



Experiências de um estágio profissional: O percurso formativo de um futuro Professor de Educação Física

Relatório de Estágio

Relatório de Estágio Profissional com vista à obtenção do 2º Ciclo de Estudos conducente do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei nº74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei 65/2018, de 16 de agosto e o Decreto-Lei nº 79/2014 de 14 de maio.

Professor orientador: Doutor Cláudio Farias

Rui Miguel Ferreira Oliveira

Porto, agosto de 2022

Ficha de catalogação

Oliveira, R. (2022). *Experiências de um estágio profissional e o percurso de um futuro Professor*. Porto: Oliveira, R. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL; EDUCAÇÃO FÍSICA; PROFESSOR; PLANEAMENTO; CONHECIMENTO DO CONTEÚDO.

Dedicatória

A quem deposita confiança em mim, a quem acredita nas minhas capacidades e a quem festeja comigo as minhas conquistas.

À minha família por toda a ajuda disponibilizada em todo o meu processo académico e por todo o apoio incondicional.

À minha namorada por estar sempre presente em todos os momentos da minha vida e por ter suportado todo o meu nervosismo e inquietação neste momento tão importante. Foi uma peça fundamental.

Agradecimentos

A concretização desta etapa e deste processo é o culminar de um sonho tornado em realidade. Para tal, existiu um grande esforço coletivo, sendo assim não poderia deixar de agradecer a todos aqueles que tiveram importância nesta realização do meu sonho.

Um obrigado,

À **FADEUP**, por ter sido um lugar tão acolhedor e um lugar de descoberta e de desenvolvimento pessoal.

Ao **Professor Orientador**, pela exigência demonstrada e pelo foco em me manter no caminho certo.

À **Professora Cooperante**, pela partilha, pela confiança e pelo apoio. Por fazer do estágio um momento para relembrar.

Aos meus **colegas estagiários**, por serem verdadeiros amigos, por me ajudarem e por proporcionarem momentos de aprendizagem.

À minha **turma residente**, por serem os principais responsáveis de todo o meu esforço e dedicação. Por serem jovens focados, interessados e amigos do próximo. Foi um gosto e levarei esta turma no meu coração para sempre.

Aos meus **Pais e Irmã**, os pilares da minha vida, por terem disponibilizado todas estas oportunidades e por estarem presentes em todos os momentos da minha vida.

À minha **namorada**, outro grande pilar que surgiu na minha vida, pelo carinho, pela motivação e por todo o apoio incondicional.

Aos **verdadeiros amigos**, que festejam as minhas conquistas sempre a meu lado.

A todos aqueles que direta ou indiretamente fizeram parte deste processo.

Obrigado a todos!

Índice

ÍNDICE DE TABELAS.....	XI
ÍNDICE DE FIGURAS.....	XIII
Resumo.....	XVII
Abstract	XIX
LISTA DE ABREVIATURAS	XXI
1. Introdução	1
2. Enquadramento Pessoal	5
2.1. Apresentação inicial: Quem sou	6
2.2. O papel e influência do desporto na minha vida.....	7
2.3. A importância da formação académica para o meu futuro	8
2.3.1. Formação inicial: IPP - ESE.....	8
2.3.2. Mestrado em Ensino: FADEUP	8
3. Enquadramento institucional.....	11
3.1. Estágio profissional	12
3.2. A minha escola cooperante	12
3.3. Caracterização do meio envolvente	15
3.4. Núcleo de estágio.....	17
3.5. Turma residente	18
3.6. Turma partilhada	19
Área 1: Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem	21
4. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem ..	22
4.1. Contextualização Concetual.....	22
4.1.1. Dimensões do Ensino e Educação	22
4.1.2. Dimensão da Educação Física	23
4.1.3. Dimensão curricular	24

4.1.4. O papel educativo do professor de Educação Física.....	26
4.1.5. Conceção e o contacto com a prática.....	27
4.2. Processo de Ensino e Aprendizagem	28
4.2.1. Planeamento Anual	28
4.2.2. Planeamento da turma residente e Modelos de Ensino.....	30
4.2.3. Planeamento dos períodos.....	33
4.2.3. Unidades didáticas	35
4.2.4. Planos de aula	36
4.3. Intervenção pedagógica	38
4.3.1. “Professor efetivo” e as suas características.....	38
4.3.2. Instrução, Gestão, Clima Relacional e Controlo Disciplinar..	39
4.3.3. A importância do feedback nas aulas de Educação Física...	40
4.4. Avaliações	42
4.4.1. Avaliação diagnóstica	43
4.4.2. Avaliação formativa	45
4.4.3. Avaliação sumativa.....	45
Área 2 – Participação na Escola e Relação com a Comunidade.....	47
5. Área 2 – Participação na Escola e Relação com a Comunidade .	48
5.1. Participação ativa na Escola através do NE	48
5.1.1. Reuniões de núcleo de estágio e reuniões com o professor orientador	48
5.1.2. Dia do professor	49
5.1.3. Dia internacional do desporto	49
5.1.4. Xico- Inter- Classes- Olympics.....	50
5.2. Palestra de uma nutricionista à minha turma	53
Área 3 – Desenvolvimento Profissional: Conhecimento pedagógico do conteúdo.....	55

6. Desenvolvimento Profissional: Análise do conhecimento especializado de um professor estagiário (mapa de conteúdos) e da performance de jogo dos seus alunos	56
Abstract	57
6.1. Introdução	58
6.2. Objetivo do estudo	58
6.3. Metodologia.....	59
6.3.1. Contexto	59
6.3.2. Instrumentos	59
6.4. Resultados	64
6.5. Discussão.....	67
6.6. Conclusões	67
6.7. Referências	69
7. Considerações Finais.....	71
7. Considerações finais.....	72
8. Referências Bibliográficas.....	73
9. Anexos.....	LXXVII

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1. Tarefas instrucionais.....	60
Tabela 2. Tarefas e Índice de CEC.....	64
Tabela 3. Dados da performance no jogo.....	66

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Escolas do Agrupamento FH	13
Figura 2. Pavilhão gimnodesportivo	14
Figura 3. Parque Toural em Guimarães.....	16
Figura 4. Planeamento anual.....	29
Figura 5. Planeamento do 1º Período.....	33
Figura 6. Planeamento do 2º Período.....	34
Figura 7. Planeamento do 3º Período.....	35
Figura 8. Plano de aula de Ginástica.....	37
Figura 9. Avaliação diagnóstica de Futsal	44
Figura 10. Cartaz	52
Figura 11. Cerimónia de Abertura.....	52
Figura 12. Jogo de Basquetebol.....	53
Figura 13. Mapeamento do Conteúdo (CM) da UD de Futsal.....	61
Figura 14. Dados das primeiras 2 equipas e a descrição dos valores atribuídos a cada conteúdo técnico.....	62
Figura 15. Dados das últimas 2 equipas e a descrição dos valores atribuídos a cada conteúdo técnico.....	63

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1- Exemplo de uma UD de Futsal utilizada	LXXVIII
Anexo 2- Exemplo de uma reflexão (reunião de departamento) ...	LXXVIII
Anexo 3- Exemplo de uma ficha de AF de Basquetebol	LXXIX
Anexo 4- AD de Voleibol e os seus critérios	LXXIX
Anexo 5- Exemplo de um circuito funcional para Basquetebol	LXXX
Anexo 6- Roulement das instalações.....	LXXXII

Resumo

O Estágio Profissional (EP) insere-se no plano de estudos do 2º ano do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Este estágio permite ao estudante estagiário ter uma experiência daquilo que é o ensino de Educação Física nas escolas, acompanhado por profissionais experientes, um cooperante ao nível da escola e um orientador de faculdade. Este documento designa-se por Relatório de Estágio e nele está refletido todo o processo, todas as experiências vivenciadas e todo o conhecimento adquirido ao longo do ano letivo. Ano esse, repleto de aprendizagens, de experiências enriquecedoras e de resolução de problemas. Neste relatório apresento todas as estratégias utilizadas, todo o planeamento e a responsabilização dos alunos no processo de aprendizagem. Depois de anos complicados, onde surgiram vários confinamentos, este ano foi um ano onde isso não aconteceu e como tal todas as aulas foram presenciais. Foi dada uma importância muito grande em contactar os meus alunos com o maior número de modalidades possíveis. No 1º período, o principal foco foi identificar os problemas da minha atuação enquanto professor. No 2º período, consegui resolver todos os problemas através de todas as estratégias utilizadas. Já o 3º período foi o momento de desfrutar e aproveitar as minhas aulas. No estudo consegui perceber as maiores lacunas da minha turma numa modalidade específica e consegui identificar problemas no meu ensino. Termina com uma reflexão desta experiência tão enriquecedora.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL; EDUCAÇÃO FÍSICA; PROFESSOR; PLANEAMENTO; CONHECIMENTO DO CONTEÚDO.

Abstract

The school placement is part of the study plan of the 2nd year of the Master's Degree in Teaching Physical Education in Primary and Secondary Schools, Faculty of Sports, University of Porto. This school placement allows the student trainee to have an experience of what is the teaching of Physical Education in schools accompanied by experienced professionals, a cooperator at the school and a faculty supervisor. This document is called school placement and it describes the whole process, all the experiences lived and all the knowledge acquired during the school year. A year full of learning, enriching experiences and problem solving. In this report I present all the strategies used, all the planning and the students' accountability in the learning process. After complicated years, where there were several lockdowns, this year was a year where that did not happen and as such all classes were face-to-face. A great importance was given to contacting my students with as many sports as possible. In the 1st term the main focus was to identify the problems of my performance as a teacher. In the 2nd term I managed to solve all the problems through all the strategies used. The 3rd term was a time to enjoy my classes. In the study I could understand the biggest gaps in my class in a specific modality and I could identify problems in my teaching. I end with a reflection of this very enriching experience.

KEYWORDS: SCHOOL PLACEMENT; PHYSICAL EDUCATION; TEACHER; PLANNING; CONTENT KNOWLEDGE.

LISTA DE ABREVIATURAS

EP- Estágio Profissional

UC- Unidade Curricular

EE- Estudante estagiário

PES- Prática de Ensino Supervisionada

ESE- Escola Superior de Educação

REP- Relatório de Estágio Profissional

EC- Escola Cooperante

PO- Professor Orientador

PC- Professor Cooperante

NE- Núcleo de Estágio

EF- Educação Física

AD- Avaliação Diagnóstica

PEE- Projeto Educativo da Escola

PA- Planeamento Anual

MED- Modelo de Educação Desportiva

MID- Modelo de Instrução Direta

MAC- Modelo de Aprendizagem Cooperativa

AS- Avaliação Sumativa

CPC- Conhecimento Pedagógico do Conteúdo

CEC- Conhecimento Específico do Conteúdo

GP- *Game Performance*

1.

Introdução

Este documento foi escrito no âmbito da Unidade Curricular (UC) do Estágio Profissional (EP) e tem como propósito a obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP).

O EP abrange três grandes áreas de desempenho: (1) Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem; (2) Participação na Escola e Relações com a Comunidade e (3) Desenvolvimento Profissional. Cada área reúne em si um conjunto de competências tendo sempre em vista o desenvolvimento da competência profissional, descrita nas normas orientadoras do EP como o reunir de competências pedagógicas, didáticas e científicas associadas a um desempenho crítico e reflexivo apoiando-se na ética profissional.

Segundo Batista e Pereira (2012), o EP baseia-se nos conceitos de aprendizagem situada e comunidade de prática, tornando possível a integração do Estudante Estagiário (EE) como membro da comunidade educativa. Pelas interações, pretende-se a partilha de conhecimentos com os pares mais capacitados e experientes.

No âmbito da comunidade de prática, integrei uma escola Secundária do concelho de Guimarães onde decorreu a Prática de Ensino Supervisionada (PES) da turma residente e uma escola Básica do mesmo concelho, onde lecionei uma turma partilhada.

Este Relatório de Estágio pretende documentar o meu percurso durante o EP, onde estão relatadas as minhas vivências, experiências e todo o meu processo reflexivo.

Ao nível da estruturação surge em primeiro lugar a Introdução onde defino o propósito da elaboração deste documento. Segue-se o Enquadramento Pessoal onde falo sobre a minha pessoa e sobre a importância do desporto na minha vida. Em terceiro surge o Enquadramento Institucional, onde enquadro legalmente este EP, falo também sobre a comunidade educativa, sobre o núcleo de estágio, sobre o professor orientador, sobre a professora cooperante e sobre as minhas turmas. Seguidamente, surgem as 3 áreas que são o core deste

documento. Nestas áreas, relato as experiências vivenciadas, as estratégias utilizadas na resolução de problemas e a importância de focar o ensino na aprendizagem dos alunos. No que diz respeito ao Desenvolvimento Profissional, foi realizado um estudo cujo nome é “Análise do conhecimento especializado de um professor estagiário através de um mapa de conteúdo e performance de jogo dos alunos”. O último capítulo são as considerações finais que sintetiza o balanço final e perspectiva o futuro.

2. Enquadramento Pessoal

2.1. Apresentação inicial: Quem sou

Apresentar-nos nunca será das coisas mais fáceis que existem, mas como bom conhecedor da minha pessoa irei dar o meu melhor...

Sou o Rui Oliveira, tenho 23 anos e vivo em Santo Tirso, mais precisamente na vila São Tomé de Negrelos, sou estudante na FADEUP e licenciado em Ciências do Desporto na ESE no IPP.

Desde novo que sou um apaixonado pelo desporto, mais concretamente pelo futebol. Em criança, todo o meu tempo era passado a divertir-me com os meus amigos na rua, ou a andar de bicicleta ou a jogar futebol. A partir dos meus 5 anos, os meus pais decidiram colocar-me no futebol e ingressei numa escola de futebol chamada “Os traquinas - Rebordões” sendo que desde cedo percebi que tinha jeito para o desporto. Daí para a frente as coisas foram evoluindo e acabei por ir para o Vitória S.C. aos 11 anos de idade onde permaneci por 4 anos passando depois para o Moreirense, onde acabei a minha formação.

