

A viagem de um sonho até à realidade.

Relatório de Estágio Profissional

Relatório de Estágio Profissional apresentado com propósito à obtenção do 2º Ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (Decreto-lei nº74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-lei nº65/2018 de 16 de agosto e do Decreto-lei nº79/2014 de maio).

Orientadora: Professora Doutora Paula Maria Leite Queirós

André Miguel Silva Teixeira

Porto, 28 de setembro de 2020

Ficha de Catalogação

Teixeira, A. (2020). “A viagem de um sonho até à realidade”.Relatório de Estágio Profissional. Porto: A. Teixeira. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Palavras-chave:EDUCAÇÃO FÍSICA, ESTÁGIO PROFISSIONAL, DOCENTE, DISCENTE, DEDICAÇÃO.

Agradecimentos

Aos meus pais... por toda a educação e princípios que me transmitiram ao longo dos anos, tanto a nível pessoal como profissional. A forma como me moldaram, com a respetiva liberdade, e me ajudaram a tornar uma pessoa melhor, com princípios e objetivos na vida. Por nunca deixarem que nada me faltasse, e por terem criado condições e tornado possível a realização de todos os meus sonhos. Por serem a minha maior inspiração, e o meu maior orgulho. De forma alguma, palavras podem traduzir o meu agradecimento por eles.

Às minhas irmãs... por sempre estarem presentes em todos os momentos, como pilares que são, e por todas as vezes que foram e são uma segunda mãe, tanto para mim, como para a minha filha.

À minha filha... que veio “do nada” ao mundo, e se tornou em tudo.

À minha tia... por todo o carinho e prestabilidade em todos os momentos.

À minha eterna avó... que sempre será a minha estrela, que tanto me deu em valores humanos, que sei que neste momento estará orgulhosa de mim, como sempre o demonstrou em tudo o que fazia.

Ao Rúben Moreira... que não é de sempre, mas é para sempre. Por todos estes anos, e por toda a lealdade que tem, por ser alguém que me incentiva em todos os momentos, e que em momento algum, me deixou desamparado.

À minha namorada... que sempre esteve do meu lado, que me impulsiona para a frente quando sinto que não consigo andar mais. Por me incentivar a ser alguém melhor todos os dias, por me apoiar incondicionalmente em todas as minhas etapas, e por reconhecer em mim todo o meu esforço. Por acreditar em mim como ninguém, e pela forma como acompanha a minha vida de forma tão peculiar.

Ao Gil Miranda... que apesar da nossa distância, nada apaga amizade que temos, o companheirismo e o respeito. Longe da vista, mas perto do coração. Por todas as vezes que uma chamada e uma garrafa de vinho nos fez felizes e confortados num abraço.

Aos meus amigos das serpentinas mecânicas... por serem fiéis companheiros ao longo destes anos.

Aos meus atletas do futebol... que fazem parte da minha vida profissional, e se tornaram parte integrante de uma nova família.

À professora Paula...por em todos os momentos se ter mostrado presente, e sempre com uma palavra de incentivo, que em tantos momentos, foi preponderante.

Ao professor José Andrade... que tanto tempo dedicou para me ajudar. Por todas as vezes que sabendo de todas as minhas dificuldades, e até mesmo quando “falhei” em alguns momentos, não me largou a mão, e sempre me puxou para o caminho do trabalho, persistência e sucesso. Mais que um exemplo de um bom professor, mostrou as enormes qualidades enquanto ser humano. No fim desta caminhada, levo mais um amigo para a vida.

Aos meus alunos... que tanto trabalho deram, mas que sempre me receberam, aula após aula, com um enorme sorriso e gargalhadas. Sem eles, não teria evoluído, nem tão pouco, sentido o meu verdadeiro papel de professor.

A todos que me acompanharam ao longo deste longo e árduo percurso, o meu muito obrigado!

Índice

Ficha de Catalogação	II
Agradecimentos	III
Índice	V
Índice de Tabelas	VII
Índice de Figuras.....	VIII
Resumo.....	IX
Abstract.....	X
Lista de Abreviaturas	XI
1. Introdução.....	2
1.1. Enquadramento do estágio	2
1.2. A importância do estágio no processo final de formação.....	4
2. Enquadramento Pessoal	6
2.1. Eu	6
2.2. Estágio: Das expectativas à realidade	8
2.3. Adaptações a esta nova realidade, o Estágio	10
2.4. Primeiro impacto e relações pessoais com o ambiente escolar.....	12
3. Enquadramento Institucional	14
3.1.A escola como Instituição.....	14
3.2. Como é a escola onde realizo o estágio?.....	15
3.3. Núcleo de estágio	18
4. Enquadramento Operacional	21
4.1. A Turma	21
4.2. Planeamento	22
4.2.2. Planeamento da Unidade Didática.....	25
4.2.3. Plano de Aula.....	27
4.3. Adaptações do Treino ao contexto da Escola.....	29
4.4. Observação	30
4.5. Treino Funcional	35
4.6. Aptidão Física.....	37
4.7.Avaliação	38
4.7.1. Avaliação Diagnóstica	40
4.7.2. Avaliação Formativa.....	42

4.7.3. Avaliação Sumativa	43
4.7.4. Auto e Heteroavaliação	44
5. Atividades Escolares	46
6. Os Terroristas de Sobrado	48
7. Projeto Individual	50
8. Considerações Finais	53
9. Referências Bibliográficas	55

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Tabela de modalidades desportivas lecionadas em cada período	24
Tabela 2 - Tabela da unidade didática de Badminton.	26
Tabela 3 - Plano de aula da modalidade de futebol	28
Tabela 4 - Registo de observação dos professores	30
Tabela 5 - Tabela de observação	34
Tabela 6 - Tabela de equipamento de circuito de treino funcional	36
Tabela 7 - Tabela utilizada no FitSchool	37
Tabela 8 - Grelha de avaliação diagnóstica	41
<i>Tabela 9 - Grelha de avaliação sumativa</i>	<i>43</i>

Índice de Figuras

Figura 1 - Exterior do pavilhão desportivo	15
Figura 2 - Interior do pavilhão desportivo	16
Figura 3 - Mini-campo desportivo exterior	16
Figura 4 - Campo exterior.....	17
Figura 5 - Elementos do núcleo de estágio	19

Resumo

O presente documento, intitulado “A viagem de um sonho até à realidade”, foi elaborado no seguimento do Estágio Profissional, inserindo-se no âmbito do segundo ciclo do plano de estudos do Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Sendo desta forma, a etapa final na formação para a docência. O relatório de estágio apresenta uma reflexão crítica e um enquadramento do processo de ensino-aprendizagem ao longo de todo o período dedicado à lecionação de conteúdos e à oportunidade de colocar em prática as ferramentas fornecidas pelo corpo docente, ao longo da minha formação profissional, como Professor Estagiário. O relatório encontra-se dividido em oito capítulos, estando cada um subdividido em tópicos mais específicos. Este é iniciado por uma contextualização do estágio e a importância do mesmo no processo final de formação para a docência. Seguindo-se de um enquadramento pessoal, onde visa demonstrar o percurso percorrido até ao presente momento. Neste seguimento, a instituição e tudo o que a engloba, é alvo de análise e reflexão. Num passo seguinte, é realizado um enquadramento operacional, caracterizado pelos planos necessários para a realização de uma aula organizada e eficiente em todos os seus aspetos. São abordadas também as atividades escolares das quais fizemos parte, tornando-nos mais ativos no ambiente escolar. Num próximo capítulo, é feita uma análise sobre a experiência de nos termos de adaptar a um nível de ensino diferente. O penúltimo capítulo é destinado ao projeto individual, que consiste na experiência de trabalhar com uma criança com necessidades educativas especiais. Este documento é finalizado através das considerações finais, onde é feita uma reflexão mais pessoal de todo este processo que me permitiu passar de um sonho a uma realidade.

Palavras-chave: DOCENTE, EDUCAÇÃO FÍSICA, ENSINO-APRENDIZAGEM, EXPERIÊNCIA, REFLEXÃO, RELATÓRIO DE ESTÁGIO.

Abstract

The present document, entitled “The journey from a dream to a reality”, was made following the Professional Internship, related with the second cycle of the study plan of the Master of Physical Education Teaching in the Basic and Secondary School of the Faculty of Sport of the University of Porto. This is the final step in training for teaching. The internship report presents a critical reflection and a Framework for the teaching-learning process throughout the time dedicated to teaching content and the opportunity to put into practice the tools provided by the faculty, throughout my Professional training, as Trainee Teacher. The report is divided into eight chapters, each one subdivided into more specific topics. This starts with a contextualization of the internship and its importance in the final training process for teaching. Followed by a personal Framework, where it aims to demonstrate the path taken until now. In this segment, the institution and everything that encompasses it, is subject of analysis and a reflection. In a next step, as operational is carried out, characterized by the necessary plans for conducting as organized and efficient class in all its aspects. The school activities of which we were part are also addressed, making us more active in the school environmental. In a next chapter, an analysis is made of experience of adapting to a different level of education. The penultimate chapter is for the individual Project, which consists in the experience of working with a child with special educational needs. This document is finished through the final considerations, where a more personal reflection is made of this whole process that allowed me to pass from a dream to a reality.

Keywords: EXPERIENCE, INTERNSHIP REPORT, PHYSICAL EDUCATION, REFLECTION, TEACHER TEACHING-LEARNING.

