características geográficas, sociais e desportivas. Apesar de habitar em Braga, esta pesquisa permitiu-me obter um conhecimento mais aprofundado do meio em que a escola se insere. Assim, tornou-se mais fácil a compreensão de certas atitudes e decisões dos Alunos e também fiquei a conhecer melhor as ofertas desportivas que os nossos Alunos dispõem no meio envolvente à escola.

O grande projecto destinado a esta área era a realização de uma actividade que envolvesse a escola e a comunidade. Desta feita, foram realizados duas actividades que permitiram a interacção da escola com a comunidade. O primeiro reporta-se ao Dona Sport que apesar de ser aberto à

comunidade esta não teve qualquer afluência, pois, o facto de ser um dia da semana não possibilitou a presença de familiares e funcionários visto terem compromissos profissionais. Porém, o facto de realizar provas no Avenida Central, foi um chamariz bastante grande para as pessoas que por ali passavam. Conseguimos levar um pedaço da nossa Escola para além dos seus portões e a dar-nos a conhecer ao povo bracarense. Apesar de não conseguirmos cativar as pessoas a deslocarem-se até à escola conseguimos cativar a sua atenção no centro da cidade. Foi uma espécie de “se Maomé não vai a montanha, vai a montanha a Maomé”. Esta foi uma actividade que enriqueceu muito a ESDM II, permitiu mostrar à população que a escola não se restringe apenas aos limites geográficos do seu edifício, e que é capaz de dinamizar actividades apelativas e dinâmicas.

Por sua vez o rastreio de IMC foi uma actividade que teve maior afluência por parte da comunidade escolar não Docente e exterior à escola. Como estávamos na semana na escola e os Professores tinham mais tempo livre, foi possível estes associarem-se à nossa actividade participando activamente. Alguns funcionários também conseguiram arranjar um tempinho para de deslocarem até à sala onde estava o rastreio.

O rastreio do IMC e % M.G. já foi uma actividade mais conseguida, sendo o objectivo a participação de indivíduos alheios à ESDM II, bem como Professores e Funcionários, uma vez que obtive a participação de alunos e Professores de outras escolas. Desta forma, permitiu-me socializar com pessoas exteriores à escola, e desenvolver o meu papel de professor para com Alunos que não tinham conhecimento que eu era apenas Professor Estagiário.

De ressaltar a minha participação no Torneio de Voleibol inter-escolas para Professores organizado pela APEF Braga no pavilhão da Escola Secundária de Amares. Pessoalmente estes jogos tornaram-se essenciais no meu relacionamento com os professores participantes, na sua maioria Professores de Educação Física. Jogo após jogo a minha intimidade e confiança para com os demais Professores aumentava e senti isso na facilidade que cada vez tinha mais em comunicar com eles e vice-versa. Apesar de não ser um exímio jogador de Voleibol, esta actividade permitiu-me

conhecer os meus colegas de profissão e dar-me a conhecer. Este torneio é bastante importante para a Escola e para a sua Direcção, pois é a representação da escola que está em causa. Apesar de ser predominante um espírito de competição e divertimento simultâneo, o objectivo é sempre fazer o melhor resultado possível para que desta forma possamos dignificar o nome da ESDM II. A presença dos Estagiários é muito importante, nem sempre pelas suas capacidades técnicas, mas pelo facto da sua presença possibilitar, na maioria das vezes, o número mínimo de jogadores para ser realizado o jogo.

4.1.4. Área 4 – Desenvolvimento Profissional

As actividades, directas ou indirectamente ligadas ao processo de ensino-aprendizagem, em que estive envolvido proporcionaram-me vivências e experiências que contribuíram para o meu crescimento enquanto Professor e pessoa.

Como primeira tarefa neste “novo” ano que se iniciava, tive que conceber o Projecto de Formação Individual (PFI), pondo desde logo à prova as minhas capacidades pessoais. No entanto, este revelou-se problemático, pois estava bastante duvidoso acerca do conteúdo deste documento. Senti dificuldades quanto ao objectivo, da forma da sua estruturação, do que deveria conter, entre outros aspectos. Assim, foi necessária uma constante colocação de dúvidas perante o PO, mas como estas dúvidas se alargavam ao resto dos estagiários, foram realizadas algumas sessões de esclarecimento com a Professora Zélia Matos.

Desfeitas as dúvidas, estava apto a conceber o meu PFI. Este projecto não era mais que uma exteriorização das minhas capacidades, do meu percurso durante a formação e das minhas expectativas face ao Estágio Profissional. Este documento serviu de fiel companheiro, indicando-me o caminho a percorrer durante este ano. Agora, confesso que aquando da sua realização não lhe dei a devida importância, aprofundando pouco o seu conteúdo. Sem querer arranjar desculpas para tal facto, o conhecimento e vivências que possuo agora não são os mesmos da altura da realização do

PFI, talvez por isso agora esteja mais capacitado para observar determinados aspectos que no início do ano não conseguia.

Penso que iniciar o ano com a realização deste projecto pode não ser a melhor maneira, pois ainda não se possui a perfeita noção do que nos espera, mas, por outro lado, também permite ao Aluno-Estagiário um início de ano reflexivo acerca das capacidades e expectativas de cada um. Além disso a realização do PFI permite-me, agora, verificar se os objectivos alcançados correspondem às expectativas iniciais e fazer uma balanço de todo este ano de trabalho.

Foram vários os desafios com que me deparei, e foi necessário conseguir ultrapassá-los para que não prejudicasse o processo de ensino-aprendizagem. Deste modo, as várias reuniões de Grupo que tivemos, as alterações dos planos de aula, das fichas de conteúdos, do *Roulement* de instalações serviram para dar conta que por muito que algo esteja planeado, surgem sempre imprevisto, para os quais devo estar atento e agir rapidamente tendo em visto o sucesso dos objectivos a que me propus. Os vastos conhecimentos que adquiri durante a minha formação foram vitais para uma boa prestação durante o ano lectivo, porém, ouve sempre a necessidade de pesquisar determinado conteúdo a leccionar colmatando alguma falha anterior. Procurei estar sempre atento a quaisquer momentos de aprendizagem, quer dos meus colegas de estágio, da Luísa ou de outro colega de profissão para puder crescer ainda mais como Professor.

A abordagem de modalidades como a Dança e o Badminton, sem qualquer tipo de formação da minha parte, espelharam as lacunas na minha formação. Assim foi necessário recorrer a vários livros dessas modalidades, vídeos de demonstração, a experiência da PC e o auxílio vital dos meus colegas de Estágio com maior formação a nível da dança, colmatando gradualmente essas falhas que existiam em mim.

Ao analisar aquilo que esperava e aquilo que atingi, sinto-me realizado. Até porque cresci mais do que estava à espera, não só como Professor mas também como pessoa.

A reflexão que fiz ao fim da cada actividade, quer individual quer de grupo, permitiram-me melhorar a capacidade de observação e percepção do que me rodeia, assim como a capacidade de reflectir, que é fundamental num professor competente.

E se o meu grande objectivo era transmitir o máximo de conhecimento aos Alunos, espanta-me que tenha aprendido tanto com eles, como pretendi que eles aprendessem comigo. Janói Mamedes diz que “O professor só pode ensinar quando está disposto a aprender”. Além do conhecimento que recebi dos Alunos e Professores com quem me relacionei consegui também melhorar a minha escrita através das constantes reflexões e a minha capacidade oratória, sendo esta crucial no meu percurso enquanto Professor.

Inicialmente estava prevista, pela FADEUP, a realização de uma Análise ao Sistema Educativo (Anexo 13) por parte do Núcleo de Estágio de Educação Física de cada escola. Após uma sessão com a Professora Zélia Matos, foi deliberado que essa tarefa ficava sem efeito, contudo, o Núcleo de Estágio de Educação Física da ESDM II realizou esse documento. E ainda bem que assim fizemos. O nosso tema prendia-se com o “Projecto de Promoção e Educação para a Saúde”. A concepção deste documento, com o auxílio da Professora Margarida – responsável pelo PES – bem como a pesquisa realizada, possibilitou conhecer mais por dentro a realidade deste projecto. Nesta escola são realizadas algumas acções de sensibilização e actividades, mas pela informação fornecida pela Professora Margarida, os jovens “oferecem grande resistência” a este tipo de actividades. Promovendo este projecto componentes muito ligadas à Educação Física, na promoção de um estilo de vida saudável e activo é triste que apenas este ano o Grupo de Educação Física ande de mãos dadas a este projecto.