As passagens por estas duas grandes equipas fizeram-me evoluir não só como jogador, mas também como ser humano. Desde cedo ganhei um espírito de cooperação gigante, assim como um enorme sentido de responsabilidade e de respeito pelo próximo.

Sempre tive uma grande admiração pelos meus treinadores de futebol e pelos meus professores de Educação Física e, como tal, decidi seguir esta vida de profissional de desporto.

Todas estas experiências definiram aquilo que sou hoje e aquilo que eu quero para o meu futuro. Quero ensinar e ajudar o maior número de crianças e jovens possível de forma a tornar o país mais rico em educação e em valores. Quero também trazer mais crianças para o desporto, cativando-as para o maior número possível de modalidades.

2.2. O papel e influência do desporto na minha vida

Como mencionei anteriormente, o desporto definiu quem eu sou como pessoa, assim como os meus objetivos para a vida e para o meu futuro.

Desde cedo que me apercebi que o desporto iria fazer parte da minha vida, mas nunca imaginei que aos 23 anos iria estagiar para ser professor de Educação Física. É um sonho que está a ser realizado, pois sempre fui apaixonado pelo desporto e poder contribuir para o mesmo é um motivo de orgulho e de motivação.

A prática do desporto sempre fez parte da minha vida, mais concretamente o futebol. É graças a este que estou no mestrado de Ensino, pois os meus treinadores sempre foram um modelo para mim. Desde novo afirmei que queria ser como eles e que queria ensinar os miúdos a serem melhores. Haverá melhor sentimento do que saber que contribuí diretamente na educação de centenas de crianças? Haverá melhor sensação do que o sentimento de dever cumprido depois de uma aula excecional?

Agradeço ao desporto, agradeço ao futebol, agradeço a todos os meus treinadores por me terem cativado para o mundo do desporto e para o mundo do Ensino.

Poderia ter optado por ser treinador, mas não era isso que me cativava a 100%, pois apesar de o futebol ser o meu desporto favorito, sentia que me faltava algo. É então que surge a ideia de poder ensinar mais do que uma modalidade e poder sair um pouco do desporto de alto rendimento, pois aí, como sabemos, o que mais conta é sempre o resultado e eu sou um apaixonado pelo processo e pela forma de ensinar. Desta forma, conseguir aliar o desporto à educação seria a “cereja no topo do bolo”.

2.3. A importância da formação académica para o meu futuro

2.3.1. Formação inicial: IPP - ESE

A minha formação inicial começou pela licenciatura em Ciências do Desporto no Instituto Politécnico do Porto na ESE.

Aqui aprendi muito, como por exemplo: a importância do desporto, o corpo humano e as características de várias modalidades que sempre foi algo que me fascinou.

Para mim, sempre foi mais cativante todas as disciplinas que envolvessem prática, pois as aulas eram para mim mais eficazes na aprendizagem.

Os professores na licenciatura sempre me cativaram a estudar e a querer saber mais sobre tudo o que envolvia este curso, sempre foram profissionais muito empenhados e dispostos a ajudar os alunos no processo académico.

Sendo assim a faculdade, os seus professores e os meus colegas foram um aspeto-chave na minha decisão e foi graças a tudo isto que continuei um apaixonado pelo desporto e pela prática de modalidades.

Agradeço aos meus professores de licenciatura que me cativaram para modalidades que nunca tinha experimentado e, dessa forma, veio traçar aquilo que quero para o meu futuro.

2.3.2. Mestrado em Ensino: FADEUP

Após a conclusão do processo de licenciatura decidi então ingressar na FADEUP no mestrado de ensino. Já tinha muitos colegas nesta faculdade e, como tal, sempre tive a ideia que esta faculdade com um grande prestígio seria algo de extraordinário e entusiasmante. Desta forma, as minhas expectativas revelaram-se muito altas.

Mas com o aparecimento da COVID-19, este mestrado acabou por me desapontar pois o nosso contexto prático nunca foi muito grande.

Sempre tive mais interesse nas aulas práticas do que nas teóricas e, como tal, o primeiro ano foi algo desapontante, pelo menos no 1º semestre. Mas rapidamente a minha opinião mudou com a transição para o 2º semestre pois foi neste que o nosso contexto prático e o contacto com a prática aumentou e as minhas expectativas começaram a ser cumpridas.

Destaco o profissionalismo por parte de todos os professores e o empenho demonstrado para ensinarem todos os alunos e futuros professores.

A exigência foi (e continua a ser) muito alta, sendo um aspeto que eu aprecio, pois isso diz muito sobre a faculdade e sobre o ensino que é algo que os professores nos passam, pois como sempre nos foi dito, ensinar é algo muito sério e exigente pois temos nas nossas mãos o desenvolvimento de cidadãos. A forma de ensinar de alguns professores cativou-me ainda mais para o Ensino de Educação Física e tirou-me muitas das dúvidas que residiam sobre o que queria para o meu futuro. Nas várias unidades curriculares (UC) que tive no mestrado, todos os professores mostraram ser profissionais e exigentes, mas as UC como as didáticas específicas foi algo que me cativou imenso, pois aqui trabalhava com planos de aula, com unidades didáticas e com tipos de exercícios que poderia usar para o meu futuro enquanto professor.

Destaco então a exigência da FADEUP como um dos pontos marcantes para o meu progresso no mestrado.

Consegui cumprir todos os meus objetivos no primeiro ano, sendo o principal passar a todas as disciplinas com uma média que me permitisse escolher o meu local de estágio, o que acabou por se suceder.

3. Enquadramento institucional

3.1. Estágio profissional

O estágio profissional (EP), é o momento para qual me preparei ao longo do primeiro ano, trata-se de uma unidade curricular (UC) específica com características próprias deste Mestrado em Ensino de EF nos Ensinos Básico e Secundário.

A realização do EP assenta em dois grandes pilares, a Prática de Ensino Supervisionada (PES) e a realização do respetivo relatório de estágio profissional (REP).

A PES visa três áreas fundamentais, sendo estas a Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, a Participação na Escola e Relações com a Comunidade e o Desenvolvimento Profissional

O Estudante Estagiário (EE), no fim do primeiro ano tem a possibilidade de escolher por ordem de preferências as escolas cooperantes (EC), escolas estas com as quais a faculdade tem protocolo de coadjuvação. Neste processo, o EE é acompanhado por um professor orientador (PO), oriundo da faculdade e de um professor cooperante (PC), da escola onde será realizado o EP. Os EE que realizam o estágio na mesma escola formam um núcleo de estágio. O REP, contempla quatro grandes dimensões: a pessoal, a institucional, a de realização da prática profissional e a investigativa.

3.2. A minha escola cooperante

Fiquei colocado numa escola secundária, situada em Guimarães e pertencente ao Agrupamento de Escolas Francisco de Holanda (AEFH), que é constituído por quatro estabelecimentos de ensino: Escola Básica de Santa Luzia (EB1/JI), Escola Básica da Pegada (EB1), Escola Básica Egas Moniz (EB2,3) e Escola Secundária Francisco de Holanda.

Quanto ao ensino pré-escolar e primeiro ciclo, a Escola Básica de Santa Luzia (EB1/JI) localiza-se na Rua Teixeira de Pascoais, na freguesia de Azurém,

apresenta uma tipologia do tipo P3 e também foi a primeira escola de primeiro ciclo na cidade.

Também no que diz respeito ao primeiro ciclo, a Escola Básica de Pegada (EB1) localiza-se na Rua da Pegada, na freguesia de Azurém.

A Escola Básica Egas Moniz (EB2/3), localizada na Rua Comandante José Luís de Pina, na freguesia de Urgez, foi criada pela Portaria nº 1210, de 3 de outubro de 1995 e diz respeito aos 2º e 3º ciclos de ensino.

Por sua vez, a Escola Secundária Francisco de Holanda, criada por decreto régio de 20 de dezembro de 1864 e confirmada pelo decreto régio de 3 de dezembro de 1884, situa-se na Rua Alameda Dr. Alfredo Pimenta, na União de Freguesias de São Paio e Oliveira do Castelo e passou por uma profunda reestruturação, em 2009, no âmbito do Programa de Modernização do Parque Escolar.



Figura 1. Escolas do Agrupamento FH.

No total são 50 alunos do pré-escolar, 301 do primeiro ciclo, 536 do 2º e 3º ciclo e 1405 do secundário. Quanto ao desporto escolar são contempladas modalidades como a Dança, Ténis, Voleibol, BTT e Futsal. Há ainda o grupo de teatro, clube de alemão, clube de fotografia e clube de cinema.

A escola secundária tem alunos de vários países e de vários continentes, assim como uma grande diversidade de cursos dentro dos científico-humanísticos e profissionais.



Figura 2. Pavilhão ginnodesportivo.

O local onde passei mais tempo foi o pavilhão ginnodesportivo (*figura 2*), que tem todas as condições para a prática das aulas de Educação Física.

O material que a escola proporciona é adequado e cumpre todas as exigências adjacentes ao exercício das aulas.

A escola tem ainda um auditório que permite ter aulas de ginástica e de dança de nível elevado. Tem ainda um campo exterior e uma pequena pista exterior de atletismo. O campo tem dois cestos de basquetebol e duas balizas de futsal.

3.3. Caracterização do meio envolvente

Guimarães é uma cidade situada no Distrito de Braga, localizada na região Norte. Possui uma população de 158 000 habitantes aproximadamente. A maioria da população reside na cidade e na sua zona periférica. O município tem suas limitações a norte pelo município de Póvoa de Lanhoso, a leste por Fafe, a sul por Felgueiras, Vizela e Santo Tirso, a oeste por Vila Nova de Famalicão e, finalmente, a noroeste por Braga.

É uma cidade histórica, com um papel determinante na formação de Portugal, existindo há mais de um milénio. Esta cidade possui a alcunha de "Cidade Berço", devido ao facto de ter sido estabelecida como o centro administrativo do Condado Portucalense por D. Henrique. Para além disso, acredita-se que o filho de D. Henrique, D. Afonso Henriques, tenha nascido nesta. Outro fator que contribuiu para esta alcunha reside na importância histórica que a Batalha de São Mamede teve, a 24 de junho de 1128.

Nos últimos anos, Guimarães destacou-se pela construção de vários equipamentos desportivos, maioritariamente inseridos na Cidade Desportiva. São exemplos o Multiusos de Guimarães, as piscinas de Guimarães, a Pista de atletismo Gémeos Castro ou a pista de cicloturismo.

A pista de cicloturismo Guimarães-Fafe, compreendendo uma extensão de 14,1 km, revela-se excelente para percursos cicláveis ou pedestres, maioritariamente pelo meio de montes e campos agrícolas. O primeiro troço abriu em 1996, no concelho de Fafe e tinha a extensão de 6 km. Mais tarde, em 1999, foi aberto o troço em Guimarães completando-se assim a pista.

No espaço circundante à escola existem variados espaços verdes como o parque da cidade, o parque de Castelo e Paço dos Duques. O estádio do Vitória S.C. tem uma localização central, assim como a escola. As piscinas deste também são localizadas na mesma rua da escola.

Todos estes equipamentos são geridos pela Cooperativa Municipal Tempo Livre, que com devido acordo com o Ministério de Educação, gere também seis pavilhões gimnodesportivos inseridos em escolas. Estão

localizados quatro deles nas vilas de Pevidém, Lordelo, Moreira de Cónegos, Ronfe e os restantes nas freguesias de Creixomil e Urgezes inseridos na malha urbana da cidade.

O Município de Guimarães está a realizar uma aposta no investimento económico, sendo que o concelho dispõe de recursos humanos e equipamentos de excelência e, tem como grande objetivo apoiar jovens empreendedores, através da conceção de estratégias políticas para a dinamização económica. O concelho de Guimarães também ocupa os primeiros 10 lugares a nível nacional, na análise realizada ao desempenho das Autarquias portuguesas nas áreas do investimento, turismo e qualidade de vida. Na lista das 10 melhores cidades, Guimarães é a 3ª da região Norte.



Figura 3. Parque Toural em Guimarães.

3.4. Núcleo de estágio

Desde muito cedo que fui habituado a trabalhar em equipa, e como tal fiquei muito agradado por saber que o nosso EP era composto por um núcleo de estágio.

Tenho plena consciência de que o trabalho em equipa é essencial na profissão de docente e é necessário desenvolvê-lo durante o estágio.

Como tal numa fase inicial foi muito importante poder conhecer-nos, comunicar e entender os nossos receios e medos para nos podermos ajudar.

Na Escola Secundária Francisco de Holanda existem 2 núcleos diferentes: o núcleo 1 na qual existem 4 professores estagiários e um PC no qual eu me encontro e existe ainda o núcleo 2 constituído por mais 3 estagiários e pelo seu PC. Ambos os núcleos partilham o PO.

Desta forma, somos sempre confrontados com diversas opiniões, o que para mim é algo muito positivo pois permite-me refletir, corrigir, observar e opinar.

Enquanto núcleo 1 funcionámos muito bem, sabemos quando devemos de nos ajudar mutuamente, sabemos distribuir tarefas e destacar também o nosso sentido de união. Segundo Batista e Queirós (2014), os núcleos de estágio devem fomentar a aprendizagem coletiva com o objetivo de gerar conhecimento.

Desde cedo que percebemos que a ajuda entre núcleos iria ser uma vantagem para o processo do EP. Felizmente o nosso PC sempre foi muito interventivo, sempre nos ajudou e tentou guiar de forma a tornar o processo no sentido que ele deveria de tomar.