Lista de Abreviaturas

AD – Avaliação Diagnóstica

AEV – Agrupamento de Escolas de Valongo

AF – Avaliação Formativa

AS – Avaliação Sumativa

EE – Estudante Estagiário

EF – Educação Física

EP – Estágio Profissional

FADEUP – Faculdade de Desporto e Educação Física da Universidade do Porto

MEEFEBS – Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

NE – Núcleo de Estágio

PC – Professor Cooperante

PO – Professora Orientadora

RE – Relatório de Estágio

Capítulo 1

Introdução

1. Introdução

1.1. Enquadramento do estágio

O Relatório de Estágio (RE) é um documento elaborado no âmbito do Estágio Profissional (EP) e insere-se no 2º ano do plano de estudos do Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP). Define-se então como o último passo de todo o processo.

O EP decorreu na Escola Secundária de Valongo, onde ao longo de toda esta experiência, fui orientado pela Professora Orientadora (PO) Paula Queirós e pelo Professor Cooperante (PC) José Andrade. O meu núcleo de estágio (NE) era constituído por mim e mais dois colegas.

O grande objetivo deste RE é o testemunho pessoal do Estudante Estagiário (EE) durante a sua intervenção no ambiente escolar. Este testemunho aborda um professor reflexivo naquele que foi o meu percurso no ensino durante este ano, de forma a transmitir a vivência neste novo contexto, bem como, as aprendizagens, dificuldades, constrangimentos e os resultados alcançados.

Como afirmam Batista e Queirós (2013), o EP pretende capacitar um futuro professor de Educação Física (EF) com ferramentas que o ajudem a se desenvolver e a melhorar nesta profissão. Toda esta experiência que nos é transmitida ao longo deste processo, é de facto, uma mais valia, onde nos permite um primeiro contacto com a realidade do que é ser professor, das suas exigências, e coloca-nos de tal forma próximos do contexto real, que nos permite vivenciar as coisas de tão perto e de uma forma enriquecedora.

Ao longo deste documento estão transcritas todas as estratégias, dificuldades, resultados, experiências positivas como negativas, que fui encontrando ao longo do ano letivo de 18/19. De salientar, que as maiores aprendizagens obtidas neste ano e neste percurso, talvez não estejam aqui inseridas de forma completa, porque os maiores resultados estão em mim, na forma como mudou a minha forma de leitura num contexto que ainda seria um pouco incerto para mim, na forma como me tornei mais ponderado e reflexivo

em cada contexto que era imposto. Toda esta experiência veio tornar-me mais capaz, conhecedor e preparado para desafios futuros na profissão de docente e como treinador.

No geral, Bernardi (2008, cit. Por Krug, 2015, p. 250) afirma que o EPS tem a função de colocar os EE frente a frente com a sua futura profissão. Destacando que o estagiário precisa de deixar de lado a postura de aluno, a qual assume desde o ensino primário, para assumir a postura de docente. Todo este processo de evolução não é assim tão simples, nem ocorre de forma automática, necessitando de tempo, experiência e vivência no contexto real para que possa então acontecer.

1.2. A importância do estágio no processo final de formação

Na minha perspectiva, este passo acaba por ser o maior desafio para nós, Professores Estagiários (PE), sendo este o passo final na nossa formação inicial, onde iremos ter a necessidade de colocar em prática tudo aquilo que vivemos, desta vez, passando agora de um papel de discente, para docente.

Neste processo, considero que será onde iremos conseguir trabalhar e criar uma identidade própria, baseada na prática, no erro, na procura de soluções, no superar todos os constrangimentos que foram muitos ao longo do processo, como discente, docente, treinador, pai e no desenvolvimento das nossas capacidades.

Como afirma Medeiros e Gomes (2005, pp.19/20), a formação inicial permite aos futuros professores a possibilidade de “serem capazes de tomar decisões e efetuarem escolhas fundamentadas perante a incerteza, a instabilidade, a complexidade e a singularidade que caracterizam o ato educativo”.

Capítulo 2

Enquadramento Pessoal

2. Enquadramento Pessoal

2.1. Eu

O meu nome é André Miguel Silva Teixeira, nasci a 7 de dezembro de 1991, em Amarante. Vivo desde sempre na Lixa, a cidade na qual frequentei todos os ciclos de ensino até ao 12º ano. Não sou capaz de me lembrar de mim, desde bem pequeno, onde não reveja em todas as minhas memórias, o desporto.

O primeiro contacto com a minha modalidade de eleição, o futebol, foi aos 6 anos, onde entrei para a equipa de academia do Futebol Clube da Lixa. Desde então, nunca mais consegui afastar-me de tudo aquilo que envolvia aqueles treininhas, aqueles jogos entre todos os coleguinhas da escola, onde todos queríamos ser os melhores. Joguei até aos meus 25 anos, sempre no mesmo clube, de onde nunca quis sair, por ser a minha segunda casa, que em tanto, me fez feliz e orgulhoso daquilo que fazia e sentia ano após ano. Aos 25 anos, já tinha 4 anos conciliados entre treinador de formação e jogador. Acabando depois, por motivos de lesões e incompatibilidades, por ter de optar apenas pela carreira de treinador. Algo bastante custoso, deixar de jogar.

No entanto, superei mais facilmente, porque não me iria desligar do mundo futebolístico. Hoje, confesso que jogar sempre foi a minha maior felicidade, mas neste momento, nada me faz mais feliz que ser treinador, sou um felizardo por poder fazer aquilo que mais gosto, sou apaixonado pelo treino, pela emoção do jogo, por ser líder num grupo, por transmitir tudo aquilo que vivi, aprendi, estudei e estudo, aos mais novos.

Sendo da mesma forma, apaixonado pelo trabalho, tenho prazer na planificação da minha época, dos meus treinos, da superação das dificuldades que surgem, pela forma como sei que consigo intervir na vida de tantos miúdos. Já alcancei alguns “pequenos” grandes sonhos, vários troféus, no entanto, como já referi, sou fã de vitórias e sucessos, mas de trabalho também. Contudo, após a entrada para a FADEUP, todos estes processos se tornaram mais difíceis, a exigência era muita, por isso mesmo, penso que saímos desta faculdade com muito orgulho e com grandes capacidades específicas e gerais da área em que estamos inseridos, sendo sempre acompanhados por

professores com um vasto currículo e experiência. Atrasei um ano por vários motivos, principalmente por dedicar tanto tempo ao futebol e ao curso de treinadores, onde neste presente ano, também me encontro em estágio, o que se tornou em mais uma árdua tarefa no meu cotidiano.

Com tantas coisas para fazer diariamente, fui organizando as minhas tarefas de forma a conseguir conciliar tudo, e tudo se torna mais fácil quando tenho a minha família, pais, irmãs, tia e a minha filha, que em todos os momentos demonstram ser o meu maior pilar, principalmente os meus pais, que sempre me proporcionaram o melhor ambiente possível, em todos os sentidos, e condições, para que me possa formar e tornar-me um profissional qualificado, apesar de todas as dificuldades e exigências que a vida por vezes nos coloca. Sem nunca esquecer a minha avó paterna, já não presente, que também sempre foi um grande apoio, e certamente que estaria feliz por ver que estou a alcançar tudo aquilo que sempre quis. São então, eles, o meu maior exemplo de superação e luta por aquilo que mais almejo. Terminando esta minha apresentação, convicto de que, escolhi o caminho certo, e ciente que com muito trabalho e dedicação, irei concluir este ano com sucesso, e de forma enriquecedora para a minha experiência profissional e pessoal.

2.2. Estágio: Das expectativas à realidade

Ao longo do primeiro ano de Mestrado, as minhas expectativas relativamente ao estágio eram quase nulas, não tinha noção alguma do que iria ter de enfrentar, nem tinha uma opinião fundamentada sobre as suas valências no meu processo final de formação. Ao longo desse mesmo ano, ia sempre ouvindo os professores falar sobre a árdua missão que iríamos ter de enfrentar e as responsabilidades que iríamos ter de acarretar.

À medida que o ano ia terminando, ia então formando uma ideia do que seria o estágio, baseado no que ouvia da parte dos professores. Nessa mesma altura, começam a surgir os receios, as incertezas, um sentimento talvez de incapacidade a cada passo que me aproximava desse ano. Nesta fase, começámos a perceber que deixámos de procurar uma referência nos professores que nos acompanham, porque vamos de alguma forma, a sermos nós uma referência para os nossos alunos. Agora, tudo aquilo que vamos fazer terá repercussões. Ou na nossa vida, ou na dos nossos alunos.

Na minha perspetiva, e agora já realizado o estágio, confesso que numa fase inicial não estava preparado para a realidade que comecei a viver no início do mesmo. Foi a transformação de uma vida baseada na teoria, para a sua realização, a prática, o contexto real. Considerando que, neste processo, existe uma grande “margem de erro”, no sentido que, por mais que alguém tenha uma base teórica perfeccionista, a sua aplicação, não é certa, não é garantido que no momento e contexto real funcione.

Por isso mesmo, hoje, considero que o estágio é o momento mais importante da nossa vida académica pois, aquilo que mais recordo, é uma busca constante na procura de soluções e readaptações.

Ao longo de todo este processo tão incalculável, foi bastante importante a ligação e o apoio do PC, que conseguiu a cada passo, manter uma relação mais próxima, diria até, uma relação de amizade, onde procurou incessantemente orientar-me no caminho certo, na partilha de conhecimentos e em fornecer-me ferramentas para que fosse capaz de encontrar as soluções quando pensei que apenas haveria um sentido único em alguns momentos.

