

A arte de ensinar: um foco, uma inspiração

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)

Professora Orientadora: Doutora Paula Queirós

Lisa de Sousa Silva

Setembro de 2018

Ficha de catalogação

Silva, L. (2018). A arte de ensinar: um foco, uma inspiração. Porto: L. Silva. Relatório de Estágio Profissional para 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-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL, EDUCAÇÃO FÍSICA, ALUNOS, PROFESSOR; REFLEXÃO.

Dedicatória

Aos meus pais, por me apoiarem sempre em todas as decisões e por não me deixarem desistir dos meus sonhos.

Agradecimentos

O presente relatório marca uma etapa importante na minha vida e na minha formação, por isso não posso deixar de agradecer a todos aqueles que direta ou indiretamente contribuíram para a sua realização.

Aos meus pais, por serem o pilar da minha vida e por me proporcionarem condições para concluir este longo período acadêmico. Por nunca me deixarem baixar os braços e por, diariamente, me mostrarem que há sempre um lado positivo em cada caminho. Por acreditarem mais em mim, do que eu própria.

Ao meu irmão mais velho, por ser o meu exemplo a seguir. Por me incentivar nas minhas escolhas e me ajudar a superar os momentos difíceis.

Ao meu irmão mais novo, por ser um apoio, um melhor amigo. Por me ajudar incondicionalmente em todas as minhas batalhas.

Aos meus avôs, pelos almoços quando saía da faculdade. Por me darem sempre o melhor e se certificarem que nunca me falta nada.

Ao meu namorado, por se mostrar sempre disponível para me ajudar. Por me acompanhar nas minhas lutas e por me encorajar diariamente.

À FADEUP e aos professores desta instituição, por me terem acolhido durante estes três anos.

À professora Paula Queirós, que se prontificou a ajudar-me e a assumir a minha orientação do relatório. Por se mostrar sempre disponível e compreensível. Por ser um exemplo de profissionalismo.

À minha professora cooperante, Fátima Costa, por todos os momentos partilhados, por todas as angústias sentidas. Por ouvir os meus desabafos e por me fazer acreditar que o amanhã vai ser sempre melhor.

Ao professor Francisco Gonçalves, por me ter orientado e motivado para frequentar este mestrado. Ainda, por me ter transmitido o gosto por esta arte que é ensinar.

Ao professor Miguel Sandiares, por me ter proporcionado as aulas de Educação Física mais divertidas e ao mesmo tempo mais enriquecedoras. Por ser a minha maior referência a nível profissional e por me ter ensinado que um professor também pode ser um amigo.

Ao meu núcleo de estágio, por me ter acompanhado ao longo desta viagem. Pela partilha de experiências e vivências. Por me auxiliar nos momentos de maior angústia.

Ao círculo da amizade, aos melhores amigos com que a faculdade me podia ter apresentado. À Sandra, à Márcia, à Andreia, à Inês, ao Vítor, ao João e ao Luís, por me terem dado a mão ao longo destes três anos. Por me terem ajudado a que esta viagem tivesse valido, ainda mais, a pena.

Aos meus amigos do secundário, à Mariana, à Adriana, à Joana e ao André, pelo apoio incondicional. Por me mostrarem diariamente que eu sou capaz de fazer tudo aquilo que quiser.

Aos escuteiros por todos os ensinamentos, por serem a minha escola de vida. À Catarina, à Daniela, à Isabel e à Ana por fazerem parte desta caminhada.

Ao Pedro Cunha, por se mostrar sempre disponível para me ajudar, quer ao longo da licenciatura como no mestrado.

Aos meus alunos do 10º ano, pela amizade, pelo respeito mútuo, pela partilha de ideias e por me terem proporcionado uma experiência fantástica. Não poderia pedir melhor.

Aos meus alunos do 5º ano, por me mostrarem que não há nada mais reconfortante do que um abraço apertado.

A toda a comunidade da Escola Secundária João Gonçalves Zarco, por me terem acolhido tão bem.

A todos eles que acompanharam este percurso, um grande obrigada!

Índice Geral

Ficha de Catalogação	II
Agradecimentos	V
Índice de Anexos.....	IX
Resumo	XI
Abstract	XIII
Lista de Abreviaturas.....	XV
1.Introdução	1
2.Enquadramento Pessoal.....	3
2.1 Apresentação da estudante estagiária	3
2.2 Expetativas criadas sobre o estágio profissional	5
3.Enquadramento da Prática Profissional.....	9
3.1 Entendimento do estágio profissional.....	9
3.2 A escola como instituição.....	10
3.3 Escola Secundária João Gonçalves Zarco.....	11
3.3.1 Recursos Materiais	15
3.4 Os alunos: o alicerce do processo de E/A.....	17
3.4.1 10ºano: Ansiedade/Receio.....	18
3.4.2 5ºano: Os meus pequenos grandes terroristas	20
3.5 Núcleo de estágio	21
3.6 Professora Cooperante	23
4. Realização da prática profissional.....	25
4.1 Área 1: Organização e gestão do ensino e da aprendizagem	25
4.1.1 Conceção	25
4.1.2 Planeamento	28
i) Plano Anual	29
ii) Unidade Didática	30
iii) Plano de aula	32
4.1.3 Realização.....	35
i) A ansiedade, o nervosismo e as primeiras impressões	36
ii) Relação professor-aluno	37

iii) Estratégias instrucionais	38
iv) Gestão da aula	42
v) Modelos instrucionais utilizados	45
vi) Observação das aulas	48
4.1.4 Avaliação	49
i) Avaliação criterial/normativa	49
ii) Avaliação diagnóstica	50
iii) Avaliação formativa	51
iv) Avaliação Sumativa	52
4.2 Área 2: Participação na escola e relações com a comunidade	54
4.2.1 Atividades da Escola	54
i) Corta Mato Escolar	55
ii) Torneios concelhios - Matosinhos	56
4.2.2 Atividades organizadas pelo Núcleo de Estágio - ZarcoCup	57
4.2.3 Atividades em que o núcleo colaborou - ZarcoFit	58
4.2.4 Direção de turma	59
4.2.5 Conselhos de turma	60
5. Conclusões e Perspetivas Futuras	63
6. Referências Bibliográficas	65
7. Anexos	XVII

Índice de Anexos

Anexo 1 – Planeamento do 1º período.....	XVII
Anexo 2 – Planeamento do 2º período.....	XVII
Anexo 3 – Planeamento do 3º período.....	XVIII
Anexo 4 – Unidade Didática de Ginástica	XVIII
Anexo 5 – Grelha de AD de Andebol	XIX
Anexo 6 – Modelo de Plano de Aula	XX
Anexo 7 – Calendário ZarcoCup	XX
Anexo 8 – Logótipo ZarcoCup.....	XXI
Anexo 9 – Prémios Evento Culminante de Andebol	XXI
Anexo 10 – Prémio Aluno Estrela	XXI

Resumo

O Relatório de Estágio surge no expoente máximo do meu percurso de formação, sendo parte integrante do Estágio Profissional, do 2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, correspondente ao grau de mestre pela Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Este documento visa retratar o meu ano de estágio e todas as experiências, reflexões e ensinamentos que se aglomeraram ao longo deste período letivo. O estágio profissional é assim uma etapa muito desafiante do percurso académico dos estudantes, onde o saber e o conhecimento adquirido ao longo da formação são postos à prova numa realidade diferente e onde também outras competências que até esse ponto estavam como adormecidas vão servir de ferramentas para concluir esta etapa com o maior sucesso possível. Assim, pretendo que o meu relatório conte a história da minha primeira experiência numa escola, mais concretamente na Escola Secundária João Gonçalves Zarco, através das dificuldades, estratégias, aprendizagens adquiridas e dos resultados obtidos. O Relatório de Estágio encontra-se organizado em 5 capítulos: (1) Introdução – onde faço o enquadramento do documento; (2) Enquadramento Pessoal – apresentação do meu percurso até à atualidade e as minhas expectativas em relação ao estágio profissional; (3) Enquadramento da Prática Profissional – caracterização do contexto escolar; (4) Realização da prática profissional – descrição da minha prática pedagógica em função das 2 áreas: Área 1 – Organização e gestão do ensino e da aprendizagem e Área 2 – Participação na Escola e Relação com a Comunidade; (5) Conclusões e Perspetivas Futuras – apresentação de todas as aprendizagens adquiridas e os meus desejos para o futuro.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL, EDUCAÇÃO FÍSICA, ALUNOS, PROFESSOR, REFLEXÃO.

Abstract

The internship report appears in the maximum exponent of my training course, being an integral part of the professional internship, the 2nd year of the Master's Degree in Teaching of Physical Education in Basic and Secondary Education, which correspond to the Master's degree by the Faculty of Sport of the University of Porto. This document aims to exhibit my year of internship and all the experiences, reflections and lessons that I have gathered during this period. The professional internship is a very challenging stage of each student's academic course, where the knowledge acquired throughout the training are tested in a different reality, and also other skills that until that point were asleep will serve as tools to complete this step with the greatest success possible.

Therefore, I want with this report to describe the story of my first experience at a school, more concretely at the Gonçalves Zarco Secondary School, through the difficulties, strategies, lessons learned and the results obtained. The internship report is organized in 5 chapters: (1) Introduction - where I frame the document; (2) Personal Framework - presentation of my course until the present and my expectations regarding the professional internship; (3) Framing of Professional Practice - characterization of the school context. (4) Realization of Professional Practice - description of my pedagogical practice divided in 2 areas: Area 1 - Organization and management of teaching and learning and Area 2 - Participation in school and relationship with community; (5) Conclusions and Future Perspectives - presentation of all acquired learning and my future desires.

KEYWORDS: PHYSICAL EDUCATION; PROFESSIONAL INTERSHIP; STUDENTS; TEACHER; REFLEXION

Lista de Abreviaturas

AD – Avaliação Diagnóstica

AF – Avaliação Formativa

AS – Avaliação Sumativa

CE – Comunidade Escolar

DT – Diretor de Turma

E/A – Ensino Aprendizagem

EE – Estudante Estagiário

EF – Educação Física

EP – Estágio Profissional

ESJGZ – Escola Secundária João Gonçalves Zarco

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

GDBL – Grupo Desportivo de Basquetebol de Leça

MAC – Modelo de Aprendizagem Cooperativa

MAPJ – Modelo de Abordagem Progressiva ao Jogo

MEC – Modelo de Estrutura do Conhecimento

MED – Modelo de Educação Desportiva

MID – Modelo de Instrução Direta

NE – Núcleo de Estágio

PA – Planificação Anual

PAA – Plano Anual de Atividades

PC – Professor Cooperante

PEE – Plano Educativo da Escola

PES – Prática de Ensino Supervisionada

PFI – Projeto de Formação Inicial

PO – Professor Orientador

RE – Relatório de Estágio

UD – Unidade Didática

1. INTRODUÇÃO

O presente Relatório de Estágio (RE) foi realizado no âmbito do Estágio Profissional (EP) e tem como intuito primário o enfoque das aprendizagens por mim retidas no ano letivo de 2016/2017, na Escola Secundária João Gonçalves Zarco (ESJGZ).

A elaboração do RE e a Prática de Ensino Supervisionada (PES) são duas componentes da Unidade Curricular (UC) do EP, sendo orientada por um Professor Orientador (PO) e uma Professora Cooperante (PC). O EP foi realizado em Núcleo de Estágio (NE), constituído por três Estudantes Estagiários, o PO e a PC. Assim, o EP teve como base não só um trabalho individual, como um trabalho colaborativo entre todas as partes, com vista no progresso individual, como no sucesso educativo.

Ao longo do ano letivo, fiquei responsável por uma turma do 10º ano (turma residente) e uma turma do 5º ano (turma partilhada). Na turma partilhada, todo o processo de planeamento, realização e avaliação, foi realizada em conjunto com os meus colegas de estágio, com a aprovação do professor titular da turma, principalmente no que dizia respeito às avaliações dos alunos.

Para além da lecionação das duas turmas, a minha participação na escola estendeu-se à participação num projeto interno, entendido como *ZarcoFit* e à organização, planeamento e realização de 9 torneios inter-turmas, em 4 modalidades, denominado de *ZarcoCup*, nos quais procurei dar o meu contributo ajudando e dinamizando todos os momentos. Para além destas atividades, a minha relação com a comunidade escolar teve lugar nos conselhos de turma e em algumas reuniões individuais com os encarregados de educação, na qual mantive um papel passivo. Este papel de observadora permitiu-me analisar a dinâmica do papel do professor no contexto escolar de forma crítica.

As minhas expectativas iniciais prendiam-se em estabelecer uma boa relação, de proximidade, com todos os agentes educativos, para que, o corpo

docente trabalhasse em sintonia, com os mesmos objetivos e a mesma força para enfrentar e contornar os problemas e, a garantir o sucesso escolar.

O presente documento traduz a minha experiência no EP e é de caráter pessoal, uma vez que relata as minhas experiências, aprendizagens e dificuldades pessoais. O RE encontra-se organizado em cinco capítulos: O primeiro refere-se à Introdução – onde faço o enquadramento do documento; no segundo, “Enquadramento Pessoal”, correspondente à apresentação do meu percurso até à actualidade e as minhas expectativas em relação ao estágio profissional; no terceiro capítulo, “Enquadramento da Prática Profissional” realizo a caracterização do contexto escolar; Segue-se o quarto capítulo, “Realização da prática profissional” – descrição da minha prática pedagógica em função de 2 áreas: Área 1 – Organização e gestão do ensino e da aprendizagem; Área 2 – Participação na Escola e Relação com a Comunidade. O quinto capítulo, correspondente às “Conclusões e Perspetivas Futuras”, no qual procedo à apresentação de todas as aprendizagens adquiridas e exibo as minhas aspirações para o futuro.

2. ENQUADRAMENTO PESSOAL

“No nosso ponto de vista, ser Professor é uma atividade que exige um alto grau de preparação específica por parte daqueles que a ela se dedicam.” (Rosa, 1999, p.202).

Defendo que é necessária uma formação de professores construída dentro da profissão (Nóvoa, 2009) e que o EP é o melhor meio de renovação, transmissão e partilha de conhecimentos, entre os EE e o núcleo de EF. Começarei o RE pelo capítulo do enquadramento pessoal, no qual relatarei a minha vivência pessoal, desde o nascimento até ao momento em que me encontro, frisando os momentos marcantes que me fizeram chegar até aqui.

2.1 Apresentação da estudante estagiária

Chamo-me Lisa de Sousa Silva e vim descobrir o mundo no dia 9 de Julho de 1993. Sou natural do Porto, mais concretamente da freguesia de Massarelos e desde então, é lá que resido. A minha ligação com o desporto começou desde muito cedo, isto porque ao lado de minha casa tenho um ringue de futebol, onde era puxada e quase obrigada pelos meus irmãos, a ir jogar com eles. No cimo da rua, ainda tenho o privilégio de encontrar o palácio de cristal e aí sim, a melhor parte dos meus dias, era passada lá. Corria, saltava à corda ou andava de baloiço, explorando o lado bom de ser criança.

Por volta dos 3 anos, os meus pais acharam importante que eu aprendesse uma das coisas que eu considero essencial na aprendizagem do ser humano, aprender a nadar. Entrei para o Clube Fluvial Portuense, onde permaneci durante 10 anos.

Quando entrei para a escola, o intervalo era o momento alto do dia, em que eu, juntamente com as minhas amigas, saltava à corda e jogava ao jogo do elástico. Para além disso, quando os rapazes nos desafiavam para uma partida de futebol, lá íamos nós, sem sabermos muito bem o que devíamos fazer, mas aceitávamos, porque o mais importante era o companheirismo e o desafio.

À medida que fui crescendo, e como a minha mãe dizia que eu tinha “bichinhos carpinteiros”, quis envolver-me em mais atividades. Como tal, no 5º ano entrei para o Desporto Escolar (DE) de Futebol. Permaneci lá um ano, mas este não era o desporto que me despertava mais interesse. Aos 11 anos ingressei no grupo de dança “Dance4kids”, cujo auge na minha opinião foi a atuação no Estádio do Dragão, frente ao nosso maior rival, o Benfica.

Aos 13 anos percebi, que afinal gostava de dançar mas que não era este desporto que me despertava maior euforia. Tive alguns convites para jogar voleibol, mas optei por tentar a minha carreira no basquetebol. Assim, aos 13 anos integrei a equipa de iniciadas do Grupo Desportivo de Basquetebol de Leça (GDBL) onde permaneci 3 anos. Dizem que à terceira é de vez e eu não podia estar mais de acordo. Finalmente encontrei o desporto que me fazia vibrar, o desporto que me fazia não conseguir dormir com os nervos no dia anterior e querer estar no pavilhão mais cedo do que o combinado, porque se me atrasasse podia ficar para trás.

Aos 16 anos tive a difícil decisão de ter que optar entre o desporto e os escuteiros, atividade que me acompanha desde os 7 anos e à qual agradeço por ter sido a minha escola da vida. Aí, optei pelos escuteiros, porque as atividades ao ar livre, a natureza, eram a minha verdadeira paixão. Aqui, aprendi muitos valores que me ajudaram em termos desportivos, tais como o companheirismo, a união de equipa, a interajuda, a lealdade, a amizade, o *fair-play*, a liderança...