Desde cedo nos concedeu liberdade para orientar todo o processo de construção, planeamento e aplicação, mas sempre manteve uma relação próxima, ajudando sempre que solicitado.

Numa primeira fase, o PC ia indicando pontos-chave na organização e controlo das turmas. Numa segunda fase já se preocupava mais com a forma como conduzíamos a aula.

Esta equipa só fica completa com o PO, que sempre demonstrou vontade em ajuda e em ensinar quando era preciso assim como a imensa paixão que tem pela Educação Física.

O PO desde cedo incentivou todos os seus estagiários a trabalharem na *Basecamp*, o que na minha opinião é algo bastante positivo e torna o processo de entrega de documentos muito mais simples.

3.5. Turma residente

Lecionei uma turma do 12º pertencente ao curso de Línguas e Humanidades. A turma é constituída por 25 alunos, 5 alunos do sexo masculino e 20 do sexo feminino.

A turma apresenta um comportamento excepcional, na qual demonstra índices de motivação para Educação Física acima da média. Em termos da prática, a turma apresenta algumas dificuldades e encontra-se num nível um pouco rudimentar em quase todas as modalidades, mas destaco pela positiva a sua prontidão para a aprendizagem.

É uma turma que gosta de trabalhar e já apresenta alguma capacidade para serem autónomos, salientando também a forma como se empenham nas estações de circuito funcional.

No início, os núcleos elaboraram um inquérito pessoal para ficarmos a saber mais sobre os nossos alunos e para sabermos que modalidades gostariam de aprender durante o ano letivo.

A minha turma mostrou querer aprender todas as modalidades coletivas, assim como as individuais e dessa forma o meu plano anual procura contactar quase todas as modalidades.

3.6. Turma partilhada

A turma partilhada era constituída por alunos do 6º ano e era uma turma muito homogénea. Eram alunos muito empenhados e focados em aprender, que foi algo que me cativou imenso pois nestes anos de idade os alunos entregam-se aos exercícios de uma forma completamente diferente.

Esta turma pertencia à Escola Básica EM que pertence ao Agrupamento FH. Tanto a escola como a turma, eram uma realidade completamente diferente daquilo que tinha sido vivenciado até então. Aqui, na minha opinião, surge a importância das componentes didáticas do primeiro ano do ciclo de estudos.

Este contacto com a turma partilhada foi no 3º período, na qual foram lecionadas modalidades como o Futsal, a Orientação Urbana e o Basquetebol. Os planos de aula foram sempre desenvolvidos em NE.

Área 1: Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem

4. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem

Em concordância com o documento “normas orientadoras do Estágio”, a presente área incorpora a concepção, o planeamento, a realização e a avaliação do ensino. Os objetivos desta área são construir uma estratégia de intervenção que possa conduzir com eficácia pedagógica o processo de educação e formação do aluno na aula de Educação Física.

4.1. Contextualização Concetual

4.1.1. Dimensões do Ensino e Educação

O ser humano distingue-se das demais espécies através da necessidade da educação e das suas características. A ideia da obrigatoriedade desta educação para atingirmos a plenitude da espécie humana aparece reiterada por diversos autores.

Para Savater (1997), a condição humana não reflete apenas as estruturas biológicas que nos compõem enquanto organismo. Para o autor aquilo que verdadeiramente nos diferencia é uma construção pessoal alicerçada nas relações com os outros.

Desta forma, surge uma grande necessidade de aprender a dar resposta aos constrangimentos do meio em que vivemos. Enquanto humanos, temos que ser capazes de aprender e de evoluir nas aprendizagens. A educação é necessária para a nossa orientação ao longo da vida e que nos permite dar respostas a novos desafios.

Para Savater (1997), aprender é um ato holístico e que acrescenta sempre algo valioso ao conjunto das nossas habilidades. Como tal, em contexto de escola a aprendizagem deve valorizar a emancipação do sujeito, para o aluno adquirir instrumentos de compreensão (aprender a conhecer), para poder agir e resolver tendo em conta todas as situações com que se depara no meio

(aprender a fazer). Como sabemos, os humanos vivem em sociedade e como tal é também importante ensinar o sujeito a cooperar (aprender a viver juntos).

Resumindo, vejo a educação como o meio pelo qual nos iremos tornar humanos no sentido ideal da palavra. A educação transmitida através da escola é importante para os nossos jovens conseguirem viver em sociedade.

4.1.2. Dimensão da Educação Física

“A escola, as suas disciplinas, o ensino, as aulas não devem constituir um tempo e espaço de depressão, um fardo negativo, o levar da cruz ao calvário; devem sim constituir um fundamento, um estímulo, uma referência, um convite à qualificação do quotidiano da vida.” (Bento, 2012, p.13).

A educação física (EF), é uma área com um alargado contributo pedagógico e tem um grande potencial dentro da educação e para mim ajustam-se às necessidades da sociedade e ajustam-se ao paradigma social.

A EF está diretamente ligada à formação da corporalidade, desenvolve os fatores antropológicos (movimentos, corpo e jogo), e permite uma modelação na conceção que temos sobre nós próprios e o mundo que integramos.

Para Graça (2014), é possível através da EF formar alunos em todas as vertentes essenciais para a vida em sociedade e dispõe ao aluno várias ferramentas necessárias para a ação neste mundo.

O papel pedagógico da EF, manifesta-se na minha opinião na formação holística e do desenvolvimento para atingir a plenitude do potencial do ser humano.

É importante que um professor consciencialize os seus alunos de todas as potencialidades da EF, fazendo um *transfer* dessas potencialidades para

aquilo que irão encontrar na vida adulta. Este ano constatei que os alunos que gostam de desporto, desconhecem quase na totalidade toda a sua importância e necessidade.

Por outro lado, o desporto tem também uma dimensão estética que se liga à matriz axiológica da educação (Graça & Lacerda, 2012).

Para a saúde, a EF tem um contributo na manutenção de um estado saudável e para mim está diretamente ligada ao combate do sedentarismo e obesidade dos nossos jovens alunos. Mas estas duas últimas características (sedentarismo e obesidade), não são viáveis na legitimação da disciplina.

A EF tem a capacidade de promover experiências únicas, individualizadas e também infinitas. Cada um explora o movimento e o seu corpo à medida que o seu carácter vai sendo moldado.

Desta forma, a EF tem uma importância formativa vasta e fornece um contributo único para o desenvolvimento do aluno. (Batista, 2018).

4.1.3. Dimensão curricular

O programa nacional aproxima-se da teoria curricular devido a dividir-se também em elaboração, implementação e avaliação. O currículo é algo que deve ser flexível e ajustável dando um grande grau de autonomia aos docentes e à instituição.

No que se refere ao programa, quando se observa a extensão da EF verificamos que surge a área da aptidão física. Segundo Jacinto (2001), a aptidão física serve para alargar os rendimentos energéticos e sensório-motor, serve também para aumentar o nível da resistência, da força, da flexibilidade, das várias velocidades e da destreza geral e específica. Sendo assim, em todas as minhas aulas no pavilhão utilizei circuitos funcionais para dinamizar esta área de aptidão física. Metade da turma ficava a trabalhar na modalidade e a outra metade estaria na parte da aptidão física, ou seja, no circuito funcional. No 1º período, eu era o responsável por decidir qual seria o circuito, mas através das

aulas teóricas onde passei toda a informação possível sobre treino, os meus alunos começaram, a partir do 2º período, a decidir os seus circuitos funcionais. Esses circuitos eram montados em duplas e cada uma tinha o seu circuito funcional.

Na área das atividades desportivas surgem as modalidades dos jogos coletivos, surge Ginástica e Atletismo, surge Dança, surge atividades de exploração da natureza. Sendo assim, pelo facto da minha turma ser do 12º ano optei por lhes dar a oportunidade de terem o maior contacto possível com as diversas modalidades. Dessa forma, nos jogos coletivos lecionei Futsal, Basquetebol e Voleibol, lecionei também Ginástica e Atletismo, Dança e por fim Orientação urbana. Estaria previsto lecionar Andebol, algo que não foi possível por falta de aulas pois achei que certas modalidades teriam que ter mais aulas.

A turma é algo homogénea e desta forma a divisão da turma seria quase sempre de uma forma aleatória. Só em futsal é que surgiu uma divisão por níveis pois através da AD ficou aferido que existiam 10 elementos que estavam num nível superior relativamente ao nível da turma em geral. Sendo assim, em Futsal a divisão da turma era sempre igual.

O perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória, deve constituir, a meu ver, um suporte bem estruturado para reunir condições essenciais para uma formação integral, sendo que o professor deve garantir ou tentar garantir isto mesmo.

O Projeto Educativo da Escola (PEE) constitui segundo Batista (2018), uma reformulação das componentes definidas a nível nacional na tentativa de adaptar ao contexto inserido neste caso a cada instituição. É um instrumento de autonomia por parte das escolas, algo que na escola cooperante tinha objetivos gerais como: desenvolver a autonomia dos alunos, desenvolver a cultura e desenvolver uma prática de excelência. O PEE enfatiza sobretudo, uma dimensão humana e axiológica pela busca de desenvolvimento humano e holístico.

Na minha opinião, é fundamental que os docentes estejam motivados para desempenhar a sua função, adotem uma postura de trabalho em cooperação, em reflexão e que envolvam sempre os alunos na aprendizagem.

4.1.4. O papel educativo do professor de Educação Física

Como sabemos, o corpo é um dos aspetos fundamentais da Educação Física e então os professores, que são confrontados 'obrigatoriamente' com o corpo no desempenho das suas atividades, devem ter consciência da importância que ele possui, enquanto categoria central da sua atividade, bem como ter presente todos os seus significados, mesmo que exteriores à mesma atividade (Queirós, 2004).

Segundo Queirós, estamos a assistir nestas últimas décadas a uma verdadeira explosão na atenção e no cuidado do corpo tornando-se fundamental os professores terem um entendimento alargado sobre o corpo e sobre a relação do mesmo com o exterior.

O corpo não é só o que temos, mas sim o que somos, é um instrumento e um objetivo de prazer que nos permite relacionar com outros corpos (Queirós, 2004).

Aliado a tudo isto, surge também os aspetos socioculturais, aspetos esses que nos remetem para os valores, para a cultura e para os ideais de determinadas sociedades. A Escola, funciona como um 'espelho' da sociedade e não funciona de forma isolada. (Queirós, 2004).

A escola deve ser vista como um meio dinamizador da educação e da cultura na sociedade (Bento, 1999). Desta forma torna-se essencial termos professores capazes de dinamizar todos estes valores socioculturais de forma a adaptarmos os nossos alunos à nossa sociedade.

O professor é alguém responsável pela criação da imagem de um aluno, desta forma deve fazer todos os possíveis para enriquecer a sociedade escolar quer em termos de valores, de conhecimentos e de imagem corporal. Os professores surgem como alguém responsável por educar, alguém que muitas vezes é visto como um modelo para os nossos jovens e dessa forma o professor

deve transmitir sempre todos os conhecimentos que tenha assim como todos os valores.

O nosso papel como professor assenta em passar para os nossos alunos um vasto conhecimento e um enorme leque de valores. Mais do que formar alunos, devemos formar pessoas para o seu futuro de forma a serem adultos capazes de resolverem os seus problemas, e de enfrentarem todos os obstáculos que irão surgir nas suas vidas adultas. Devemos ser capazes de tornar jovens imaturos com algumas lacunas sociais associadas, em jovens maduros com valores sociais enriquecidos. Não quero com isto dizer que o desporto deve ser esquecido e que devemos valorizar unicamente os aspetos socioculturais, pois também é mega importante valorizar o maior número de desportos possíveis, de forma a termos alunos capazes de realizar qualquer tipo de desporto e com um certo conhecimento no aspeto desportivo.

4.1.5. Conceção e o contacto com a prática

Sempre encarei ser professor como alguém que tem um papel bem definido e que só se reserva ao ato de ensinar. Nunca tive em atenção a importância que tem a identidade de um Professor, as suas características, a relação que estabelece e a condução de aprendizagem. Mas através da prática, apercebi-me desde cedo da importância que estes aspetos têm na vida de um professor. Ser um professor entusiasta, dinâmico, motivador e comunicador vai conseguir atrair um nº elevado de alunos para as modalidades, vai conseguir fazer com que os alunos aprendam de uma forma mais rápida e eficaz pois os mesmos sentem-se motivados e para além disto vai ser um profissional feliz com a sua profissão.

Com o decorrer do estágio, fui me apercebendo que apesar do planeamento ser um instrumento muito útil, nem sempre vai definir a qualidade do processo de aprendizagem. Na prática, detetei também o quão importante é um professor perceber as individualidades dos seus alunos de modo a captá-los para a aprendizagem.

Numa fase inicial, devido ainda ao confronto de identidade Aluno/ Professor, resultou um certo neutralismo axiológico que acabou por criar espaço a comportamentos desajustados dos meus alunos em contexto de aula. Isto acabou por ser combatido à medida que o choque com a prática foi diminuindo e a partir do momento em que me fui tornando mais assertivo em contexto de aula.

Um professor não se deve guiar e seguir apenas pelo programa nacional nas suas práticas (Bento, 2012). Concordo, pois os conteúdos devem adaptar-se às turmas uma vez que só assim é possível existir um processo de aprendizagem, porque na turma podem existir grupos de trabalho (heterogéneos/ homogéneos).

4.2. Processo de Ensino e Aprendizagem

4.2.1. Planeamento Anual

O Planeamento anual (PA) é um instrumento facilitador na organização do ano letivo. Nele deve constar objetivos, programação de atividades e os recursos disponíveis. O planeamento anual é um processo na qual os professores estudam os programas escolares, desenvolvendo-os e adaptando-os às condições do contexto de ensino (Januário, 1996). O planeamento anual é uma forte ferramenta para potenciar o ensino.