Num primeiro contacto com a escola, no dia em que me apresentei, foi algo bastante agradável, e que não estava de todo à espera. Relativamente às instalações da escola, fiquei bastante surpreendido, pois esperava que as condições físicas fossem piores, no entanto, deparei-me com uma escola muito bem conservada, com grandes dimensões e bastante limpa, apresentável. No que diz respeito mais à minha área, no âmbito da educação física, também fiquei surpreendido, pois apresentou ser uma escola muito bem preparada com todas as condições necessárias. Principalmente, a nível de material, com bastantes recursos e em boas condições, algo que não esperava de todo.

Ainda sobre o meu primeiro contacto na escola, foi algo muito acolhedor, também proporcionado pelo PC, que fez questão de nos apresentar aos colegas de trabalho, diretora da escola e funcionários. Tal como uma visita pela escola para que nos conseguíssemos adaptar mais facilmente.

De uma forma geral, foi uma adaptação mais simples do que aquilo que imaginava, no entanto, mais direcionado para a vertente do ensino e da missão que tive ao longo do ano, foi muito mais difícil, onde a procura de soluções e estratégias foi o mais evidente, culminando com uma ideia do estágio muito diferente daquilo que supunha, e reconhecendo hoje que, o estágio é o nosso primeiro momento alto de uma futura profissão, que nos coloca perante a realidade, e que sem ele, de forma alguma, estaríamos preparados para ingressar nesta viagem de ser professor de educação física.

2.3. Adaptações a esta nova realidade, o Estágio

Ao longo de todo este longo processo, tive de conseguir fazer várias adaptações na minha vida, que foram bastante desgastantes, e muitas vezes, quase que momentâneas.

Numa primeira fase, a adaptação ao horário escolar. Sendo eu da Lixa, todos os dias fazia cerca de uma hora de viagem para cada lado, sendo cansativo, e consequentemente desgastante, física e economicamente. Isto porque, todos os meus dias eram a correr. Sou treinador de futebol, no Futebol Clube da Lixa, onde dou treino quatro vezes por semana, e por norma, tenho de estar no complexo desportivo por volta das 18 horas, o que por muitas vezes era quase impossível. Dessa forma, fui obrigado a, em alguns dias que me era permitido, atrasar a hora do treino, ou então, preparar as coisas de forma a que o treinador adjunto pudesse iniciar a sua preparação antes de eu chegar.

Se antes a única preocupação era o planeamento dos meus treinos, naquele momento, tudo se tornou mais complicado de gerir. Tinha também de planear todas as aulas da escola e preparar todos os dias várias tarefas para que no dia seguinte nada falhasse. Tarefas diárias como por exemplo, correção do plano de aula aplicado no dia, planificação do seguinte, realização do diário de bordo onde escrevia todos os dias uma reflexão sobre a aula, o que correu bem, o que correu menos bem, entre outros aspetos que entendesse serem pertinentes.

Depois, a adaptação aos meus horários e da minha filha que tinha 4 anos. Tendo de levar a minha filha e buscar ao infantário, tudo isto parecia tornar-se impossível. Portanto, comecei a levantar-me ainda mais cedo, tal como a minha filha, e deixá-la no infantário, quase uma hora antes do que era permitido. Para a ir buscar, seria impossível em alguns dos dias, e então, obtive ajuda e apoio do meu pai e da minha irmã, onde íamos gerindo as coisas dia após dia, de forma a que tudo fosse compatível, nos dias que não chegava a tempo de Valongo e tinha de me deslocar diretamente para o complexo desportivo, ou aqueles dias em que se me atrasasse, a minha filha não ficasse no infantário à espera.

No meio desta situação, e não menos importante, uma gestão económica muito acentuada, porque agora as despesas eram enormes. Por exemplo, com todos estes problemas a nível de horários e afins, não foi possível que me deslocasse para Valongo de transportes públicos, tive de ir de carro todos os dias.

Estas foram as principais adaptações que sofri ao longo deste ano, e que em muitos momentos, senti que seria incapaz. Com todo o esforço, capacidade de adaptação, e o incentivo da minha família, e, principalmente, do PC, fui capaz de concluir este longo ano.

2.4. Primeiro impacto e relações pessoais com o ambiente escolar

Como já referido anteriormente, o primeiro impacto foi bastante positivo, pelo facto de encontrar uma escola e um ambiente escolar bastante positivo, ao contrário do que seriam as minhas expectativas iniciais. Uma escola muito bem organizada, limpa e com muitas condições para o ensino. Algo que nem sempre é a nossa realidade de forma geral nas escolas.

No que diz respeito ao professor cooperante, José Andrade, de início pensava que seria alguém que estaria presente para nos orientar e acima de tudo, para avaliar. Algo que com o tempo se mostrou uma ideia de certa forma, errada, porque este, se mostrou mais como um amigo, que estaria ali presente em todos os momentos, onde a sua preocupação maior não seria o ato de avaliação, mas sim, de reflexão, de me colocar num contexto onde o principal aspeto será sempre a nossa capacidade reflexiva sobre o que fazemos, e de que forma, podemos melhorar. Foi alguém que se revelou sempre disponível para me ajudar, um facilitador do meu processo de integração no ambiente escolar, e acima de tudo, um potenciador e incentivador das minhas capacidades.

Relativamente à minha relação com os alunos, penso que terá sido excelente. Não tive dificuldade em impor, agora como professor, e de mostrar de que forma seriam as aulas, as normas e regras, manter uma relação de troca simultânea de ideias, princípios, valores e influências.

Capítulo 3

Enquadramento Institucional

3. Enquadramento Institucional

3.1.A escola como Instituição

A Escola é uma das instituições mais importantes na sociedade contemporânea. Desde o início da sua implementação, o seu papel fulcral na formação teve um enorme impacto na forma como a sociedade atual é orientada, fundamentalmente pela influência nos seus intervenientes diretos, as pessoas.

Assim, a Escola nunca terá apenas um carácter meramente formativo a nível de conhecimento e informação, mas sim uma responsabilidade imensa na formação integral de indivíduos, em todos os domínios. Alves-Pinto (1995) refere que a abordagem relativamente à Escola implica encará-la como um sistema de trocas sociais, dado que as escolas são *“instituições onde os novos membros da sociedade começam a alargar a sua experiência do social para além do seu grupo de origem.”*

Segundo Canário (2005), *“a Escola como instituição funciona como uma ‘fábrica de cidadãos’, que visa a integração social, e que parte de um conjunto de valores intrínsecos”*. Segundo Santos Guerra (2002), *“a Escola é detentora de uma cultura própria, que se constrói e desenvolve durante o percurso de interação social, embora se considere a Escola como um veículo transmissor da cultura da sociedade em que se insere.”*

Mais especificamente, quanto à Educação Física, penso que o objetivo principal não será formar atletas de alto rendimento, mas sim, proporcionar aos alunos diversas experiências, de forma a motivá-los para a prática desportiva, fora da escola. Ao mesmo tempo que, proporciona aos alunos um maior envolvimento entre si, ajuda na construção de relações mais interativas, bem como, apresenta uma forma de promover a atividade dos alunos, que cada vez mais, são sedentários.

3.2. Como é a escola onde realizo o estágio?

A escola onde realizei o EP pertence ao concelho de Valongo, distrito do Porto, pertencendo ao Agrupamento de Escolas de Valongo (AEV). A escola Secundária de Valongo existe desde 26 de setembro de 1989.

A escola dispõe de Educação Pré-Escolar, 1º, 2º e 3º ciclo do ensino básico, Cursos de Educação e Formação de Jovens, Cursos CientíficoHumanísticos, Cursos Profissionais, Cursos de Educação e Formação de Adultos e Ensino Recorrente.

Em relação aos recursos disponíveis para a prática da EF, a Escola dispõe de um Pavilhão Polidesportivo, em boas condições, tal como dois campos desportivos exteriores.

Seguem abaixo algumas fotografias dos mesmos.



Figura 1 - Exterior do pavilhão desportivo



Figura 2 - Interior do pavilhão desportivo



Figura 3 - Mini-campo desportivo exterior



Figura 4 - Campo exterior

Quanto ao material disponível, penso que também não falta nada que seja de grande relevância, visto que existe um grande leque de material em boas condições para as diversas modalidades, e bastante material para a realização de treino funcional, como mostro em fotografia abaixo. Algo que considero importante, para a manutenção e organização de todo o material, serão as duas arrecadações que dispõe, uma grande e outra relativamente mais pequena.

A gestão dos espaços e planeamento das aulas, foi algo extremamente positivo, devido a uma boa organização e gestão por parte dos professores, sendo que a rotação era feita de acordo com as turmas e a matéria a abordar, tendo sempre como preocupação, em que nenhuma turma fosse prejudicada pelo espaço em que se encontrava aula a aula. Esta excelente dinâmica facilitou todo o processo de planeamento da minha parte, porque dispúnhamos de toda a informação necessária para realizarmos a planificação anual, por períodos, por unidade didática e para cada aula.

3.3. Núcleo de estágio

O núcleo de estágio era constituído por três elementos: eu e mais dois colegas estagiários.

Em primeiro, reforçar a ideia de que o núcleo deveria ser uma estratégia de interação entre os elementos, bem como, uma forma de potencializar o trabalho em equipa, e ultrapassar as dificuldades encontradas ao longo do percurso.

No nosso caso em específico, começámos logo com algumas condicionantes: o facto de sermos três elementos que nunca conviveram, sendo de turmas diferentes. Depois, o facto de termos idades diferentes, e, consequentemente, estádios na vida diferentes. Apenas um se identificava mais comigo, no sentido que estava a realizar o estágio, e fora isso, já estava inserido num contexto de trabalho, tal como eu, no futebol, o que nos complicava a entrega e colaboração entre todos.