Acabado o 12º ano e com uma importante decisão pela frente, o que mais me fez seguir o rumo do Desporto, foram as aprendizagens que o mesmo me proporcionou durante anos, através dos professores de EF (que me passaram o gosto por esta área, a vontade de voltar para o “terreno de jogo”), mas principalmente para seguir as pisadas do meu irmão mais velho. Lembro-me perfeitamente que quando o meu irmão começou a tirar o curso, relatava de forma entusiasta tudo o que tinha aprendido e eu pensava “um dia também quero tirar esse curso” e cá estou eu neste pequeno mundo.

Em 2012 ingressei no Instituto Universitário da Maia (ISMAI), que me acolheu durante 3 anos. A esta casa só tenho palavras de agradecimento, tanto aos meus amigos e colegas, como aos professores com quem tive o prazer de trabalhar. Concluída a licenciatura em Educação Física e Desporto, optei pelo mestrado de Ensino, porque sempre gostei de lidar com crianças e jovens.

Acredito que possuo as características necessárias para ser um bom exemplo, para educar e formar jovens, reformular hábitos saudáveis e de prática desportiva. Acima de tudo, julgo que é nas gerações mais jovens que está a mudança, que o amanhã se começa a construir já hoje e vejo-me a contribuir ativamente para mudar a imagem que a EF tem na sociedade e transmitir a importância da mesma para o crescimento das crianças e dos jovens.

Durante todo o meu percurso académico fui capaz de conciliar o trabalho com os estudos, equilibrando as duas partes, para que nenhuma saísse prejudicada.

Hoje, passados 5 anos, tenho a certeza que esta foi a escolha certa!

2.2 Expectativas criadas sobre o estágio profissional

Recordando uma frase que escrevi no meu Projeto de Formação Inicial (PFI), “Assim, tenho a certeza que este ano irá ser definido como um “cocktail de emoções”, uma mistura de adrenalina e alegria, com tristezas e frustrações, ou o sentimento de autoestima incrível versus o sentimento de que podia fazer diferente. Tudo isto com uma motivação e força de vencer inesgotáveis, porque irei estar na minha “cadeira” de sonho.”

A criação de expectativas sobre o EP começou cedo. No terceiro ano da licenciatura, fui obrigada a optar por uma de quatro vertentes de Educação Física: Ensino, Saúde, Treino, Adaptada, em que optei pelo Ensino. Nesta cadeira, tive oportunidade de observar vários colegas que realizavam estágio profissional em diversas escolas e enquanto os observava, arranjava

rapidamente e sem grande dificuldade, estratégias para alterar alguns exercícios. Aqui, tive a certeza que não haveria outro caminho a percorrer, sem ser ingressar pelo Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Acabado o primeiro ano de mestrado, era impossível não criar dezenas de expectativas sobre o EP e a escola onde o realizaria. A minha primeira escolha, baseou-se na escola onde frequentei o ensino secundário, mas infelizmente, não obtive média suficiente para ficar colocada. Sem conhecer as restantes escolas, optei por escolher por proximidade geográfica, surgindo assim, a ESJGZ.

Após a saída da lista de colocação nas escolas, as questões ainda se acentuavam mais: como seria a escola, que condições encontraria, como seria a minha PC, o meu PO, o pessoal docente e não docente e se iria conseguir transmitir os meus conhecimentos teóricos e práticos aos meus alunos, criando uma boa relação com eles. Todas estas questões levavam-me a sentir insegura e ao mesmo tempo, ansiosa por começar e encontrar as respostas para todas estas perguntas.

Uma das minhas grandes expectativas prendia-se com a capacidade de colocar todos os ensinamentos em prática, como professora estagiária, enquadrando alguns fatores cruciais, tais como métodos, comunicação, gestão da aula, motivação e liderança, gerindo pessoas, espaços e imprevistos.

Aprender, planear, observar e refletir para progredir, construindo assim, a minha identidade enquanto professora, dentro e fora do espaço de aula. Acredito, que superei todas as expectativas que tinha idealizado, sentindo-me, neste momento, uma professora no verdadeiro sentido da palavra. Acredito que o resultado foi um crescimento sustentado ao longo do ano, forçando as dificuldades, limando a criatividade, sabendo ouvir e aprendendo diariamente com a PC, com os meus colegas de NE, com os professores de EF e obviamente com as aulas e os meus alunos. Por outro lado, julgo que consegui transmitir os conhecimentos teóricos e práticos adquiridos na faculdade, para o contexto real, a escola.

Citando o meu PFI, “Por outro lado, penso que no pólo positivo sou capaz de ter uma relação próxima com os alunos sem que “desapareça” a linha separadora entre mim e os alunos, não se perdendo fatores essenciais como o respeito.” Os meus alunos foram a chave fundamental do meu sucesso. Eles foram o reflexo do meu trabalho, através deles desafiei-me enquanto professora, formulei e reformulei as aulas em função das capacidades e das várias motivações presentes na turma.

Olhei sempre para cada aluno como um ser individual e peculiar que é, tentando perceber as suas necessidades, os seus problemas e as suas formas de pensar e executar cada tarefa. Fi-los também perceber que sozinhos vão mais rápido, mas que em equipa vão mais longe, transmitindo valores básicos para que a cooperação estivesse presente em todas as aulas.

Em relação ao NE, tinha a expectativa que fôssemos um grupo unido, capaz de partilhar ideias e soluções para os diversos obstáculos que teríamos pela frente. Felizmente, os meus colegas superaram as minhas expectativas. Juntos, percorremos um longo caminho, com vários obstáculos, mas sempre apoiados uns nos outros. Posso mesmo dizer, que apesar de nem sempre trabalharmos em núcleo e com a dedicação que este ano exigia, nos momentos cruciais, conseguimos ajudar, com críticas pertinentes, tanto positivas como negativas, mas sempre construtivas.

Relativamente à PC, considero que toda a sua experiência tanto a nível do ensino como na orientação de estudantes-estagiários, foi uma mais-valia no meu percurso ao longo deste ano letivo. Desempenhou um papel crucial na minha adaptação a toda a comunidade escolar, mas também, uma conselheira no que toca ao meu crescimento pessoal.

No que aos professores de EF concerne, prontificaram-se desde sempre a guiar-me durante o ano. Sinto que o contacto com vários professores da minha área, foi benéfico para a minha aprendizagem e crescimento.

Quanto à comunidade escolar, desde o primeiro dia que fui recebida com um sorriso e uma palavra de incentivo por parte dos vários professores da escola.

Já dizia H. David Thoreau que “a felicidade só é real quando partilhada”. Deste modo, sinto-me uma privilegiada pelas relações sociais que consegui desenvolver e manter com quem estive ao meu redor durante este ano.

3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

3.1 Entendimento do estágio profissional

Segundo Castro & Salva (2012), “Os estágios se caracterizam como etapa obrigatória na formação de todo o professor, sendo elementos desafiadores da prática pedagógica e das concepções dos futuros educadores durante a formação inicial”. O EP assinala a minha entrada no mundo docente e corresponde à última etapa da formação inicial enquanto professora.

A realização da prática de ensino estabelece uma ligação entre a teoria e a prática como efetivação do processo de EA (Castro & Salva, 2012). A meu ver, o EP foi o culminar de um ano de inúmeras aprendizagens. No primeiro ano de mestrado, tive a oportunidade de lecionar, diversas modalidades incorporadas nas unidades curriculares de Didáticas Específicas, aos meus colegas de turma. Para além disso, tive a experiência de professorar quatro modalidades em duas escolas distintas, Areosa e Paranhos, a uma turma de 5º e outra do 6º ano de escolaridade.

Destas duas experiências consegui retirar várias conclusões que me serviram como guia durante o EP, nomeadamente o facto de ser bastante mais fácil dar aulas a indivíduos com muitas habilidades motoras, mas é muito mais enriquecedor, enquanto professora, ensinar os mais novos e notar uma evolução constante aulas após aula.

As aulas com os meus colegas de turma ajudaram-me a ter as primeiras concepções do que é “ser professor”, mas foi com os mais pequenos, que me apercebi que o professor, para além de ensinar, é um grande exemplo para os alunos. A única diferença destas aulas para a realidade escolar, era o facto de sermos 4 professores a lecionar uma única turma, ou seja, cada um de nós ficava sempre com um grupo pequeno de alunos, o que facilitava uma melhor desconstrução das aprendizagens, visto que o ensino é mais particular, especializado, focado e direto.

Embora enriquecedor, este caso é muito diferente da realidade escolar, uma vez que para uma turma só há um professor a lecionar. Consequentemente, o EP foi o primeiro contato com a realidade, com o meio, os meus alunos e com todas as adversidades/êxitos encontrados, onde estive sozinha, mas sempre supervisionada.

Pimenta (1997, p.149) refere-se ao estágio “como uma atividade que traz os elementos da prática para serem objecto de reflexão, de discussão, e que propicia um conhecimento da realidade na qual vão atuar”. Assim, através das referências prévias sobre o que é ser professor, o contexto e os conteúdos, consegui, ao longo do ano, refletir e começar a construir, através das vivências, a minha identidade enquanto professora.

Em suma, considero que este ano foi o culminar de vários sentimentos, desde a euforia até ao desânimo. Foi o ultrapassar de várias barreiras, foi saber errar, refletir, repensar e avançar. Foi dar a mão à palmatória mesmo quando pensava que estava certa, foi ouvir e aprender com os professores mais velhos que tanto me ensinaram. Foi uma verdadeira aprendizagem!

3.2 A escola como instituição

“A Educação promove o desenvolvimento do espírito democrático e pluralista, respeitador dos outros e das suas ideias, aberto ao diálogo e à livre troca de opiniões, formando cidadãos capazes de julgarem com espírito crítico, o meio em que se integram e de se empenharem na sua transformação progressiva” (n.º 5 do Art.º 2.º da Lei de Bases do Sistema Educativo). A ESJGZ, de entre inúmeros princípios e valores, considera imprescindíveis a Excelência, Inovação, Dinamismo e Inclusão – *Princípio e valor da Zarco*.

3.3 Escola Secundária João Gonçalves Zarco

A Escola Secundária João Gonçalves Zarco, como já referi anteriormente, não foi a minha primeira opção, mas tornou-se rapidamente na minha segunda casa. Esta foi criada, em 1955, mas nem sempre se designou por este nome. Funcionou em diferentes espaços da cidade de Matosinhos até se instalar, definitivamente, no atual edifício, na Avenida Villagarcia de Arosa, em 1969. Contudo, só em 1995 é que lhe foi atribuído, pela autarquia, o nome de Escola Secundária João Gonçalves Zarco (ESJGZ). Em 2009, foi concluída a sua requalificação, no âmbito do projeto de intervenção da empresa Parque Escolar. Esta intervenção melhorou significativamente as condições físicas, os equipamentos e, conseqüentemente, aumentou o nível de satisfação da comunidade escolar.

A sua missão passa por prestar à comunidade um serviço público de qualidade, proporcionando aos estudantes a aquisição e certificação de competências científicas, técnicas e comportamentais que lhes permitam assumir, com sucesso, um papel social e profissionalmente ativo. Atualmente, a ESJGZ possui uma vasta oferta formativa, nomeadamente, Básico e Secundário (ensino diurno) e Educação/formação de Adultos (Horário Pós-Laboral). No Ensino Básico possui 3º ciclo (7º, 8º e 9º anos) e ainda cursos vocacionais: Desporto e Artes do Espetáculo (2º ano) e Turismo/Hotelaria (1º ano).

No que concerne ao ensino Secundário, esta escola oferece três cursos Científico – Humanísticos, nomeadamente, Ciências e Tecnologias, Ciências Socioeconómicas e Línguas e Humanidades. Aliado a estes oferece ainda cursos profissionais de Técnico de Desporto (1º ano), Técnico de Apoio à Gestão Desportiva (1º e 2º anos), Técnico de Restauração - Restaurante Bar (1º, 2º, 3º anos), Técnico de Gestão de Equipamentos Informáticos (1º, 2º, 3º anos), Técnico Auxiliar Protésico (3º ano) e Técnico de Comércio (1º ano). Ainda neste ciclo possui um curso vocacional de Técnico de Aquicultura (2º ano). Por fim, em horário pós-laboral apresenta cursos EFA e cursos científico-humanísticos em modalidade de ensino recorrente.

Esta escola, em 2007, efetivou o seu Contrato de Autonomia com o Ministério da Educação, e conseqüentemente, para além da oferta formativa referida anteriormente, os alunos ainda podem usufruir de vários projetos, tais como, pós-zarco, projeto exame+ e ZarCompensa. Não tive contacto direto com esta turma, mas pela minha mudança de opinião depois de entrar na escola, quero focar-me no Projeto pós-Zarco. Este projeto prende-se com uma preparação mais sólida dos alunos para o ensino superior, através do aumento dos tempos letivos das disciplinas de exame e com o acréscimo de um curso de espanhol.

Isto porque, a ESJGZ tem uma parceria com a Faculdade de Santiago, quer através de intercâmbio, quer na entrada dos alunos para o ensino superior, na sua maioria para o curso de medicina. Assim, no início de cada ano letivo é formada uma turma especificamente para este fim, através da candidatura dos próprios alunos, e não através da escolha dos melhores alunos por parte da escola.

Este tema sempre gerou bastante polémica, porque afinal, a escola não tem que ser inclusiva? Não tem que tratar todos os alunos por igual? Ao longo dos anos fui formando a opinião que os alunos tinham que ser tratados de forma sistemática e igualitária, que não se deveria separar os alunos por níveis, mas enquadrá-los numa turma, sendo que o professor, dependendo da turma que tinha em mãos, é que teria que implementar adequações curriculares como resposta às diferenças e particularidades de cada aluno.

Todavia, depois da entrada no meio, percebi que criar uma turma que tenha objetivos comuns, dá-lhes uma bagagem enorme e necessária para as contrariedades da vida académica. No final dos 3 anos de ensino secundário, os alunos saem com uma gestão integrada do currículo e com hábitos e métodos de estudo, componentes necessárias no percurso universitário. Ao contrário do que eu pensava, a turma está toda motivada para o mesmo fim e nota-se que são competitivos (mas é uma competição saudável) que se entreeajam e que tentam retirar o máximo de proveito das capacidades de

cada um, formando um todo equilibrado. Em suma, considero que a ESJGZ é “Uma escola de oportunidades”.

Finalizo este tema com uma frase referida pelo diretor da escola “A contratualização assumida representava não só, a possibilidade de se libertar de alguns constrangimentos decorrentes da organização do sistema educativo, mas também, o desenvolvimento de responsabilidades educativas e sociais próprias, assumindo compromissos e metas identificados com as necessidades e projetos educativos dos seus alunos – melhoria de resultados escolares e diminuição das taxas de abandono.”

Esta escola conta com a presença de 3178 alunos, divididos em 65 turmas, com a ajuda de 159 professores e ainda 8 estagiários, sendo 3 de EF, 3 de História e por fim, 2 de Geografia.

A área de abrangência é bastante extensível, visto acolher não só os alunos do concelho de Matosinhos, como também alunos oriundos dos concelhos circundantes (Porto e Leça da Palmeira) uma vez que escolhem a escola pelas suas características diferenciadoras das demais.

Os alunos, o pessoal docente e não docente desta escola disfrutam de uma estrutura com ótimas condições, dispondo de uma biblioteca, uma sala de estudo, uma sala de professores, um gabinete para cada departamento, laboratórios, um museu, um refeitório, um bar, uma secretaria, uma papelaria, dois auditórios, várias salas preparadas com instalações próprias para os cursos profissionais, uma sala para os diretores de turma (DT), três gabinetes para atendimento individual aos encarregados de educação, dois espaços destinados ao convívio dos alunos, um elevador, três pisos de salas de aulas, várias casas de banho em todos os pisos, bem como acessos por toda a escola, destinados a pessoas com deficiência.

Destinado à prática desportiva, a escola oferece 6 espaços, entre eles: um pavilhão gimnodesportivo (no 3º período deixamos de contar com este espaço, visto não reunir todas as condições de segurança necessárias, tendo

sido alvo de um processo de reabilitação) que é dividido em três espaços (denominados P1, P2 e P3), com bancada lateral, 2 balizas, 6 tabelas de basquetebol e com possibilidade de montar 3 redes de voleibol/badminton; uma sala de dança (D) com espelhos; um ginásio (G) com dimensões de um campo de voleibol, uma bancada removível, 2 cestos de corfebol e um palco; um campo exterior coberto (que é dividido em dois, denominados, E1 e E2) com duas balizas e 4 tabelas de basquetebol; e por último um campo pequeno exterior (E3) com duas tabelas de basquetebol.