Nas primeiras reuniões que tive com o NE, foi entregue pela professora cooperante (PC), alguns exemplares de um planeamento anual, assim como documentos essenciais para a construção do mesmo como o: *roulement* das instalações, o calendário escolar e o Programa Nacional de Educação Física. Desta forma, consegui construir o planeamento anual para a minha turma (Figura 4).

Foi nos aconselhado pela PC, a criação de objetivos para o ano letivo de forma a conseguirmos aproveitar todos os recursos disponíveis. O objetivo

principal seria potenciar o ensino e dessa forma era importante relacionar as modalidades com as instalações. Tinha sempre disponível, durante três semanas seguidas, o pavilhão, e dessa forma aproveitaria para dar as modalidades coletivas. Tinha depois uma semana com o auditório onde iria tentar abordar ginástica e dança e, por fim, uma semana com espaço exterior onde iria investir o tempo em aulas de modalidades coletivas ou aulas teóricas. Tendo em conta estes fatores, tornou-se mais fácil criar um planeamento anual equilibrado.

No que se refere à turma residente, foi definido previamente a seguinte estruturação de PA.

	Area das Atividades Físicas				Aptidão Física	Conhecimentos
	Jogos Desportivos Coletivos	Ginástica/Atletismo	Atividades Rítmicas	Outras		
1º Período	Voleibol	Ginástica	Dança	Orientação Urbana	Teste FitEscola Círculo Funcional	Cultura Desportiva Princípios Básicos do Treino Desportivo
	Basquetebol	Atletismo				
2º Período	Basquetebol	Ginástica	Dança (cha cha cha)	Badminton	Teste FitEscola Círculo Funcional/Apresentação	Cultura Desportiva Violência vs Espírito Desportivo
	Voleibol					
	Futsal	Atletismo				
3º Período	Futsal	Ginástica	Dança (merengue)	Orientação Urbana Badminton	Teste FitEscola Círculo Funcional/Apresentação	Cultura Desportiva Corrupção vs Verdade Desportiva
	Andebol	Atletismo				

Figura 4. Planeamento anual.

O PA (ver Figura 4), procura demonstrar aquela que foi a planificação elaborada para todo o ano letivo.

Ao longo do ano letivo foram feitas algumas alterações como a exclusão de Andebol pois houve aumentos nas unidades didáticas de outras modalidades e ocorreu também a exclusão de orientação urbana no 3º período.

4.2.2. Planeamento da turma residente e Modelos de Ensino

A partir das semanas prévias ao início do 1º período, foi realizada e estudada a caracterização da turma. Foram estudados documentos orientadores como a organização curricular, as aprendizagens essenciais, os critérios de avaliação e o programa de EF.

A primeira aula com a turma, assumiu uma forma essencialmente informativa onde me apresentei e onde dei todas as informações importantes para o ano letivo. Nesta primeira aula, apresentei aos alunos um questionário que continha a ficha da anamnese, uma parte com informações sobre o aluno e também uma parte sobre as modalidades que os alunos queriam desenvolver. Através das respostas ao questionário pude observar que a turma escolheu, dentro das modalidades coletivas, em maior percentagem o voleibol e o basquetebol, seguindo-se o futsal. Entre a área das outras modalidades, a turma escolheu em maior percentagem o badminton. Desta forma, e através dos resultados pude elaborar o plano anual da turma.

Nesta primeira aula, apresentei também como seriam os critérios de avaliação de forma a não existirem dúvidas durante o ano letivo.

Como existem constrangimentos de espaços, tive que me adaptar ao *roulement* e aproveitar todas as aulas no pavilhão para desenvolver as modalidades dos Jogos Desportivos Coletivos. Desta forma, o modelo de ensino adotado seria o modelo misto, pois teve que existir uma adaptação ao *roulement* de instalações, tive que utilizar pequenos blocos de um só desporto e utilizei também unidades de planificação curtas de forma a desenvolver o maior número de modalidades possíveis.

Relativamente ao volume de aulas, os Jogos Desportivos Coletivos tiveram todos um número de aulas muito parecido. Basquetebol teve 11 aulas, Futsal teve 7 aulas e Voleibol teve 11 aulas. Entre Atletismo e Ginástica houve uma maior diferença pois decidi que a modalidade de Atletismo seria incorporada em muitas aulas de modalidades coletivas com o grupo que estava de fora. Desta forma, existiram mais aulas específicas de Ginástica do que Atletismo.

Como foi mencionado no capítulo da Dimensão Curricular, a área de aptidão física foi desenvolvida através dos circuitos funcionais. Nesta área, estava também inerente a autonomia dos alunos, pois eram eles que a partir do 2º período criavam os seus planos adequados aos seus objetivos. Para este planeamento, facultei aos alunos um caderno de exercícios, colocado na *classroom da* turma, que tinha sido criado pelo NE. Cada dupla criou o seu plano, onde nele tinham de incluir exercícios de força, de coordenação, de mobilidade, de alongamentos, de velocidade e de técnica de modalidade.

Nas aulas do 1º período, tentei introduzir o modelo de educação desportiva (MED) através do basquetebol. Sendo assim, optei então por escolher as equipas, de forma a torná-las equilibradas combatendo o vedetismo e proporcionando o êxito, mas rapidamente alguns problemas começaram a surgir. Em primeiro lugar, um dos problemas foi a falta de presença denotada por parte de alguns alunos o que me obrigava todas as aulas a resolver esse problema. Em segundo lugar, foi o facto de os exercícios com competição perderem a essência que era esperada pois, devido à falta de presença de certos alunos, era obrigado a utilizar jogadores de outras equipas. Desta forma, no meu ponto de vista, concluo que o MED não se adequa em todas as turmas devido à dependência de fatores que não podem ser controlados pelo professor.

Sou admirador da competição e como nos diz Siedentop, o MED é um modelo que procura transformar a prática da educação física escolar em experiências desportivas autênticas para os alunos. Diz nos também que é possível transformar unidades didáticas em épocas festivas e competitivas. Era este o meu objetivo com a minha turma, mas devido a fatores acima mencionados isso não foi possível de se verificar.

Mas houve aspetos positivos, como por exemplo o facto dos alunos pela primeira vez na sua vida, fazerem parte de uma equipa, na qual têm todos uma função atribuída. Neste modelo, uma prática desportiva culta significa que o aluno valoriza as tradições e os rituais associados ao desporto, em qualquer um dos papéis assumidos (Mesquita, 2012).

Ao longo de todo o ano letivo fui utilizando o modelo de instrução direta (MID), modelo que centra o ensino no professor e é dele a tomada de praticamente todas as decisões acerca do processo de ensino-aprendizagem (Mesquita & Graça, 2009). Na minha opinião, este modelo é muito útil quando estamos em contacto com uma turma que revela algumas dificuldades na execução e no entendimento de uma modalidade. Utilizei frequentemente este modelo nas modalidades de Futsal, de Ginástica e Basquetebol.

Durante as várias modalidades lecionadas, utilizei também o modelo de aprendizagem cooperativa (MAC), de forma a proporcionar à turma um clima de cooperação e de entreaajuda. Neste modelo, tentei ter sempre um diálogo positivo, encorajador e motivacional com a turma para manter uma certa proximidade. Todos os alunos têm as suas tarefas e caminham juntos para um objetivo final, a evolução.

No 3º período, na modalidade de badminton, utilizei o modelo de ensino entre pares, pois por ser uma modalidade na qual exige uma grande aquisição técnica, é importante trabalhar muito todos os batimentos. Dessa forma, nestas aulas utilizei muito o trabalho em pares para existir muito contacto com o volante e pouco tempo de espera. Outro aspeto positivo que destaco é o facto dos alunos se motivarem entre pares, de forma a conseguirem cumprir os objetivos do exercício. Várias vezes, fui a pares enviar feedbacks e a partir daí conseguiam corrigir-se mutuamente. Bayraktar (2011) e Cardoso (2014) constataram que os alunos revelaram satisfação pela entreaajuda e possibilidade de ensinar os colegas, sentindo-se úteis.

4.2.3. Planeamento dos períodos

Na seguinte figura (Figura 5), podemos ver o planeamento do 1º período que foi realizado tendo em conta o planeamento anual e o *roulement*.

Planeamento 1º Período		
Dias	Local	Unidade Didática
Setembro		
17	E	Apresentação
22	P1	T. Fit escola
24	P1	T. Fit escola
29	P2	A.D Voleibol
Outubro		
1	P2	Voleibol
6	P3	Voleibol
8	P3	Voleibol
13	A	A.D Ginástica
15	A	A.D Atletismo
20	E	Conhecimentos
22	E	Conhecimentos
27	P2	A.D Basquetebol
29	P1	Basquetebol
Novembro		
3	P3	Basquetebol
5	P2	Basquetebol
10	A	Ginástica
12	P3	Voleibol
17	E	Conhecimentos
19	A	Ginástica
24	P1	Voleibol
26	E	Conhecimentos
Dezembro		
3	P1	Voleibol
10	P2	Basquetebol
15	A	Ginástica
17	P3	Voleibol

Figura 5. Planeamento do 1º período.

Na seguinte figura (Figura 6) podemos ver o planeamento do 2º período que foi realizado tendo em conta o planeamento anual e o *roulement*.

Planeamento 2º Período		
Dias	Local	Unidade Didática
janeiro		
12	A	Dança
14	A	Dança
19	E	Teórica
21	E	Basquetebol
26	P1	Basquetebol
28	P1	Basquetebol
fevereiro		
2	P2	Basquetebol
4	P2	Futsal
9	P3	Futsal
11	P3	Futsal
16	A	Ginástica
18	A	Ginástica
23	E	Teórica
25	E	Teórica
março		
2	P1	Futsal
4	P1	Futsal
9	P2	Futsal
11	P2	Futsal
16	P3	Basquetebol
18	P3	Voleibol
23	A	Ginástica
25	A	Ginástica
30	E	Teórica
Abril		
1	E	Orientação
6	P2	Testes Fit
8	A	Testes Fit

Figura 6. Planeamento 2º período.

Na seguinte figura (Figura 7), podemos ver o planeamento do 3º período que foi realizado tendo em conta o planeamento anual e o *roulement*

Planeamento 3º Período		
Dias	Local	Unidade Didática
abril		
20	P2	Futsal
22	P2	Futsal
27	P3	Badminton
29	P3	Badminton
maio		
4	A	Ginástica
6	A	Ginástica
11	E	Teórica
13	E	Teórica
18	A	Ginástica
20	P1	Badminton
25	P2	Badminton
27	P2	Badminton
junho		
1	P3	Testes Fit
3	P3	Testes Fit

Figura 7. Planeamento do 3º período.

4.2.3. Unidades didáticas

A unidade didática (UD) caracteriza-se como sendo parte integrante e fundamental do programa de uma disciplina uma vez que constitui uma parte integral do processo pedagógico assim como apresenta ao professor e aos respetivos alunos etapas bem diferenciadas do processo de ensino (Bento, 1998).

Segundo Bento (1998), as UD são criadas através da definição de objetivos, indicações de matérias e linhas metodológicas do Programa Nacional

com o intuito de garantir a lógica sequencial dos conteúdos de forma a contribuir para o desenvolvimento do aluno nas diferentes modalidades.

As planificações das minhas UD, foram feitas após uma aula de avaliação diagnóstica que me permitiu observar e aferir o nível inicial da turma em todas as modalidades.

A turma nas diversas modalidades, mostrou ter muitas fragilidades, onde notei muita falta de bases técnicas e táticas. Desta forma as UD, nas primeiras aulas tinham sempre uma iniciação à modalidade.

No que diz respeito à estruturação das UD tiveram por base o modelo de Vickers (1990), que se refere a quatro categorias: habilidades motoras (conteúdos), cultura desportiva, aptidão física e conceitos psicossociais. Nesta estrutura constava também o número de aula e o seu tempo. As UD, iam sofrendo alterações durante o ensino da modalidade pois, por vezes, sentia que era preciso trabalhar mais algum conteúdo específico. UD em anexo

4.2.4. Planos de aula

O plano de aula é essencial para o trabalho do professor, pois é através dele que os professores adquirem a confiança e clareza relativamente aos objetivos a lecionar, o que se traduz num processo de orientação facilitador para os professores que permite gerir e organizar a aula da melhor forma possível (Schmitz, 2000).

A estrutura do plano de aula foi escolhida em NE, através da cooperação da PC. No plano de aula, surge o número da aula em questão, surge a função didática, surge o objetivo geral de aula, os objetivos específicos de cada exercício, a descrição e esquema de cada exercício e, por fim, os critérios de êxito para cada exercício. Surge ainda o material necessário para a aula, o número de alunos, a data da aula e o nome do professor.

Numa fase inicial, surgiram alguns obstáculos na criação dos planos de aula, mas através da PC consegui tirar várias dúvidas. A partir do 2º período a

construção dos planos já era feita de uma forma mais natural e tranquila, na qual já me sentia completamente à vontade para o fazer de forma autónoma.

Na figura seguinte, podemos ver um exemplo de um plano de aula.