Durante o ano foram realizados 2 dossiers. O de grupo e o individual englobando todo o trabalho de Núcleo de Estágio. Estes foram sendo organizados progressivamente, à medida que as actividades se iam desenrolando, para tal houve a necessidade de uma organização e preocupação conjunta entre os elementos do Núcleo de Estágio. Relativamente ao dossier individual, confesso que a sua realização e actualização diária

tornou-me mais organizado, sendo por isso mais fácil a sua utilização. De uma forma geral os 2 dossiers serão muito importantes no futuro na medida que reúnem em si um conjunto de documentos e informações que servirão de base no cumprimento do meu dever profissional.

Ambos os Dossiers são fornecidos ao PO e à PC por intermédio da plataforma Moodle, via internet. Apesar desta ser uma forma inovadora de apresentarmos o trabalho realizado, confesso que não me sentia preparado para tal e senti algumas dificuldades, pois não possuía qualquer tipo de formação. Tive que aprender sozinho.

Esta maneira de apresentação tem alguns entraves, desde logo a forma de colocar os documentos é bastante demorosa e não possui a capacidade suficiente para introduzir todos os trabalhos realizados.

O dossier de Grupo fica em papel na ESDM II, para ficar testemunhado o nosso trabalho na escola, dando assim o nosso contributo ao Grupo de Educação Física e à Escola em geral.

5. Conclusões

5. Conclusões

“Hoje é o primeiro dia do resto da tua vida”

Sérgio Godinho (Música – O primeiro dia)

O ano lectivo 2009/2010, foi um marco na minha vida profissional e pessoal. A caminhada que iniciei ao fim de 4 anos de formação em busca do sonho de ser professor começa agora a ganhar contornos mais reais. Apesar do conhecimento das grandes dificuldades que se vivem para que tal aconteça. No, entanto nada me vai fazer desistir, vou continuar a empenhar-me e dedicar-me até chegar a minha hora.

A interacção com uma turma levou-me a questionar acerca da relação que o Professor de Educação Física deve desenvolver com os seus Alunos. Esta dúvida levou-me a investigar acerca do relacionamento entre estes dois agentes do processo Ensino-Aprendizagem. A qualidade da relação Professor-Aluno tem grande impacto sobre as atitudes dos Alunos em relação à Educação Física. Assim, o professor deve compreender o Aluno e o seu universo sócio-cultural, mantendo uma relação de amizade, respeito e cooperação mútua, sem nunca esquecermos a hierarquia em que cada um se situa.

No início do ano sabia que iria estar envolvido num processo muito enriquecedor...e não me enganei. Foi, de facto, um ano repleto de conhecimentos e experiências distintos dos anteriores.

Devo ressaltar a que grande hospitalidade que a ESDM II teve comigo, permitindo-me uma rápida integração, sentindo-me como um dos seus. Fui acolhido por todos como um “verdadeiro” Professor e não como um “simples” Estagiário, este facto deu-me ainda mais motivação e confiança para desenvolver as minhas competências. A minha participação em várias actividades extra aulas – Ceia de Natal, Desporto Escolar de Natação, Dona Sport, Torneio de Voleibol Inter-escolas para Professores... - ajudaram-me imenso a crescer como Professor, possibilitaram-me vivências que nunca esquecerei e que serão fulcrais para o cumprimento do meu dever como Professor no futuro.

Todo o esforço, empenho e dedicação por mim demonstrado foi um investimento num processo que deve ter o Aluno como pilar central. Assim toda a pesquisa e planeamento foi com o objectivo, não só ensinar habilidades técnicas aos jovens, mas também incutir-lhes o hábito de uma prática de actividade física e regular, sem esquecer a formação psico-social.

Sendo a reflexão um dos elementos fulcrais para a contínua competência do professor, esta foi sem dúvida um grande auxílio durante este “novo” ano. Através das constantes reflexões realizadas consegui realizar uma constante detecção de erros, falhas ou pontos fracos que eram corrigidos/melhorados imediatamente com o objectivo de desenvolver mais rapidamente as minhas competências como profissional de Educação Física. No entanto estas reflexões também foram alvo de evoluções. Pois inicialmente tratavam-se da descrição dos acontecimentos da aula e à medida que ia evoluindo passaram a focar mais o processo Ensino-Aprendizagem e a minha actuação enquanto professor. As reflexões deram-me a possibilidade de me conhecer enquanto Professor de Educação Física.

Mas o Estágio não se trata só da minha evolução, fiquei muito feliz por observar que consegui desenvolver os “meus” Alunos a vários níveis, formando-os para uma vida em sociedade onde valores como a cooperação, a competição saudável e a solidariedade estão sempre presentes. E desde o início procurei que o Professor Estagiário de Educação Física ficasse marcado em cada um não só como um transmissor de matéria mas como alguém que estaria sempre a seu lado para ajudar quando fosse preciso...um amigo!

Não consigo ver este Estágio como um fim, mas sim como um meio para me sagrar um professor mais competente, desenvolvendo as minhas capacidades, aplicando conhecimentos e, também muito importante, aprender ainda mais, levando-me a uma actuação profissional cada vez melhor.

Por fim, penso que não era justo terminar o meu relatório sem um grande agradecimento, aqueles que em tudo contribuíram para o meu sucesso neste ano tão difícil, à minha Professora Cooperante, Mestre Luísa Brandão, aos meus companheiros de Estágio, Luís e Tânia, e à Turma do 10º E por serem especiais...aqueles Alunos que eu nunca esquecerei.

Os anos passam mas as pessoas ficam. Saudade?! Não chega para exprimir o sentimento que trago comigo.

*Um amigo é um bem, um tesouro que se tem, são as luzes das estrelas
que nos guiam mais além, são momentos bons e maus nesta estrada
percorrida, digo mais não vos trocava por nada nesta vida.*

E, talvez um dia, chegue a hora do Adeus...

Deixar-vos-ei com pena amigos meus...

(Música – Amigo)

Referências Bibliográficas

Referências Bibliográficas

- Alves-Martins, M. (1998). *Dinâmica de escola e identidades sociais*. Em M. Alves-Martins (Ed.), *Actas do IX colóquio de psicologia e educação* (43 – 49). Lisboa: ISPA.
- Andrews, J e Field, R. (1998). *Regrounding the concept of leadership*. *Leadership & Organization Development Journal*. 19/3.
- Aquino, J.(1996). *Indisciplina na escola: alternativas teóricas e práticas*. São Paulo: Summus.
- Aristóteles (s.d.)
- Azevedo, E. (2000). *Reflexões sobre as abordagens pedagógicas em Educação Física Escolar*.
- Bastin, G. (1966). *Psicologia e Pedagogia – As técnicas Sociométricas*. Lisboa: Livraria Moraes Editora.
- Bastin, G. (1988). *As técnicas sociométricas*. 2ª Edição. Lisboa: Moraes Editores.
- Barrow, J.(1977). *The variables of leadership: a review and conceptual framework*. *Academic Management Review* Vol.2.
- Beider, M. (1997). *Professor Invisível ou em extinção?* In Notícias.
- Bento, J. (1995). *O Outro Lado do Desporto*. Porto: Campo de Letras: Editores,S.A.
- Bracht, V. (1992). *Educação Física e Aprendizagem Social*. Porto Alegre: Magister.
- Bustos, D. (1997). *O Teste Sociométrico*. Ibidem.
- Cartwright, D. e Zander, A. (1968). *Group Dynamics: Research and theory*. New York: Harper & Row.