Tínhamos todos algo em comum: a Escola Secundária de Valongo não foi uma escolha primordial para nenhum. Estávamos todos um pouco deslocados geograficamente com a escola, o que de alguma forma, e devido também ao trabalho de cada um, nos impossibilitava de reunir frequentemente, pela distância entre cada um, bem como, reunir no fim das aulas, porque como tínhamos uma viagem para fazer, e o futebol em horas específicas, acabou por tornar tudo isto numa enorme dificuldade para todos. Apenas um dos meus colegas tinha uma maior disponibilidade, que, acabava por não ser compatível com a nossa.

Todos estes aspetos, formaram então um núcleo de estágio debilitado, e com sentidos opostos. Numa fase inicial, não estávamos a conseguir lidar com todos estes constrangimentos, e foram várias as estratégias falhadas para o seu funcionamento.

Ao longo do ano, fomos percebendo que a nossa dinâmica na escola, iria depender muito do nosso entrosamento, levando-nos a debater algumas estratégias mais assertivas e a ser mais compreensivos uns com os outros.

De certa forma, com todos estes ajustes, fomos começando a unir o nosso grupo, e começámos então a gerir todos os aspetos, fazendo com que conseguíssemos trabalhar e auxiliar-nos.

No âmbito geral, o nosso núcleo não começou da melhor forma, e foi uma pena não termos mantido a relação com que terminámos desde o início, sem dúvida alguma, que teria sido uma vertente facilitadora de todo o processo ao longo do ano de estágio.

De seguida, mostro a foto do nosso núcleo de estágio, em que o mais importante acaba por ser a forma como terminámos, e a relação que levamos para a vida.



Figura 5 - Elementos do núcleo de estágio

Capítulo 4

Enquadramento Operacional

4. Enquadramento Operacional

4.1. A Turma

Numa fase inicial, procedemos com o professor José Andrade à apresentação das turmas e dos alunos, sendo a primeira aula lecionada pelo professor José Andrade, de forma a proporcionar-nos uma integração mais facilitadora e de modo a que fôssemos capazes de fazer uma interpretação geral de cada turma, para formarmos a nossa opinião e refletirmos sobre a mesma.

De seguida, foi feita uma distribuição das turmas por cada um de nós, onde cada um ficou com uma turma. Neste sentido, as nossas tarefas ficaram mais simples, permitindo que com essa atribuição específica de uma turma para cada um, possibilitando que o nosso planeamento de aulas, logística, entre outros, pudesse ser feito de forma mais específica, com maior autonomia e uma perceção constante de aula para aula, sobre os resultados e evolução dos alunos, com o nosso trabalho. Permitindo assim, também, uma maior evolução da nossa parte como professores, principalmente, no aspeto reflexivo e na procura de soluções, com foco nos nossos alunos e no constante trabalho realizado.

Relativamente à minha turma, fiquei com um 11º, uma turma bastante homogénea nos padrões de comportamento e mentalidade. Não tive grandes dificuldades em impor a minha forma de estar, e de promover as minhas ideias relativamente aos comportamentos esperados e desviantes.

Segundo Gómez (2000), a escola é um ambiente de aprendizagem, onde existe uma pluralidade cultural, mas que direciona a construção de significados partilhados entre o professor e o aluno. Analiso então que a minha relação com os alunos foi sempre cordial, uma relação aberta e de troca de ideias constantes, privilegiando sempre o diálogo nas situações em que algum aluno não se sentisse confortável ou agradado. Por norma, esta troca de ideias surgia sempre no final de cada aula, onde ficávamos um pouco no recinto desportivo.

Sem dúvida alguma foi uma turma muito especial: a minha primeira turma enquanto professor. Fazem parte do meu primeiro passo, do meu processo de evolução, e acima de tudo, jovens que levo para a vida nas minhas recordações.

4.2. Planeamento

“O professor desenvolve a sua atividade pedagógica no confronto sistemático entre teoria e prática” (Matos, 1993, p.470).

Desta forma, entendo que o planeamento é uma constante reflexão daquilo que idealizamos para ensinar, ou como ensinar, até ao momento de colocar em prática, onde nem sempre é aplicável da forma que teoricamente prevíamos.

Bento (2003, p.16) afirma que o “planeamento constitui a esfera de decisão na qual o professor pré-determina quais os efeitos a alcançar no ensino e para quê são despendidos tempos e energias”.

Com isto, o planeamento consiste na determinação de objetivos a cumprir a médio e longo prazo, bem como, na idealização de estratégias e formas para conseguir atingir esses mesmos objetivos traçados. Correspondendo a três etapas fundamentais: determinar o que queremos fazer, determinar como o queremos fazer e como aplicar no devido contexto.

Para mim, enquanto EE, foi uma mais valia todo este processo de planeamento, visto que não tinha grande experiência, e todo este processo veio a ser como um guião para mim, onde consegui perceber sempre as minhas próprias etapas: onde estou, como estou e para onde quero ir.

Todo este processo acaba por ter uma margem de erro, visto que podemos planear ao pormenor, como por exemplo, um plano de aula, e no momento de o colocar em prática, pode não ser assim tão linear, visto que basta uma pequena alteração inesperada, e será necessário uma readaptação quase que momentânea, alterando por vezes aquilo que já tínhamos idealizado. Sendo que, todas as nossas planificações e sucesso em cada tarefa que apliquemos, também depende dos alunos, da forma como eles

interpretam e executam, da sua motivação e compromisso. Este acaba por ser mais um fator, que em algumas circunstâncias, nos obriga a alterar num dado momento, algo já planificado, porque como já falado anteriormente, é necessário um confronto sistemático entre aquilo que planeamos (teoria) e o momento em que realizamos (prática).

4.2.1 Plano Anual

O plano anual corresponde à primeira etapa no que diz respeito ao planeamento do processo de ensino, onde representa de forma global as unidades didáticas a abordar ao longo do ano letivo, como refere Bento (2003, p.67) “a elaboração do plano anual constitui o primeiro passo do planeamento e preparação do ensino e traduz, sobretudo, uma compreensão e domínio aprofundado dos objetivos de desenvolvimento da personalidade, bem como reflexões e noções acerca da organização correspondente ao ensino no decurso de um ano letivo”. Este processo é feito de forma bastante pormenorizada e requer um trabalho de análise e reflexão a longo prazo.

Antes do início do ano letivo, juntamente com o professor cooperante, foram mapeadas as modalidades a serem abordadas, bem como, o número previsto de aulas juntamente com os períodos e pausas previstas.

Ficou então definido que no primeiro período iríamos abordar o voleibol, no segundo badminton e no terceiro futebol. Neste processo de planeamento, fomos informados relativamente aos espaços que poderíamos utilizar, e deparamo-nos com uma pequena dificuldade, onde, de forma rotativa, teríamos de dar aula no exterior. Dessa forma, e tendo em conta algumas debilidades relativamente ao espaço e organização da aula, ficou estipulado, que sempre que tal acontecesse, a aula no exterior seria sempre da modalidade de futebol.

De um modo geral, as modalidades a abordar seriam de alguma “facilidade” para mim, visto serem modalidades que sempre pratiquei, e pelas quais nutro um gosto especial. Ainda mais, por futebol, uma área em que me sinto muito à vontade devido à minha experiência na vida profissional, com o qual lido diariamente.

Contudo, mesmo sentindo confiante nestas temáticas, foi necessário aprofundar alguns conhecimentos e estratégias de ensino, pois o ato educativo requer muito mais do que simples transmissão de conhecimentos.

Apresento de seguida uma tabela que representa a distribuição das respetivas modalidades lecionadas em cada período no ano letivo de 2018/2019:

Tabela 1 - Tabela de modalidades desportivas lecionadas em cada período

Período	Modalidade
1º Período	Voleibol
	Futebol
2º Período	Badminton
	Futebol
3º Período	Futebol

4.2.2. Planeamento da Unidade Didática

Segundo Bento (2003, p. 75), “as unidades temáticas ou didáticas, ou ainda de matéria, são partes essenciais do programa de uma disciplina. Constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos etapas claras e bem distintas de ensino e aprendizagem”.

Para a concretização do planeamento de cada unidade didática, é necessário ter um conhecimento bastante abrangente no que diz respeito à matéria que se vai lecionar, de modo a compreender qual a forma mais eficiente para distribuir cada conteúdo, pelo número de aulas previstas para o ano letivo.

É necessário definir metas, conhecendo todos os aspetos envolventes como o espaço de aula, cuidados a ter, o material disponível, entre outros. Só após esta etapa, é que podemos estabelecer os objetivos, tendo sempre a perceção de tudo aquilo que nos vai envolver ao longo da unidade didática.

No planeamento específico de cada unidade didática, grande parte desse conteúdo a abordar, era definido pelo grupo de educação física da ESV, o que facilitou de alguma forma nas minhas planificações, fornecendo uma base para as restantes etapas do planeamento.

Ao longo do primeiro período, deparei-me com momentos de reflexão, onde, na minha opinião, o tempo para determinadas componentes, era muito pouco, consequentemente alguns conteúdos necessitaram de mais do que o previsto, uma vez que o objetivo era que os alunos tivessem tempo suficiente para assimilar e colocar em práticas os temas lecionados.

De seguida, mostro uma tabela que representa a unidade didática de Badminton.

Tabela 2 - Tabela da unidade didática de Badminton.