Plano de aula					
Professor:	Rui Oliveira				
Ano/turma:	12 LH2	Data:	18/05/2022	Hora:	10-10
Aula n.º	119/120	N.º alunos:	25	Duração:	50'
Unidade	Ginástica Acrobática (3 de 4)			Espaço:	A
Função	Exercitação				
Objetivo geral da aula:	Desenvolver e aplicar as pegas para as figuras de 2, 3 e 4 elementos, perceber e ajustar as técnicas do monte e desmonte em condições de equilíbrio e segurança. Criar, em grupo, sequências com figuras acrobáticas estáticas/dinâmicas encaando elementos ginmicos, de ligação, de equilíbrio e de flexibilidade.				
Material:	Colchões				
Parte da aula	Tempo	Objetivo específico	Descrição da situação de Aprendizagem	Esquema	Crítérios de êxito
PARTE INICIAL	15	Preparar o sistema cardio-respiratório e o sistema musculoesquelético para a prática de ginástica. Explorar as pegas e os pontos de equilíbrio.	Divisão da turma em grupos de 4, pares de 2, pelo praticável; Ativação geral através de exercícios dinâmicos explorando diferentes posições do base e alguns elementos do volante (pranha, agachamentos, afundos, rolamentos, saltos, etc.) Trabalhar equilíbrios e todas as pegas a 4.		
	20	Desenvolver e ajustar as posições de base e volante. Aplicar figuras de 2 elementos; Desenvolver a capacidade criativa de aplicar conteúdos. Desenvolver o espírito de cooperação.	1º desafio: Cada dupla deve criar uma sequência acrobática com 3 figuras de 2 elementos com as respectivas interligações ginmicas. Sugestões de figuras no esquema. Podem criar as suas próprias figuras. Devem numa fase inicial executar as figuras da última aula; Dentro das quadras devem dividir-se em pares e fazer cada par a sua		Utilizar as pegas corretas; Devem manter o equilíbrio por parte do volante pelo menos 5 segundos; Respeitar as condições de segurança do monte e desmonte; Ser criterioso da manutenção da postura neutra e equilibrada com alinhamento dos segmentos do volante e do base.
PARTE FUNDAMENTAL	20	Desenvolver e ajustar as posições de base e volante. Aplicar figuras de 2 elementos; Desenvolver a capacidade criativa de aplicar conteúdos. Desenvolver o espírito de cooperação.	1º desafio: Cada dupla deve criar uma sequência acrobática com 3 figuras de 2 elementos com as respectivas interligações ginmicas. Sugestões de figuras no esquema. Podem criar as suas próprias figuras. Devem numa fase inicial executar as figuras da última aula; Dentro das quadras devem dividir-se em pares e fazer cada par a sua figura.		Utilizar as pegas corretas; Devem manter o equilíbrio por parte do volante pelo menos 5 segundos; Respeitar as condições de segurança do monte e desmonte; Ser criterioso da manutenção da postura neutra e equilibrada com alinhamento dos segmentos do volante e do base.
	30	Desenvolver a criatividade com aumento de grau de dificuldade das figuras. Criar situações para resolver problemas na atribuição das funções dos elementos de grupo. Desenvolver o espírito de ajuda; Desenvolver o sentido de segurança; Desenvolver a capacidade da	2º desafio: Cada quadra deve criar e apresentar a sua sequência acrobática. Devem desenvolver e criar uma sequência acrobática recorrendo a 3 ou 4 figuras com respectiva interligação ginmica.		Utilizar as pegas corretas; Devem manter o equilíbrio por parte do volante pelo menos 5 segundos; Respeitar as condições de segurança do monte e desmonte; Ser criterioso da manutenção da postura neutra e equilibrada com alinhamento dos segmentos do volante e do base. Todos os elementos têm que apresentar um elemento em todos os momentos da sequência. Devem fazer uma entrada e uma saída da sequência.

Figura 8. Plano de aula de Ginástica.

O facto de elaborar o plano de aula de forma autónoma, ajudou-me também a gerir a aula de uma melhor forma, pois já sabia previamente o que era preciso para cada exercício.

Comecei a sentir também, a partir do 2º período, uma melhoria na definição dos objetivos e dos critérios de êxito dos exercícios. O facto de observar outros planos de outros professores ajudou-me imenso neste processo.

De acordo com Bento (2003), o plano de aula não segue uma estrutura pré-definida pois essa estrutura varia de professor para professor. Mas existe algo comum a todos os planos que é o facto de terem 3 partes, a inicial, a fundamental e a parte final de aula.

4.3. Intervenção pedagógica

4.3.1. “Professor efetivo” e as suas características

Um professor deve ter um ensino eficaz de regras e de procedimentos de forma a não encontrar comportamentos desajustados que vão obrigatoriamente estragar o clima de aprendizagem das aulas. Desta forma, deve existir um reforço constante de regras e de *feedback*, algo que adotei desde cedo para evitar estes comportamentos desajustados.

Outra característica que destaco é a clareza, algo que vai ser muito útil na passagem do conteúdo para a turma. Para mim ser claro é ter um discurso lógico, progressivo e sempre com vocabulário adequado. Na minha opinião, nas primeiras aulas não estava a ser um professor com clareza, talvez pelo meu nervosismo e pela primeira experiência enquanto professor. Mas com o passar do tempo, sinto que me tornei um professor com maior clareza, pois constatei que o meu discurso seguia todas as características anteriormente mencionadas.

Para mim foi muito importante conhecer e compreender todos os meus alunos, para poder adequar certos exercícios e para poder definir certos

objetivos a pequenos ou grandes grupos sempre tendo em conta as suas características.

Por fim destaco que para existir um “Professor Efetivo”, é também necessário ter em conta a gestão do tempo de aula, algo que no início não foi nada fácil pois sentia que existia algum tempo morto nas minhas aulas. Utilizei estratégias para conseguir ultrapassar este problema, que foram por exemplo, explicar o exercício somente quando os meus alunos estivessem atentos e concentrados, pois assim só explicava uma vez; utilizei também grupos de rotação definidos logo no início de aula e utilizei também feedbacks durante o exercício sem o ter que interromper.

4.3.2. Instrução, Gestão, Clima Relacional e Controlo Disciplinar

A intervenção pedagógica é essencial para o sucesso de um professor e assenta em quatro principais domínios: a instrução, a gestão/ organização, o clima e a disciplina (Siedentop, 1983).

A instrução está diretamente relacionada ao processo na qual o professor transmite informação para os alunos, sempre com base nos objetivos que são propostos para dado exercício. Um aspeto chave da instrução é a comunicação, pois é através deste que a informação é transmitida para os alunos. A instrução pode ser dada antes da prática através da apresentação das tarefas, pode ser dada durante a prática através dos *feedbacks* pedagógicos e pode ser dada depois da prática através do processamento cognitivo e emocional. Inerente a esta instrução, deve surgir uma comunicação clara e eficaz. Os meios que eu mais utilizei para esta instrução foram visuais, verbais e de questionamento.

A gestão/ organização, é o processo de gerir e organizar as atividades tanto previamente como no momento da aula, na qual um professor deve ter capacidade de gerir grupos de alunos, variantes de exercícios e transições de exercícios. O professor deve ter sempre em atenção o tempo nas transições e na partilha de informação. É importante um professor conseguir maximizar o tempo útil e diminuir os tempos mortos, de forma a maximizar o tempo potencial de aprendizagem. Para mim, ao início foi sempre algo complicado, mas com o

passar do tempo consegui evoluir este processo e tornei as aulas mais ricas. Consegui utilizar estas estratégias nas minhas aulas: usar sinais de parar, iniciar; montar equipamentos antes da aula; rever rotinas; utilizar um quadro e falar sobre as regras logo nas primeiras aulas. Outras estratégias utilizadas e estas em conjunto com os alunos foram: dividir a turma e envolver os alunos na recolha de material.

O clima refere-se à capacidade que um professor tem de manter a aula com um clima positivo, de forma a torná-la mais proveitosa. O professor, através dos *feedbacks*, deve tentar fazer com que o clima de aula seja propício a uma boa aprendizagem.

Na minha opinião estes quatro domínios estão diretamente relacionados entre si, pois uma aula equilibrada e propícia à aprendizagem só é possível depois do professor dominar estes quatro e importantes domínios.

Durante as aulas iniciais senti algumas dificuldades em todos os domínios, mas principalmente na gestão/ organização. Com o passar do tempo, fui tornando-me mais confiante e consegui melhorar imenso no aspeto acima referido. Sinto que foi a partir deste momento que houve melhorias em todos os outros domínios também.

4.3.3. A importância do feedback nas aulas de Educação Física

Em todos os momentos em que há comunicação, é necessário que haja um *feedback* entre o emissor e o recetor da informação, seja para confirmar o que foi emitido, seja para orientar novas práticas ou para corrigir o que já foi dito ou executado. Desta forma, o *feedback* é uma ferramenta importante de ligação entre o professor e aluno, e como tal o professor deve emitir *feedbacks* precisos e com informação pertinente.

Existem professores que negligenciam este recurso, pois não dão a devida importância ou porque não dominam por completo o conteúdo que está a ser abordado. Na minha opinião, os professores deviam dedicar mais tempo a

esta ferramenta de comunicação, de forma a conseguirem aumentar a eficácia da informação nas aulas.

Existem vários tipos de *feedback*, o objetivo; o de forma; o de direção; o de valor; o referencial e o de precisão. Depois surge também o “ciclo de *feedback*”, que é quando se inicia e fecha o *feedback*, deve desta forma existir uma identificação do erro, uma tomada de decisão, um *feedback* pedagógico, uma observação das mudanças e por fim ocorrência de um novo *feedback* tendo em conta as mudanças observadas. Este ciclo, foi algo que no início não era bem feito por mim, mas através do aumento da minha confiança consegui evoluir este processo.

Apesar dos *feedbacks* serem positivos no ensino de aprendizagem, não devem ser utilizados a toda a hora, não devem ser repetidos, não devem ser aleatórios e devem sobretudo ser eficazes, diversificados e oportunos. Na minha opinião, os *feedbacks* mais benéficos são os positivos e os mistos.

Numa fase inicial e por estar demasiado focado na gestão da aula, sinto que me esqueci demasiadas vezes de transmitir bons *feedbacks* (precisos e construtivos), mas com o passar do tempo acredito que fui evoluindo e fui transmitindo para a turma *feedbacks* úteis e positivos para a sua evolução.

Uma das formas de melhorar esta ferramenta é o estudo do conteúdo a abordar nas aulas pois, desta forma, fui para as aulas mais confiante em mim mesmo e com o sentimento de que sabia aquilo que estava a dizer e, quando necessário, a demonstrar.

4.4. Avaliações

Segundo Ribeiro (1999), a avaliação apresenta-se como um processo que visa acompanhar os alunos de forma coerente e precisa ao longo de todo o processo de aprendizagem.

O professor apresenta aqui um papel fundamental, implica também muito planeamento e ação com o objetivo de recolher informação necessária para decidir da forma correta, algo que influenciará a vida do aluno e o seu rendimento (Arends, 1995).

Numa fase inicial, avaliar não foi nada fácil, pois considero que a minha prática enquanto estudante foi de contacto reduzido com a prática das metodologias de avaliação ao longo do mestrado. Sendo assim, uma das formas que encontrei para conseguir resolver esta dificuldade foi solicitar ajuda com a minha PC. Uma das formas sugeridas era utilizar um caderno no qual tirava as notas necessárias para cada aula e desta forma consegui obter muitos dados sobre os meus alunos. Sinto que foi a partir do 2º período que consegui quebrar esta minha dificuldade, conseguindo desta forma avaliar os alunos de uma forma mais justa e correta.

Relacionando a avaliação com as modalidades abordadas, sinto que a modalidade onde surgiam mais dúvidas sobre a avaliação era a ginástica, pois é uma modalidade na qual sinto que existiam lacunas no domínio de conteúdo.

O núcleo na parte das avaliações tentou trabalhar em conjunto de forma a criarmos fichas de avaliação diagnóstica (AD) e de avaliação sumativas (AS) simples e eficazes para o nosso trabalho.

A resolução destes problemas e destas dificuldades só foram ultrapassadas graças a reuniões e conversas em NE e com a PC. Esta partilha de experiências foi uma parte fundamental no sucesso deste processo de avaliar.

Destaco também a importância que o domínio de conteúdo tem neste processo de avaliação, pois só através de estudo das modalidades fui capaz de avaliar de uma forma justa e correta os meus alunos, algo que sem isso seria impossível.

Em seguida encontram-se explícitos os três tipos de avaliações usadas ao longo do estágio, sendo estas a avaliação diagnóstica, avaliação formativa e por fim a avaliação sumativa.

4.4.1. Avaliação diagnóstica

A avaliação diagnóstica (AD) procura aferir qual o nível dos alunos para dada modalidade, permitindo ao professor ter a percepção daquele que é o nível dos seus alunos e conseqüentemente da turma em questão.

Desta forma, o professor consegue elaborar um plano adaptado para as competências observadas nos alunos.

Segundo Carvalho (2017), esta avaliação permite identificar os problemas numa fase inicial servindo de suporte para o futuro do ensino de uma dada modalidade.

Na minha opinião, uma avaliação diagnóstica é muito importante no auxílio de um professor, pois permite-nos verificar rapidamente quais são os problemas de uma turma nas modalidades que estamos a abordar.

As minhas fichas de AD foram elaboradas juntamente com o NE e com a PC, de forma a refletirmos em conjunto e conseguirmos criar uma ficha que fosse adequada e útil para todos. Nesta ficha, surgem os aspetos técnicos e táticos que achamos em grupo serem os mais importantes para a avaliarmos.

Apliquei este processo em todas as modalidades abordadas com a exceção de Orientação Urbana.

Na figura seguinte (figura 9), podemos observar um exemplo de uma ficha de AD por mim utilizada na modalidade de futsal.