Em termos de material desportivo, a escola satisfaz-se com bom material, em qualidade e quantidade, para a lecionação das diferentes modalidades que inteiram o currículo da disciplina. De valorizar que a escola comprava constantemente material, de modo a renovar o material danificado e a acrescentar novo ao material já existente. De frisar ainda que o coordenador do Departamento de EF se mostrou sempre disponível em contribuir com o material que nós entendêssemos necessário para a lecionação das nossas aulas e, chegou a comprar bolas de rugby (para eu proceder à lecionação de TAGRugby) e discos (para a lecionação de frisby).

Por último, é de salientar que a escola possui material para a lecionação de Treino Funcional, como TRX, barras, kettlebell, escadas pliométricas, etc., circunstância que nunca encontrei em nenhuma escola que frequentei. Em suma, esta escola oferece todas as condições necessárias para uma lecionação com eficácia e eficiência da disciplina de EF.

A ocupação dos espaços ao longo do ano foi estabelecida através de um *roulement*, dividido em períodos, para que cada professor conseguisse planear as suas aulas e as modalidades a abordar em função do espaço que lhe é atribuído.

Considerando as instalações existentes para o número de alunos presentes, concluo que a escola apresenta notáveis recursos humanos e físicos, que possibilitam aos alunos atingir o sucesso.

3.3.1 Recursos Materiais

No desenrolar do ponto anterior, fiz referência aos recursos materiais existentes na escola, mostrando o meu agrado pelas condições na generalidade. Contudo na prática, quando as condições climatéricas não ajudavam, a prática desportiva tornava-se complicada, sendo, por vezes, um entrave. Quando nos deparávamos com este constrangimento, ficávamos sem o espaço E3 e por vezes, quando a chuva era muito intensa, também não tínhamos condições para dar aulas no E1 e E2, que apesar de ser um campo coberto, as laterais eram descobertas.

Quando isso acontecia, os professores que estavam nesses locais, arranjavam estratégias para prosseguir a aula, dando aula teórica ou aula no corredor, pois o pavilhão, como já referi anteriormente, encontrava-se em péssimas condições e 1/3 do espaço ficava inutilizável, visto que chovia lá dentro. Confesso que a primeira vez que vi um professor a dar uma aula de dança no corredor fiquei “chocada”, visto que se tratava de um curso profissional e tinham que dar por terminado o módulo.

Fui para casa a refletir sobre esse assunto e, ainda não conclui como é que a câmara, visto que o pavilhão é municipal, deixa umas instalações chegarem àquelas condições degradáveis. Será que o presidente não pensa na segurança das crianças? Dos jovens que ao final da tarde realizam lá os seus treinos de basquetebol e futebol?

Em 2007, quando era atleta federada pelo GDBL, apesar de treinar na Escola Secundária da Boa Nova, os nossos jogos, infelizmente, eram realizados na ESJGZ. Já nessa altura, e estamos a falar de há 10 anos atrás, o pavilhão encontrava-se em péssimas condições, os chuveiros funcionais eram quase inexistentes e os balneários eram tão pequenos que as palestras tinham que ser realizadas em campo. Conclusão, quando os peritos perceberam que não dava mais para adiar as obras, em meados de Maio ficamos sem o pavilhão, o que dificultou bastante a nossa divisão pelos espaços.

Felizmente, os professores davam sempre prioridade aos estagiários e a muito custo, entre todos, conseguimos sempre arranjar soluções viáveis para que os alunos não saíssem prejudicados. Outro problema de partilhar o pavilhão com tantas turmas, sem divisórias a separar os campos, é o barulho que se faz sentir no mesmo.

“Em relação à colocação de voz, tive algumas vezes dificuldade em me fazer ouvir por todos os alunos, visto que estavam 3 turmas no pavilhão, acrescentando a isso ainda o barulho da chuva, o que, tudo somado, dificultava bastante a comunicação. Para resolver este problema, tentei elevar a voz e insisti na demonstração para clarificar ao máximo o que pretendia.”

Voleibol. Reflexão da aula 11 e 12. 13 Outubro de 2016.

Em relação ao horário letivo e, como nem tudo pode ser bom, tanto a aula de 100 minutos (que tinha lugar à quinta-feira no primeiro tempo da manhã) como a aula de 50 minutos à terça-feira ao último tempo da tarde, havia mais quatro turmas a ter EF, o máximo de turmas que podiam ter aula ao mesmo tempo. Neste aspeto não tive grande flexibilidade de ocupação de espaços livres, pois estavam sempre todos os espaços ocupados.

Em relação ao material existente para a prática desportiva e apesar da escola se encontrar bastante equipada, como já detalhei no ponto anterior, tinha que ter sempre em atenção quando outro professor lecionava a mesma modalidade, para partilharmos o material de forma justa e para que ninguém saísse prejudicado no seu planeamento.

Quando planeava um exercício que dependesse de muito material, por exemplo, uma bola por aluno, delineava um exercício de recurso, para o caso de não ser possível realizar o anterior. Foi-nos também sugerido que só utilizássemos, caso fosse possível, o material novo dentro dos ginásios e do pavilhão, para assim, conservarmos o material novo durante mais tempo. Assim sendo, no exterior, os professores utilizavam o material que por mais mãos tinha passado.

Relativamente à localização e arrumação do material, a ESJGZ dispõe de duas arrecadações para abrigo do mesmo. O material utilizado frequentemente encontra-se na sala dos professores de EF, junto aos balneários dos alunos, enquanto, o material para a prática de ginástica e Treino Funcional encontra-se no ginásio. Importa salientar que o material com maior valor, como por exemplo, os TRX, encontra-se guardado em cacifos, sendo que só os dois funcionários responsáveis pela zona de EF é que tinham a chave de acesso aos mesmos.

Em relação ao Desporto Escolar (DE), a escola tem uma oferta bastante reduzida, tendo como única possibilidade o badminton (misto), duas vezes por semana, no qual participam um número de alunos ínfimo.

Relativamente aos transportes, a escola é cercada com bons acessos, quer pela escola se encontrar próxima da saída da autoestrada/VCI, quer pelo serviço assegurado pela Sociedade de Transportes Coletivos do Porto (STCP), pela Resende e ainda pela linha azul do Metro do Porto, que faz ligação entre o Senhor de Matosinhos e o Estádio do Dragão.

3.4 Os alunos: o alicerce do processo de E/A

O aluno, alicerce de todo o processo de E/A, tem que ser considerado um ser individual, único, com um leque de motivações e experiências singulares, que desconstruídas e vinculadas com as peculiaridades dos colegas, formam o epicentro do processo educativo, ponto primário do estudo do professor. Este, por sua vez, tem uma contribuição ativa na evolução e no crescimento dos alunos, não só como estudantes, mas como pessoas.

De acordo com Aquino (1996), a relação professor-aluno é muito importante, a ponto de estabelecer posicionamentos pessoais em relação à metodologia, à avaliação e aos conteúdos. Se a relação entre ambos for positiva, a probabilidade de um maior aprendizado aumenta. A força da relação professor-aluno é significativa e acaba produzindo resultados variados nos indivíduos.

Ao longo do ano, a minha principal preocupação foi conhecer o melhor possível os meus alunos, os seus interesses e as suas motivações. Para isso, no início do ano, em núcleo de estágio realizamos uma ficha de caracterização do aluno, com o objetivo de recolher informações necessárias para o desenvolvimento do nosso processo enquanto EE. Estas informações serviram apenas para retirar informações úteis para o planeamento e lecionação das aulas, como por exemplo, se eram federados em algum desporto. Apesar de todas estas informações, o verdadeiro conhecimento aconteceu com o decorrer das aulas e principalmente, nas visitas de estudo.

3.4.1 10ºano: Ansiedade/Receio

É do conhecimento geral que os alunos estão no centro do processo educativo do professor, visto que são eles que dão um verdadeiro significado às tarefas e que é por eles e para eles, que o professor foca da sua atuação.

Na primeira reunião de núcleo de estágio, a PC mostrou-nos o seu horário e deixou-nos decidir entre os três, qual o horário e, conseqüentemente, a turma, que cada um de nós queria lecionar. Assim, a turma que me foi atribuída foi um 10º ano.

O 10º ano era a turma mais pequena das três, contando apenas com 22 alunos. Esta turma tinha, a particularidade, de ser constituída maioritariamente por rapazes (17) e apenas 5 raparigas, com idades compreendidas entre os 14 e os 16. O número reduzido de raparigas foi o meu maior receio, porque os géneros maioritariamente preferem competir entre si e como era especulado por mim, as raparigas ia demonstrar um desinteresse maior que os rapazes pela disciplina de EF, agravando o facto da mesma já não contar para a média no final do ano. O meu maior objetivo durante o ano foi encontrar estratégias para incorporar as raparigas em todas as atividades sem criar desinteresse, porque “os rapazes não me passam a bola”.

De uma turma de atletas, em que a maioria dos alunos praticava desporto, só podia esperar empenho, entusiasmo e autonomia. Em todas as

aulas mostravam um interesse inigualável, aceitando todos os desafios e mostrando uma união e uma interajuda acima da média. Posso afirmar que com eles aprendi o verdadeiro significado de interajuda, porque apesar das diversas dificuldades motoras que alguns alunos apresentavam em certas modalidades, em equipa arranjavam estratégias para encontrar a melhor organização em campo e todos juntos chegarem à vitória, festejando cada uma como se de uma final do mundial se tratasse.

Recordo-me que quando algum aluno se esquecia do equipamento, esgotava todos os meios, desde funcionários, colegas, colegas de turma, professores, até conseguir encontrar alguma espécie de equipamento adequado à prática desportiva, chegando ao ponto de uma aluna me pedir para trocar de sapatilhas com ela, visto que as dela lhe estavam muito apertadas e assim não conseguiria fazer a aula.

Uma turma que me desafiava constantemente, que me motivava, mas que ao mesmo tempo não me deixava dormir com receio de não conseguir corresponder às expectativas. Uma turma com vários problemas disciplinares, que me tentava desafiar e pôr à prova em cada aula, mas que rapidamente perceberam que só eles é que tinham a perder com o seu comportamento. Uma turma que me fazia ser organizada e assertiva, mas que conseguia tirar o meu maior sorriso. Uma turma que estava sempre em contacto comigo, que me fazia parar no recreio, quer fosse para dizer um simples “bom dia” ou contar as aventuras do seu dia e o quão bem/mal lhes tinham corrido os testes. Uma turma que em todos os torneios inter-turmas se sentava ao meu lado, quando mais ninguém tinha essa atitude com outro professor.

Belotti e Faria (2010) “na atualidade é impossível falar em qualidade de ensino, sem falar da formação do professor, pois são questões que estão intimamente ligadas. Antigamente, terminada a graduação, os professores atuavam da mesma maneira até o resto da vida. Não existia reciclagem, a maneira de lecionar era uma só. Passavam-se os conteúdos, o conhecimento que eles tinham adquirido e pronto. Não havia questionamentos por parte dos educandos e nem mesmo uma relação de amizade entre eles. O professor era

o poder. O aluno apenas obedecia. Hoje a realidade é diferente, a formação do professor é permanente, e é integrada no seu dia-a-dia nas escolas”.

Em suma, esta experiência é a prova que a relação professor-aluno pode-se estender muito mais do que a um contexto de sala de aula, desde que os alunos saibam distinguir o espaço dentro/fora de aula. Considero que deixei uma marca em cada um dos meus alunos, missão pessoal que tinha estipulado e que foi concluída com sucesso.

3.4.2 5ºano: Os meus pequenos grandes terroristas

A turma do 5º ano era uma turma constituída por 20 pestinhas que davam tanto trabalho como se do dobro se tratassem. Alunos amorosos, frenéticos, com uma energia contagiante, muito faladores, indisciplinados mas com uma bagagem que não é suposto uma criança tão pequena carregar. De tantos problemas familiares que possuíam, a escola era o menor dos problemas.

No primeiro dia de aulas, foi-nos sugerido pelo professor titular da turma que fôssemos sempre dois EE a lecionar cada aula, porque o controlo da turma era uma missão quase impossível, digo quase, porque nós ao longo do tempo fomos superando os obstáculos com sucesso.

Confesso que quando me apresentaram o cenário da turma fiquei um bocado receosa, não sabia se estaria preparada para lidar com uma turma tão problemática, mas depois de conhecer os meus “pestinhas de metro e meio”, só pensava que tinha que deixar uma marca em cada um deles e mostrar-lhes o quanto se poderiam divertir numa aula.

Esta turma obrigou-nos a pensar numa planificação diferente, com muitos jogos lúdicos, em que mais importante que aprender, era os alunos divertirem-se e quererem fazer a aula. No início da aula optávamos por uma postura muito rígida, sempre acompanhada pelo apito e depois, dividíamos a turma em 2, para ser mais fácil a instrução do professor e a interiorização do

aluno. Considero que a palavra-chave da minha atuação nesta turma foi “paciência”, visto que os alunos tinham muitos desentendimentos entre si e muitas vezes se recusavam a jogar com certo colega.

“Hoje sinto-me verdadeiramente professora. Pela primeira vez ao longo do ano, consegui com que uma aluna fizesse a aula de EF. Percebi que o problema dela não era não gostar da disciplina, mas não ter quem a encorajasse e quem a desafiasse, quem lhe mostrasse que se ela quisesse conseguia. E foi tão fácil como dizer “E se eu correr contigo, tu corres comigo?”. A partir desse dia, esta aluna só participava nas aulas se fosse eu a lecionar e não há nada mais gratificante do que ver que consegui “ganhar” uma aluna”.

Atletismo. Reflexão da aula 49,50. 7 Outubro de 2017

Concluo que esta experiência foi muito gratificante e enriquecedora, considero que consegui mudar mentalidades, agarrar nos alunos mais problemáticos e mostrar-lhes que há sempre um caminho, algo que gostemos de fazer e que só temos que o encontrar. Consegui atuar em vários contextos e situações imprevisíveis, superando os meus anseios iniciais. Percebi que mais importante que pôr os conceitos em prática, é realizar uma ótima planificação, pois é meio caminho andado para o sucesso e que não há nada mais gratificante do que ser recebida todas as aulas com os melhores e mais duradouros abraços.

3.5 Núcleo de estágio

O NE da escola ESJGZ era constituído por três elementos, todos provenientes de modalidades diferenciadas (basquetebol, voleibol, futsal), mas com uma característica comum, todas modalidades colectivas. Tal facto, tornava-nos num núcleo muito forte nas modalidades colectivas, mas com algumas lacunas no que diz respeito aos desportos individuais.

Por coincidência tive a sorte de ter como colega de estágio uma das pessoas que já me acompanhava desde o 1º ano de licenciatura e com quem

eu costumava realizar os trabalhos de grupos, pelo que já sabia que poderia contar com muita interajuda e companheirismo. Em relação ao segundo elemento, já nos tínhamos cruzado nas aulas teóricas da faculdade, mas nunca tínhamos tido oportunidade de trabalhar juntas. Núcleo jovem, com muita vontade de aprender, de superar os desafios e as adversidades que nos esperavam, mas com um enorme obstáculo, personalidades demasiado distintas.

No início, e como é habitual, traçamos muitos objetivos comuns, trabalhávamos bem em equipa, porém ao longo do ano fomos descobrindo que as ideias não se encaixavam e o trabalho conjunto pedido pela PC era muitas vezes esquecido ou feito individualmente, porque fomos percebendo que os três juntos não conseguíamos trabalhar. Para colmatar este problema, íamos dividindo as tarefas em 3 partes e cada uma ficava com a sua. No final juntávamos tudo e confiávamos que o outro tivesse dado o melhor de si.

Nóvoa (2009) refere que os novos modos de profissionalidade docente implicam um reforço das dimensões coletivas e colaborativas, para que o trabalho desenvolvido na escola se funda, cada vez mais, nas comunidades de prática. Ressalvo a importância do trabalho em conjunto e reconheço que esta foi a nossa maior falha enquanto EE.

Apesar de todos os defeitos, este núcleo ajudou-me a crescer, não só como professora mas como pessoa, pois foram eles que estiveram comigo nos meus melhores e nos piores momentos. Percebi que ao longo da nossa vida vamos encontrar sempre colegas de trabalho com quem não nos identificamos, mas que temos que pensar que o essencial é o bem da “equipa” e que se fizermos um esforço para nos unir, tudo decorrerá mais fluentemente e não passará de uma aprendizagem.

3.6 Professora Cooperante

Segundo Rodrigues (2013, p.95), é ao PC que “competete criar as condições para que se efetive a apropriação do conhecimento e de desenvolvimento de competências para a vida por parte dos alunos”.

A PC foi a pessoa que me acompanhou, orientou e supervisionou durante todo o ano, dando-me autonomia e liberdade para apostar nas minhas ideias e aprender nas situações reais. Pessoa calma e frontal, sempre com uma palavra a dizer, uma reflexão a fazer. Considero que a PC tornou-me numa pessoa reflexiva, visto que no final de cada aula interrogava-me sobre cada exercício e sobre a aula em geral, dando-me incentivo e segurança para a aula seguinte. Uma líder que fez de tudo para nos proporcionar as melhores condições de trabalho, desde o espaço ao material, enquadrando-nos da melhor maneira possível na CE.