- Carron, A., et al. (1985). *The development of an instrument to assess cohesion in sport teams: The group environment questionnaire*. Em *Journal of Sport & Exercise Psychology* (244 – 266), 7ed.
- Carron, A., et al. (1998). *The measurement of cohesiveness in sport groups*. Em *Advances in sport and exercise psychology measurement*. Usa: Fitness Information Technology, Inc.
- Coelho, J. (2000). *Student perceptions of Physical Education. Em Mandatory College Program*. *Journal of Teaching in Physical Education*. Nº 19. Human Kinetics Publisher.
- Cotterel, J. (1985). *Social networks and social influences in adolescence*. London: Routledge.
- Chickering, A. e Gamson, Z. (1991). *Applying the seven principles for good practice in undergraduate education*. San Francisco.
- Cunha, M. (1996). *A relação professor-aluno*. In *Repensando a Didática* (149 – 152), 11 ed. Campinas: Papirus.
- Darido, S. (2001). *Os conteúdos da Educação Física escolar: influências, tendências, dificuldades e possibilidades. Perspectivas em Educação Física Escolar*, vol. 2.
- D. Pedro II (s.d.). Consult. em 23 de Junho de 2010, disponível em <http://www.pensador.info/frase/MTM1ODQz/>
- Farinha, J. (2004). *Um estudo das estruturas de relacionamento interpessoal em contexto educativo*. Consult. 12 de Março de 2010, disponível em http://w3.ualg.pt/~jfarinha/activ_docente/sem_divdif/textos_BC/grupos_educ.pdf
- Festinger, L. (1975). *Teoria da Dissonância*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Freire, F. (2000). *The teacher-student interactions and its pedagogical implication*. (115-121). Londrina: Ciênc. Hum. Educ.
- Gibran, K. (s.d.). Consult. em 11 de Março de 2010, disponível em <http://www.casadobruzo.com.br/textos/texto69.htm>

- Gomes, Carlos (1998). *“Conflito e Cooperação na Escola Secundária Portuguesa. Uma análise sociológica da Interação na Sala de Aula”*. Tese de Doutoramento apresentada à Universidade do Minho.
- Hillal, J. (1985). *Relação Professor-Aluno*. São Paulo.
- Hollander, E. (1985). *Leadership and power*. Em *Handbook of Social Psychology* vol.II (485-537). Nova Iorque.
- Krug, H. (2004). *Rede de auto-formação participada como forma de desenvolvimento do profissional de Educação Física*. Tese de Doutoramento em Ciência do Movimento Humano apresentada à Universidade Federal de Santa Maria, Brasil.
- Machado Pais, J. (1996). *Culturas juvenis*. Lisboa: Imprensa Nacional Casa da Moeda.
- Machado, T. (1995). *Influência do Professor e do Ambiente em Sala de Aulas. Avaliação Educacional*, 28. São Paulo.
- Marques, P. (2000). *Sociometria*. Consult. 12 de Março de 2010 disponível em <http://pcmarques.paginas.sapo.pt/Sociometria.htm>.
- Marques, M. (s.d.). Consult. em 28 de Maio de 2010, disponível em <http://www.pensador.info/frase/NTI5MjY2/>
- Matos, Z. (2009). *Normas Orientadoras do Estágio Profissional de ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário* da FADEUP. Porto: Faculdade de Desporto – Universidade do Porto
- Meleiro, A. (2002). *O stress do professor*. Campinas: Papirus.
- Mendeiro, P. (1998). *Características do Bom Professor de Educação Física: confronto de percepções de Alunos e Professores*. Tese de Mestrado apresentada à Faculdade de Ciências de Desporto e Educação Física da Universidade do Porto.
- Moreira, W. (1991). *Educação Física escolar: uma abordagem fenomenológica*. Campinas: Unicamp.

- Moreno, J. (1934), *Who shall survive? A new approach to the problem of human interrelations*. Washington DC: Nervous and Mental Disease Publishing Company.
- Moyses, L. (1994). *O desafio de saber ensinar*. São Paulo: Papirus.
- Nizet, J. (s/d) *Aborrecimento dos Jovens na Escola*. Porto: Rés Editora.
- Piletti, N (1984). *Psicologia Educacional*. São Paulo: Ática
- Rego, T.(2001). *Vygotsky, uma perspectiva histórica - cultural da educação*. (12. Ed). Petrópolis.
- Rodrigues, E. (2009). *Supervisão Pedagógico: Desenvolvimento da autonomia e da capacidade reflexiva dos estudantes estagiários*. Porto: Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Russel, G. (1993). *The social psyghology os sport*. New York: Springer-Verlag.
- Rodrigues, N. (1997). *Por uma nova escola: o transitório e o permanente na educação*. (11 ed.) São Paulo: Cortez.
- Rogers, C. (1983). *O Relacionamento Interpessoal na Facilitação da Aprendizagem*. Belo Horizonte: Interlivros.
- Santos, M. (1975). *Sociométric testing – a guide for teachers*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Santos, K. , et al. (2007). *Relação Professor – Aluno*. Brasil: Unicentro.
- Shigunov, V. (1993). *A Influência da matéria de ensino e da intervenção pedagógica nas atitudes dos alunos em aulas de Educação Física*. Horizonte, Vol. X. Nº58.
- Silva, M^a (1999). *Indisciplina da aula. Um problema dos nossos dias*. Lisboa: Edições ASA.
- Tavares, M. (1996) *Educação Física: as aparências não enganam mais*. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. Vol.17.

- Teixeira, C. (2001). *Coesão de Grupo, Objectivos de Realização e Intenção de Prática. Estudo com atletas de Futebol 5 feminino*. Monografia apresentada à Faculdade de Ciências de Desporto e Educação Física da Universidade do Porto.
- Tonet, L. (s.d.). Consult. em 25 de Junho de 2010, disponível em http://www.pensador.info/autor/Lilian_Tonet/
- Tukto, T. e Richards, J. (1984). *Psicologia del entrenamiento deportivo*. Madrid: A. E. Pilla Teleña.
- Vygotsky, L.(1994). *A formação Social da Mente*. São Paulo: Martins Fontes.
- Weinberg, R. e Gould, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Campaign, IL: Human Kinetics.
- Witter, G. (2002). *O stress do professor*. Campinas: Papirus.

Anexos

Anexo 1

Ficha de Caracterização do Aluno

1. Identificação Pessoal	
a) Nome: _____ b) Idade: ____	
c) Nome pelo qual pretendes ser tratado: _____	
d) Ano ____ e) Turma ____ f) N° ____ g) Sexo: Masculino ☐ Feminino ☐	

2. Relação com a Escola
a) Qual a escola que frequentavas no ano passado? _____
b) Porque razão vieste estudar para a Escola Secundária D. Maria II? É mais perto de casa: ☐ Facilidade de Transporte: ☐ Pelos amigos: ☐ Pelas condições da Escola: ☐ Sugestão dos Pais: ☐ Outros motivos: ☐ Quais? _____
c) Em que tipo de actividades, extra aulas, gostarias de participar na escola? _____

3. Relação com a Educação Física e com o professor de Educação Física
a) Gostas da Disciplina de Educação Física? Sim ☐ Não ☐ Porquê? _____
b) O que esperas das aulas de Educação Física? Divertimento ☐ Desenvolver a musculatura ☐ Melhorar a saúde ☐ Bem estar ☐ Melhorar o espírito de grupo ☐ Melhorar técnicas ☐ Aumentar agilidade ☐ Emagrecer ☐ Conhecimento das modalidades ☐
c) Hierarquiza, por ordem decrescente, as 3 modalidades que mais gostas de praticar? Andebol ☐ Ginástica ☐ Badminton ☐ Dança ☐ Atletismo ☐ Voleibol ☐ Futebol ☐
d) Hierarquiza, por ordem decrescente, as 3 modalidades que menos gostas de praticar? Andebol ☐ Ginástica ☐ Dança ☐ Atletismo ☐ Voleibol ☐ Futebol ☐ Badminton ☐
e) Hierarquiza, por ordem decrescente, as 3 modalidades em que sentes mais dificuldade na prática? Andebol ☐ Ginástica ☐ Dança ☐ Atletismo ☐ Voleibol ☐ Futebol ☐ Badminton ☐ Outra: _____
f) Hierarquiza, por ordem decrescente, as 3 modalidades em que sentes menos dificuldade em praticar? Andebol ☐ Ginástica ☐ Dança ☐ Atletismo ☐ Voleibol ☐ Futebol ☐ Badminton ☐ Outra: _____
g) Qual é a tua motivação para a aula de Educação Física? Muita ☐ Razoável ☐ Pouca ☐ Muito pouca ☐
h) Habitualmente tomas banho no final da aula de Educação Física? Nunca ☐ Às vezes ☐ Sempre ☐
i) Indica três características que mais aprecias num Professor de Educação Física: Exigente ☐ Disciplinado ☐ Compreensivo ☐ Comunicativo ☐ Bem-disposto ☐ Participativo ☐ Justo ☐ Pontual ☐ Pouco comunicativo ☐ Arrogante ☐ Intolerante ☐ Outra: _____
j) Indica três características que menos aprecias num Professor de Educação Física: Exigente ☐ Disciplinado ☐ Compreensivo ☐ Comunicativo ☐ Bem-disposto ☐ Participativo ☐ Justo ☐ Pontual ☐ Pouco comunicativo ☐ Arrogante ☐ Intolerante ☐ Outra: _____