Avaliação Diagnóstica de Futsal

Técnica	Critérios	Nível			Observações
		Introdutório	Elementar	Avançado	
Passê	Coloca a bola em boas condições para o colega. Varia a intensidade e colocação consoante o momento de jogo. Utiliza o passe no sentido de progredir no campo.				
Receção	Mantém a bola próxima de si. Utiliza a técnica adequada a cada situação de jogo. Orienta a receção a pensar na ação seguinte.				
Condução de bola	Utiliza a parte interna, externa ou planta do pé. Protege a bola com o corpo em progressão. Mantém a cabeça levantada, observando o jogo.				
Remate	Utiliza a melhor técnica para cada situação. Aproveita as oportunidades e os espaços para finalizar adquadamente. Tem sucesso (faz golo).				
Finta	Procura situações 1x1, tirando partido das mesmas. Utiliza o corpo para destabilizar o defensor. É criativo e imprevisível.				
Desarme	Consegue temporizar de forma a escolher o momento certo para realizar o desarme. Retira a bola do atacante sem realizar falta. Ajusta o desarme de forma a não colocar a equipa vulnerável e tenta iniciar rapidamente a transição.				

Avaliação Diagnóstica de Futsal

Tática	Princípios de jogo	Critérios	Sim	Não	Observações
Ataque	Penetração	O aluno procura progredir no campo.			
	Cobertura Ofensiva	O aluno dá linhas de passe ao portador da bola.			
	Mobilidade	O aluno procura destabilizar a defesa com movimentações sem bola.			
	Espaço	A equipa ataca em profundidade e em largura.			
Defesa	Contenção	O aluno cria situações de 1x1, de forma a retardar a progressão da equipa contrária.			
	Cobertura Defensiva	O aluno dá apoio ao colega em contenção.			
	Equilíbrio	O aluno reajusta a defesa, mediante as movimentações da equipa adversária.			
	Concentração	A equipa diminui o espaço no corredor central, evitando situações de inferioridade numérica.			

Figura 9. Avaliação diagnóstica de Futsal.

4.4.2. Avaliação formativa

A Avaliação Formativa (AF) caracteriza-se como um momento que ocorre de forma contínua ao longo das UD.

Desta forma, consigo observar as evoluções de uma forma contínua, conseguindo assim retirar informações sobre todas as competências de toda a turma. Este processo permite também adaptar os planos aula a aula, de forma a conseguirmos resolver problemas rapidamente. Na minha opinião e tendo em conta o que foi anteriormente descrito, caracterizo este processo de avaliação como um fio condutor para uma avaliação sumativa.

Ao longo das várias modalidades, fui retirando várias informações de toda a turma o que me ajudou imenso nas avaliações finais de período.

4.4.3. Avaliação sumativa

Ao contrário da Avaliação Formativa, que representa um carácter contínuo ao longo da UD, a Avaliação Sumativa (AS) assume um carácter pontual, sendo desta forma associada a um determinado momento.

A AS ocorre no fim do processo de ensino de cada UD, de forma a aferirmos a evolução de cada um dos alunos relativamente ao seu ponto inicial. A estratégia que o NE utilizou foi transformar as fichas de AD em fichas de AS, desta forma avaliamos os mesmos aspetos e assim obtemos uma comparação do nível final relativamente ao nível inicial. Utilizei esta estratégia em todas as modalidades que apliquei as fichas de AD.

Área 2 – Participação na Escola e Relação com a Comunidade

5. Área 2 – Participação na Escola e Relação com a Comunidade

5.1. Participação ativa na Escola através do NE

5.1.1. Reuniões de núcleo de estágio e reuniões com o professor orientador

Ao longo do meu estágio ocorria reuniões de núcleo, que contavam com a presença de todos os estagiários e PC. Nestas reuniões, refletíamos sobre as aulas e sobre aquilo que deveríamos ter mudado, refletíamos também sobre aquilo que seriam as nossas futuras aulas assim como os seus planos de forma a adequarmos os nossos objetivos aos exercícios que seriam propostos.

Devido à ocorrência destas reuniões, conseguimos criar de forma unânime uma sintonia relativa à planificação e responsabilidades de cada um.

A PC teve uma grande importância neste processo de partilha de ideias e opiniões, pois através da sua grande experiência foi capaz de nos levar sempre para o caminho certo. Em todas as reuniões, destaco de forma positiva a motivação que a PC passou a todos os estagiários.

Para além das reuniões de núcleo de estágio, foram também realizadas reuniões de orientação de estágio com o PO (professor orientador). Nestas reuniões foi nos passada muita informação sobre o processo de estágio, foi no passado também muito conteúdo de forma a podermos utilizar o mesmo nas nossas aulas e no nosso processo de ensino. Foram debatidos conteúdos como por exemplo: formas de observação, formas de avaliar, formas de aplicar mudanças aos planos e aos exercícios e conteúdo sobre o nosso estudo.

Destaco de forma positiva todo o empenho demonstrado pelo PO, que nos conseguiu manter sempre “ligados à ficha”, conseguiu sempre acrescentar algo ao processo de estágio e conseguiu motivar-nos sempre de uma forma muito positiva. Destaco também a prontidão do PO em nos esclarecer todas as dúvidas que iam surgindo ao longo de todo o processo.

5.1.2. Dia do professor

O Dia do Professor ocorreu no dia 8 de outubro, sendo que as atividades planeadas contaram com a colaboração do Grupo disciplinar de Educação Física, cujo papel desempenhado resumiu-se à realização de uma avaliação física inicial junto dos professores interessados.

Para além disso, foi montado um circuito para realização de treino funcional, passando pela sua demonstração. Como era uma atividade de curta duração, visto que era realizada nos intervalos entre as aulas, os professores interessaram-se mais pela avaliação física inicial, sendo mais rápida e menos cansativa. No entanto, com o trabalho em equipa e a demonstração puxávamos pelos professores que se encontravam a assistir, resultando na participação de alguns desses colegas.

De uma forma geral, a atividade foi bem conseguida, apesar de alguns contratempos, como por exemplo alguns dos professores estagiários estarem a dar aulas, atrasando o início das atividades.

No que toca a comunicação, sinto que apresentei um bom desempenho, conseguindo então esclarecer todas as dúvidas que iam surgindo.

Findando, sinto que o planeamento da atividade deveria ter sido feito antecipadamente, pois alguns erros da mesma foram marcados pela falta de organização.

5.1.3. Dia internacional do desporto

O Dia Internacional do Desporto ocorreu no dia 24 de setembro e as atividades planeadas nesse dia foram realizadas com a colaboração do “5.7 *Crossfit*”. O papel desempenhado pela box de *CrossFit*, foi demonstrar através de uma aula a possibilidade de realizar exercício físico utilizando unicamente o peso corporal. Para além disso, foram montados 3 circuitos para realização de treino funcional, começando no nível introdutório, passando para o nível elementar e finalmente para o avançado pelos núcleos de estágio da Escola

Secundária FH. Assim que chegamos ao local da atividade, cooperamos em equipa e rapidamente percebemos o modo de funcionamento ideal, distribuindo nos por níveis de circuito e tendo capacidade para que os alunos disfrutem do máximo da atividade.

Os alunos demonstraram estarem motivados, mas apresentaram algumas dificuldades nos exercícios algo que já era esperado. O núcleo de estágio teve então que demonstrar várias vezes e corrigir vários alunos de forma a todos terem sucesso na execução dos exercícios propostos.

Na minha opinião, enquanto núcleo foi uma atividade muito positiva pois todos trabalhamos de igual forma para o sucesso deste dia e desta atividade tão importante.

5.1.4. Xico- Inter- Classes- Olympics

Esta atividade foi realizada pelos NE e também pelo grupo disciplinar de Educação Física. Tem o objetivo de aproximar a Comunidade Escolar com o meio envolvente, através de um evento desportivo e cultural.

No âmbito da Semana Aberta da ESFH, propusemos um torneio Interturmas que envolveram todas as turmas do ensino regular e profissional, dos três níveis de escolaridade, abrangendo 6 modalidades (Basquetebol “3x3”, Voleibol “4x4” (misto), Padel, Orientação, Ginástica de Solo e Velocidade) distribuídas em dois de dias.

O NE desenvolveu tarefas como a montagem do cronograma do evento, o regulamento da modalidade de orientação e também arranjou parcerias para o mesmo.

Este evento era uma competição entre turmas, como tal cada aluno só podia participar numa modalidade de forma a existir a oportunidade de todos os alunos de todas as turmas poderem participar.

Cada modalidade tinha a sua classificação e cada turma ia conquistando pontos para a classificação final do evento.

Na modalidade de orientação, que foi na qual o NE teve mais responsabilidade posso refletir que a prova se realizou pela cidade de Guimarães percorrendo alguns dos pontos mais emblemáticos da mesma. O ponto de encontro teve lugar no auditório do terceiro piso da escola secundária FH, no dia 7 de abril, com início às 10:00 horas. Após uma breve introdução e explicação das regras da prova feita pelos professores estagiários responsáveis, as equipas dirigiram-se para o portão principal da escola para iniciarem os respetivos percursos.

Importa registar que os alunos compreenderam as regras explicadas na sessão e que expuseram as suas dúvidas através do Instagram do XicoEnergy. Este foi o método utilizado para tornar mais simples a comunicação entre os alunos e os professores estagiários.

Ao longo dos percursos estabelecidos os alunos iriam ser confrontados com diversas questões relacionadas com a história da cidade berço e para responder às mesmas teriam de assistir a atividades organizadas pelo professor estagiário de História e por alunos cooperantes. Uma das atividades organizadas foi um teatro de rua e a outra estava relacionada com o toque dos bombos nicolinos. De realçar a disponibilidade e a seriedade com que os alunos cooperantes encararam estas tarefas e ajudaram as equipas participantes a obter as respostas corretas.

A grande maioria das equipas abordou a competição de forma séria, aplicando-se ao máximo para realizar a totalidade da prova no menor tempo possível com a finalidade de obter pontos para a classificação final da turma na Xico Inter Classes Olympics.

Em suma, concluímos que esta atividade proporcionou a oportunidade a diferentes alunos de mostrarem as suas valências, sendo estas de carácter físico e também cognitivo, não esquecendo que todos os alunos, em qualquer prova que estivessem inseridos, contribuía para algo maior do que os próprios, fomentando o espírito olímpico e os valores que a este são inerentes: a ética

para atingir objetivos, a vitória pelo próprio esforço e superação, a aceitação das derrotas e a persistência para seguir frente com coragem e determinação.

O NE ficou também responsável por criar um cartaz para o evento na qual podemos ver o mesmo na figura abaixo.

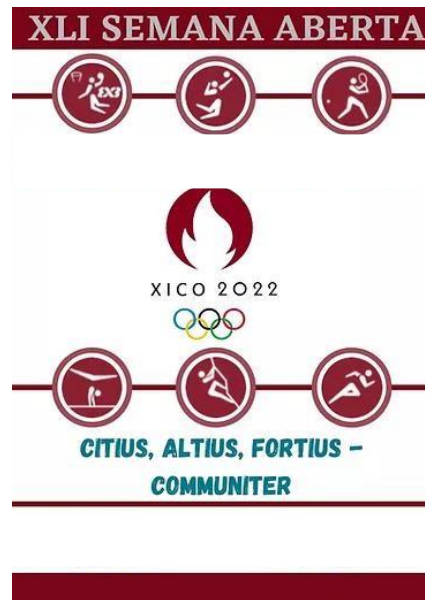


Figura 10. Cartaz.



Figura 11. Cerimónia de abertura.



Figura 12. Jogo de Basquetebol entre 2 turmas.

Nestas imagens podemos observar que este evento teve uma aderência de alunos muito grande, na qual podemos ver imensos alunos a assistirem a modalidades que estavam a acontecer naquele momento. Na primeira imagem vemos a presença de todos os alunos na cerimónia de abertura.

5.2. Palestra de uma nutricionista à minha turma

Durante o 3º Período dinamizei uma palestra intitulada “Iniciação à nutrição”, com a presença de uma nutricionista estagiária.

Essa palestra teve como objetivos; elucidar os jovens sobre os bons hábitos alimentares, a importância dos mesmos e como fazer a sua própria dieta alimentar (dia alimentar).

Após a palestra por parte da nutricionista, foi feito uma espécie de questionário através de uma plataforma online (*kahoot*), na qual a minha turma demonstrou ter tido um bom resultado.

Na minha opinião, esta iniciativa teve um *feedback* muito positivo junto da comunidade escolar.

**Área 3 – Desenvolvimento Profissional: Conhecimento pedagógico
do conteúdo**

6. Desenvolvimento Profissional: Análise do conhecimento especializado de um professor estagiário (mapa de conteúdos) e da performance de jogo dos seus alunos

Resumo

O nível de conhecimento Pedagógico do Conteúdo (CPC) de um professor está associado a uma eficiente aprendizagem dos alunos (Ward et al., 2014). É importante que um aluno consiga realizar as tarefas propostas de uma forma correta e apropriada, senão as tarefas serão inapropriadas e a sua apresentação ineficaz (Rink, 1994). A seleção das tarefas está incorporada no Conhecimento Especializado do Conteúdo (CEC). O CEC está ligado ao conhecimento que o professor necessita para ensinar um dado conteúdo e é importante para aumentar a eficiência do professor (Ward et al., 2014) influenciando o CPC (Iserbyt et al., 2015). Este estudo serviu para verificar o conhecimento de um professor estagiário através de um mapeamento de conteúdo e através da análise da performance em jogo dos alunos na qual foi realizada uma gravação de um jogo numa aula pertencente a uma UD de Futsal. Este estudo foi realizado numa turma do 12º ano, composta por 25 alunos, mas neste caso apenas foram analisados 16 alunos (2 rapazes e 14 raparigas) e os mesmos têm idades compreendidas entre os 17 e os 19 anos de idade. A gravação foi realizada num jogo de Futsal 4 vs. 4, na qual cada aluno teve em jogo 8 minutos. Nesta análise da performance do jogo dos alunos foram analisados conteúdos técnicos como o remate, passe, receção e desarme. O mapeamento de conteúdo mostrou que existiram poucas tarefas aliadas às tarefas de Informação, o que consequentemente se revelou no índice de CEC onde o valor foi um pouco baixo (3). Na análise da performance em jogo dos alunos, deu para perceber que a turma se encontra num nível muito baixo de aptidão para a modalidade de futsal e que a turma tem muitas lacunas no domínio dos conteúdos técnicos.