“Cheguei à escola e o pavilhão tinha fechado para obras, faltavam 15 minutos para a minha aula iniciar e eu estava em pânico, chovia, os espaços cobertos estavam todos ocupados pelos outros professores e eu não tinha nenhuma alternativa programada. À medida que os professores foram chegando ao gabinete de EF, todos se ofereceram para me cederem o lugar deles. Considero que não poderia ter melhores “mestres”.”

Badminton. Reflexão da aula 84, 85. 18 Maio de 2017.

4. REALIZAÇÃO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

4.1 Área 1: Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

A concepção, o planeamento, a realização e a avaliação, são as quatro fases fundamentais que contemplam a área da organização e gestão do ensino e da aprendizagem, em que, segundo Bento (2003, p.13) “a organização planificada e coordenada das atividades humanas, a direcção pedagógica de pessoas e grupos de pessoas são uma condição imprescindível do desenvolvimento racional de personalidades.” Assim sendo, estas quatro dimensões encontram-se intimamente interligadas e influenciam-se mutuamente.

4.1.1 Concepção

Quando chegamos à escola e iniciamos o nosso processo enquanto EE, é do nosso interesse conhecer toda a estrutura que sustenta a escola e, em NE, analisar todos os tipos de documentação e refletir sobre ele, com o objetivo de extrair o máximo de informação útil e necessária para que o nosso trabalho seja o mais eficiente possível.

Assim, na primeira semana de estágio, começamos por analisar a estrutura da escola, ou seja, os órgãos existentes e as pessoas responsáveis por cada um deles, de modo a que, quando precisássemos de algo, sabermos a quem nos devíamos dirigir. Em seguida, conhecemos o contexto onde a prática de E/A ia decorrer e, para isso, analisamos a turma que iríamos lecionar. Deste modo, na aula de apresentação fornecemos umas fichas individuais aos alunos, realizadas pelo NE, para retirarmos todas as informações que achássemos úteis de modo a conduzir da melhor forma o processo de E/A.

De acordo com Graça (2001, p.110), “as concepções que os professores possuem acerca dos conteúdos de ensino e acerca dos alunos com quem trabalham refletem-se no modo como pensam e desenvolvem as suas práticas

de ensino.” Na primeira reunião de NE, a PC forneceu-nos todos os documentos necessários, como o Plano Anual de Atividades (PAA), a Planificação de EF, o regulamento interno da escola (RI) e o Programa Nacional de Educação Física (PNEF).

Foi-nos pedido que analisássemos cada um dele pormenorizadamente e que questionássemos, se fosse necessário. Como já sabíamos o ano de escolaridade que nos ia ser atribuído e, com a curiosidade de saber as modalidades que nos esperavam, analisamos primeiramente o PNEF e os critérios de avaliação. A análise deste documento serviu para retirarmos algumas noções dos conteúdos que iríamos lecionar e proceder às adaptações necessárias à nossa turma, uma vez que a maioria das vezes, estes não se encontravam adequados ao nível de ensino dos alunos.

Na globalidade, os objetivos encontravam-se acima do nível de conhecimento anterior dos alunos e também das condições que a escola deveria possuir para a sua realização. Jacinto et al. (2001) afirma que os programas devem ser encarados como um guião para a ação do professor e não devem substituir a capacidade de decisão pedagógica, estimulando à seleção e organização dos conteúdos de ensino e dos processos formativos, assim como à formulação de objetivos adequados ao contexto, de modo a que se ajustem os níveis de exigência à turma em questão.

Desta forma, competiu-nos a nós, EE, executar o PNEF da melhor forma, atendendo às características do seu contexto e colocando o aluno como plano central de toda a ação. De salientar que a planificação anual da escola possuiu um grau de extrema importância na preparação de todas as aulas.

Durante o ano letivo, abordei sete modalidades, sendo elas o voleibol, o atletismo, o andebol, o futsal, a ginástica, o TAG Rugby e o badminton, cada UD com a duração de aproximadamente 12 aulas. Com um período de tempo tão reduzido, verifiquei algumas incoerências entre os objetivos descritos no PNEF, as condições da escola e as características dos alunos, levando a que tivesse que fazer alguns ajustes necessários ao contexto. Apenas nas

modalidades de ginástica, atletismo e badminton é que consegui cumprir o programa.

No que diz respeito ao voleibol, no 10º ano, o PNEF faz alusão à situação de jogo reduzido de 4x4, 3x3, 2x2, com abordagem às situações táticas de sistema de recepção em manchete (envio para o passador), finalização com passe colocado, amorti ou remate, proteção ao ataque/bloco, execução do bloco individual, posição defensiva básica e diferenciação de papéis, tendo em conta as imposições técnicas do passe de frente em apoio, manchete, serviço por cima, remate, bloco e deslocamentos. Com uma UD de 11 aulas, optei por não abordar todos os conceitos referentes à técnica e tática onde estivesse presente o bloco e o jogo 4x4, uma vez que os alunos não teriam tempo suficiente para aprender e consolidar um número tão elevado de conceitos.

No andebol é sugerido que sejam lecionadas as situações de jogo reduzido (3x2) + GR, (GR+3) x (GR+3), (GR+4) x (GR+4) e jogo formal (GR+6) x (GR+6), o que se tornou impossível cumprir em 16 aulas, visto que o nível dos alunos não permitiu ultrapassar a situação de jogo (GR+4) x (GR+4). No que diz respeito à técnica, os alunos conseguiram facilmente assimilar todos os conceitos, tais como o passe e recepção em deslocamento, o drible, a finta, o desarme, o remate em apoio e em suspensão, entre outros. Pelo contrário, no que concerne à tática, decidi não abordar o bloqueio e a troca de posto específico, pela dificuldade elevada e, assim, dar mais ênfase a conceitos como a ocupação racional do espaço, a criação de linhas de passe, a desmarcação de apoio e rotura, a ajuda defensiva, etc.

Em relação à modalidade de futsal, o PNEF faz referência à situação de jogo formal 5x5, passando anteriormente por situações de jogo reduzido. Em relação às referências técnicas, abordei o passe, a recepção, a condução de bola, a finta e o remate, deixando de fora a simulação. Por outro lado, no que se refere à tática, trabalhei a ocupação racional do espaço, a desmarcação de rotura/apoio, a marcação individual, a contenção, a cobertura ofensiva e defensiva, optando por não abordar a troca de postos específicos, a marcação

zonal e mista, o bloqueio e a rotação, objetivos que depois de realizar a avaliação diagnóstica percebi que em 11 aulas os alunos não iriam conseguir assimilar.

Por último, relativamente ao TAG Rugby, modalidade optativa, escolhida por mim em conjunto com os meus alunos, apenas não consegui abordar o jogo 5x5 e o apoio (4x1) + 1 + 1, visto serem conteúdos que implicam um domínio intermédio da modalidade e como era a primeira abordagem dos alunos à UD, em 12 aulas não conseguiram atingir esse patamar. No entanto, os conceitos associados ao avanço no terreno, ao apoio, à continuidade e à defesa, foram todos abordados com êxito.

Além da adaptação necessária das matérias para que houvesse uma linha de progressão e aprendizagem coerente e racional, destaco como aspeto positivo o facto de o PNEF fazer inúmeras referências à exercitação das habilidades em situação de jogo, visto que este traz inúmeras situações que levam os alunos a tomar decisões, a perceber o que está a acontecer à sua volta, o que não acontece muitas vezes em situações analíticas. Porém, nem sempre se verifica uma coerência e fluência no jogo, normalmente porque as habilidades técnicas são muito primitivas, o que obriga a que as situações de jogo sejam reduzidas e facilitadoras para que os alunos atinjam o sucesso.

Em suma, considero que as aulas que temos não são suficientes para consolidar as matérias e que resultaria melhor, se tivéssemos uma aprendizagem mais pormenorizada, ou seja, as UD fossem em menos quantidade e mais longas em durabilidade.

4.1.2 Planeamento

O planeamento do ano letivo, teve início nas duas primeiras semanas de Setembro, data em que se prepara um novo início de aulas. O planeamento torna-se um aspeto indispensável, visto que é um requisito para o bom funcionamento das aulas e das atividades programadas e, assim, influenciá-las de forma positiva ou negativa.

Bento (2003, p.15) define o planeamento como “uma reflexão pormenorizada acerca da direção do controlo do processo de ensino numa determinada disciplina”. Segundo o mesmo autor, a planificação transporta um aumento de qualidade no processo de EA, uma vez que o professor é confrontado diariamente, com diversos problemas que tem que analisar e refletir.

Assim, a resolução de imprevistos na prática depende da antecipação da realidade que nós preparamos e planeamos, ou seja, quanto mais planearmos as matérias, mais facilmente vamos conseguir resolver os problemas que nos surgirem na prática.

Bento (2003, p.59) subdivide o planeamento em três níveis: i) o plano anual; ii) a unidade didática; e iii) plano de aula, sendo todos “elaborados, inter-relacionados e entendidos como estações ou etapas intermédias e necessárias na vida do aumento da qualidade de conceção e de melhoria da realização do ensino”.

i) Plano Anual

O plano anual consiste no primeiro e consequente, maior nível de planeamento, onde é preciso organizar, de modo global, o percurso letivo, enunciando as modalidades que pretendemos ensinar, a sua frequência, duração e os conteúdos a lecionar, podendo ser alvo de alterações no decorrer da PP.

Na planificação do plano anual tive em consideração três documentos importantes: o documento fornecido pela PC, intitulado de “PD Aprendizagens 2016-1017”, onde estavam discriminadas as modalidades a lecionar; o PAA para esclarecer se tinha aulas “perdidas” devido à realização de atividades curriculares agendadas e o roulement das instalações desportivas para ajustar as matérias de ensino aos espaços destinados. Assim, atendendo a estes três documentos, ficou ao meu critério, elaborar o plano anual para a minha turma, conforme as minhas preferências.

A PA para o 10º ano elaborada pelo grupo de EF considerava sete modalidades, sendo elas: o voleibol, o atletismo, o andebol, a ginástica, o futsal, o TAG Rugby e o badminton. No primeiro período, lecionei 11 tempos de voleibol e 17 tempos de andebol, complementado com atletismo (velocidade), com vista a preparar os alunos para o corta-mato escolar. No segundo período, foram dedicados 12 tempos de aula à modalidade de ginástica, 14 tempos a futsal e 12 tempos para uma modalidade alternativa, neste caso, TAG Rugby. Por fim, no terceiro período, foram instruídos 9 tempos para a lecionação do atletismo e mais 9 tempos para a lecionação de badminton.

Reflico que o número de aulas estipuladas para algumas modalidades, se expressou de forma pouco significativa, visto que a evolução ficou aquém do esperado. Para além disso, concluo que o programa deveria ser reformulado, de forma a lecionarmos menos modalidades, em troca de uma especialização mais aprofundada.

ii) Unidade Didática

A UD refere-se à segunda etapa de planeamento, constituindo uma etapa fundamental para um ensino estruturado e devidamente justificado. Neste sentido, a UD corresponde a uma distribuição das matérias de ensino pelos diferentes dias (aulas) e que tem como principal função abordar várias problemáticas de uma modalidade, organizando os conteúdos de forma coerente, seguindo uma lógica coerente, para que o ensino seja o mais eficaz possível.

Segundo Bento (2003, p.76), “em torno da UD decorre a maior parte da atividade de planeamento e de docência do professor”. Desta forma, para as modalidades lecionadas durante o ano letivo, foram elaboradas sete unidades didáticas distintas, seguindo o modelo de estrutura do conhecimento (MEC) proposto por Vickers (1990). O MEC subdivide-se em três fases: a fase de análise (módulo 1 a 3), a fase de decisões (módulo 4 a 7) e a fase de aplicação (módulo 8).

Relativamente à fase da análise, no que diz respeito ao módulo 1, realizei a análise e caracterização da modalidade desportiva, tendo em conta os três domínios da EF (cognitivo, motor e psicossocial). No módulo 2, verifiquei quais as condições que a escola nos proporcionava a nível de recursos espaciais, materiais, humanos e temporais, resultando em informações de relevância extrema para a organização mais rigorosa e pormenorizada dos conteúdos a lecionar. No módulo 3, citei as características dos meus alunos, destacando informações importantes sobre os mesmos relativamente à modalidade em causa, nomeadamente a sua motivação para a prática da modalidade.

No que diz respeito à fase de decisões, no módulo 4, procedi à planificação da UD, bem como à justificação da mesma. Defini a extensão e sequência da matéria, atendendo aos quatro domínios da EF e desenvolvendo não só as habilidades dos alunos, como também os seus comportamentos e atitudes. No módulo 5, foram definidos os principais objetivos em cada UD, tendo em conta o nível de ensino em que os alunos se encontravam. No módulo 6, configurei a avaliação a aplicar, tendo em conta os três tipos existentes (diagnóstica, formativa e sumativa). Por fim, no módulo 7, elaborei as progressões pedagógicas a serem utilizadas, para que me pudessem auxiliar nos objetivos pretendidos.

Na última fase, a fase de aplicação (módulo 8), fomos para o exterior aplicar todo o conhecimento adquirido e organizado no presente documento, precedendo posteriormente à reflexão no final de cada aula.

Denota-se que, o planeamento de cada UD sucedeu sempre o momento de avaliação diagnóstica (AD) da modalidade em questão, visto que só desta forma a determinação do nível de ensino e dos conteúdos a ensinar, poderiam estar devidamente ajustados à turma.

A construção das UD's torna-se, em algumas modalidades, uma tarefa complicada, principalmente nas modalidades em que não tinha grande vivência, como foi o caso do futsal, do andebol e da ginástica. Vi-me então

obrigada a pesquisar e estudar arduamente, para que não cometesse erros que comprometessem a aprendizagem dos meus alunos. Com esta análise consegui organizar e estruturar os conteúdos de ensino de forma a aplicá-los de uma forma mais lógica e fundamentada, no contexto da aula.

De referir que, a UD apesar de ser uma planificação mais específica e pormenorizada, deve ser igualmente vista com um carácter flexível, onde não se devem negar alterações que vão de encontro às necessidades dos alunos.

“Inicialmente, e depois de fazer uma análise da avaliação diagnóstica dos meus alunos, idealizei não lecionar o conteúdo do “remate” nesta unidade didática. Porém e depois de assistir a uma evolução das habilidades técnicas inesperada pela maioria alunos, decidi incluir este conteúdo na UD mesmo não precedendo à sua consolidação.”

Voleibol. Reflexão da aula 10. 11 de Outubro de 2016

iii) Plano de aula

O plano de aula (PA) refere-se à terceira etapa de planeamento. É na aula que os alunos exercitam as suas habilidades de forma a atingirem os objetivos propostos pelo professor. Este deve ser planeado com o máximo rigor, de forma minuciosa, mas ao mesmo tempo tem que ser flexível, tendo em conta a matéria, os alunos e as condições de ensino. Este planeamento era realizado semanalmente, como me foi proposto pela PC, tendo em conta os objetivos definidos na UD da modalidade e no desenvolvimento do aluno.

O plano de aula foi elaborado em NE e posteriormente apresentado à PC, que deu o aval ao modelo proposto. Este documento continha no cabeçalho a designação da UD, o nome do professor estagiário, o nome da PC, o nome do OE, a turma, o número de alunos, o número da aula, o número da aula da UD, a data, a hora, a duração, o espaço, o material, a função didática e, por fim, os objetivos da aula, subdivididos em quatro grupos: os objetivos motores, cognitivos, psicossociais e condição física.

Para Bento (2003), a aula de EF deve ser estruturada de acordo com um “esquema tripartido” (p.152), subdividindo-se em três partes: parte preparatória, parte principal e parte final. No nosso PA a terminologia utilizada foi: parte inicial, parte fundamental e parte final, onde apareceriam as distintas situações de aprendizagem (esquema e descrição), tal como o objetivo específico de cada uma delas, com o respetivo tempo, material necessário e componentes críticas.

No que diz respeito à parte inicial, tentei fugir aos exercícios típicos de corrida e mobilidade articular e tentei realizar exercícios dinâmicos, com pequenos jogos, de preferência com transfer para o objetivo seguinte, em que os alunos se divertiam e assim, estariam também, mais predispostos para a parte fundamental da aula.

“Em relação à aula propriamente dita, iniciou-se com um exercício de ativação geral, pedido pelos alunos nas aulas anteriores e com o qual estes já estão familiarizados. Neste jogo, como é habitual, os alunos estiveram bastante aplicados, motivados e concentrados.”

Voleibol. Reflexão da aula 14, 15. 20 de Outubro de 2017

Segundo Bento (2003, p.158) “é na parte principal que o professor tem a tarefa de realizar os objetivos e de transmitir os conteúdos propriamente ditos da nossa disciplina.” Na parte fundamental da aula procurei escolher exercícios que cumprissem as funções didáticas estipuladas na UD, de forma progressiva e sequencial, para alcançar os objetivos traçados. Tentei criar exercícios dinâmicos, com o menor tempo de espera possível, para que os alunos estivessem sempre em movimento e motivados nas aulas.