4. Actividade Física fora das aulas de Educação Física

- a) Praticas algum desporto fora da Escola? Não ☐ Sim ☐ Qual? _____
- b) Se sim, quantos dias treinas por semana? 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ c) Quantas horas por dia? _____
- c) És federado/a? Não ☐ Sim ☐ Se sim, em que clube? _____
- d) O teu pai pratica alguma actividade física?
- Sim ☐ Qual (quais)?: _____
- d)1 - Há quanto tempo? < de 1 ano ☐ 1 – 2 anos ☐ 2 – 3 anos ☐ > de 4 anos ☐
- d)2 - Quantas horas por semana? 1-2h ☐ 2- 4h ☐ 4-6h ☐ + de 6h ☐
- Não ☐
- e) O teu pai já praticou alguma actividade física? Sim ☐ Não ☐ Se sim, qual(quais)?: _____
- f) A tua mãe pratica alguma actividade física?
- Sim ☐ Qual (quais)?: _____
- f)1 - Há quanto tempo? < de 1 ano ☐ 1 – 2 anos ☐ 2 – 3 anos ☐ > de 4 anos ☐
- f)2 - Quantas horas por semana pratica? 1-2h ☐ 2- 4h ☐ 4-6h ☐ + de 6h ☐
- Não ☐
- g) A tua mãe já praticou alguma actividade física? Sim ☐ Não ☐ Se sim, qual (quais)?: _____
- h) O (s) teu (s) irmão (s) / irmã (s) praticam alguma actividade física? Sim ☐ Não ☐
- h)1- Se sim, quem pratica e o quê: _____

5. Saúde e Alimentação

- a) Vais com frequência ao médico? Sim ☐ Não ☐
- a) Tens algum dos seguintes problemas?
- Respiratórios: Sim ☐ Não ☐ Quais? _____ Cardíacos: Sim ☐ Não ☐ Quais? _____
- Motores: Sim ☐ Não ☐ Quais? _____ De Coluna: Sim ☐ Não ☐ Quais? _____
- | | | | | | |
|------------|------------------------------|------------------------------|-----------|------------------------------|------------------------------|
| Epilepsia: | Sim ☐ | Não ☐ | Diabetes: | Sim ☐ | Não ☐ |
| Anemia: | Sim ☐ | Não ☐ | Otitis: | Sim ☐ | Não ☐ |
| Pé Plano: | Sim ☐ | Não ☐ | Alergias: | Sim ☐ | Não ☐ |
| Audição: | Sim ☐ | Não ☐ | Visão: | Sim ☐ | Não ☐ |
- Outros: Sim ☐ Não ☐ Quais? _____
- b) Tens algum problema que te dificulte a prática da actividade física? Sim ☐ Qual? _____ Não ☐
- c) Já alguma vez foste sujeito a uma intervenção cirúrgica? Sim ☐ Qual? _____ Não ☐
- d) Costumas adoecer com frequência? Sim ☐ Não ☐
- e) Costumas tomar pequeno-almoço antes de te deslocares para a escola? Sim ☐ Às vezes ☐ Não ☐
- f) Quantas refeições fazes por dia? 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ +de 4 ☐
- g) Onde costumas realizar as tuas refeições? Casa ☐ Escola ☐ Casa e Escola ☐ Outro ☐
- h) Fumas? Sim ☐ Não ☐
- i) Dormes bem? Sim ☐ Não ☐
- j) Qual é a média de horas que dormes por dia? j)1 Durante a semana _____ j)2- Ao fim-de-semana _____

Anexo 2

Ficha Sociobiográfica

1. Identificação do Aluno:

Nome:		Data de nascimento: / /19	
Curso:		Turma: n.º:	
Nacionalidade:	Email:		
Morada:		Telm:	
Freguesia:			
SASE: Escalão A ☐ Escalão B ☐ Sem escalão ☐			
Computador: Sim ☐ Não ☐ internet: Sim ☐ Não ☐			

2. Identificação do Agregado Familiar

Mãe

Nome:	Idade:
Morada:	Telefone:
Email:	Tlm:

Pai

Nome:	Idade:
Morada:	Telefone:
Email:	Tlm:

Encarregado de Educação: Mãe ☐ Pai ☐ Outro ☐

Nome:	Idade:
Morada:	Telefone:
Email:	Tlm:

N.º de Pessoas do agregado familiar		
Quem?		
Quantos irmãos?		
Idade	Escola que frequenta	Profissão

3. Dados sociais dos Agregado familiar:

Habilitações Académicas dos Pais/Encarregados de Educação	Pai	Mãe
1º Ciclo		
2º Ciclo		
3º Ciclo		
Ensino secundário		
Bacharelato		
Licenciatura		
Pós-graduação		
Mestrado		
Doutoramento		

Categorias Socioprofissionais	Pai	Mãe
Agricultores e Pescadores Independentes		
Empresários da indústria e do Comércio		
Quadros técnicos		
Empregados de Comércio e Serviços		
Trabalhadores de Produção		
Trabalhadores Agrícolas e de Pesca		
Pessoal dos Serviços Pessoais e Domésticos		
Professores		
Militares		
Domésticos		
Desempregados		
Reformados		
Outros		

4. Caracterização do percurso escolar do aluno:

4.1. Estabelecimento de ensino frequentado no ano lectivo anterior:

E.B. André Soares ☐ E.B. Dr.Franc.Sanches ☐ E.B. de Gualtar ☐ E.B. de Nogueira ☐
 E.B. de Lamações ☐ ESDMII ☐ E.B. Cávado ☐ E.B. Palmeira ☐
 Outros ☐ Qual? _____

4.2. Motivos que conduziram à selecção da ESDMII

Proximidade à residência ☐ Amigos na ESDMII ☐ Familiares na ESDMII ☐
 Resultados escolares ☐ Outros ☐ Quais? _____

4.3. Teve alguma retenção? Sim ☐ Não ☐

4.4. Qual/quais?

Anos escolares	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º
N.º de retenções												

4.5. Indique as disciplinas preferidas? (Indique 3) _____

4.6. Indique as disciplinas em que tem mais dificuldades? _____

4.7. Indique a/as razão/ões a que se devem essas dificuldades:

- ☐ Por causa da matéria;
- ☐ Conversas na aula;
- ☐ Estudo pouco/ não estudo;
- ☐ Estou distraída/o;
- ☐ Não tenho interesse;
- ☐ Não faço os TPC;
- ☐ Não gosto da disciplina; Qual? _____
- ☐ Outra razão. _____

4.8. Costuma frequentar alguma Biblioteca? Sim ☐ Não ☐ Qual? _____

5. Dados gerais

5.1. Saúde:

Dificuldades: visuais ☐ auditivas ☐ motoras ☐ de linguagem ☐

Doenças/alergias:

- ☐ Dermatológicas ☐ Aparelho respiratório ☐ Alergias ☐ Neurológicas
- ☐ Outra: _____

Habitualmente toma medicamentos? Sim ☐ Não ☐ Quais? _____

Toma regularmente o pequeno-almoço: Sim ☐ Não ☐ Em casa ☐ Na escola ☐ Outro ☐

5.2. Deslocação casa/ escola?

Transporte : A pé ☐ De carro próprio ☐ De boleia ☐ De transporte público ☐

Distância: até 1 Km ☐ de 1 a 5Km ☐ de 5 a 10 Km ☐ Mais de 10 Km ☐

Duração: Menos de 10 min ☐ Entre 10 e 20 min ☐ Entre 20 e 30 min ☐
Entre 30 min e 1 hora ☐ Mais de 1 hora ☐

6. Identificação das actividades extra-escolares

Especifique as actividades. Numere-as por ordem de interesse.