PALAVRAS-CHAVE: CONHECIMENTO DO CONTEÚDO; ÍNDICE DE CONHECIMENTO ESPECIALIZADO DO CONTEÚDO; PERFORMANCE EM JOGO; CONTEÚDOS TÉCNICOS.

Abstract

The Pedagogical Content Knowledge (PPC) of a teacher promotes an increase in student learning (WARD et al., 2014). It is important that a student can perform the proposed tasks in a correct and appropriate way, otherwise the tasks will be inappropriate and their presentation ineffective (Rink, 1994). The selection of tasks is embedded in the Content Specific Knowledge (CEC). CEC is linked to the knowledge that the teacher needs to teach a given content and is important for increasing teacher effectiveness (Ward et al., 2014) influencing CPC (Iserbyt et al., 2015). This study was conducted in a 12th grade class consisting of 25 students, but in this case only 16 students (2 boys and 14 girls) were analysed and they are aged between 17 and 19 years old. This study serves to verify the knowledge of a trainee teacher through a content mapping and through the analysis of the students' game performance in which a recording of a game was made in a class belonging to a Futsal UD. The recording was made in a game of Futsal 4 vs 4, in which each student had 8 minutes in play. In this analysis of the students' game performance, technical contents such as shooting, passing, receiving and tackling were analysed. Results: The content mapping showed that there should have been more tasks allied to Information tasks, which consequently revealed in the SCC index where the value was a little low (3). In the analysis of the students' game performance, it was possible to notice that the class is at a very low level of aptitude for the futsal modality and that the class has many gaps in the technical contents domain.

KEYWORDS: CONTENT KNOWLEDGE; SPECIALIZED CONTENT KNOWLEDGE INDEX; GAME PERFORMANCE; TECHNICAL CONTENT.

6.1. Introdução

Este estudo de investigação-ação insere-se no âmbito do EP. Como sabemos desde muito cedo que investigadores demonstraram interesse em perceber e estudar o ensino e a aprendizagem de atividades baseadas no jogo nas aulas de EF (Hastie & Mesquita, 2016). A pesquisa destacou que o conhecimento do conteúdo do professor como um precursor essencial de instrução eficaz em EF (Iserbyt et al., 2017). Os professores com um vasto conhecimento do conteúdo são melhores a ajudar os alunos a aprender as habilidades motoras (Hastie, 2021).

O conhecimento de conteúdo reflete o grau em que os professores podem transformar o conhecimento do assunto em tarefas práticas de aprendizagem (Rink, 2014). Segundo Iserbyt et al. (2020) o conhecimento do conteúdo tem um efeito positivo no aumento do número de tarefas que sofrem adaptações, sendo assim significa que, quanto maior for o nosso conhecimento do conteúdo, mais facilmente conseguimos refletir sobre o que aconteceu.

Estudos prévios mostraram que existe uma relação entre a competência adaptativa e o conhecimento do conteúdo. O conhecimento do conteúdo e o CPC estão relacionados, o conhecimento do conteúdo é um forte precursor de um professor com um grande CPC (Kim et al., 2018). A sequência de tarefas que um professor escolhe são um elemento diferenciador, o que mostra se o professor é eficaz ou ineficaz.

6.2. Objetivo do estudo

Os objetivos deste estudo passam principalmente por examinar o conhecimento especializado de um professor estagiário através de mapas de conteúdo e analisar a performance de jogo dos alunos à saída de uma unidade didática de futsal.

6.3. Metodologia

6.3.1. Contexto

Este estudo desenvolveu-se a partir de uma unidade de ensino na minha turma residente, com 7 aulas e onde foi lecionado o Futsal. A turma era constituída por 25 alunos, mas para este estudo foram utilizados 16 alunos (2 rapazes e 2 raparigas) com idades compreendidas entre os 17 e os 19 anos de idade. Os conteúdos em enfoque para o mapeamento do conteúdo foram todos os aspetos táticos e técnicos da modalidade, já na análise da performance foram apenas utilizados para a análise os conteúdos técnicos como o passe, remate, receção e desarme. Na análise da performance foi utilizado um jogo 4 vs. 4, onde existiam 4 equipas compostas cada uma por 4 elementos.

Num primeiro momento foi analisado o mapeamento do conteúdo e em segundo a performance no jogo onde foi utilizada uma gravação de um jogo numa aula.

6.3.2. Instrumentos

Codificação

Ward et al. (2017) manteve os conceitos de Rink, de Informação (I), Refinamento (R), e Extensão (E). Sugeriram novas tipologias para se ajustarem aos modelos que envolvam situações de jogo modificadas. Essas novas tipologias são Refinamento-Aplicação (RA), Aplicação fora do contexto de jogo (AN), e Aplicação no contexto de jogo (AG).

Tabela 1. Tarefas instrucionais.

Informação	Tarefa inicial na progressão de uma habilidade (Rink, 1979)
Extensão	Tarefa onde foi incrementada dificuldade por adição de novos elementos (Rink, 1979)
Extensão- Aplicação	Tarefa de extensão que ocorre no contexto de jogo onde o objetivo é alicar a tarefa (Ward et al., 2017)
Refinamento	Tarefa com um foco específico na qualidade e performance (Rink, 1979)
Refinamento- Aplicação	Tarefa de refinamento que ocorre em contexto de jogo com o objetivo de aplicar a tarefa (Ward et al., 2017)
Aplicação fora de contexto de jogo	Tarefa focada no propósito do movimento ao invés da execução (Ward et al., 2017)
Aplicação no contexto de jogo	Tarefa que usa um conteúdo de aula em situação de jogo (Ward et al., 2017)

Depois, tendo em conta todos os planos de aula da UD de Futsal, enquadrei todas as tarefas numa tipologia específica, atribuindo-lhe um dos códigos que podemos verificar na Tabela 1. Sendo assim, consegui mapear todas as tarefas instrucionais e organizar um *Content Map* (CM).

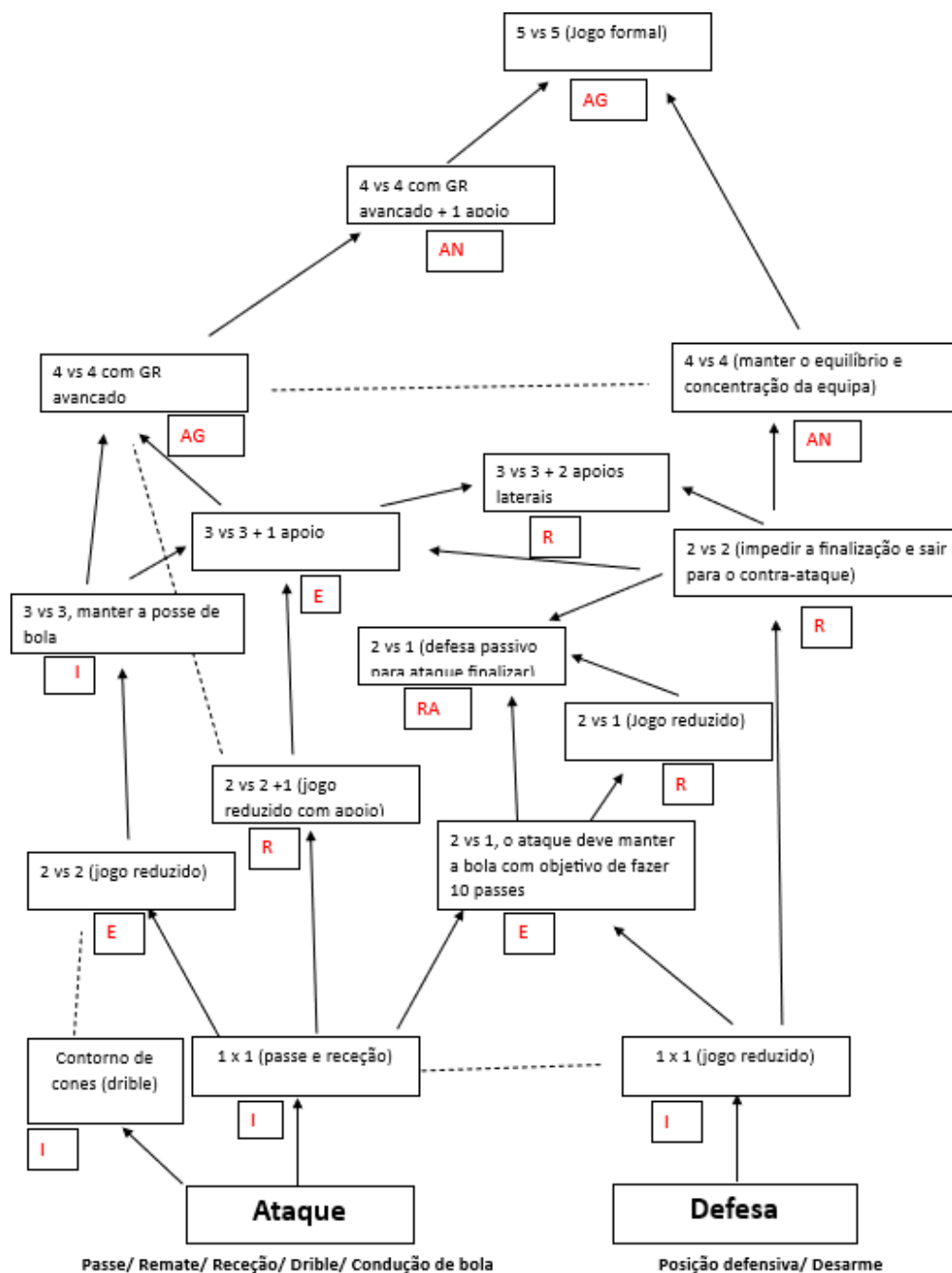


Figura 13. Mapeamento de conteúdo (CM) da UD de Futsal.

Índice de Conteúdo Específico do Conteúdo (CEC)

Para aferir, o índice de CEC utilizei uma fórmula sugerida por Ward et al, (2017). É a soma de todas as tarefas e posterior divisão pelo valor das tarefas de informação.

$$\frac{E+A+R+RA+AN+AG}{I}$$

I

Cálculo do Índice de CEC

$$\frac{3+0+4+1+2+2}{4} \Rightarrow \boxed{3}$$

Análise da performance em jogo dos alunos

De seguida, surge a análise da performance na qual utilizei uma gravação de um exercício na última aula de Futsal da UD. A análise consistia em apenas retirar os dados dos conteúdos técnicos do jogo.

Equipa 1	Passe	Receção	Remate	Desarme
Aluno A	3-3-0-2-3-0-2	2-2-0-1-2-2-1-2-2	1-0-2-2-2	2-1-1-2-2-0-2-2
Aluno B	1-1-2-0-3	1-1-2-0-0	1-1-0-2	0-1-2-0-0-2
Aluno C	1-0-2-0	0-1-1-0-0	1-0-1	1-0-0-2-0
Aluno D	2-1-3-2-0	2-1-1-2-0-2	1-0	2-0-1-2-2-0

Equipa 2	Passe	Receção	Remate	Desarme
Aluno E	2-0-1-1-3-2	2-1-0-2-2-0	1-1-0	0-2-1-2-0-1-0
Aluno F	1-0-0-1-2	2-1-1-0-0	0-1	0-0-1-2-0-1
Aluno G	3-2-1-1-0-0	1-1-0-0-1-1	1-1-2	2-2-1-0-0-2
Aluno H	3-3-2-2-0-3	2-2-1-0-2-2-0	1-2-2	2-1-1-0-0-2-1-2

Passe

- 0 (erro);
- 1 (passe mal orientado e que prejudica a continuidade da jogada);
- 2 (cria dificuldades à receção);
- 3 (passe bem orientado que dá condições ao colega).

Receção:

- 0 (erro);
- 1 (receção que pode condicionar a jogada);
- 2 (receção que dá boas condições para continuar a jogada).

Remate:

- 0 (remate fora do alvo);
- 1 (Remate, mas não acontece golo por defesa do GR ou bola vai ao poste);
- 2 (Remate dá em golo).

Desarme:

- 0 (erro);
- 1 (toca na bola, mas não consegue recuperar totalmente);
- 2 (ganho da posse de bola);

Figura 14. Dados das primeiras 2 equipas e a descrição dos valores atribuídos a cada conteúdo técnico.

Equipa 3	Passes	Recepção	Remate	Desarme
Aluno I	2-0-3-2-3-0	2-1-1-2-0-0	1-0-2	1-1-2-1-2-1
Aluno J	1-0-2-0-2	1-1-0-0-0	1	0-1-2-0-1
Aluno K	3-0-2-2-1-1	0-1-2-2-0-2-1	1-1	1-1-2-2
Aluno L	1-2-0-1-0	0-0-1-1-0-2	0-0-1	0-0-1-2

Equipa 4	Passes	Recepção	Remate	Desarme
Aluno M	2-3-3-1-3-0-3	2-2-2-0-1-2-1-2	0-2-2-1	2-2-1-2-0-2
Aluno N	0-1-0-2-2	0-1-1-0-2	0-1	0-0-1-0
Aluno T	1-1-2-3-0-0	1-1-2-0-1-0	0-1	1-1-0-2-1
Aluno U	2-2-3-1-0-0	2-2-1-0-1	0-1-1	1-1-2-0-2

Passes

- 0 (erro);
- 1 (passe mal orientado e que prejudica a continuidade da jogada);
- 2 (cria dificuldades à recepção);
- 3 (passe bem orientado que dá condições ao colega).