UNIDADE DIDÁTICA BADMINTON 11ºCT3

Mês	J	J	J	J	J	J	J	J	J	J	F	F	F	F	F	F	F	M	M	M	M	M	M	ABRIL	
Dia	3	8	10	15	17	22	24	29	31	5	7	12	14	19	21	26	28	12	14	19	21	26	28		
Aula n.º	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	02 F. 05	
Sumário nº																									
Conteúdos																									
Habilidades Motoras	Técnica	Pega	AD/I	E	E	E	C																		Avaliação Sumativa
		Serviço Curto	AD/I	E	E	E	E	E	E	C															
		Serviço L.	AD/I	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	C	C							
		Lob	AD	I	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	C	C			
		Clear	AD	I	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	C	C						
		Encosto	AD	I	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	C	C		
		Amorti	AD			I	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	C	C		
		Remate	AD				I	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	C	C		
	Bloqueio	AD					I	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	C	C		
	Tática	Posição B/D	AD	I	E	E	E	E	C																
Jogo 1x1		AD	I	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	E	C	C				
Jogo 1+1		AD		I	E	E	E	E	E	E	E	C	C												
Regras		Presente em todas as aulas																							
Condição Física		Presente em todas as aulas (através do circuito funcional composto por 14 estações)																							
Cultura Desportiva		Presente em todas as aulas																							
Conceitos Psicossociais		Presente em todas as aulas																							

4.2.3. Plano de Aula

O plano de aula, corresponde ao terceiro nível do planeamento, sendo o mais pormenorizado e que por norma mais alterações sofreu após aula.

Por norma, a estrutura do plano de aula era sempre a mesma, tendo sido elaborada por mim, juntamente com o professor cooperante, tal se sucedia de forma a conseguir um modelo que fosse capaz de englobar todos os aspetos fundamentais e de se aplicar a qualquer aula independentemente da modalidade a ser abordada.

As nossas aulas seguiam geralmente o mesmo padrão, de modo a criar uma guia orientadora para os alunos, tentando dessa forma, promover um maior tempo de exercitação, menos paragens e promover um maior aproveitamento por parte de todos os alunos. Iniciávamos, então, sempre com uma ligeira ativação geral, para depois dar início a um circuito de treino funcional, composto por 14 estações, regulado por tempo.

Após o término do mesmo, passávamos para a parte fundamental da aula, onde antes de cada exercício, explicava de que forma iria decorrer e os aspetos a ter em conta como fatores chave para a sua realização. Procurando sempre, ser o mais breve possível, de forma a não perder atenção dos alunos, e a reduzir o tempo de paragens.

No fim da aula, preocupei-me sempre em disponibilizar alguns minutos para falar um pouco com os alunos sobre o que foi feito e questioná-los sobre o mesmo, com o intuito de perceber se teria sido claro e se teria conseguido transmitir os conhecimentos pretendidos.

Ao longo de todo o processo de ensino, penso que cresci bastante, principalmente, em aspetos como o meu posicionamento, colocação de voz, demonstração, postura, entre outros, que foram constantemente alterados e corrigidos, com ajuda do professor cooperante, tornando-me mais produtivo em cada um desses momentos, entendendo realmente a importância que cada um desses aspetos tem no momento de ensino.

Apresento seguidamente, o exemplo de um plano de aula da modalidade de futebol.

Tabela 3 - Plano de aula da modalidade de futebol

Unidade Curricular: FUTEBOL	Turma: 11ºCT3	Data: 09/05/2019	Hora: 15:20/16:35
Nº Aula: 23	Nº de Alunos: 20	Docente: André Teixeira	
Material: 3 Balizas; 10 bolas; 16 coletes; 30 Sinalizadores.			
Objetivos específicos da Aula: Aprimorar o passe e recepção (receber a bola com parte interior do pé; Levantar a cabeça antes de fazer o passe). Exercitação do drible e condução de bola.			
Sumário (117/118): Unidade didática de Futebol: Desenvolvimento da aptidão física através de um circuito de treino funcional de 14 estações. Exercitação do passe e recepção. Exercitação do drible e condução de bola. Jogo 3X3/5X5.			

	Conteúdos	Objetivos Comportamentais/Operacionais	Tempo	Componentes Críticas/Critérios de êxito
I N I C I A L	Aquecimento (coordenação motora; Mobilidade articular; ligeira corrida)	Ativação Geral; Exercício de caçadas, utilizando a posição/deslocamentos base da modalidade	2'	Exercitação articular
	Melhoria da capacidade física dos alunos, bem como, prevenção de lesões	Circuito de treino funcional	20'	Max. Repetições em 20'' Exercício <u>correto</u> em cada estação.
F U N D A M E N T	Passe (longo) e <u>recepção</u> , drible	4 <u>filas</u> , nos cantos do terreno de jogo, devem realizar drible nos sinalizadores, seguindo-se de passe longo na diagonal, deslocando-se para onde fez o passe, pelo exterior. Variante 2: igual, mas realizando drible até ao colega, ao invés de passe longo.	15'	- q. aluno levanta a cabeça antes de realizar o passe; - q. aluno recebe a bola de forma orientada no espaço, e com a parte interna do pé; - Condução de bola, com bola junta ao pé e cabeça levantada;
A L	Passe, <u>recepção</u> e condução de bola	Mantendo a estrutura do exercício anterior, o aluno deve realizar passe para o colega à sua esquerda, onde este, deve receber a bola, devolver ao passador, e voltar a receber a bola no espaço, repetindo o mesmo processo para o próximo colega. (<u>Combinação simples</u>).	15'	- q. aluno levanta a cabeça antes de realizar o passe; - q. aluno recebe a bola de forma orientada no espaço, e com a parte interna do pé; - Condução de bola, com bola junta ao pé e cabeça levantada;
	Passe, <u>recepção</u> e condução de bola	Variante 2: Mantendo a mesma ordem e <u>direção</u> , mas agora dividido em 2 espaços, rapazes num espaço e raparigas noutro. <u>os alunos</u> devem apenas fazer condução de bola até ao colega seguinte, sendo que, o aluno que for ultrapassado pelo colega anterior, deve fazer 5 flexões de braços.	15'	- O aluno realiza condução de bola com as diversas faces do pé, aprimorando inicialmente a condução com a parte interior; - Condução de bola com cabeça levantada; - Bola junto ao pé.
F I N A L	Jogo 3X3/5X5	Jogo em espaço reduzido.	20'	Os alunos aplicam aquilo que foi praticado durante as aulas, em situação de jogo.

4.3. Adaptações do Treino ao contexto da Escola

Vivenciando já alguns anos como treinador, tanto em escalões de formação, como em seniores, senti uma necessidade de adaptar a minha postura ao contexto de ensino. São duas vertentes completamente distintas, onde procurei adaptar-me da melhor forma. Desde a rigidez nas aulas, a interação, pois entre aluno-professor e treinador-jogador é completamente diferente, principalmente na forma como transmitia os feedbacks, entre outros aspetos.

Por outro lado, esta experiência no futebol, ajudou bastante, na medida em que não senti dificuldade em estar perante um grupo de alunos, de me expressar e sentir à vontade. Da mesma forma que o planeamento das aulas, construção de exercícios e a sua aplicação, foi mais uma valia que trouxe do futebol.

4.4. Observação

Segundo Rink (1993), quando os estudantes analisam e observam os próprios desempenhos ou dos seus colegas, transformam essa capacidade numa excelente fonte de aprendizagem.

Por esse motivo, é que realizar observações aos nossos colegas é uma das tarefas que está presente nas normas orientadoras do EP. Durante o ano letivo foi proposto a observação de dez aulas a cada um dos nossos colegas do núcleo de estágio, sendo um total de vinte observações, onde reparti todas as mesmas, ao longo dos três períodos escolares.

Na minha perspetiva, estas observações são de grande importância, porque permite-nos não só trabalhar a nossa capacidade de interpretação daquilo que estão a fazer, bem como, interpretar de que forma o processo está a ser feito e o que poderia fazer para que a sua aplicação possa ser realizada com uma maior taxa de sucesso.

Por outro lado, quando somos nós a ser observados, estamos tão focados na tarefa, que eventualmente podemos não ter noção de tudo o que nos rodeia, e uma análise feita de fora, pode sempre ser benéfica para conseguirmos posteriormente perceber o que foi feito, os pontos mais débeis, e procurar refletir sobre isso, e melhorar esses aspetos.

Penso que estas observações devem ser feitas sempre num sentido crítico, mas de forma construtiva, o que nos leva a observar, e, ao mesmo tempo, indicar soluções.

Segue abaixo, o modelo usado para observação de professores.

Tabela 4 - Registo de observação dos professores

Aula:	Sessão:	UD: Badminton	Conteúdos:		Data: 13/ 3 /19
Professor Observador: André Teixeira/Marcelo Cruz		Professor Observado: Rodrigo Costa	Turma:11°CSE		Observações
Min.	0'' - 15''	15' - 30'	30'' - 45''	45'' - 60''	
1'	AT				

2'	AT				
3'	AT				
4'	AT				
5'	I				
6'	I			OB	
7'	OB				
8'	OB				
9'	OB				
10'	OB				
11'	OB				
12'	OB				
13'	OB				
14'	OB				
15'	OB				
16'	OB				
17'	OB				
18'	OB				
19'	OB				
20'	O		I		
21'	I				
22'	I	O			
23'	OB				
24'	OB				
25'	OB				
26'	OB				
27'	OB				
28'	OB				

29'	OB				
30'	OB				
31'	OB				
32'	OB		FB	OB	
33'	OB				
34'	OB				
35'	OB				
36'	OB	FB	OB		
37'	OB				
38'	OB			FB	
39'	OB				
40'	OB				
41'	OB				
42'	OB				
43'	OB				
44'	OB				
45'	OB				
46'	OB				
47'	OB	I			
48'					
49'	I	OB			
50'	OB				
51'	OB				
52'	FB	OB			
53'	OB				
54'	OB		FB	OB	
55'	OB			AP	

56'	OB		I		
57'	I		O	OB	
58'	OB				
59'	OB				
60'	OB	FB	OB		
61'	OB				
62'	OB				
63'	I		O	OB	
64'	OB				
65'	OB				
66'	OB				
67'	OB	FB	OB		
68'	OB				
69'	OB				
70'	OB				
71'	OB				
72'	OB				
73'	OB				
74'	I				
75'	I				
76'					
77'					
78'					

Observação Geral:

Tabela 5 - Tabela de observação

Categorias	Sigla	Duração Absoluta	Duração relativa
Instrução	I		
Feedback	FB		
Organização	O		
Afetividade Positiva	AP		
Afetividade Negativa	AN		
Intervenções Verbais do Aluno	IVA		
Observação	OB		
Outros Comportamentos:	OC		
Total:			100%

Instrução: Intervenções do Professor relativas à matéria de ensino ou à forma de realização do exercício.