1. A praticar desporto ☐ Desportos praticado _____
2. A ouvir música ☐ Músicas preferidas _____
3. A ver televisão ☐ Programas preferidos _____
4. A ler ☐ Leituras preferidas _____
5. A ver filmes ☐ Filmes preferidos _____
6. A coleccionar ☐ O quê? _____
7. Outras actividades ☐ Quais? _____

7. Caracterização do nível de Expectativas do aluno:

Se dependesse só de si, continuava a estudar? Sim ☐ Não ☐

Habilitações Académicas	
3º Ciclo completo (9º ano)	
Ensino Secundário completo (12º ano)	
Ensino Superior	
Ensino Profissional	
Outros: Ex. Doutoramento	

Categorias Socioprofissionais	
Agricultores e Pescadores Independentes	
Empresários da indústria/ Comércio	
Quadros técnicos:	
PROFESSORES	
MÉDICOS	
ENGENHEIROS	
ARQUITECTOS	
ADVOGADOS	
CIENTISTAS/ INVESTIGADORES	
Empregados de Comércio e Serviços	
Trabalhadores de Produção	
Trabalhadores Agrícolas e de Pesca	
Pessoal dos Serviços Pessoais e Domésticos	
Militares	
Domésticos	
OUTROS	

8. Se já é aluno da Escola Secundária D. Maria II, indique:

8.1. Um ponto forte da nossa escola; _____

8.2. Um ponto fraco da nossa escola; _____

Anexo 3

Folha de Conteúdos

[illegible]

Anexo 4

Folha de Presença

Mês		Setembro					Outubro									Novembro								Dezembro			
Data		15	18	22	25	29	2	6	9	13	16	20	23	27	30	3	6	10	13	17	20	24	27	4	11	15	18
Espaço		G G	G G	G P	G P	CE 1	CE 1	CE 2	CE 2	G G	G G	G P	G P	CE 1	CE 1	CE 2	CE 2	G G	G G	G P	G P	CE 1	CE 1	CE 2	G G	CE 2	G P
Nº de Aula		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
1	Ana Alexandra L. R. Moura																										
4	Ana Sofia S. Fernandes																										
5	Andreia Filipa F. P. Dias																										
6	André Carlos B. Pinheiro																										
8	Cristiana Filipa M. Costa																										
11	Francisca Ferreira Braga																										
12	Filipa Cristina F. Silva																										
13	Hugo Filipe M. Pereira																										
14	Inês Pinto F. Brandão																										
15	João Miguel F. Gomes																										
16	João Miguel G. Fernandes																										
17	Joana Filipa A. Araújo																										
18	Joana Isabel T. Abreu																										
19	Joana Moutinho L. Martins																										
20	Jorge Manuel S. S. Silva																										
21	José Afonso D. Reis																										
23	José Pedro B. Rocha																										
24	Maria Alexandra M. Gomes																										
25	Maria Jesus M. Pinto																										
26	André Eduardo C. M. P. Martins																										
28	Vanessa Silva Oliveira																										
29	Pedro Miguel B. Fernandes																										
31	Juliana Simões																										
32	Mariana Monteiro																										

Legenda: A - Atraso D - Dispensa F - Faltou FM - Falta de Material P - Presença

Anexo 5

Plano de Aula

Plano de Aula

Professora Estagiária: Professora Cooperante:	Ano: Turma:	Aula n.º Data:	Nº alunos:
Unidade Didáctica: Função Didáctica:	Sessão nº ____ em ____	Espaço:	Hora: Duração:
Material:			
<u>Objectivos da Aula:</u>			

Parte		Objectivos Comportamentais	Situações de Aprendizagem / Organização Alunos/Professor	Componentes Críticas
Parte Inicial				
Parte Fundamental				
Parte Final				

Sumário:

Anexo 6

Reflexão Crítica da Aula

Reflexão Crítica da Aula

Professora Estagiária:	Ano: 10	Aula n.º	Nº alunos:
Professora Cooperante:	Turma: C	Data:	
Unidade Didáctica:	Sessão nº em	Espaço:	Hora:
Função Didáctica:			Duração:

Anexo 7

Relatório das aulas dos Alunos

Relatório da Aula

Nome:	Nº:	Ano:	Turma:
Professor:	Aula Nº:	Data:	Hora:
Modalidade:	Local:	Duração:	
Nº de Alunos na Aula:	Material:		
Nº de Alunos dispensados:			
Nº de Alunos a fazer Aula:			

Parte	Descrição/Esquema do Exercício	Objectivo
Inicial		
Fundamental		

Final		

1 – Porque não realizaste aula? _____

2 – Gostaste da aula? Porquê? _____

3 – Qual o exercício que gostaste mais? E qual gostaste menos? _____

4 – Numa escala de 0 a 5, sendo 0 muito fraco e 5 muito bom, como avalias o comportamento dos teus colegas? _____

5 – Estando na posição de Professor, o que farias para melhorar o seu comportamento? _____

6 – Gostavas de ter participado activamente na aula? Porquê? _____

7 – Observações: _____

Anexo 8

Acta das reuniões

<i>Data:</i>	<i>Hora:</i>	<i>Local:</i>
<i>Ordem de trabalhos:</i>		

Anexo 9

Projecto IMC e % de Massa Gorda

I - Identificação do Projecto

1.1 Nome do Projecto

Projecto para o Rastreio do Índice de Massa Corporal (IMC).

1.2 População - alvo

Este projecto destina-se à população da Escola:

- Alunos;
- Pessoal Docente;
- Pessoal não Docente

1.3 Parcerias Possíveis

Faculdade de Desporto, da Universidade do Porto (FADEUP).

1.4 Horizonte Temporal

Um dia.

1.4 Local

Ginásio Pequeno

II - Finalidade

- Dar a conhecer à Comunidade o seu IMC e percentagem de massa gorda, consciencializando-a para o estilo de vida que deve adoptar.
- Colaborar no Projecto PPES da ESDM II.

III - Objectivos

1. Veicular informação relacionada com a percentagem de massa corporal e de massa gorda.
2. Situar os indivíduos fora ou dentro da zona saudável.

3. Desenvolver hábitos de vida saudáveis, que favoreçam a robustez física e o equilíbrio psico-emocional, nomeadamente, uma alimentação adequada e práticas de actividades físicas autónomas e regulares.

4. Sensibilizar a comunidade educativa para a necessidade de adoptar comportamentos e atitudes no âmbito da promoção da saúde, de modo a que cada um dos intervenientes se torne um agente responsável e activo na promoção da saúde da comunidade.

IV – Organização

- Este projecto será realizado no dia 15 de Abril (Quinta-feira) do presente ano, coincidindo com a Semana da Escola.
- Serão realizadas medições e pesagens que permitirão saber o Índice de Massa Corporal (IMC) através de uma fórmula em Excel e Índice de Massa Gorda (IMG) através da Tanita (Aparelho de Bioimpedância).
- Exposição de cartazes alusivos ao tema nas paredes do Ginásio.
- Entrega a cada participante uma ficha com os seus dados (IMC, %MG).

V – Propaganda Activa

Para publicitar este projecto serão elaborados e expostos, na Escola, cartazes alusivos à actividade. Pondera-se também produzir flyers e colocar esta actividade na página da ESDM II.

Anexo 10

Projecto Dona Sport

I – Objectivos

O Dona Sport é um evento desportivo que procura enriquecer a Comunidade Escolar nas mais variadas valências e como tal assume os seguintes objectivos:

- Fomentar o gosto pela actividade física e reforçar o seu papel no desenvolvimento integral dos Alunos e demais participantes;
- Promover a actividade física no meio escolar;
- Proporcionar novas experiências desportivas;
- Enriquecer o nível motor, cognitivo e social dos Alunos;
- Estreitar relações de grupo, como cooperação, amizade e solidariedade;
- Contribuir para o reforço do papel do Professor de Educação Física;
- Estreitar relações entre os elementos da Comunidade Escolar.