A parte final da aula era dedicada essencialmente, a uma pequena reflexão sobre a aula, onde eu dava espaço aos alunos para fazerem pequenos comentários sobre a mesma. Indicava também o espaço da próxima aula e fazia uma pequena introdução sobre a mesma.

O plano de aula foi o instrumento que mais me acompanhou e auxiliou durante o estágio. Antes da realização de cada PA, refletia sobre o planejamento da aula anterior, para que os exercícios escolhidos coincidissem com os objetivos da aula e tivessem uma sequência lógica. Apesar de este ser um documento previamente planejado, era um documento moldável devido a diversos fatores como as condições materiais ou o desempenho dos alunos. Normalmente, elaborava um exercício extra, caso a aula sofresse alguma alteração, para na altura ser mais fácil e não entrar em “pânico”.

Inicialmente, deparei-me com imensas dificuldades na elaboração dos exercícios, porque queria sempre que a aula saísse perfeita e que os alunos se divertissem e se sentissem realizados. Como consequência demorava, por vezes, 2h a realizar um plano de aula de 50 minutos pois, parecia que podia sempre fazer melhor. Inicialmente programava muitos exercícios e, quando dava por mim, o exercício tinha começado há 5 minutos e já estava a acabar.

Contudo, mais tarde percebi, com a ajuda da PC, que não interessa ter muitos exercícios, porque assim os alunos nunca vão atingir o objetivo proposto porque não tiveram tempo para exercitar.

“(...) mal comecei a dar dinâmica ao jogo, já estava na hora de iniciar o próximo. Por este motivo, deixei os alunos realizarem o exercício durante mais tempo e “roubei” tempo ao jogo reduzido, que se seguia.”

Andebol. Reflexão da aula 22 e 23. 11 de Outubro de 2016

Quanto mais experiência tinha, mais eu aprimorava as minhas capacidades, o que me levou a encontrar um ritmo de ensino de acordo com as necessidades dos meus alunos e perceber que finalmente encontrara uma linha condutora, sem precisar de fazer grandes mudanças no meu PA.

“Saí desta aula bastante satisfeita. Penso que estava bem planeada, tinha muitos momentos de competição e os alunos estavam muito entusiasmados e empenhados. Daqui para a frente, tenho que pegar nesta aula como exemplo e

arranjar propostas de exercícios interessantes para que estes correspondam à proposta da aula com o rigor e entusiasmo demonstrados.”

Futsal. Reflexão da aula 67. 21 de Março de 2017

No fim de cada aula, em NE, fomos sempre incentivados a refletir sobre a aula lecionada. Primeiro, o EE que lecionou a aula refletia sobre o seu entendimento sobre a mesma, de seguida, a PC dava a palavra aos colegas de estágio e, por último, esta fazia um apanhado geral sobre a aula, dizendo os aspetos positivos e os aspetos a melhorar, ajudando-nos assim, num processo de reflexão contínuo.

Numa fase inicial, confesso que a minha maior dificuldade, prendia-se em largar o PA. Durante a aula confirmava-o vezes sem conta, com medo que me faltasse alguma coisa importante. À medida que me sentia mais à vontade com a docência comecei-me a focar no principal, os meus alunos e a sua aprendizagem. Senti que já lhes conseguia dar mais feedbacks e ajustar melhor algumas componentes durante a prática, visto que estava mais atenta aos pormenores da mesma.

Em suma, considero que o PA torna-se numa ferramenta fundamental para o professor estagiário, ajudando-o na construção de uma aula com um seguimento lógico, não descorando os objetivos programados.

4.1.3 Realização

Este capítulo é caracterizado pela concretização de todas as estratégias idealizadas ao longo do planeamento, e são apresentadas situações que aconteceram na prática e que completam a minha experiência enquanto EE. É aqui que vou expressar as minhas emoções, o meu modo de atuação, a minha motivação, as minhas preocupações e os meus pensamentos, relatando todo o meu percurso e o quanto ele contribuiu para o meu crescimento.

ij) A ansiedade, o nervosismo e as primeiras impressões

O maior anseio por parte de qualquer EE, é decididamente, conhecer a turma pela qual será responsável por lecionar durante o próximo ano letivo. Foi com muita ansiedade e também impaciência que antecipei o primeiro dia de aulas. Quando soube que iria lecionar uma turma de 10º ano, fiquei apreensiva, a diferença de idades correspondia a 8/9 anos entre professora e alunos, diferença bastante significativa, na idade em que os jovens se encontram.

Confesso que o meu maior receio, era que eles me vissem como uma deles e não me respeitassem, porque apesar da minha idade, tenho cara de menina. Quando chegou o dia de apresentação, sentia-me bastante nervosa, porque não sabia o que me esperava e ao mesmo tempo, ansiosa com a primeira impressão dos alunos sobre mim e eu deles.

Encontramo-nos na sala de dança, numa terça-feira às 16h15, eu com o discurso muito bem ensaiado e eles, com um ar de espanto e ao mesmo tempo de safadeza, logo a testarem até onde é que podiam ir. Lembro-me de me apresentar, de falar sobre as condições exigidas para a aula de EF, de explicar um jogo de apresentação e de dois ou três “rebeldes” me quererem interromper a cada palavra. Naquele momento percebi que ter uma turma maioritariamente de rapazes, não seria tarefa fácil, mas que tinha um bom desafio pela frente.

Se para os meus colegas a apresentação os deixou tranquilizados, a mim deixou-me impaciente e ainda mais nervosa. Acreditava que seria capaz de criar uma boa relação professor-aluno e para isso, comecei por estudar detalhadamente as informações recolhidas na apresentação, sobre os interesses dos mesmos. Sentia que quanto melhor os conhecesse, mais fácil seria de arranjar estratégias para os “conquistar”. Mas nem tudo é mau, se por um lado tive uns alunos que me tentaram testar na primeira aula, os outros receberam-me com imensa simpatia.

Fiquei satisfeita quando a maioria dos meus alunos revelou que a sua disciplina favorita era EF e o quanto estavam revoltados pela mesma já não

contar para a média. Confesso que este aspeto me deixou mais esperançosa, visto que tinha receio que, como esta era uma disciplina à qual os alunos só tinham que ter positiva para passar de ano, poderia encontrar uma turma desinteressada.

Posso assim concluir que, a aula de apresentação se mostrou de extrema relevância na preparação das aulas seguintes, pois conheci aqueles que vão ficar sempre marcados na minha história enquanto docente, por serem os “meus” primeiros alunos.

ii) Relação professor-aluno

“O professor não é um mero gestor de aula e transmissor de conhecimento, mas também um gestor de relações humanas” (Silva, 2009, p. 9).

O meu maior objetivo enquanto EE era criar uma forte empatia com as pessoas com quem me relacionava diretamente, mas principalmente com os meus alunos. Sempre fui apologista que quando há uma boa relação entre pares, o processo de ensino se torna mais fácil, interessante e motivador, para ambos. Esta ideologia prende-se com a minha vivência com o meu professor de EF do ensino secundário, que sempre foi a minha maior referência em termos desportivos. Este professor era exímio na sua profissão, conseguia motivar os alunos mesmo quando estes não gostavam da matéria a lecionar, trazendo um clima descontraído, mas nunca faltando o respeito.

Assim, desde a primeira aula que quis ter uma relação aberta com os meus alunos, em que a confiança, a interajuda e o respeito fossem a base da nossa relação. Optei sempre por um clima descontraído entre professora e alunos, mas sempre com rigor e respeito, contrapondo com uma postura rígida quando os alunos não reagiam à aula como esperado. Lembro-me de inúmeras pessoas me deram conselhos de como interagir com os alunos, a maior parte deles diziam “tens que ser rígida, entrar com uma postura tipo militar, só assim é que eles te vão respeitar” e eu pensar que não me identificava com essa maneira de estar. Acreditava que esse não era o passo principal para captar um grupo de adolescentes.

Sinto que concluí com sucesso este objetivo, em qualquer parte da escola, ou até mesmo fora dela, os alunos paravam para falar comigo, contavam-me como estavam nervosos para o teste seguinte ou como tinha corrido o jogo no fim-de-semana. Lembro-me dos meus colegas de estágio se cansarem de esperar e irem embora sem mim, porque muitas vezes, a conversa durava uma grande parte do intervalo. Nas aulas, tinha alunos que chegavam mais cedo para me ajudar a organizar o material ou para simplesmente darem “duas de letras”, porque sabiam que quando eu comesse a aula, que iniciava o momento de trabalho, e eles tinham que se dedicar e esforçar ao máximo.

Concluo com a reflexão de uma aula, em que fui forçada a dirigir-me à escola devido à visita do meu PO, e lecionar com os M.I. completamente ligados e com pontos, devido a uma operação, num momento em que eu deveria estar de recuperação.

“Hoje foi um dia muito difícil, sentia-me bastante limitada, mas graças à ajuda dos meus alunos, que desde logo se prontificaram a perceber o esquema da aula e a montarem devidamente o campo e os diversos exercícios, ajudaram-me a que aula fosse um sucesso.”

Badminton. Reflexão da aula 90, 91. 1 de Junho de 2017

■) Estratégias instrucionais

A capacidade de comunicar é um passo em busca do sucesso. De acordo com Rosado Mesquita (2009) a capacidade de comunicar é um fator determinante para a eficácia pedagógica no contexto de ensino das atividades desportivas.

A comunicação no ensino envolve vários procedimentos para a transmissão de conhecimentos, o que nem sempre é fácil de ser percecionada, visto os alunos terem uma perceção seletiva da informação, ou seja, estes só absorvem a informação que lhes interessa ou que têm necessidade. Muitas

vezes o excesso de informação também condiciona a comunicação, pois, o ser humano tem uma capacidade limitada de processar a informação bem como, a adequação da linguagem aos alunos dado que, muitas vezes, o que para nós é simples, para eles pode ser complexo.

Segundo Siedentop e Tannehill (1991), nas situações de instrução, a informação é emitida em três momentos: antes da prática, recorrendo à apresentação da tarefa, explicação e demonstração; durante a prática, através da emissão de feedbacks; e após a prática, através de uma análise referente à prática desenvolvida.

Demonstração

A demonstração foi a estratégia mais utilizada por mim ao longo do ano letivo, uma vez que nunca iniciava nenhum exercício sem uma demonstração prévia. Para Rosado e Mesquita (2011a, p. 97), “a demonstração deve ser planeada, devendo o seu executante ser um bom modelo”. Tive a sorte da minha turma ser constituída majoritariamente por atletas federados nas mais diversas modalidades, o que me trazia um conforto a nível da demonstração, quando eu não era exímia na habilidade motora.

Para disfarçar esta fraqueza e como os meus alunos tinham sempre a iniciativa de querer sempre demonstrar, escolhia o melhor aluno, ou os melhores alunos da turma em cada modalidade para proceder à demonstração. Para mim era um conforto pois, eles percebiam a explicação mais rapidamente que os colegas, visto que dominavam a modalidade e conseguiam demonstrar na perfeição cada habilidade. Acredito que este foi um ponto forte na minha turma já que, conseguia ter os alunos motivados e esforçados para serem eles os próximos a demonstrar e, não dava ordem para os alunos começarem o exercício sem que todos me dissessem que já o tinham assimilado, poupando assim tempo de aula.

Às vezes a demonstração era feita de forma errada, mas eu aproveitava esse mesmo erro para questionar à turma qual teria sido o problema e quais as maneiras para o evitar. De salientar que mesmo tendo alunos federados na turma, todos os exercícios eram praticados por mim, antes da aula, para que no momento, se tivesse que intervir, os alunos pudessem visualizar a maneira correta de aplicar os conhecimentos na prática.

Feedback

“Após a realização de uma tarefa motora por parte de um aluno ou atleta, este deve, para o seu desempenho seja melhorado, receber um conjunto de informações acerca da forma como realizou a ação” (Rosado & Mesquita, 2011a, p. 82).

Considero que esta ação revelou-se na minha maior fragilidade. Para Rosado & Mesquita (2011a), uma das primordiais dificuldades dos professores prende-se com o diagnóstico do erro dos praticantes. Inicialmente, não tinha capacidade de detetar o erro, ou quando o fazia não conseguia arranjar soluções imediatas para a sua resolução. Depois de uma reflexão, percebi que isto acontecia porque eu não dominava os conceitos apresentados aos alunos, então comecei a estudar mais e quando visualizava as aulas dos meus colegas, tentava mentalmente identificar o erro e sem pressão, arranjar alternativas para o comportamento exibido.

À medida que a UD ia avançando, já me sentia mais capaz de identificar o erro e de corrigi-lo, conseguindo então que o feedback fosse mais eficaz, melhorando o atributo no processo de ensino aprendizagem do aluno. Claro que a transmissão de feedbacks está intimamente ligada com a experiência e o conhecimento do professor, por isso houve modalidades em que me senti mais à vontade na indicação de procedimentos.

Em relação à transmissão de palavras-chave, tentei ser o mais-clara e objetiva possível, dando feedbacks durante o exercício, ou no final da jogada,

quando sentia que não havia pertinência em parar o exercício, mas sim em fazer uma reflexão mais extensa no final. Relativamente à frequência, só tentei emitir feedbacks quando era necessário, para os alunos não ficarem muito tempo em espera e/ou não desmotivarem.

Maioritariamente, o feedback era orientado de forma individual, não só porque me era mais fácil detetar um erro num aluno, do que na globalidade da turma, como pelo barulho que se fazia sentir muitas vezes no pavilhão, originando não ser ouvida pela maioria. Como seria de esperar era mais estimulante, dar feedbacks positivos, porque sentia que havia uma motivação extra no aluno. Todavia quando algo corria mal, também explicava o que era necessário realizar para ter sucesso.

Em jeito de conclusão, e centrando-me na especificidade do feedback, tentei sempre que este fosse mais prescritivo do que descritivo, ou seja, emitir palavras-chaves de como melhorar a ação e não descrever a sua ação. Uma maneira que arranjei para que os alunos percebessem mais rapidamente o pretendido, foi questionando-os sobre a sua ação e fazendo-os refletir sobre ela, emitindo aí o feedback, maioritariamente de cariz positivo e valorativo.

“Fiquei deslumbrada quando percebi que os alunos que tinham bastante dificuldade até em realizar um rolamento à frente, já praticavam a maior parte dos conteúdos sem dificuldade. Sinto que este facto se deveu à minha insistência e ao meu feedback positivo.”

Ginástica. Reflexão da aula 42, 43. 19 de Janeiro de 2017

Questionamento

Segundo Rosado e Mesquita (2011a), o questionamento dos alunos é um dos métodos verbais mais utilizados pelos professores, sendo a interrogação dos alunos o método de ensino mais antigo, que deve ser analisado do ponto de vista dos seus critérios de utilização, para assim maximizar a aprendizagem.

O questionamento foi a estratégia que adotei maioritariamente, ao longo do ano letivo, apostando em perguntas à turma acerca da aula e dos conteúdos da mesma. Por vezes, quando sentia que os alunos estavam desatentos, utilizava o questionamento como chave para os manter atentos e controlados, forçando a parte cognitiva.

“O questionamento sistemático e planeado, percorrendo todos os alunos ao longo do processo de ensino-aprendizagem, pode ser um instrumento de avaliação não só dos alunos mas do próprio ensino, do professor e dos contextos em que se inserem, servindo para concretizar aspetos decisivos da avaliação” (Rosado & Mesquita, 2011, p.102). No início do ano informei os alunos que não iria realizar teste escrito e, conseqüentemente, iria avaliar os seus conhecimentos aula após aula. Este processo foi ótimo, porque como tinha em mãos uma turma muito competitiva, todos queriam responder e mostrar que tinham adquirido os conhecimentos, o que os fazia estarem mais atentos.

“No final da aula anterior, informei os alunos que hoje iriam aprender a realizar as ajudas em alguns elementos gímnicos, de forma a se ajudarem uns aos outros. Fiquei espantada quando os questioneei se tinham alguma ideia de como se faziam algumas ajudas e a maior parte dos alunos já as sabia realizar. Conclusão, foram pesquisar de uma aula para a outra. Haverá melhor forma de uma professora ver que consegue motivar os seus alunos?”

Ginástica. Reflexão da aula 39, 40. 12 de Janeiro de 2017

iv) Gestão da aula

A gestão da aula é uma tarefa imprescindível para combater a indisciplina dos alunos, que é facilmente criada.

Rink e Hall (2008) referem que a organização e gestão de uma turma fisicamente ativa num espaço desportivo exterior ou num pavilhão é muito mais difícil que numa sala de aula. Isto porque o professor tem que gerir recursos humanos, materiais e temporais para que a aprendizagem seja significativa.

A minha turma continha, um grupo de alunos destabilizadores e com uma má gestão da minha parte, a aula descambava e eu perdia o controlo da turma.