Feedback: Toda a reação verbal ou não verbal do Professor à prestação motora dos alunos Exemplo: interrogações sobre o que fez e como fez, avaliar, descrever ou corrigir a prestação motora do aluno.

Organização: Intervenções do Professor que regulam as condições materiais da vida da classe. Exemplo: deslocamentos dos alunos, indicações relativas à colocação de material, formação de grupos.

Afetividade positiva: O Professor elogia, encoraja, recompensa, incita ao esforço ou apresenta um aluno como exemplo a seguir.

Afetividade negativa: O Professor critica, acusa, ironiza, ameaça, castiga.

Intervenções verbais dos alunos: Período durante o qual o Professor ouve os alunos. Exemplo: O aluno fala por sua iniciativa ou responde a uma questão posta pelo Professor;

Observação: Períodos durante os quais não ocorre nenhuma intervenção verbal do Professor ou do aluno.

Outros Comportamentos: Outros comportamentos não especificados.

4.5.Treino Funcional

O Treino Funcional foi uma particularidade que me surpreendeu bastante na Escola Secundária de Valongo. O professor cooperante José Andrade, incutiu que em todas as suas aulas realizássemos um circuito de treino funcional. Algo que a meu ver, faz todo o sentido.

O treino funcional funcionava por várias estações, repartindo entre si, os vários grupos musculares, nunca se repetindo os mesmos grupos, e intercalando os mesmos, de forma a não fazer dois exercícios consecutivos exercitando os mesmos grupos musculares. Por norma, existiam 14 estações.

O Treino Funcional é uma excelente proposta, trazendo vários benefícios aos alunos, como a melhoria do sistema cardiorrespiratório, aumento da massa muscular, diminuição de massa gorda, promoção do bem-estar, uma maior autoestima e melhoria da adaptação física.

Senti que era algo que os alunos gostavam, e que foi algo que veio acrescentar nas aulas, até porque acabava por tirar da rotina o mesmo padrão que está praticamente estabelecido em todas as aulas, com aquecimentos banais, que em pouco, ou quase nada, oferecem aos alunos um estímulo diferente.

De forma a que promovesse ainda mais o treino funcional, e que não fosse algo feito sem um objetivo específico, para dar um estímulo diferente aos alunos, e de forma saudável, decidimos que iríamos aplicar uma competição. Ou seja, em cada estação encontra-se uma dupla de alunos no mesmo nível de aptidão física, sendo que cada um deles pertence a cada uma das equipas A e B. Cada um realiza o máximo de repetições que conseguir em 25 segundos, e rapidamente aponta na folha o resultado, passando para a próxima estação do circuito.

No final faz-se uma comparação entre cada aluno, e entre cada uma das equipas. Este aspeto cria então uma competitividade entre os alunos, onde todos se esforçam para ultrapassar os seus oponentes, e de aula em aula, ultrapassar os seus próprios limites, melhorando assim a condição física em simultâneo.

Veja-se a seguir o exemplo da tabela de equipa do circuito de treino funcional.

Tabela 6 - Tabela de equipamento de circuito de treino funcional

		Estação Nº ____																	
		Nome	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__	Dia__
Equipa A																			
Equipa B																			

4.6.Aptidão Física

Na ESV todas as turmas têm de realizar a bateria de testes do FIT escola que se compõe pelo “Vai e Vem”, abdominais, flexões de braços, flexibilidade dos membros inferiores, flexibilidade dos membros superiores, peso, altura e impulsão horizontal.

A avaliação decorre na mesma semana para todas as turmas, requerendo uma boa organização entre todos os professores. Em complemento a esta avaliação, o nosso professor cooperante, nas suas turmas, realiza também a bateria de testes desenvolvida pela FADEUP, *Fitschool*, que consiste num circuito composto por várias estações, desde *TRX*, corda, *burpees*, plataforma de estabilidade, *kettlebell* e *sprints* de 10 metros.

Demonstro de seguida o exemplo da tabela utilizada do *FitSchool*.

Tabela 7 - Tabela utilizada no *FitSchool*

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									

4.7.Avaliação

O conceito de avaliação tem sido utilizado em diferentes contextos, com diversos sentidos e significados. Desta forma, é uma palavra polissêmica, com um campo semântico muito variado. Assim, a avaliação, “necessita de uma pluralidade de enfoques e a cooperação ou a concorrência de diversos ramos de conhecimento e metodologias de várias áreas, não somente para que seja minimamente entendida ou reconhecida intelectualmente, mas também para poder ela própria se exercitar concretamente de modo fundamentado” (Sobrinho, 2002, p. 15).

A procura da avaliação dos vários domínios da educação encontra-se intrinsecamente ligada à necessidade de emitir uma apreciação, com a finalidade de tomar decisões de modo a cumprir os objetivos e as funções que são impostas política, social e economicamente à avaliação.

Por ser determinada por fatores sociais e políticos, Zabalza (1995, p. 13) afirma que “a avaliação constitui um dos principais sintomas da saúde e da doença do nosso ensino. Ela é uma espécie de miradouro magnificamente situado para observar como é que se passeiam pela maior avenida do sistema educativo as contradições entre os discursos ideológicos e as práticas formativas, entre a filosofia e os hábitos, entre as palavras de ordem e os acontecimentos diários”.

O processo de avaliação foi sofrendo alterações e se adaptando aos tempos vivenciados até nos chegar tal como é aos dias correntes. Sendo assim, a avaliação das aprendizagens, está associada ao processo de ensino-aprendizagem e aos fatores que os determinam, sendo multidimensional porque se pode referir a:

“julgar um trabalho em função das instruções dadas; julgar o nível de um aluno em relação ao resto da turma; julgar segundo normas preestabelecidas. Estimar o nível de competência de um aluno. Situar o aluno em relação às suas possibilidades, em relação aos outros; situar a produção do aluno em relação ao nível geral. Representar, por um número, o grau de sucesso de uma produção escolar em função de critérios que variam segundo os exercícios e o nível da turma. Determinar o nível de uma produção. Dar uma opinião sobre

os saberes ou o saber-fazer que um indivíduo domina; dar uma opinião respeitante ao valor de um trabalho” (Hadjji, 1994, pp. 27-28).

Importante não esquecer que, apesar desta diversidade de dimensões incluídas na avaliação das aprendizagens, é sempre o aluno o centro da atenção do docente. São os seus interesses, capacidades, necessidades, expectativas iniciais, é o seu percurso de aprendizagem e o seu ritmo de trabalho, são os resultados conseguidos nesse processo que são objeto de avaliação.

O processo de avaliação prevê três etapas: a recolha de informação, a análise dessa informação recolhida e a emissão de um juízo de valor, exprimido de forma qualitativa ou quantitativa, dependendo da função e das finalidades da avaliação, que conduz, conseqüentemente, à tomada de decisões diferentes (Ferreira, 2007).

Valadares e Graça (1998) reforçam ainda que, a estas etapas, acrescenta-se a da planificação da avaliação, como o primeiro passo da avaliação, antes da recolha de informação, pois é necessário decidir que informações recolher, quando, quem, como, e para quê recolhê-las.

Na vida escolar, a avaliação assume diferentes funções resultantes das exigências que lhe são atribuídos socialmente.

4.7.1.Avaliação Diagnóstica

A avaliação diagnóstica (AD) procura determinar se o aluno possui os pré-requisitos, em termos de habilidades e comportamentos, necessários para iniciar uma nova aprendizagem, para observar o domínio de certos objetivos com o intuito de o inserir num programa mais avançado (Ferreira, 2007).

Desta forma, a principal função da AD consiste em determinar o grau de preparação do aluno antes de iniciar uma unidade de aprendizagem, já que estabelece o seu nível prévio e a oportunidade de averiguar possíveis dificuldades que possa surgir no decorrer do processo de ensino-aprendizagem.

Ao introduzir os alunos num determinado nível inicial de aprendizagem, Cortesão (2002, p.39) lembra a necessidade de o considerar temporário, pois “os dados fornecidos pela avaliação diagnóstica não podem ser tomados como um “rótulo” que se “cola” para sempre ao aluno mas sim como um conjunto de indicações que caracterizam o nível a partir do qual o aluno e o professor, em conjunto, consigam um progresso na aprendizagem”.

Neste sentido, ficou determinado, pelo professor cooperante, que dado o facto de termos todas as turmas de 11ºano e termos as mesmas modalidades desportivas a lecionar, cada um de nós iria avaliar 1/3 dos critérios de avaliação em todas as turmas. Desta forma, o processo tornou-se mais complexo, no entanto, mais específico: um maior número de alunos para observar, o que gerou uma maior carga de trabalho, por outro lado, um menor número de componentes para observar, o que me permitia ser mais minucioso no processo de observação e interpretação do nível de cada aluno.