II - Organização

O evento será organizado pelo Núcleo de Estágio de Educação Física e pelas Professoras Anabela Amorim e Marta Alves, pelo PEES.

III – Colaboração

Para a realização desta actividade contamos com a colaboração dos Professores de Educação Física, Assistentes Operacionais e alguns Alunos.

Os Alunos recrutados serão elementos da Associação de Estudantes, que estejam disponíveis para trabalhar connosco voluntariamente.

Será realizada uma reunião, a definir posteriormente, onde serão relatadas as tarefas de cada colaborador, bem como os detalhes desta actividade.

- **Peddypapper**
A definir
- **Multiprovas**
 - 6 Professores;
 - 10 Voluntários;

IV – Programa

O Dona Sport irá ser realizado no dia 14 de Abril de 2010, integrado na Semana da Escola Secundária D. Maria II. Para além dos Professores do Grupo de Educação Física, também participarão os Alunos da Associação de Estudantes na organização do Evento.

Actividades	Fevereiro	Março	Abril
Projecto	X		
Pedido de patrocínios	X		
Cartazes alusivos		X	X
Cartazes das provas		X	X
Regulamentos		X	
Fazer diplomas/inscrições	X	X	X
Simulação da prova		X	
Inscrições		X	
Calendário de provas	X		
Material necessário	X	X	X
Falar com os colegas/inscrições		X	
Reuniões Grupo/Alunos		X (Grupo)	X (Alunos)
Preparar as Provas		X	X

Provas	Espaços
PeddyPaper	Cidade de Braga
Multi-provas	Espaço Exterior

De manhã irá ser realizado um PeddyPaper na Cidade de Braga, fora do espaço escolar. A prova terá início pelas 09h30m na entrada da Escola.

De tarde, as provas terão início pelas 14h30m, no campo exterior 1 e serão as seguintes:

- Matrecos Humanos;
- Bola Partilhada;
- Caminhada Unida;
- Tiro com Arco;
- Orientação às escuras.

PROGRAMA DO DIA:

Horas	Actividades	Pessoal	Local
8:00h	Montagem das Provas	Organização	
8:30h	Reunião do Comité Organizativo	Todos	Gabinete
9:00h	Abertura do Secretariado (Credenciação)	4 Professores e 4 Alunos	Entrada da escola
9:30h	Início do Peddypaper	2 Professores e 2 Alunos	Entrada da escola
12:30h	Intervalo para Almoço	Todos	
13:00h	Montagem das Provas	Todos	Espaço Exterior
14:30h	Início das Multi - Provas	Todos	Espaço Exterior
17:00h	Fim das Provas	Todos	Espaço Exterior
17:15h	Cerimónia de Encerramento e Entrega dos Prémios	Todos	Espaço Exterior

V – Equipas/ Equipamento

Equipas

O limite máximo de equipas a participar no Dona Sport será de 50.

A equipa será composta por 5 elementos.

Cada equipa terá de ser mista, sendo pelo menos um dos elementos do sexo oposto.

Cada participante apenas se pode inscrever numa equipa.

Equipamento necessário

Peddypaper/ Multi-Provas

- Calças ou calções;
- T-shirt;
- Sapatilhas.

VI – Regulamento

5.1 Peddypaper

- A prova decorrerá no centro de Braga, com partida da entrada da Escola.

- Cada equipa estará munida de um mapa e de um documento relativo à prova onde serão assinaladas as pontuações relativas a cada tarefa nas diferentes estações.

- A perda, adulteração ou danificação do documento do peddypaper significa a perda da pontuação obtida.

- A pontuação final corresponde ao somatório dos pontos obtidos em cada estação e ao tempo que a equipa demorou a realizar o percurso.

5.2 Multi - Provas

5.2.1 Matrecos Humanos

- As equipas constituídas por 5 elementos distribuem-se pelos espaços destinados segundo a calendarização;

- Os jogos terão a duração de 5 minutos;

- Será feito um mini-campeonato;
- As equipas que não estiverem a jogar, aguardam a sua vez pacientemente, observando o jogo que estiver a decorrer.
- As regras relativamente à realização desta tarefa serão explicadas no local.

5.2.1 Caminhada unida

- A equipa tem de chegar ao final da prova sem que os seus elementos se separem, se tal acontecer devem voltar a atar-se antes de continuar.
- O melhor tempo corresponde à melhor pontuação.
- A pontuação máxima corresponde ao total de equipas inscritas.
- Nesta prova participam os 5 elementos da equipa com os pés atados uns aos outros, lado a lado, percorrem um percurso de obstáculos.

5.2.2 Tiro com Arco

- Nesta prova cada elemento da equipa tem direito a 3 tiros ao alvo (3 flechas para cada participante) a uma distância pré definida.
- A pontuação de cada tiro será atribuída conforme a zona do alvo em que a flecha se fixar.
- A pontuação total é o somatório dos pontos conseguidos por cada participante.

5.2.3 Bola Partilhada

- Nesta prova participam 4 elementos da equipa.
- A prova é realizada sob a forma de estafetas:
 - 2 Alunos transportam uma bola entre as costas, num percurso de obstáculos e após concluído o percurso passam a bola aos outros 2 colegas de equipa.
- O melhor tempo corresponde à melhor pontuação.
- A pontuação máxima é igual ao total de equipas inscritas.

5.2.4 Orientação às escuras

- Nesta prova participam 2 Alunos de olhos vendados a percorrer um percurso até à campainha, orientados pelos outros colegas.
- O melhor tempo corresponde à melhor pontuação.
- A pontuação máxima é igual ao total de equipas inscritas.

VII - Classificação

Cada prova terá uma pontuação isolada das restantes. No final de serão somadas as pontuações de cada prova – Troféu Total e Troféu Peddy-Paper - para obter a classificação final.

VIII - Prémios

As equipas que ficarem nos 3 primeiros lugares irão receber, das mãos do Director da Escola, Medalhas referentes à respectiva classificação.

Todos os Participantes irão receber diplomas de participação e lanche.

O mesmo sucederá com os ajudantes na organização da prova.

IX – Funções

9.1 Peddypaper

Esta prova irá decorrer no centro da cidade de Braga e necessitará da ajuda de 10 Professores e 15 Ajudantes.

9.2 Multi-Provas

Esta prova irá decorrer no Campo Exterior.

As provas realizadas no campo exterior contarão com a presença de Professores e 15 Ajudantes, 10 Professores.

X – Logística

Para a realização desta prova, será necessário requisitar/ angariar vários tipos de materiais:

10.1 Peddy-paper

Material	Quantidades	Fornecedores
Folhas de Perguntas	Várias	ESDM II
Canetas	Várias	ESDM II
Garrafas de Água	2	ESDM II
Ski	2	Luísa
Malhas	Várias	ESDMII
Material de Hóquei	Vários	Luísa
Cordas	Várias	ESDMII

10.2 Multiprovas

Material	Quantidades	Fornecedores
Arco e flechas	1	Estagiários
Alvo	Vários	Estagiários
Arcos	10	ESDM II
Bancos Suecos	3	ESDM II
Barreira de Atletismo	1	ESDM II
Bloco de apontamentos	1	ESDM II
Bola de Futebol	1	ESDM II
Canetas	Várias	ESDMII
Cartões de prova	50	Fazer
Colchões	2	ESDM II
Colchão de Esponha	1	Comprar
Cones	Vários	ESDM II
Corda	1	ESDM II
Cronómetro	2	ESDM II
Folhas de Registo	Várias	ESDM II
Insuflável	1	Alugar

Mesas	3	ESDM II
Ripas de Madeira	8	Estagiários
Sino	1	Comprar
Vendas	2	Comprar

XI – Áreas de intervenção

- Área de Divulgação

A Área de Divulgação estará a cargo do Núcleo de Estágio. Serão afixados por toda a escola cartazes e meios de propaganda activa para a divulgação do Evento. Paralelamente irá ser distribuído a todos os Encarregados de Educação um papel com toda a informação, no sentido de fomentar a participação de toda a Comunidade Escolar. Para além disso, todos os Professores de Educação Física serão solicitados a informar os seus Alunos.