“Foi neste momento que a aula começou a descambar, os alunos não me ouviam, falavam mais alto que eu e cheguei a um ponto em que não soube como lidar com isso. Com o auxílio do apito, instrumento essencial na aula e respeitado pelos alunos, tentei impor-me e fazer-me ouvir. Contudo, os alunos começavam antes do tempo, não ouviam a explicação até ao fim e uns influenciavam os outros, transformando isto numa autêntica espiral de mau comportamento e má dinâmica da aula. Cheguei à conclusão que estava a perder muito tempo em tentar passar-lhes a mensagem e comecei a falar mais baixo e a explicar para quem me quisesse ouvir.”

Ginástica. Reflexão da aula 41. 17 de Janeiro de 2017

Como estratégia para combater a indisciplina procurei aumentar o tempo de empenhamento motor, para que nem sequer houvesse espaço para comportamos desviantes.

A gestão da aula, como já mostrei anteriormente, foi um processo demorado de atingir, mas que ao longo do tempo e à medida que ia experimentando diversas estratégias, fui conseguindo colmatar.

A gestão da aula envolve diversos conteúdos ao mesmo tempo, como a gestão do tempo, do material e espacial, que têm que ser geridos de forma rápida, para que consigamos dar fluência à aula.

De acordo com Siedentop (1991), um sistema eficaz de tarefas de organização começa pela criação de regras e rotinas no que respeita aos comportamentos apropriados e inapropriados. Deste modo criei várias regras e rotinas para que fosse mais fácil a gestão da aula. Na ESJGZ, os espaços desportivos encontram-se distantes da arrecadação dos professores de EF, por isso, no início de cada aula, os alunos encontravam-se comigo à porta da mesma e ajudavam-me a transportar o material necessário. Assim, para além dos alunos me ajudarem no transporte do material, encaminhava-os para o local da aula. Quando chegávamos ao pavilhão/exterior, os alunos auxiliavam-

me na montagem do campo, de forma a agilizar a aula. No final da aula, dizia vários números aleatórios. Ao aluno que pertencesse esse número (número da turma) ficava mais tempo a arrumar o material e a encaminhá-lo para a arrecadação.

Inicialmente, quando a experiência ainda era quase nula, esperava que um exercício acabasse para montar o próximo, mas à medida que fui ganhando prática, o exercício ainda ia a meio e eu já estava a preparar tudo para o seguinte, evitando momentos mortos na aula. Como já referi no ponto do plano de aula, inicialmente realizava um plano demasiado extenso e tornava-se ainda mais complicado na agilização do material. Como consequência, a maior parte das vezes o tempo do exercício final acabava por ser reduzido.

Outra rotina que criei na aula foi o uso do apito. Quando eu apitava, fazia sinal com a mão para os alunos virem ter comigo ou para se sentarem no mesmo local. Este método resultou em pleno, os alunos reagiam rapidamente ao som do apito e eu poderia continuar a aula rapidamente.

Em relação à chamada, era sempre feita no início da aula, quando passavam os 10 minutos de tolerância da manhã ou os 5 minutos da tarde. Confesso que uns dias depois do ano letivo começar já sabia o nome de todos os alunos, mas realizava na mesma a chamada para eles terem consciência que tinham falta e não abusarem na hora de chegada.

Outra dificuldade encontrada por mim foi a colocação de voz. Sentia muitas dificuldades em projetar a voz e quando falava mais alto, no dia seguinte estava rouca. A PC sugeriu-me tirar um curso de colocação de voz, porque é um problema que não consigo resolver sem ajuda e que faz muita diferença numa aula, principalmente se estiver muito ruído no pavilhão.

O desenvolvimento progressivo deste conjunto de hábitos, ajudou-me a criar um agradável clima de aula, preservando sempre o respeito e garantindo um maior aproveitamento do tempo de aula.

v) Modelos instrucionais utilizados

Entre os inúmeros modelos instrucionais e de ensino existentes, cabe ao professor eleger o que mais se adequa à sua turma, ao seu contexto e às suas preferências.

“Entre os modelos de instrução mais centrados na direção do professor e modelos que concedem mais espaço à descoberta e à iniciativa dos alunos há que encontrar o justo equilíbrio entre as necessidades de direção e apoio e as necessidades de exercitar a autonomia, de modo a criar condições favoráveis para uma vinculação duradoura à prática desportiva” (Mesquita & Graça, 2011, pp. 46-47).

No 1º ano de mestrado, nas diversas didáticas específicas, abordamos diferentes modelos de ensino e aprendemos que alguns se adequavam mais a umas modalidades do que a outras, tendo sempre como objetivo primordial a eficácia do ensino.

O Modelo de Instrução Direta (MID) tem sido tradicionalmente o mais utilizado tanto por professores como por treinadores de Desporto, o qual centra todo o processo de ensino-aprendizagem no professor (Pereira et al., 2013). Por esse motivo e por ainda não me sentir confortável, na primeira modalidade que leccionei, voleibol, utilizei este modelo. “O MID caracteriza-se por centrar no professor a tomada de praticamente todas as decisões acerca do processo ensino-aprendizagem (...).

Neste domínio, o professor realiza o controlo administrativo, determinando explicitamente as regras e as rotinas de gestão e ação dos alunos, de forma a obter máxima eficácia nas atividades desenvolvidas pelos alunos” (Mesquita & Graça, 2011, p. 48)”. Este modelo, centrado no professor, ajudou-me a ganhar confiança no meu trabalho, a controlar a turma e a criar uma relação professor-aluno. Ao longo do tempo comecei a dar mais espaço aos alunos, a proporcionar mais momentos de partilha de opiniões e assim, na segunda modalidade que lecionei, andebol, decidi aplicar um modelo híbrido, o Modelo de Educação Desportiva (MED) e o Teaching Games for Understanding (TGUFU).

Em relação ao TGFU, dei relevância ao entendimento do jogo, sendo que o ensino da técnica estava subordinado ao ensino da tática. Os alunos eram obrigados a refletir sobre a tomada de decisão em função da ação do adversário e o aperfeiçoamento da técnica intensificava-se quando os erros cometidos em jogo derivavam de uma técnica insuficiente.

Em relação ao MED, “o modelo define-se como uma forma de educação lúdica e crítica às abordagens descontextualizadas, procurando estabelecer um ambiente proporcionador de uma experiência desportiva autêntica, conseguida pela criação de um contexto desportivo significativo para os alunos” (Mesquita & Graça, 2011, p.59). Este modelo foi uma ajuda em termos de gestão e organização da aula, ao criar um quadro competitivo, equipas, atribuir papéis (treinador, capitão e árbitro), grito de equipa, que gerou em todas as aulas uma festividade positiva.

A criação de equipas foi elaborada por mim após análise da Avaliação diagnóstica (AD), com vista a promover uma heterogeneidade entre os elementos das equipas e uma homogeneidade às restantes equipas da turma, em situação de jogo 5x5, em que a competição formal acontecia no final de todas as aulas. Senti que a criação de papéis permitiu que os alunos compreendessem melhor os conteúdos programáticos, aplicando as regras formais do jogo de andebol e corrigindo os colegas de equipa.

Elaboramos em NE um manual do treinador, que distribuímos por cada equipa, onde continha alguns conselhos para o treinador aplicar na equipa, todas as componentes críticas técnicas e táticas do jogo, a função do treinador, as regras do jogo e a sinalética do árbitro.

Quanto ao evento culminante, este teve lugar na última aula, sendo esta inteiramente dedicada à realização de jogos e à atribuição de prémios.

“Embora não esteja totalmente à vontade com a modalidade, encontro no MED uma ferramenta preciosa pela forma como “obriga” os alunos a terem uma participação mais ativa, e, por consequência, deixa a motivação deles no auge.”

Andebol. Reflexão da aula 19, 20. 2 de Novembro de 2016

Tudo o que foi mencionado acima, se aplica à modalidade de Futsal no 2º período, visto que utilizei os mesmos modelos.

Relativamente às restantes modalidades confesso que o modelo mais utilizado acabou por ser o MID. Em ginástica (segundo período), por questões de segurança e tendo em conta as especificidades da modalidade, preferi usar este método, obtendo um maior controlo sobre os alunos. Nas últimas aulas, implementei a abordagem do Modelo de Aprendizagem Cooperativa (MAC), quando lhes dei espaço para a construção do esquema final. Notei que apesar de ser uma modalidade individual, os alunos trabalhavam em conjunto e davam feedbacks ao colega.

A Aprendizagem Cooperativa caracteriza-se pelo desenvolvimento de trabalho conjunto, com o intuito de se realizarem tarefas específicas e de atingirem objetivos comuns (Metzler, 2011). Em TAG Rugby (segundo período) pelo facto de ser uma modalidade completamente desconhecida para os alunos e difícil para mim, visto que nunca tinha lecionado, optei por este método para um maior conforto. Relativamente ao atletismo, como se trata de uma modalidade individual, de curta duração e com um grau mais elevado de dificuldade técnica para mim, optei por utilizar este método, para me sentir mais a vontade na leção.

No caso, a modalidade de badminton (terceiro período) e como estive ausente durante algumas aulas devido a uma operação, foram os meus colegas a lecionar uma parte das minhas aulas. Eles iniciaram a modalidade utilizando o MID, visto que nunca tinham estado em contacto com os meus alunos e assim conseguiam um maior controlo da turma. Quando regresssei, continuei o trabalho desenvolvido por eles, o que me facilitou o planeamento das aulas.

Em suma, considero que os modelos instrucionais desempenharam um papel fundamental na leção das minhas aulas, pois serviram como um guião da minha prática pedagógica.

v) Observação das aulas

De acordo com Piasenta (2002) observar é ver através dos outros, o que podemos ver refletido nas nossas ações e usar essa informação para melhorarmos. Assim, considero que a observação, principalmente quando estamos numa fase de inexperiência, é um fator crucial na aprendizagem.

Ao longo do ano letivo, e como ditam os regulamentos de estágio, realizei diversas observações de aulas, tanto dos meus colegas de estágio, como da professora cooperante. Neste processo utilizamos três modelos de observação, distribuídos pelos três períodos. No primeiro período demos ênfase ao controlo da turma, no segundo período centramo-nos na gestão da aula e por fim, no terceiro período, concentramo-nos na qualidade da instrução.

Considero que realizamos as observações com uma ordem de dificuldade crescente. Para além destes três momentos, realizamos várias observações utilizando uma time-line de 15 segundos, maioritariamente, para visualizarmos quanto tempo tínhamos os alunos em espera e pensarmos em soluções para reduzir esse tempo.

“A professora chamou os treinadores para efetuar a instrução e o resto da turma evidenciou comportamentos desviantes, entre eles, fazer elevações na baliza. A professora deveria ter sentado os diferentes grupos no seu meio campo, para evitar este tipo de comportamentos. Denotei, também, que esta estava muito preocupada com a gestão dos materiais e se esqueceu de passar pelos diferentes grupos e dar feedbacks. De seguida, a professora chama os treinadores para dar a instrução da segunda variante, ficando o resto da turma, novamente, a denotar os comportamentos referidos anteriormente. A professora deveria ter pedido aos alunos para continuarem o exercício sem os treinadores.”

Relatório de observação nº2,3. 11 de Novembro de 2016

É curioso que quando observava, quer os meus colegas, quer a PC, imaginava-me na situação deles e arranjava imediatamente soluções prática para resolver algumas lacunas. Estes momentos são enriquecedores, porque

nos trazem novas ideias, novos métodos de gestão e instrução, que muitas vezes, refletindo só sobre a nossa aula, não conseguiríamos modificar.

Em suma, acredito que cresci profissionalmente, devido às inúmeras aprendizagens retiradas e levo este método para situações futuras.

4.1.4 Avaliação

A avaliação deve ser uma ferramenta de utilidade para os envolvidos no processo avaliativo, ou seja, o professor, o aluno e a escola. Deve contribuir para o crescimento individual do mesmo, cabendo ao professor fazer uma análise das etapas ultrapassadas e verificar se os objetivos traçados foram atingidos. Para Bento (2003) a planificação e a realização em conjunto com a análise e a avaliação do ensino são consideradas como tarefas centrais do professor. Logo, o professor deve ao longo do percurso ir avaliando os alunos.

Segundo Aranha (2004, p.9) a avaliação consiste na “recolha de informação necessária para um correto desempenho. É um regulador por excelência de todo o processo ensino-aprendizagem. É a consciência do próprio processo educativo.”

No seguimento, vou apresentar dois tipos de avaliação (criterial e normativa), três modalidades de avaliação (diagnóstica, formativa e sumativa) e a auto-avaliação.

1) Avaliação criterial/normativa

“A avaliação criterial (referida a critérios) é aquela em que se comparam os resultados alcançados com os previamente estabelecidos. Neste caso, a avaliação do aluno traduz a distância a que se encontra do padrão de aproveitamento determinado – a sua *performance*.” (Gonçalves et al., 2010, p. 41). Ou seja, o aluno é avaliado individualmente, conforme as suas ações e não comparado com os outros colegas.

Segundo Gonçalves et al. (2010, p.43), “a avaliação de referência a uma norma é a que descreve a execução do aluno em termos da posição relativa que alcança em relação ao grupo.” Ou seja, na avaliação normativa há uma comparação do aluno em relação à prestação dos seus colegas.

Durante o ano letivo, o tipo de avaliação que utilizei com frequência foi a criterial. A avaliação era realizada com referência a critérios definidos previamente, com o objetivo de apurar se os alunos cumpriam, ou não, com o definido. Os alunos foram sempre informados do que tinham que fazer especificamente para atingirem o sucesso, situação que não aconteceria se eu tivesse escolhido a avaliação normativa, visto que os alunos trabalhariam sem ter informações acerca do que tinham que melhorar na sua prestação.

Utilizei este tipo de avaliação, no momento de atribuição da classificação final e em caso de dúvida, despistava a prestação dos alunos em questão, refletindo sobre o que teve melhor prestação ao longo das aulas. A avaliação foi então, individual, centrada na observação e análise de cada aluno.

ii) Avaliação diagnóstica

Quanto à Avaliação diagnóstica (AD) esta consiste na recolha de informação para estabelecer prioridades e ajustar as atividades aos alunos, no sentido do seu desenvolvimento (Gonçalves et al., 2010). Por outras palavras, centra-se na observação, análise e diagnóstico das características técnico-táticas que cada jogador transporta. Segundo Cortesão et al. (1993, p.47) “a avaliação pode fornecer ao professor os elementos que lhe permitirão adequar o tipo de trabalho que vai desenvolver, às características e conhecimentos dos alunos com que irá trabalhar”.

Os instrumentos de AD normalmente eram realizados em NE, numa escala de 1-3, com referência a critérios, nas quais englobávamos os conteúdos de ensino adequados ao 10º ano. Lembro-me de pensar que avaliar os alunos numa escala “tão pequena” era tarefa fácil e de ter reservado 2 minutos para visualizar cada aluno em jogo, na primeira modalidade que

lecionei, voleibol. Aconselhada pela PC, decidi primeiramente avaliar um aluno de cada vez, em todos os critérios, mas quando dei por mim, já o tempo ia extenso e ainda não tinha conseguido avaliar um único aluno. Conclusão, cheguei ao fim da aula e ainda tinha critérios em branco.

Considero-me uma pessoa bastante justa e queria sê-lo também para os meus alunos, por isso, propus à PC filmar as avaliações, de modo a observar com mais rigor e pormenor a prestação de cada aluno. Esta técnica acabou por ser utilizada por todos os membros do NE. Confesso que em cada perdia horas a observar cada jogo, mas por outro lado, ficava mais realizada porque sabia que com tão pouca experiência que trazia, acabaria por ser injusta com os meus alunos se não o fizesse. Ao longo do tempo, avaliar começou a ser mais fácil, principalmente depois de conhecer bem os meus alunos e de ter noção das suas habilidades e capacidades.

Ao longo das sete modalidades, a única em que não realizei AD foi no TAG Rugby, visto ser uma modalidade nova para todos os alunos, de modo que a lecionei tendo em conta o nível básico. De salientar que esta avaliação era meramente informativa de modo a planear as minhas aulas e não contou para a classificação final dos alunos.

■) Avaliação formativa

O segundo momento de avaliação é a avaliação formativa (AF), utilizada ao longo de todas as aulas em todas as UD e serviu para me certificar se os objetivos que tinha definido para a turma, estavam ou não a serem cumpridos, através da observação. Para Ribeiro e Ribeiro (cit. por Gonçalves et al., 2010), esta avaliação deve acompanhar todo o processo de ensino-aprendizagem, servindo também para se ajustar a aprendizagem dos alunos ao longo do percurso quando necessário.

Com tantas modalidades programadas e tão poucas aulas definidas, concluímos em NE não planear nenhuma AF formal, mas sim, em todas as aulas, observar se os alunos estavam a alcançar o objetivo. Caso estivessem

aumentava a dificuldade, se percebesse que o aluno estava com dificuldades, adaptava o exercício. Apesar de não tomar notas durante a aula, ficava com uma ideia da prestação dos alunos, recorrendo também ao questionamento para ter uma percepção do que os alunos tinham assimilado e utilizava essa informação como guia para as aulas seguintes.