Segue o exemplo da grelha de avaliação diagnóstica utilizada.

Tabela 8 - Grelha de avaliação diagnóstica

4.1 Avaliação Diagnóstica

Voleibol

ANO: 11º

TURMA: [REDACTED]

11ºCT3		Ficha de Avaliação Diagnóstica: Jogos Desportivos Coletivos (Voleibol)				
Nº	Nome	Técnica				Situação de jogo: 2x2
		Passe	Recepção	Manchete	Serviço por baixo	
1	[REDACTED]	1	1	1	1	1
2	[REDACTED]	2	2	1	1	1
3	[REDACTED]	2	2	1	2	
4	[REDACTED]	3	2	1	2	2
5	[REDACTED]	2	1	1	2	1
6	[REDACTED]	1	1	1	1	1
7	[REDACTED]	2	2	1	2	2
8	[REDACTED]	2	2	1	1	2
9	[REDACTED]	3	2	2	2	2
10	[REDACTED]	2	2	1	1	2
11	[REDACTED]	2	2	2	2	2
12	[REDACTED]	2	2	2	2	2
13	[REDACTED]	2	2	1	1	1
14	[REDACTED]	3	2	1	1	2
15	[REDACTED]	2	2	1	1	2
16	[REDACTED]	2	2	1	1	1
17	[REDACTED]	3	3	2	2	2
18	[REDACTED]	1	1	1	1	1
19	[REDACTED]	1	1	1	1	1
20	[REDACTED]	2	2	1	2	2

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO: 1 - Não executa; 2- Executa; 3- Executa bem;

4.7.2.Avaliação Formativa

A avaliação formativa (AF) é utilizada essencialmente para fornecer informação dos diversos intervenientes no ato educativo sobre processo de ensino-aprendizagem, o *feedback* sobre os êxitos alcançados e as dificuldades sentidas pelo aluno na aprendizagem e ainda a regulação da mesma, com intervenção atempada no sentido de encaminhar o processo realizado pelo aluno (Ferreira, 2007).

Para Hadji (2001, p. 20), a principal função da AF é de a informar, já que “é a sua virtude informativa que é o seu carácter essencial. A partir do momento em que informa, ela é informativa, quer seja instrumentalizada ou não, accidental ou deliberada, quantitativa ou qualitativa”.

Este método de avaliação para além do parecer informativo que proporciona ao professor e ao aluno sobre a evolução do processo de ensino-aprendizagem, é-lhe atribuída uma função de estruturação das atividades de ensino e de aprendizagem, para a sua adequação às características, ritmos, necessidades e dificuldades/erros diagnosticados no aluno durante o processo de aprendizagem.

Alves (2004) integra na AF uma dimensão diagnóstica, uma vez que o professor procura identificar as dificuldades, os erros dos alunos e as suas causas, para que possa interceder com estratégias adequadas à sua resolução.

Nas minhas aulas, realizei esta avaliação muito na base da observação e nos *feedbacks* em cada momento que era notável alguma dificuldade por parte de cada aluno.

4.7.3. Avaliação Sumativa

No fim do processo de ensino-aprendizagem realiza-se, então, uma a avaliação sumativa AS, normalmente através de testes e exames e consiste no balanço das aprendizagens dos alunos depois de lecionados os conteúdos de aprendizagem. Dispõe-se medir e classificar os resultados dessas mesmas aprendizagens.

Exprime-se quantitativamente, pela atribuição de uma nota num determinado ponto da escala de classificação adotada formalmente, ou por um termo que expressa uma graduação. Neste sentido Gimeno Sacristán afirmar que a AS “faz referência ao juízo final global de um processo que terminou e sobre o qual se emite uma valoração final” (*idem*, cit. Ferreira, 2007, p.31).

Este momento de avaliação, terá sido para mim o mais árduo. Como professor, senti dificuldade na atribuição de notas, pois de forma inconsciente podemos cometer erros, e este processo acabe por se tornar injusto para os alunos. A AS é um processo onde é necessário ter, capacidade de interpretação da realidade de cada aluno, isto é, podemos ter um aluno muito bom e ser notável contudo, o seu empenho pode não corresponder aos mesmos parâmetros, em contrapartida, um outro aluno que com aptidões inferiores, ao longo do período se esforçou arduamente, e melhorou as suas capacidades. Nestes casos, é necessário ter então uma atenção especial, e ponderar muito bem sobre os aspetos a avaliar e de que forma o vamos fazer.

De seguida, mostro o exemplo de uma grelha de avaliação sumativa, utilizada por mim no final do 1º período.

Tabela 9 - Grelha de avaliação sumativa

Nº	Nome	Art. Fichas (20%)	Agr. Fichas (20%)	Fichas (20%)	Média Agr. Fichas (20%)	Atitudes e Valores (20%)	TOTAL	Auto-avaliação	Nota Final	Class. 1º Ano	Class. Final
1		15,0	15,0	17,0	15,4	18,5	55,92	15,00	15	17	15
2		18,0	14,0	18,0	16,4	20,0	58,34	15,00	18	18	18
3		16,0	15,0	19,0	17,0	20,0	57,10	14,00	17	18	17
4		15,0	16,2	19,0	17,6	20,0	56,51	17,00	17	19	17
5		16,0	17,2	17,0	17,1	20,0	57,11	17,00	17	20	17
6		14,0	13,0	17,0	15,4	20,0	55,64	14,00	16	16	16
7		16,0	15,3	16,0	15,7	19,0	56,72	16,00	17	17	17
8		17,0	14,5	18,0	16,3	20,0	57,68	16,00	18	12	18
9		18,0	18,0	18,0	18,4	19,0	58,29	18,00	18	20	18
10		14,0	14,0	18,0	16,0	20,0	55,70	13,00	16	17	16
11		16,0	17,0	18,0	17,5	17,5	56,53	18,00	17	19	17
12		15,0	14,3	17,0	15,7	20,0	56,32	17,00	16	17	16
13		16,0	17,0	19,0	18,0	20,0	57,29	17,00	17	19	17
14		18,0	16,8	19,0	17,9	20,0	58,49	17,00	18	20	18
15		16,0	15,0	17,0	16,0	20,0	57,00	15,00	17	16	17
16		17,0	15,2	19,0	17,1	20,0	57,76	17,00	18	19	18
17		16,0	15,5	17,0	16,3	19,5	56,90	17,00	17	19	17
18		16,0	14,8	17,0	15,9	20,0	56,99	14,00	17	19	17
19		16,0	16,2	18,0	17,1	20,0	57,11	15,00	17	19	17
20		16,0	16,5	17,0	16,8	18,0	56,58	18,00	17	18	17

4.7.4. Auto e Heteroavaliação

A autoavaliação, segundo Ferreira (2007), consiste num processo em que o aluno participa na sua avaliação, a partir de critérios que são apresentados pelo professor, ou negociados com os alunos.

Ao longo deste processo, o aluno analisa a forma de aquisição dos seus conhecimentos, o porquê de o ter feito e sobre o caminho que está a seguir para que cumpra os critérios da avaliação pré-estabelecidos.

A autoavaliação também exprime a vontade do desenvolvimento de atividades de metacognição que lhe estão implícitos, na medida em que, através dela, visa-se “o desenvolvimento de atividades do tipo cognitivo, como forma de uma melhoria da regulação das aprendizagens, pelo aumento do autocontrolo e da diminuição da regulação externa dos professores” (Hadji, 2001, p.103).

No que compete à Heteroavaliação, considera-se que seja também um processo de regulação por parte dos colegas de turma. Este método de avaliação faz com que os alunos estabeleçam uma comunicação entre si e aprendam a argumentar e a justificar as suas opiniões, tornando-se mais ativos no processo de avaliação.

Neste sentido, Santos (2002, p. 79) realça que momentos em que os alunos realizam este processo de cooperação enriquecedor auxilia “na reestruturação dos seus próprios conhecimentos, na regulação das suas aprendizagens, e no desenvolvimento da responsabilidade e da autonomia”

Deste modo, no final de cada período, a última aula, era destinada a este processo, onde todos os alunos preenchiam de forma individual a ficha de autoavaliação, que à posteriori iria ser analisada por mim.

Ordenadamente, cada aluno em voz alta, dizia a classificação que entendia perante mim e os seus colegas de turma. Sendo que cada colega poderia comentar e argumentar o que fosse dito por cada um dos alunos.

Capítulo 5

Atividades Escolares

5. Atividades Escolares

Ao longo do ano letivo, foram realizadas várias atividades pelo grupo de Educação Física, onde eu e os meus colegas do núcleo de estágio participámos na organização de equipas do torneio de Basquetebol e na organização do circuito de corta-mato.

As minhas funções na realização destas tarefas estiveram relacionadas com a elaboração de equipas, arbitragem, pontuação, marcação do circuito (trajeto) do corta-mato, entre outras.

Foram tarefas bastante enriquecedoras para mim, principalmente pelo convívio com os alunos e professores, num contexto mais informal. Permitindo otimizar esta experiência, no sentido de perceber toda a logística de organização de eventos como estes.

Capítulo 6

Os Terroristas de Sobrado

6.Os Terroristas de Sobrado

Durante o 2º período, lecionei também na Escola Básica de Sobrado, uma vez por semana, a uma turma de 5º ano, constituída por 22 alunos.