- Área Técnica

Esta área tem como função dirigir e controlar a actividade para que tudo corra como o planeado.

O corpo técnico será constituído pelo Núcleo de Estágio de Educação Física, professora Anabela Amorim e Marta Alves (PEES), que também contarão com o apoio do restante Grupo de Educação Física e com os Funcionários de Educação Física.

Anexo 11

Projecto Visita de Estudo

I - Identificação do Projecto

1.1 Nome do Projecto

Visita de Estudo ao Campeonato Mundial de Desporto Escolar de Andebol

1.2 População – alvo

Alunos da Escola Secundária D. Maria II:

- 10ºano, Turma C;
- 10ºano, Turma E;
- 10ºano, Turma I.

1.3 Horizonte Temporal

Ano Lectivo 2009/2010 - Dia 23 de Março, durante a manhã.

1.4 Local

Pavilhão Desportivo da Universidade do Minho - Braga

II - Finalidade

Dar a conhecer aos Alunos as implicações e benefícios de uma participação regular nas Actividades Físicas e Desportivas Escolares, valorizá-las do ponto de vista cultural, fomentar a aquisição de competências através do visionamento do jogo e aplica-las nas aulas.

III - Objectivos

1. Estimular o gosto pela prática desportiva;
2. Sensibilizar os Alunos para os benefícios da participação no Desporto Escolar;
3. Contactar com o espectáculo desportivo;
4. Fomentar a cultura desportiva.
5. Aplicar as competências adquiridas nas aulas de Educação Física;

IV - Organização

A organização estará a cargo do Núcleo de Estágio de Educação Física da Escola, em colaboração com a organização do Campeonato.

Os Aluno terão de se deslocar até ao local do evento desportivo, onde irão estar à sua espera os respectivos Professores. Durante os jogos os Alunos estarão sob a responsabilidade do Professores e após o seu final estes terão de regressar à Escola ou a casa, dependendo do seu horário escolar e estarão ao seu comprometimento.

V - Propaganda Activa

A divulgação da Visita de Estudo ao Campeonato Mundial do Desporto Escolar deverá ser realizada pelo respectivo Professor da Disciplina de Educação Física, assim como a autorização de participação dos Alunos para os Encarregados de Educação.

Anexo 12

Projecto Desporto Escolar – Natação

I - Identificação do Projecto

1.5 Nome do Projecto

Desporto Escolar do Grupo de Natação

1.6 População – alvo

Alunos da Escola Secundária D. Maria II

Alunos Praticantes

N.º	Nome	Data Nasc.	Género	Ano	Turma
1	Lília Lopes	25-12-1994	Feminino	10	I
2	João Sousa	11-10-1994	Masculino	10	C
3	Ricardo Jorge Coroas Rodrigues	04-07-1994	Masculino	10	F
4	João Rogério de Castro Mendes	17-07-1993	Masculino	11	B
5	Eduarda Rocha	11-08-1994	Feminino	10	J
6	Ana Rita Teixeira	02-02-1994	Feminino	10	J
7	Joana Filipa Paulo	22-06-1993	Feminino	11	B
8	Leonor Keating	16-11-1993	Feminino	11	P
9	Maria Catarina Machado	13-08-1990	Feminino	12	A
10	Sílvia Mariana Dias Barros	28-11-1992	Feminino	12	D
11	Ricardo Araújo	03-10-1992	Masculino	12	D
12	Ana Filipa Silva	29-07-1992	Feminino	12	F
13	Dalila Abreu	05-05-1992	Feminino	12	F
14	Maria Luís Miranda	09-04-1992	Feminino	12	F
15	Patrícia Martins	01-05-1992	Feminino	12	I
16	Cristina Fernandes	08-03-1992	Feminino	12	K
17	Catarina Oliveira	13-07-1990	Feminino	12	K
18	Bruno Amarante	15-08-1992	Masculino	12	K
19	Joana Barbosa	14-07-1992	Masculino	12	I

20	Nuno Filipe Rodrigues	18-02-1994	Masculino	10	B
21	Joana Pessoa	09-05-1993	Feminino	10	F
22	Sara Ferreira	22-05-1993	Feminino	10	F
23	Daniela Magalhães	29-09-1994	Feminino	10	F
24	Diogo Palhares	11-12-1993	Masculino	11	E
25	Joana Marques	08-01-1993	Feminino	11	F
26	Catarina Ferreira	14-12-1993	Feminino	11	F
27	Márcia Clara Rodrigues	13-05-1993	Masculino	11	F
28	João Luis Santos	28-01-1994	Masculino	10	B
29	Ivo Carvalho	20-05-1994	Masculino	10	F
30	Hugo Rafael	20-07-1993	Masculino	10	J
31	Mariana Seixas Lopes	06-01-1992	Feminino	11	B
32	Tomás Vasconcelos	25-10-1992	Masculino	12	C
33	Ana Raquel Machado	11-04-1991	Feminino	12	A
34	Jorge Daniel Rodrigues	18-09-1993	Masculino	10	J
35	Ricardo Salgado Gomes	09-11-1992	Masculino	12	G

Alunos Árbitros/Juízes

N.º	Nome	Data Nasc.	Género	Ano	Turma
1	João Mendes	12-07-1993	Masculino	11	B
2	João Sousa	11-10-1994	Masculino	10	C
3	Ricardo Jorge Coroas Rodrigues	04-07-1994	Masculino	10	F

1.7 Horizonte Temporal

Ano Lectivo 2009/2010

1.8 Local

Piscina Municipal da Rodovia

II - Finalidade

Dar a conhecer aos Alunos as implicações e benefícios de uma participação regular nas Actividades Físicas e Desportivas Escolares, valorizá-las do ponto de vista cultural e compreender a sua contribuição para um estilo de vida activa e saudável.

III - Objectivos

1. Desenvolver nos jovens as competências necessárias para a formação de indivíduos tolerantes, responsáveis, autónomos, solidários, trabalhadores, com espírito crítico e moralmente interventivos;
2. Organizar actividades de complemento curricular;
3. Aplicar as competências adquiridas nas aulas de Educação Física;
4. Identificar possíveis talentos desportivos;
5. Exercitar/aperfeiçoar a técnica dos diferentes estilos.

IV - Organização

O Grupo do Desporto Escolar de Natação irá ser constituído por Alunos de vários escalões, e será misto - rapazes e raparigas. No que diz respeito ao horário, vai funcionar sempre à sexta-feira em dois horários distintos: das 10h30 às 12h00 e das 14h00 às 15h00.

A Professora Maria Luísa Brandão é a responsável pelo Grupo, sendo que ao longo de todas as actividades terá o apoio dos 3 Estagiários da FADEUP - João Ribeiro, Luís Macedo e Tânia Oliveira.

Os Alunos serão organizados em grupos de trabalho segundo as suas capacidades.

Para além dos treinos semanais, irá ser organizada uma competição Inter-Escolas com os outros Grupos de Desporto Escolar, e iremos participar nas competições organizadas pelos Grupos das outras Escolas.

Os estagiários terão acções a vários níveis: auxiliar na orientação dos Alunos, participar nas provas organizadas pelo grupo da escola e pelas outras escolas, ajudar ou elaborar os Planos de Aula, organizar a prova de natação em conjunto com a Professora Responsável e participar nas sessões semanais.