“Na reunião de NE a PC incentivou-nos a fazer um exercício com base na AF que tínhamos dos alunos e atribuir-lhes uma avaliação final. A PC guardou essa folha e hoje, depois da avaliação sumativa dos alunos, percebi que a ideia que eu tinha da prestação dele, correspondia, na maioria dos casos, à nota atribuída por mim anteriormente.”

Badminton. Reflexão da aula 90, 91. 1 de Junho de 2017

iv) Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa (AS) segundo Rink (2014), acontece no fim da unidade de instrução ou no fim do ano letivo e dá indicação se os objetivos traçados foram atingidos. Se a avaliação diagnóstica é a “fotografia inicial” tirada no início da unidade didática, a avaliação sumativa é a “fotografia final” tirada aos alunos no final dessa mesma unidade, sendo geralmente realizada na última aula de cada modalidade. Para mim, esta era a decisão que acatava uma maior responsabilidade e com a qual eu temia ser injusta. No momento em que abordava esse assunto na aula, sentia-me nervosa, com a possível reação de alguns alunos.

“No final da aula, anunciei as notas da avaliação sumativa e quando dei conta, um aluno já tinha saído da aula sem autorização, revoltado por ter 19,5.”

Futsal. Reflexão da aula 70,71. 30 de Março de 2017.

Saliento particularmente esta situação, eu tinha quatro alunos federados na minha turma, que se destacavam do resto dos colegas. A PC pediu-me, para eleger os dois alunos mais esforçados durante as aulas, tendo por base a AF, de modo a, honrar o seu esforço, atribuindo a classificação de 20 valores.

Lembro-me que estava nervosa no momento de anunciar as classificações e ter referido, várias vezes que as notas não se centravam só na AS, mas no esforço demonstrado durante todas as aulas. Foi com espanto que quando olho para o lado, um aluno já estava a ir em direção ao balneário revoltado por não atingir a classificação máxima. Aí, a PC entrou nas funções de professora titular da turma e teve uma conversa séria com o aluno em causa. Ao longo da minha carreira docente, vou-me recordar sempre deste episódio e lembrar-me que tenho que ter o máximo cuidado no discurso escolhido, para evitar que aconteçam mais situações como esta.

A grelha de avaliação que utilizei continha vários conteúdos, numa escala entre 1-4. Após o somatório do valor de cada aluno, convertia a classificação numa escala de 0 e 20.

Em relação à avaliação no final de cada período, a escola definiu, através do regulamento interno, considerar dois domínios: o Saber Fazer (90%) e o Saber Estar (10%). Sendo que no saber fazer, contavam as avaliações de cada modalidade e, no saber estar, era atribuída uma nota em função de vários critérios definidos pelo NE, relacionados com a postura na aula, com o professor e os colegas.

Na última aula do período, pedia aos alunos para preencherem uma ficha de autoavaliação e para me dizerem qual a avaliação, que na sua opinião, correspondia à sua prestação naquele período. Nunca revelei à turma a avaliação proposta por mim, para evitar criar atritos entre professor-aluno, mas chamei individualmente cada aluno, com o qual havia disparidade entre a nota refletida por ele e por mim e tentava perceber quais os motivos que o tinham levado a chegar àquele valor. Admito que alguns alunos davam-me motivos válidos e cheguei a mudar por duas ou três vezes algumas classificações.

Por último, salientar o facto de um aluno ter partido o braço e não poder realizar a avaliação de atletismo. A PC sugeriu que o avaliássemos em função de um trabalho escrito sobre os conteúdos expostos durante toda a UD. Para complementar este trabalho e para evitar que o aluno tivesse na aula

desconcentrado, este foi durante toda a UD o meu ajudante, mantendo-o assim ativo e empenhado.

4.2 Área 2: Participação na escola e relações com a comunidade

A relação com os outros revela-se de extrema importância devido ao apoio que nos faculta em todos os momentos, quer sejam bons ou maus. Quanto à comunidade escolar, desde o primeiro dia que fui recebida com um sorriso e uma palavra de incentivo por parte de vários professores da escola, o que me deixou bastante agradada e com o sentimento de “estar em casa”.

Confesso que, no início do ano, foi um bocado cansativo quando os funcionários da escola pensavam que eu era aluna e me impediam de passar pelos corredores em horas de aulas ou quando perguntavam frequentemente a minha idade quando ia ao bar tomar café. Passado um ano, o que mais me custou a adaptar foi o facto de todos os funcionários me tratarem por “Dra” ou “professora”, algo que também não estava habituada, mas que agora encaro naturalmente, porque percebo que é uma questão de respeito.

4.2.1 Atividades da Escola

Este ponto, tem como objetivo referir as áreas que serão intervencionadas pelo meu núcleo de estágio, tendo em vista a sua integração na escola e a dinamização da comunidade escolar.

O objetivo destas atividades é proporcionar aos alunos momentos e contextos diferentes, e, com isso, conseguir que os mesmos se interessem pela atividade física regular.

1) Corta Mato Escolar

A primeira atividade desportiva da escola em que participei foi no Corta Mato Escolar, que teve lugar no interior e exterior da própria escola, em Novembro de 2016.

Esta atividade já estava programada pelo grupo de EF e por esse motivo a contribuição do NE foi só no próprio dia, na logística da prova. Antes do início da prova e já com o local montado, pelos professores responsáveis por esta atividade, tivemos uma reunião de professores de EF e definimos o posto de cada um. Eu fiquei responsável pela entrega das pulseiras no início de cada volta. E pulseiras porquê? Para nos certificarmos que não havia batota e que alguns alunos não davam menos voltas do que as necessárias para cortar a meta.

Os responsáveis adotaram, por isso, o método de dar uma pulseira por cada vez que o aluno passasse no mesmo ponto. No final, quem recebesse a quinta pulseira, desviava-se para a meta e assim saberíamos a ordem de chegada de todos os alunos. De salientar que dividimos esta prova em quatro: primeiro correram os alunos do sexo masculino do ensino básico, em seguida as alunas do sexo feminino do mesmo ciclo. Em terceiro, os alunos do sexo masculino do ensino secundário e no fim, as raparigas do mesmo ciclo de ensino.

Em relação aos alunos, notou-se bastante fair-play e vontade de vencer durante toda a prova. De realçar, que a minha turma participou toda nesta prova (prova de carácter facultativo), o que me deixou bastante satisfeita e orgulhosa, apesar de nenhum dos meus alunos ter chegado ao pódio.

No final do evento, os professores de EF juntaram-se todos e foram almoçar em grupo. Uma vez convidados, o NE também se juntou a estes, culminando num almoço bastante animado e criador de laços mais fortes entre o grupo.

Em suma, faço um balanço positivo deste dia, reconhecendo a importância de atividades extracurriculares como esta, que só beneficia a importância da nossa disciplina.

ii) Torneios concelhios - Matosinhos

Os torneios concelhios surgiram através de um protocolo entre as cinco escolas secundárias do concelho de Matosinhos, em parceria com a Câmara Municipal. Estes torneios contemplam 6 modalidades (atletismo, andebol, badminton, basquetebol, voleibol e futebol), correspondentes a 12 torneios, sendo 6 masculinos e 6 femininos, com o objetivo de incentivar e proporcionar a prática desportiva de forma organizada, a todos os alunos, na última semana de aulas antes das férias da Páscoa.

Em 2017, no ano em que tive o prazer de participar, já contávamos com 18 edições anteriores, todas com imenso sucesso, o que fazia com que uma grande parte dos alunos quisesse participar. Como isso não era possível, nas semanas anteriores organizamos vários treinos e no final escolhemos os 10 jogadores femininos e masculinos que mais se destacaram. Eu, a par de outro professor, fiquei responsável pelas duas equipas de basquetebol. Ele funcionava como treinador principal e eu como adjunta, estando mais responsável por dar apoio à equipa e auxiliá-lo em todas as tarefas pretendidas.

Em suma, apesar de termos ficado em 2º lugar nas duas equipas, o que traz um sabor agri-doce, considero que esta foi uma experiência bastante enriquecedora, onde dava por mim, muitas vezes, mais entusiasmada do que os alunos e na máxima euforia.

4.2.2 Atividades organizadas pelo Núcleo de Estágio - ZarcoCup

De forma a substituir o Desporto Escolar (DE), visto que a escola só contempla a competição de badminton, uma vez por semana, em horário em que o NE não estava disponível, devido a outra atividade, optamos por organizar uma série de torneios inter-turmas (que foram incluídos no PAA da escola) para procurar diversificar as ofertas disponíveis na escola e incentivar os estudantes, a partir da competição e do espírito de turma, à prática desportiva.

Estes torneios criados de raiz pelo NE foram designados de ZarcoCup, “Zarco” devido ao nome da escola e “Cup” pela competição. Eram torneios mistos, divididos entre os dois ciclos de ensino, básico e secundário, nas modalidades de basquetebol, futsal, voleibol e andebol. O calendário dos torneios foi dividido entre o primeiro período (basquetebol e futsal) e o segundo período (voleibol e andebol), com as finais de cada competição marcadas para serem disputadas no dia da escola, 31 de maio.

O NE elaborou, numa primeira fase, um logótipo e um regulamento, como proposta ao grupo de EF que foi de imediato aceite. Depois, antes de cada competição, o NE reservava o espaço (pavilhão e exterior 1) na direção, realizava uma lista de recursos humanos e materiais pretendidos, elaborava a ficha de inscrição e do jogo. Durante as provas eramos responsáveis por toda a logística e muitas vezes, apoiávamos a arbitragem.

No dia da escola, como relatei anteriormente, realizamos as finais da ZarcoCup, em que pedimos a colaboração de todos os professores, para que os alunos que não participavam, pudessem assistir aos jogos dos colegas. Assim, conseguimos envolver grande parte da comunidade escolar, com uma competição saudável entre 140 alunos, que levaram uma medalha de recordação para casa. Como sou uma “professora babada”, não poderia deixar de referir que a minha turma, foi a única de 10º ano a chegar a uma final, o que me deixou bastante satisfeita.

Contabilizamos, entre os participantes de todas as modalidades, um total de 500 alunos envolvidos, o que demonstra que a adesão neste torneio foi bastante elevada.

Em suma, quero referir que a organização deste torneio foi das ações que mais me deu prazer realizar, pois tinha um contacto muito próximo com todos os alunos, o que me proporcionou conhecer, uma grande parte da comunidade escolar, que até à data desconhecia.

4.2.3 Atividades em que o núcleo colaborou - ZarcoFit

No âmbito do projeto de educação para a saúde/educação alimentar, iniciou-se no ano letivo, 2015/2016, em parceria com a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, um projeto piloto que se denomina Zarco FIT.

O seguinte projeto pretende envolver alunos que apresentem um tipo morfológico definido, isto é, com elevadas percentagens de massa gorda. Este projeto, para além de aumentar o exercício físico semanal, pretende educar e incentivar, os alunos para uma alimentação saudável.

Os alunos participaram de forma autónoma e voluntária e foram avaliados antes do início do projeto, nas suas dimensões morfológica, bioquímica e funcional, ou seja, através de análises sanguíneas, medidos e pesados com uma balança de bio-impedância e realizaram uma bateria de testes físicos (FITescola) para definir a sua aptidão física. No final, em Junho, repetiram o mesmo processo, de forma a concluírem quais as suas melhorias.

Ao longo do projeto, os alunos foram acompanhados por uma nutricionista que lhes deu sugestões sobre uma alimentação mais saudável.

No ano de 2015/2016, ano piloto, o projeto teve início nas últimas 8 semanas do 3º período e foi destinado ao ensino secundário. Devido ao sucesso obtido no ano passado, este ano o projeto começou para o ensino secundário a meio do 1º período e prolongou-se até ao final do ano.

Este ano, quisemos maioritariamente, promover o gosto pelo desporto nos mais jovens e transmitir-lhes hábitos de vida saudáveis. Inicialmente o

projeto estava estipulado para alunos com IMC elevados, mas acabamos por “abrir as portas” para os restantes alunos, visto que ainda tínhamos espaço.

Este projeto implicava que os alunos comparecessem entre 1 a 4 vezes por semana no pavilhão, na hora de almoço. Todos os dias, os alunos cumpriam rigorosamente um plano de treino realizado pelo professor responsável pelo projeto, em que eram exercitados vários grupos musculares.

O trabalho do NE consistia em estar presente 3 vezes por semana no projeto e ajudar dando orientações aos alunos, auxiliando-os na prática correta dos exercícios e fundamentalmente, dando apoio e motivação, mostrando-lhes que eram capazes e que, só tinham que acreditar neles próprios.

Durante o ano, foram entrando e saindo sempre vários alunos, mas contabilizando os que se mantiveram do início ao fim, totalizamos 17 com idades compreendidas entre os 15 e os 17 anos, sendo 4 do sexo masculino e 13 do sexo feminino.

Foi uma experiência bastante enriquecedora e além disso, foi uma prova de que quando queremos muito uma coisa, não há nenhuma limitação que nos possa parar.

4.2.4 Direção de turma

O Diretor de Turma (DT) tem um papel crucial no funcionamento da turma. Segundo Boavista e Sousa (2013), o Diretor de Turma exerce uma tripla função, ou seja, é responsável por criar uma relação com os alunos, com os encarregados de educação e com os outros professores da turma. Deste modo, podemos dizer que o DT é o elo de ligação entre os intervenientes educativos.

Como tal, esta foi uma das áreas que acompanhei de perto e desengane-se quem acha que é tarefa fácil. Durante o ano, tive a oportunidade de estar presente em várias reuniões individuais entre DT e Encarregados de Educação. Lembro-me, numa dessas vezes, que o pai de uma aluna, falou bruscamente com a DT, quando esta o elucidou que a filha tinha notas bastante baixas, o que a impedia, caso não fizesse nada em contrário, de entrar na faculdade pública.

Considero que hoje em dia, um professor tem que ter imenso cuidado na maneira como aborda os assuntos ou até, se os deve abordar, porque não sabemos a pessoa que temos à nossa frente. Enquanto uns pais querem saber a verdade sobre o rendimento escolar dos filhos, outros preferem acreditar que está tudo ótimo e não permitem que alguém diga o contrário. Considero que esta é uma triste realidade, que infelizmente, temos nas nossas mãos.

É importante referir que nós, NE, acompanhamos a DT da nossa PC e não a DT da nossa turma titular, neste caso, um 12º ano. O horário estipulado era às terças-feiras, das 9h15 às 10h, horário esse que a PC tinha para se dedicar aos assuntos da DT, no qual nós a auxiliávamos, fosse a preparar reuniões, a justificar as faltas, a elaborar documentos orientadores para as reuniões. Passamos, um pouco por todo o trabalho a ser desenvolvido pela DT e com o qual nos podemos deparar futuramente.

O que me fascinou mais foi perceber qual era a realidade vivida pelos DT no contexto escolar e da exigência que é imposta.

4.2.5 Conselhos de turma

O conselho de turma é o órgão responsável por monitorizar toda a atividade dos alunos, com vista à promoção de um ensino de qualidade.

Ao longo do ano letivo, tive a permissão para acompanhar a minha PC nos três conselhos de turma efetuados, tendo estado presente, principalmente como observadora, mas também por vezes me aventurava a dar a minha opinião sobre a maioria dos assuntos tratados.

O conselho de turma era constituído pelos seis professores das diferentes disciplinas, sendo um deles o DT, que apresentava uma ordem de trabalhos e a encaminhava nesse sentido. A um professor que se voluntariasse, era-lhe atribuída a tarefa de escrever no inovar, a apreciação que ficasse votada em mesa, de cada aluno. Ainda existia o secretário, pessoa responsável por elaborar a ata do conselho, previamente definido durante todo o ano.

A integração no núcleo foi bastante fácil. Consegui perceber rapidamente que a maioria dos professores nunca tinham trabalho juntos, o que facilitou a minha integração, uma vez que tal como eu, todos estavam a conhecer a maneira dos colegas trabalharem, pela primeira vez.

Dos três conselhos de turma realizados, sempre no final do período, a minha turma tinha um bom rendimento escolar e não precisava de ter reuniões intermédias, houve um tema/discussão em que me destaquei. A discussão prendia-se com algumas notas que poderiam ser facilmente arredondadas, por exemplo, 14.4, e que os professores não faziam. Senti alguma injustiça, porque apesar de não estar presente nas aulas, acredito que se podemos beneficiar um aluno, o devemos fazer sempre. Sinto que tive um papel ativo, porque fui ouvida e dei a minha opinião tendo a perspetiva de alguém que acabou os estudos há pouco tempo e se enquadrava perfeitamente na realidade das classificações justas/injustas.

Por fim, a título de despedida, a DT levou bolo e ficamos todos no final da reunião a partilhar experiências vividas e, na hora de ir embora, todos felicitaram o meu trabalho juntos dos alunos e me desejaram boa sorte para o futuro.

5. CONCLUSÕES E PERSPETIVAS FUTURAS

Tal como o título indica, acabo neste capítulo o meu RE. Sinto que as palavras são tão vagas, quando o coração e a memória estão cheios de experiências, vivências e recordações. De referir que este foi um ano de aprendizagens, de partilha de conhecimentos, tanto com os mais velhos, como com os mais novos.