Relativamente ao planeamento, foi algo mais acessível, uma vez que já vinha rotinado da ESV, e já com algumas ideias mais claras, devido à experiência obtida ao longo do 1º período. A modalidade abordada era voleibol, ajudando na adaptabilidade a esta nova existência

Foi uma experiência bastante positiva, tendo em conta que mais uma vez fui colocado à prova, sendo necessário adaptar-me a uma nova realidade: a idade destes terroristas, com uma energia inesgotável, níveis de concentração mais baixos e uma maior dificuldade em conseguir captar a atenção deles.

Neste contexto, decidi que o ambiente seria mais “informal”, no sentido em que a minha maior preocupação era manter todos os alunos empenhados numa determinada tarefa e uma familiarização com a bola, com o toque, a dimensão, textura, peso, entre outros aspetos.

No geral, foi mais uma vivência bastante enriquecedora, em todos os aspetos e levarei comigo todos os momentos passados com os terroristas de sobrado.

Capítulo 7

Projeto Individual

7. Projeto Individual

Numa fase inicial, ainda não tendo uma noção de qual seria o meu projeto de intervenção individual, decidi aconselhar-me com o professor cooperante relativamente ao mesmo. Sugerindo ele, que trabalhasse com algum aluno com necessidades educativas especiais.

Dessa forma, reuni com uma das professoras responsável pelos alunos com necessidades educativas especiais, e surgiu então a possibilidade de trabalhar com uma aluna com um atraso motor e mental moderado, sem motivação alguma para a prática desportiva e de enorme dificuldade em estabelecer um diálogo.

Foi a primeira vez que trabalhei com um aluno com estas necessidades e, portanto, estava algo receoso. O meu foco incidiu-se trabalhar as capacidades motoras, bem como, tentar melhorar a capacidade, tanto a nível de composição corporal como cardiovascular.

O início deste estudo começou no segundo período, tendo o seu término, no fim do mesmo.

Após o primeiro contacto com a aluna, ainda mais receoso fiquei, e senti que o meu trabalho com ela iria ser muito difícil e apercebi-me que teria de procurar rapidamente soluções para conseguir ultrapassar alguns problemas e barreiras que estavam criadas.

Como referi anteriormente, foi de enorme dificuldade conseguir estabelecer um diálogo com a aluna. Tinha um problema na dicção, o que me incapacitava de perceber eficazmente aquilo que dizia e, consequentemente, a criação de uma relação mais próxima permitindo que falasse comigo abertamente, visto que a sentia um pouco retraída quando a abordava. Para este problema, decidi que não poderia passar ao passo seguinte enquanto não tivesse um pouco da sua confiança. Deste modo, nas duas primeiras sessões, optei por não ir para o exterior da sala e realizei atividades que ela gostava: desenhar e pintar. No decorrer do mesmo, fui tentando criar uma ligação com ela e tentando que ela se sentisse mais à vontade.

Outro problema estava por surgir. Esta aluna não gostava de Educação Física. Então, para conseguir que ela realizasse alguns exercícios específicos, decidi introduzi-los de uma forma mais lúdica, onde conciliava exercícios, aliados a tarefas que lhe dessem um estímulo de superação, de forma a que ela se sentisse feliz. Por exemplo, para conseguir que ela trabalhasse mobilidade do braço/ombro, fazia com que tivesse de rematar à baliza, com a mão, com diferentes tipos de bola, onde eu era o guarda-redes, ela achava imensa piada a cada vez que eu me atirava ao chão, e a bola entrava na baliza. Seguindo esta linha de dinâmicas, consegui com que a menina gostasse um pouco mais da atividade física, e, ao mesmo tempo, consegui melhorar a sua condição e capacidade física.

Todo este processo, decorreu ao longo do segundo período, tendo realizado duas sessões semanais. Não foi possível dar continuidade devido às incompatibilidades horárias. A aluna passou a ir na hora de almoço para outra escola impossibilitando-me de realizar as sessões no fim das aulas pois tinha uma viagem longa para fazer para ir trabalhar, visto que estava a treinar uma equipa de futebol.

Tive imensa pena de não prolongar este trabalho, pois estava a ver enormes melhorias. Foi uma tarefa que nunca tinha realizado, mas que veio dar enormes ferramentas para o futuro. Sinto que foi uma barreira ultrapassada com sucesso, pois acredito que consegui alcançar os objetivos a que me propus e consegui ultrapassar dificuldades inesperadas. E nada mais, poderia ser mais recompensador, que a ligação que consegui criar com a aluna. Sentia que ela ficava feliz por ter as nossas sessões e que o gosto pela educação física foi alterado. Fico com a certeza, que são alunos especiais por terem certos tipos de limitações, mas de forma alguma, lhes podem colocar um rótulo, e apenas desistir, “deixar estar”. A maior limitação é para quem não procura formas de inclusão destes alunos, para quem não procura um sorriso.

Sem dúvida, das melhores e mais enriquecedoras experiências vividas ao longo deste ano.

Capítulo 8

Considerações Finais

8.Considerações Finais

Finalizando agora este relatório de estágio, reflito um pouco daquilo que foram estes quatro anos de mestrado. Um percurso longo, demorado e cheio de altos e baixos. Um sentimento enorme de missão cumprida. De alívio, de felicidade por conseguir, finalmente, concluir todo este processo, do qual nunca desisti, independentemente de todas as dificuldades que surgiram pelo caminho.

Sinto que estou mais preparado para me tornar um bom profissional, para ser um Professor de Educação Física como sempre idealizei. Junto a essa ideia, todos os exemplos de professores que fizeram parte deste caminho. Retiro deles exemplos daquilo que quero ser e aquilo que não posso ser, para os meus alunos.

No término desta etapa, revejo todos os processos, percebo o quão foram importantes para mim todas as ferramentas que nos foram dadas. Agora, percebo que de forma alguma, eu poderia ter entendido há uns anos que estava preparado para ser professor de Educação Física. Porque apenas o sonho, não chega. E mesmo hoje, sentido que cresci imenso, que aprendi imenso e vivenciei a realidade de lecionar, sei que este é um processo contínuo. Não termina aqui a evolução. Esta área requer uma atualização de conhecimentos e ferramentas constante, e, acima de tudo, de valores e princípios.

Todo este trajeto vem trazer-me realmente aquilo que foi o meu título deste relatório: A viagem de um sonho até à realidade. Sonhei e aqui estou, na realidade, de ser aquilo que sempre quis ser: Professor de Educação Física!

Capítulo 9

Referências Bibliográficas

9. Referências Bibliográficas

Agrupamento de Escolas de Valongo, 2019. Consult. 2 junho 2020, disponível online em <http://agrupamentoescolasdevalongo.pai.pt/ms/ms/agrupamento-de-escolasde-valongo-a-nossa-missao-4440-708-valongo/ms-90067682-p-3/>

Alves, M. P. C. (2004) Currículo e avaliação. Uma perspetiva integrada. Porto: Porto Editora.

Bento. J. O. (2003). Planeamento e avaliação em Educação Física (3ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte.

Canário, R. (2005) O que é a escola?: um olhar sociológico. Porto: Porto Editora.

F. Araújo (coord) Reorganização curricular do Ensino Básico. Avaliação das Aprendizagens. Das concepções às práticas (pp. 78 – 84). Lisboa: Ministério da Educação – DEB.

Ferreira, A, C. A. (2007), A Avaliação no Quotidiano da sala de Aula. Porto: Porto Editora.

Hadji, C. (1994). A Avaliação, regras do jogo. Das intenções aos instrumentos. Porto: Porto Editora.

Hadji, C. (2001). A Avaliação desmitificada. Porto Alegre: ARIMED Editora.

Krug, Hugo Norberto; Krug, Rodrigo de Rosso, et al (2015). Ser professor na escola: de aluno a professor no estágio curricular supervisionado na licenciatura em Educação Física, Revista Linhas, Florianópolis, v. 16, n. 30, p. 248 – 269. Consult. 20 junho 2020 disponível online em http://www.revistas.udesc.br/index.php/linhas/article/view/1984723816302015248/pdf_59.

Matos, Z. (1993). Competência pedagógica do professor conceito e componentes fundamentais In J. Bento & A. Marques (Eds.), A ciência do desporto - A cultura do Homem (pp. 470). Porto: Faculdade de Ciências do

Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto e Câmara Municipal do Porto.

Medeiros, Teresa; Gomes, Emília (2005). (Re)pensar a prática pedagógica na formação inicial de professores do 1º Ciclo do Ensino Básico. In Isabel Alarcão (Org.), Supervisão: investigações em contexto educativo (pp. 19-38). Aveiro. Universidade de Aveiro.

Pérez Gómez, A. I. (2000). A aprendizagem escolar : da didática operatória à reconstrução da cultura na sala de aula. In Sacristán, J. G.; Pérez Gómez, A. I. (Org.), Compreender e transformar o ensino, Porto Alegre. Artmed.

Rink, J.E. (1993). Teaching physical education for learning (2ª ed.). St. Louis: Mosby.

Santos, L (2002). Auto-avaliação regulada. Porquê, o quê e como? In P. Abrantes .

Sobrinho, J. D. (2002). Campos e caminhos da avaliação. Florianópolis: Editora Insular (pp. 13-62).

Valadares, J.; Graça, M. (1998). A Avaliação para melhorar a aprendizagem. Lisboa: Plátano Editora.

Zabalza, M. A. (1995). A avaliação no contexto da reforma. In J. A. Pacheco; A Avaliação dos alunos dos Ensinos Básicos e Secundários. Braga: Instituto de Educação e Psicologia. (pp. 13-38)