V - Propaganda Activa

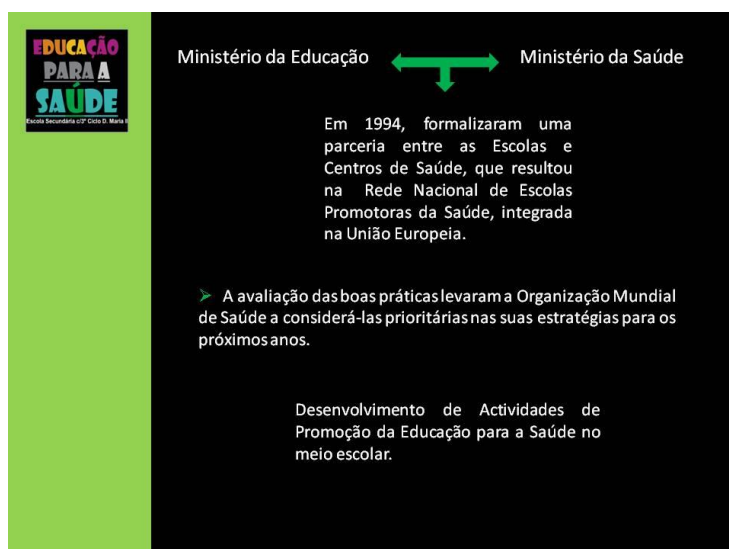
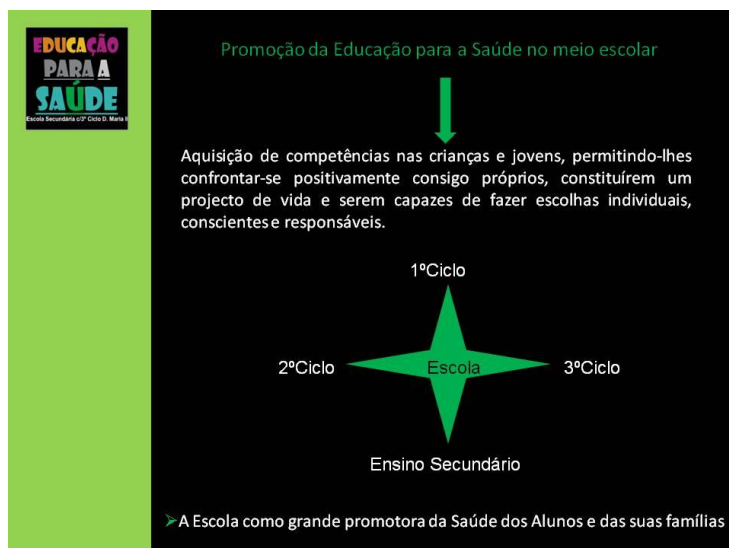
Na divulgação da actividade, a Professora Luísa Brandão elaborou um cartaz que referia o horário, o local e a forma de inscrição. Para além desse meio, ainda foi

pedido aos Professores de Educação Física que falassem às suas turmas sobre esta actividade.

Após as inscrições dos Alunos, foi colocada nos cartazes a data de início dos treinos, em conjunto com uma aviso que circulou nas turmas que tinham Alunos inscritos.

Anexo 13

Análise do Sistema Educativo





No sentido da dinamização deste projecto celebrou-se um protocolo entre estes dois Ministérios, do qual resultou 7 clausulas.

- Despachos Conjuntos nº. 271/98 de 23 de Março e nº 734/2000 de 18 de Julho, que formalizam o compromisso entre o Ministério da Educação e da Saúde para o desenvolvimento da rede nacional de escolas promotoras da saúde.
- Estudo, reorganização e revitalização dos currícula do ensino pré-escolar, do ensino básico e do ensino secundário, na perspectiva do desenvolvimento curricular da educação para a saúde nos projectos de escola e de turma.
- Aproveitamento das áreas curriculares não disciplinares para a abordagem da promoção da saúde sob a forma de projecto passível de avaliação.
- Promoção da avaliação das condições de segurança, higiene e saúde dos estabelecimentos de educação e ensino.
- Dinamização conjunta de projectos educativos na área de promoção da saúde.



Através do Despacho nº 19737/2005 e da coordenação do Professor Daniel Sampaio surge:

GTES



- Estuda e propõe os parâmetros gerais dos programas de educação sexual em meio escolar, na perspectiva da promoção da saúde nas Escolas.
- Afirma a importância da Promoção e Educação para a Saúde nas Escolas.



O PEES (Projecto de Promoção e Educação para a Saúde) é transversal ao Ensino, está presente do 1º ao 12º ano.

- A Educação para a Saúde é obrigatória em todos os Estabelecimentos de Ensino e tem de integrar o Projecto Educativo da Escola.
- Tendo em conta a especificidade de cada ambiente escolar, os projectos devem integrar quatro áreas fundamentais:
 - Alimentação e Actividade Física;
 - Consumo de Substâncias psico-activas, tabaco, álcool e drogas;
 - Sexualidade e infecções sexualmente transmissíveis, com relevância para a prevenção da SIDA;
 - Violência em meio escolar/Saúde Mental.



Ensino Básico



- O tema é largamente abordado
- Disponibilidade dos Alunos
- Vários locais de promoção de Educação para a Saúde:
 - Área de Projecto
 - Clubes
- Diversas Actividades

Ensino Secundário



- Maior dificuldade em desenvolver projectos
- Mais resistência dos Alunos
- Área de projecto apenas no 12º ano
- 10º, 11º e Cursos profissionais - Actividades Pontuais



Na Escola Secundária D. Maria II...

- 2007 - 2009
 - Gabinete de Apoio aos Alunos com a presença de uma Psicóloga
- A partir 2008/2009
 - A equipa do GTES dá apoio à Área do Projecto
 - Participação de uma médica especializada em Educação Alimentar
 - Elaboração de dois projectos:
 - "ROMÃ,SA" - ao nível da saúde alimentar
 - "À Conversa com..." - ao nível da sexualidade e afectos
- Em 2008/2009 o Tema para a Área de Projecto era a Alimentação.



Actividades organizadas...

- Várias Palestras - organizadas pelo GTES ou por Alunos do 12º ano, contando com a presença de pessoas especializadas em cada assunto abordado:
 - Anorexia e Bulimia;
 - Alimentação e Actividade Física;
 - Violência no namoro;
 - Criminalidade em Braga;
 - Doenças Sexualmente Transmissíveis
- Entrevista à rádio da Universidade Minho
- Fórum – Apresentação de todos os trabalhos realizados em Área de Projecto, aberto à Comunidade Escolar
- Rastreios – Visão, Audição, Colesterol,...
- Grupo Sanguíneo



O PEE deve ser desenvolvido na Área de Projecto e na Disciplina de Educação Física.

- Até ao ano lectivo anterior, o Grupo de Educação Física não desenvolveu quaisquer projecto
- Este ano, 2009/2010, o Grupo já está a trabalhar em vários projectos:
 - Campanhas de sensibilização ;
 - Levantamento do IMC dos Alunos da Escola;
 - Caminhada ao Bom Jesus;
 - ...



Desafios para o Disciplina/Professor de Educação Física...

- Na aula:
 - Promover espaços para debates sobre a Actividade Física e os benefícios ;
- Fora da Aula:
 - Criar sinergias com outras disciplinas e organizar actividades de promoção da saúde (Actividade Física e a Alimentação);
 - Sensibilizar a Escola para a alimentação da cantina, bar e máquinas;
 - Convidar atletas de alta competição para um debate aberto a toda a Comunidade Escolar;
 - Rastreio do IMC e % de Massa Gorda na Semana da Escola;
 - Promover o Desporto junto da Associação de Estudantes;
 - Semana Saudável (Alimentação, Demonstrações desportivas nos intervalos);
 - Semana Desportiva;
 - Visita à Faculdade de Desporto;
 - Ida à quinta .../Fim-de-semana na Rodovia.

Anexo 14

Teste Sociométrico

QUESTIONÁRIO

NOME: _____ Nº _____

Regras de preenchimento:

- ⇒ Depois de iniciares o questionário não podes comunicar com os teus colegas, para que as respostas reflectam as tuas próprias opiniões;
- ⇒ Deves responder às questões com sinceridade;
- ⇒ Este questionário confere sigilo absoluto relativamente às respostas dadas.

Questões:

1. **Quem preferias**, dos teus colegas de turma, para estar contigo durante os intervalos das aulas?

1º _____ 2º _____ 3º _____

1.1 Relativamente à questão anterior, **quem não preferias**?

1º _____ 2º _____ 3º _____

2. **Quem preferias**, dos teus colegas de turma, para teus companheiros numa visita de estudo?

1º _____ 2º _____ 3º _____

2.1 Relativamente à questão anterior, **quem não preferias**?

1º _____ 2º _____ 3º _____

Quem preferias, dos teus colegas de turma, para trabalhar contigo, se tivesses de realizar um trabalho de grupo?

1º _____ 2º _____ 3º _____

3.1 Relativamente à questão anterior, **quem não preferias**?

1º _____ 2º _____ 3º _____