Sinto que fui desafiada a vários níveis e que todas as experiências contribuíram para a minha evolução enquanto profissional. Os conhecimentos, quer teóricos, quer práticos que adquiri, deram-me a oportunidade de levar uma enorme bagagem para os tempos que se avizinham.

Sempre prezei pela pontualidade, assiduidade e responsabilidade, capacidade de trabalho, empenho, disciplina e paixão foram facetas desenvolvidas durante o ano de estágio. Verifiquei que todas as etapas desde a preparação das aulas até à avaliação sumativa dos alunos são de extrema importância. Importa salientar que os alunos com o seu comportamento e desempenho têm uma elevada influência quer no bom funcionamento da aula, quer na forma de ensinar. O ensino deve sempre ser adaptado aos alunos e ser para os alunos, tendo em conta todas as suas capacidades e limitações.

Quero relevar que me sinto lisonjeada por ter tido a oportunidade de partilhar este ano com pessoas fantásticas, que me ajudaram a ultrapassar as mais difíceis batalhas e barreiras. Começando pela senhora do bar, que mal me via, ia logo direta à máquina de café, aos meus colegas de estágio que me ampararam sempre que eu sentia que as situações saíam do meu controlo, ajudando-me a arranjar soluções, à minha PC sempre atenta e pronta para dar a sua opinião, ao grupo de EF que se mostrava sempre disponível para me ajudar quer nas aulas, quer na troca de espaço e, por último, mas não menos importante, aos meus alunos, que foram o meu foco e objetivo durante todo o meu percurso. Acredito que foi por eles e para eles que dei o meu máximo dia após dia. Desta forma, posso afirmar que cresci enquanto profissional e enquanto ser humano.

Em relação às perspetivas futuras, desejo ter a oportunidade de exercer esta, que é uma profissão cada mais desvalorizada, mas gratificante, só pelo simples facto de recebermos um abraço ou um sorriso dos nossos pequeninos como recompensa do nosso esforço. Tenho a consciência de que tenho necessidade de continuar a trabalhar nesta área pois vivemos numa sociedade em constante mudança e a nossa aprendizagem deve ser contínua para conseguirmos acompanhar esta transformação. Só assim poderei ser uma melhor profissional.

Para além disso, e tendo por base tudo que aprendi ao longo destes anos e, nomeadamente neste estágio, pretendo melhorar o meu desempenho como professora, mitigando as minhas falhas/lacunas e assim contribuir para o sucesso dos meus alunos. Gostaria ainda de trabalhar com alunos de anos intermédios, pois nestas idades todas as fases exigem adaptação e atenção específica.

cursos tecnológicos. Lisboa: Ministério da Educação – Departamento do Ensino Secundário.

Mesquita, I., & Graça, A. (2011). *Modelos instrucionais no ensino do desporto*. In *Pedagogia do desporto* (pp. 39-68). Lisboa: FMH edições.

Metzler, M. W. (2011). *Instructional models for physical education* (3 ed.). Scottsdale: Holcomb Hathaway, Publishers.

Nóvoa, A. (2009). Para una formación de profesores construída dentro de la profesión. *Revista de educación*, 203-218.

Piasenta, J. (2002). *Aprender a observar*. Lisboa: Centro de Estudos e Formação Desportiva.

Pimenta, Selma G. *O estágio na formação de professores – unidade, teoria e prática?* São Paulo, Cortez, 1994.

Rick, J. E. (2014). *Teaching physical education for learning* (7th ed.) New York: McGraw Hill.

Rink, J., & Hall, T. (2008). *Research on Effective Teaching in Elementary School Physical Education*. *The Elementary School Journal*, 108(3).

Rodrigues, E. (2013). Ser professor cooperante: Das funções aos significados. In *Olhares sobre o estágio profissional em educação física* (pp. 93-104). Porto: Editora FADEUP.

Rosa, P. (1999). *O que é ser professor? Premissas para a definição de um domínio da matéria na área do ensino de ciências*. Caderno Brasileiro de

Rosado, A., & Mesquita, I. (2009). *Melhorar a Aprendizagem Optimizando a Instrução*. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Rosado, A., & Mesquita, I. (2011a). Melhorar a aprendizagem optimizando a instrução. In *Pedagogia do desporto* (pp. 69-130). Lisboa: FMH edições.

Siedentop, D., & Tannehill, D. (1991). *Developing Teaching Skills in Physical Education (4th ed)*. Mountain View: Mayfield Publishing Company.

Silva, T. M. L. d. S. e. (2009). *Elementos para a compreensão do processo de reflexão em situação de estágio pedagógico-estudo de caso de um estudante-estagiário de educação física*. Porto: Teresa Silva.

(n.º 5 do Art.º 2.º da Lei de Bases do Sistema Educativo).

7. ANEXOS

Anexo 1 – Planeamento do 1º período.



Plano Anual de Turma - 10º4

Período	Mês	Dia da semana	Data	Hora	Aula nº	Aula da UD nº	Espaço	Unidade Didática	Função Didática
1º Período	Setembro	Terça	20	16h15 - 17h05	1				Apresentação
		Quinta	22	8h15 - 10h	2, 3	1, 2	Pavilhão		FitEscola
		Terça	27	16h15 - 17h05	4	3	Ginásio		FitEscola
		Quinta	29	8h15 - 10h	5, 6	1, 2	Pavilhão	Voleibol	AD
	Outubro	Terça	4	16h15 - 17h05	7	3	Pavilhão	Voleibol	IE
		Quinta	6	8h15 - 10h	8, 9	4, 5	Pavilhão	Voleibol	E
		Terça	11	16h15 - 17h05	10	6	Pavilhão	Voleibol	E
		Quinta	13	8h15 - 10h	11, 12	7, 8	Pavilhão	Voleibol	E
		Terça	18	16h15 - 17h05	13	9	Pavilhão	Voleibol	E
		Quinta	20	8h15 - 10h	14, 15	10, 11	Pavilhão	Voleibol	AS
		Terça	25	16h15 - 17h05	16	1	Exterior	Atletismo	AD
	Novembro	Quinta	27	8h15 - 10h	17, 18	2, 3	Exterior	Atletismo + Andebol	I
		Terça	1	16h15 - 17h05			Exterior		
		Quinta	3	8h15 - 10h	19, 20	4, 5	Exterior	Atletismo + Andebol	E
		Terça	8	16h15 - 17h05	21	6	Exterior	Atletismo + Andebol	E
		Quinta	10	8h15 - 10h	22, 23	7, 8	Exterior	Atletismo + Andebol	E
		Terça	15	16h15 - 17h05	24	9	Exterior	Atletismo + Andebol	E
		Quinta	17	8h15 - 10h	25, 26	10, 11	Exterior	Atletismo + Andebol	E
	Dezembro	Terça	22	16h15 - 17h05	27	12	Pavilhão	Atletismo + Andebol	E
		Quinta	24	8h15 - 10h	28, 29	13, 14	Pavilhão	Atletismo + Andebol	E
		Terça	29	16h15 - 17h05	30	15	Pavilhão	Atletismo + Andebol	E
		Quinta	1	8h15 - 10h				Feriado	
		Terça	5	16h15 - 17h05	31	16	Pavilhão	Atletismo + Andebol	AS
		Quinta	8	8h15 - 10h				Feriado	
		Terça	13	16h15 - 17h05	32	17	Pavilhão	Andebol	AS
	Quinta	15	8h15 - 10h	33, 34		Pavilhão	Auto e hetero avaliação; Atividades desportivas		



Núcleo de Estágio – FADEUP

Joana Moreira / João Campos / Lisa Silva

Anexo 2 – Planeamento do 2º período.

 Plano Anual de Turma - 10º4										
Período	Mês	Dia da semana	Data	Hora	Aula n°	Aula da UD n°	Espaço	Unidade Didática	Função Didática	
2º Período	Janeiro	Terça	3	16h15 - 17h05	36	1	Ginásio	Ginástica		
		Quinta	5	8h15 - 10h	37, 38	2, 3	Ginásio	Ginástica		
		Terça	10	16h15 - 17h05	39	4	Ginásio	Ginástica		
		Quinta	12	8h15 - 10h	40, 41	5, 6	Ginásio	Ginástica		
		Terça	17	16h15 - 17h05	42	7	Ginásio	Ginástica		
		Quinta	19	8h15 - 10h	43, 44	8, 9	Ginásio	Ginástica		
		Terça	24	16h15 - 17h05	45	10	Ginásio	Ginástica		
	Fevereiro	Quinta	26	8h15 - 10h	46, 47	11, 12	Ginásio	Ginástica		
		Terça	31	16h15 - 17h05	48	1	Pavilhão	Futsal		
		Quinta	2	8h15 - 10h	49, 50	2, 3	Exterior/Pavilhão	Futsal		
		Terça	7	16h15 - 17h05	51	4	Pavilhão	Futsal		
		Quinta	9	8h15 - 10h	52, 53	5, 6	Exterior/Pavilhão	Futsal		
		Terça	14	16h15 - 17h05	54	7	Pavilhão	Futsal		
		Quinta	16	8h15 - 10h	55, 56	8, 9	Exterior/Pavilhão	Futsal		
	Março	Terça	21	16h15 - 17h05	57	10	Pavilhão	Futsal		
		Quinta	23	8h15 - 10h	58, 59	11, 12	Exterior/Pavilhão	Futsal		
		Terça	28	16h15 - 17h05				Feriado		
		Quinta	2	8h15 - 10h	60, 61	13, 14	Exterior/Pavilhão	Futsal		
		Terça	7	16h15 - 17h05	62	1	Pavilhão	TAGRugby		
		Quinta	9	8h15 - 10h	63, 64	2, 3	Pavilhão	TAGRugby		
		Terça	14	16h15 - 17h05	65	4	Pavilhão	TAGRugby		
	Abril	Quinta	16	8h15 - 10h	66, 67	5, 6	Pavilhão	TAGRugby		
		Terça	21	16h15 - 17h05	68	7	Pavilhão	TAGRugby		
		Quinta	23	8h15 - 10h	69, 70	8, 9	Pavilhão	TAGRugby		
		Terça	28	16h15 - 17h05	71	10	Pavilhão	TAGRugby		
		Quinta	30	8h15 - 10h	72, 73	11, 12	Pavilhão	TAGRugby		
		Terça	4	16h15 - 17h05	74, 75					
		 Núcleo de Estágio - FADEUP Joana Moreira / João Campos / Lisa Silva								

Anexo 3 – Planeamento do 3º período.

 Plano Anual de Turma - 10º4									
Período	Mês	Dia da semana	Data	Hora	Aula nº	Aula da UD nº	Espaço	Unidade Didática	Função Didática
3º Período	Abril	Quinta	20	8h15 - 10h	75, 76	1, 2	Exterior	Atletismo	
		Terça	25	16h15 - 17h05			Pavilhão		
		Quinta	27	8h15 - 10h	77	3	Exterior	Atletismo	
	Maio	Terça	2	16h15 - 17h05	78, 79	4, 5	Pavilhão	Atletismo	
		Quinta	4	8h15 - 10h	80	6	Exterior	Atletismo	
		Terça	9	16h15 - 17h05	81, 82	7, 8	Pavilhão	Atletismo	
		Quinta	11	8h15 - 10h	83	9	Exterior	Atletismo	
		Terça	16	16h15 - 17h05	84, 85	1, 2	Pavilhão	Badminton	
		Quinta	18	8h15 - 10h	86	3	Pavilhão	Badminton	
		Terça	23	16h15 - 17h05	87, 88	4, 5	Pavilhão	Badminton	
		Quinta	25	8h15 - 10h	89	6	Pavilhão	Badminton	
		Terça	30	16h15 - 17h05	90, 91	7, 8	Pavilhão	Badminton	
	Junho	Quinta	1	8h15 - 10h	92	9	Pavilhão	Badminton	
		Terça	6	16h15 - 17h05			Pavilhão		
		Quinta	13	8h15 - 10h	93, 94		Pavilhão		
		Terça	15	16h15 - 17h05	95		Pavilhão		
 Núcleo de Estágio – FADEUP Joana Moreira João Campos Lisa Silva									

Anexo 4 – Unidade Didática de Ginástica


ZARCO
 ZARCO
 ZARCO

UNIDADE DIDÁTICA – GINÁSTICA – 10º4

		Tempo	50'	100'	50'	100'	50'	100'	50'	100'	
		Data	3/1	5/1	10/1	12/1	17/1	19/1	24/1	28/1	
		Aula	1	2/3	4	5/6	7	8/9	10	11/12	
Habilidade Motoras	Solo	Rolamento à frente com pernas unidas	AD	I/E	E	C	E	E	C	AS	
		Rolamento à frente com pernas afastadas				I/E	E	E	C	AS	
		Rolamento à retaguarda com pernas unidas	AD	I/E	E	E	C	E	C	AS	
		Rolamento à retaguarda com pernas afastadas			I/E	E	E	E	C	AS	
		Apoio facial invertido	AD	I/E	E	E	E	C	E	AS	
		Roda	AD			I/E	E	E	E	AS	
	Posição de Equilíbrio	Avião			I/E	E	C	E		AS	
		Bandeira			I/E	E	E	E		AS	
		Ponte		I/E	E	E	E	C		AS	
	Posições de Flexibilidade	Esparagata			I/E	E	E	E	E	AS	
		Piruetas				I/E	E	E	C	AS	
		Salto tesoura		I/E	E	E	E	E	C	AS	
	Elementos Gimnásticos	Salto de gato		I/E	E	E	E	E	C	AS	
		Pivô				I/E	E	E	C	AS	
		Salto ao eixo	AD		I/E	E	E	C		AS	
	Pinto/Boque	Salto de coelho	AD	I/E	E	C				AS	
		Salto entre mãos					I/E	E	C	AS	
Cultura Desportiva		Terminologia específica	AD	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
		Regulamento		✓	✓	✓	✓	✓	✓		
Fisiologia e Condição Física		Capacidades condicionais e coordenativas		✓	✓	✓	✓	✓	✓		
				✓	✓	✓	✓	✓	✓		
Conceitos Psicossociais		Respeito		✓	✓	✓	✓	✓	✓		
		Empenho		✓	✓	✓	✓	✓	✓		
		Cooperação		✓	✓	✓	✓	✓	✓		
		Autonomia		✓	✓	✓	✓	✓	✓		

Legenda	AD - Avaliação Diagnóstica	I - Introdução	E - Exercitação	C - Consolidação	AS - Avaliação Sumativa
---------	----------------------------	----------------	-----------------	------------------	-------------------------

Anexo 5 – Grelha de AD de Andebol

	Igualdade Numérica/Pressão Alta		
	Em situação de finalização	Com bola	Sem Bola
	Ataque da baliza/espço	Cria possibilidades de jogo	Cria possibilidades de jogo
Nível 1	Não se enquadra com a baliza; Passa a bola sem explorar o espaço de penetração; Denuncia o passe.	Não lê o jogo (passa a bola logo); Passa a bola sem revelar qualquer intenção de ataque.	Demasiada aproximação do portador da bola, não explora o espaço livre, nem procura ultrapassar o defensor direto.
Nível 2	Hesitação e não reage rapidamente, perdendo a vantagem.	Tenta ler o jogo e agir em conformidade, porém não possui recursos técnicos	Hesitação, não sabe bem para onde se deslocar.
Nível 3	Tem iniciativa de penetrar/rematar, ajustando a sua decisão consoante a resposta do adversário.	Ajusta a decisão: Passa a bola ao colega bem posicionado ou executa ações que lhe permite ganhar vantagem	Ajusta a decisão: Desmarca-se em profundidade, garante linha de passe de apoio ou posiciona-se para aumentar espaço

Anexo 6 – Modelo de Plano de Aula



Plano de Aula - UD

Professor Estagiário: _____ **Professora Cooperante:** _____ **Orientador de Estágio:** _____

Turma: _____ **Nº Alunos:** _____ **Aula nº:** _____ **Aula da UD nº:** _____

Data: _____ **Hora:** _____ **Duração:** _____ **Espaço:** _____

Material: _____

Função Didática: _____

Objetivo(s) da aula: _____

Parte	○	Objetivos Específicos	Situações de Aprendizagem	Material	Componentes Críticas
Inicial					
Fundamental					
Final					



Núcleo de Estágio – FADEUP

Joana Moreira | João Campos | Uda Silva

Anexo 7 – Calendário ZarcoCup

ZarcoCup									
TORNEIOS INTERTURMAS									
2016/17		Básico			Secundário				
1ºP	02/nov	BASQUETEBOL							
	09/nov				BASQUETEBOL				
	30/nov	FUTSAL							
	07/dez				FUTSAL				
2ºP	01/fev	VOLEIBOL							
	15/fev				VOLEIBOL				
	15/mar	ANDEBOL							
	29/mar				ANDEBOL				
3ºP	Dia da Escola	FINAIS			FINAIS				

Anexo 8 – Logótipo ZarcoCup



Anexo 9 – Prémios Evento Culminante de Andebol



Anexo 10 – Prémio Aluno Estrela