Recepção:

- 0 (erro);
- 1 (recepção que pode condicionar a jogada);
- 2 (recepção que dá boas condições para continuar a jogada).

Remate:

- 0 (remate fora do alvo);
- 1 (Remate, mas não acontece golo por defesa do GR ou bola vai ao poste);
- 2 (Remate dá em golo).

Desarme:

- 0 (erro);
- 1 (toca na bola, mas não consegue recuperar totalmente);
- 2 (ganho da posse de bola);

Figura 15. Dados das últimas 2 equipas e a descrição dos valores atribuídos a cada conteúdo técnico.

Para o cálculo do GP (Game Performance):

$$\frac{\text{Índice de Passe} + \text{I.Recepção} + \text{I.Remate} + \text{I.Desarme}}{4}$$

4

O Índice de cada conteúdo é cálculo através do score total do conteúdo a dividir pelo nº de tentativas.

6.4. Resultados

Mapeamento do conteúdo

Para aferir o Índice de CEC, foi então utilizada a fórmula referida no capítulo “Instrumentos”.

Chegando-se a estes resultados, representados na seguinte tabela.

Tabela 2. Tarefas e Índice de CEC.

		UD Futsal	% da tarefa
Tarefas	I	4	25%
	E	3	18.75%
	EA	0	0%
	R	4	25%
	RA	1	6.25%
	AN	2	12.5%
	AG	2	12.5%
	Totais tarefas	16	100%
Índice de CEC	3		

Na UD de Futsal, recolhi 16 tarefas totais, sendo que 25% foram tarefas de Informação, 18,75% foram tarefas de Extensão, 25% foram tarefas de Refinamento, 6,25% foram tarefas de Refinamento-Aplicação, 12,5% foram

tarefas de Aplicação fora do contexto de jogo e 12,5% foram tarefas de Aplicação no contexto de jogo.

Desta forma, calculei o índice de CEC através de uma fórmula específica, dando um valor de 3. Ward et al. (2017) refere que o índice de CEC tem como valor de referência o 3, que nos indica que para cada tarefa de Informação existem outra 3 tarefas, o que representa um aumento na progressão de ensino aprendizagem.

Análise da performance em jogo

Tabela 3. Dados da performance no jogo

ALUNOS	PASSE	RECEÇÃO	REMATE	DESARME	GP
A	1.86	1.55	1.4	1.5	1.58
B	1.4	0.8	1	0.83	1
C	0.75	0.4	0.66	0.6	0.85
D	1.6	1.33	0.5	1.16	1.15
E	1.5	1.16	0.66	0.86	1.04
F	0.8	0.8	0.5	0.66	0.69
G	1.16	0.66	1	1.16	0.99
H	1.66	1	1	1.33	1.24
I	2.16	1.28	1.66	1.13	1.56
J	1	0.4	1	0.8	0.8
K	1.5	1.14	1	1.5	1.28
L	0.8	0.66	0.33	0.75	0.64
M	2.14	1.5	1.25	1.5	1.09
N	1	0.8	0.5	0.2	0.79
T	1.16	0.83	0.5	0.83	0.83
U	1.33	0.83	0.5	0.83	0.87
MÉDIA	1.36	0.95	0.84	1.04	1.05

Nesta tabela podemos observar todos os Índices dos conteúdos técnicos avaliados, assim como a média de todos os Índices. Vemos também a GP (game performance) e a sua média total.

6.5. Discussão

No que diz respeito ao mapeamento do conteúdo, posso refletir que através do Índice de CEC existiu um nível positivo no ensino e aprendizagem. Ward et al (2017) atribui um índice que engloba valores de 0 a 10, no qual o intervalo 0 a 3 mostra que o professor teve um nível de ensino baixo e a partir do valor 3 o professor apresenta um nível mais positivo, sendo que de 3 a 6 é um nível razoável.

Desta forma e visto que tive um Índice de CEC de 3 valores consigo refletir que me encontrei num nível acima de professores inexperientes e com pouco aproveitamento de todas as tarefas.

Para a análise de performance em jogo, destaco que a turma mostrou ser nesta modalidade um pouco heterogênea, algo que não me surpreendeu. Podemos observar que existem elementos que se destacaram pela positiva, mas também existiu o oposto. Podemos também retirar através dos resultados que a turma mostrou maior dificuldade no remate e mostrou ter mais aptidão para o passe.

Dentro desta análise de performance vemos os valores de GP, onde se destacam alunos com GP superior a 1, mas pela negativa vemos alunos com um GP muito longe do 1.

6.6. Conclusões

Com este estudo foi possível perceber a importância que todas as tarefas instrucionais no Conhecimento do Conteúdo têm na qualidade de uma aula ou de uma UD. Podemos também perceber a importância que existe em observar a performance dos nossos alunos em contexto de jogo, de forma a conseguirmos retirar e analisar os dados disponíveis para melhorar o desempenho dos nossos alunos nas próximas aulas.

O nível que aferi apesar de positivo, espelha a condição de inexperiência (ainda que ligeiramente colocado acima do valor de referência que professores

inexperientes) mostrando que ainda falta domínio do conteúdo. As principais características que devo desenvolver são a capacidade de extensão do conteúdo e consequente aplicação no jogo.

Na minha opinião, deveria de ter utilizado mais do que um mapeamento do conteúdo, isto é, poderia ter feito um mapeamento para o início da UD e um para o fim da UD. Desta forma conseguiria perceber a progressão que iria ter ao longo dessa UD ao invés de ter só no fim da UD, como foi o caso deste estudo.

Dentro da análise da performance em jogo, consigo concluir que a turma mostrou ser muito heterogênea e mostrou ter muitas lacunas em todos os conteúdos técnicos.

Deveria de ter feito mais do que uma análise da performance de jogo de forma a conseguir corrigir estas lacunas e dessa forma conseguir perceber numa última análise as diferenças registadas pela turma.

Resumindo, o estudo apresenta algumas lacunas que são a falta de um pré-teste o que iria ajudar muito em perceber a progressão do meu ensino assim como a aprendizagem da minha turma. Em pesquisas futuras seria importante examinar a competência adaptativa em contextos práticos, com progressões do conteúdo minuciosas, reflexões pedagógicas e uma orientação rigorosa,

6.7. Referências

Farias, C., Teixeira, J., Ribeiro, E., & Mesquita, I. (2022). Effects of a two-stage physical education teacher education programme on preservice teachers' specialised content knowledge and students' game-play in a student-centred Sport Education-Step Game approach. *European Physical Education Review*, 28(3), 816- 834.

Hastie PA (2021) A primer on content knowledge in physical education research. *Journal of Teaching in Physical Education 1(aop)*, 1–6.

Hastie PA and Mesquita I (2016) Sport-based physical education. In: Ennis CD (ed) *Routledge Handbook of Physical Education Pedagogy*. London: Routledge, 68–84.

Iserbyt, P., Coolkens, R., Loockx, J., Vanluyten, K., Martens, J., & Ward, P. (2020). Task Adaptations as a Function of Content Knowledge: A Functional Analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 91(4), 539-550.

Iserbyt, P., Ward, P., & Li, W. (2015). Effects of improved content knowledge on pedagogical content knowledge and student performance in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(1), 71-88.

Iserbyt P, Ward P and Li W (2017) Effects of improved content knowledge on pedagogical content knowledge and student performance in physical education, *Physical Education and Sport Pedagogy* 22(1), 71–88.

Kim I, Ward P, Sinelnikov O, et al. (2018) The influence of content knowledge on pedagogical content knowledge: An evidence-based practice for physical education. *Journal of Teaching in Physical Education* 37(2), 133–143.

Rink, J. (1979). Development of a system for the observation of content development in physical education. The Ohio State University.

Rink, J. (1994). Task presentation in pedagogy. *Quest*, 46(3), 270-280.

Rink JE (2014) *Teaching Physical Education for Learning. 7th edition. Boston, MA: McGraw-Hill.*

Ward, P., Kim, I., Ko, B., & Li, W. (2014). Effects of improving teachers' content knowledge on teaching and student learning in physical education. *Research quarterly for exercise and sport*, 86(2), 130-139.

7. Considerações Finais

7. Considerações finais

De uma perspectiva mais emocional, a sensação com que fico no final do EP é que podia ter arriscado um pouco mais, podia ter saído da minha zona de conforto e devia de ter ido mais além. Apesar de na minha opinião ter desenvolvido um bom trabalho, sinto que a minha performance não excedeu as minhas expectativas algo que por um lado me deixa desagrado. O medo de errar esteve sempre ligado ao processo, sendo esse um dos maiores obstáculos à minha prática como professor. Por outro lado, surgiram aspetos positivos, entre os quais o desenvolvimento da minha maturidade, pois o EP fez-me crescer enquanto profissional e pessoa. Outro aspeto positivo que destaco foi o sentimento de responsabilidade, algo que ganhei neste ano de EP. O EP foi um turbilhão de experiências novas, praticamente sempre fora da minha zona de conforto, algo que desde cedo me deixava preocupado, mas ao mesmo tempo motivado.

Numa perspectiva de desenvolvimento profissional o EP favoreceu-me uma visão mais clara do que significa ser professor e da realidade do ato de ensinar. Consegui consolidar conhecimentos relativos à pedagogia e na especificidade de todas as modalidades abordadas. Através do EP, sinto-me uma pessoa mais capaz de refletir e de tentar corrigir algum problema, pois ser professor é isto, refletir e corrigir constantemente.

Percebi que o ensino não é só planear; o ensino é principalmente uma dialética entre aquilo que levamos para a aula e as reformulações que vamos fazendo. Devemos adequar o nosso ensino às necessidades dos nossos alunos.

Perspetivo o meu futuro como professor de EF, mas sei que não será algo a curto prazo devido à dificuldade em ingressar nesta profissão. Nunca estarei longe da EF embora possa estar a desempenhar a mesma função, mas em contextos diferentes.

No âmbito geral, o EP foi um agente propulsor de uma evolução muito grande enquanto pessoa e profissional, pelo que, apesar de todas as dificuldades, voltaria a repetir.

8. Referências Bibliográficas

- Arends, R. I. (1995). *Aprender a Ensinar*. Portugal: McGraw-Hill.
- Bayraktar G (2011). *The effect of cooperative learning on students' approach to general gymnastics course and academic achievements*. Educational Research and Reviews 6(1), 62-71.
- Bento, J. (1999). Contextos e Perspectivas. In Jorge Bento, Rui Garcia & Amandio Graça. Contextos da Pedagogia do Desporto, pp.19-112. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Livros Horizonte.
- Bento, J. (2012). Teoria-prática: uma relação múltipla In I. Mesquita & J. Bento (Eds.), Professor de educação física: *fundar e dignificar a profissão* (pp. 13-48). Instituto Casa da Educação Física.
- Cardoso FJ (2014). Gimnocerco: *Um exemplo de empoderamento, de excelência desportiva e de desenvolvimento de competências de vida*. Porto: Fernando Cardoso. Dissertação de Doutoramento apresentada a FADEUP.
- Carvalho, L. (2017). *Avaliação das Aprendizagens em Educação Física*. Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física, [S.l.], n. 10-11, p. 135-151.
- Farias, C., Teixeira, J., Ribeiro, E., & Mesquita, I. (2022). Effects of a two-stage physical education teacher education programme on preservice teachers' specialised content knowledge and students' game-play in a student-centred Sport Education-Step Game approach. *European Physical Education Review*, 28(3), 816- 834.
- Graça, A. (2014). O discurso pedagógico da Educação Física. In *Desafios renovados para a aprendizagem em Educação Física*.
- Graça, A., & Lacerda, T. (2012). Educação Física, Estética e ética: Um ensaio sobre as possibilidades de desenvolvimento curricular das componentes estética e éticas na Educação Física. In *R. Min. Educ. Fís., Viçosa, Edição Especial* (Vol. 1, pp. 243-253).

- Hastie PA (2021) A primer on content knowledge in physical education research. *Journal of Teaching in Physical Education* 1(aop): 1–6.
- Hastie PA and Mesquita I (2016) Sport-based physical education. In: Ennis CD (ed) *Routledge Handbook of Physical Education Pedagogy*. London: Routledge, 68–84.
- Iserbyt, P., Coolkens, R., Looockx, J., Vanluyten, K., Martens, J., & Ward, P. (2020). Task Adaptations as a Function of Content Knowledge: A Functional Analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 91(4), 539-550.
- Iserbyt, P., Ward, P., & Li, W. (2015). Effects of improved content knowledge on pedagogical content knowledge and student performance in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(1), 71-88.
- Iserbyt P, Ward P and Li W (2017) Effects of improved content knowledge on pedagogical content knowledge and student performance in physical education, *Physical Education and Sport Pedagogy* 22(1), 71–88.
- Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., & Mira, J. (2001). *Programa de Educação Física: 10º, 11º e 12º ANOS* Ministério da Educação: Departamento do Ensino Secundário Dissertação.
- Januário, C. (1996). *Do pensamento do professor à sala de aula*. Coimbra, Almedina.
- Kim I, Ward P, Sinelnikov O, et al. (2018) The influence of content knowledge on pedagogical content knowledge: An evidence-based practice for physical education. *Journal of Teaching in Physical Education* 37(2), 133–143.
- Lacerda, T., Graça, M., & Pereira, P. (2012). Fora do corpo não reconheço a densidade da alma: da Educação Física e da relação estética com o mundo Teresa In I. C. d. E. Física (Ed.), *Professor de Educação Física: Fundar e dignificar a profissão* (pp. 328).
- Mesquita, I. (2012). Fundar o lugar do desporto na escola através do modelo de Educação Desportiva. Em I. Mesquita, & J. Bento, *Professor de Educação Física: Fundar e dignificar a profissão* (pp. 207-236). Belo Horizonte, Brasil: Casa da Educação Física.
- Queirós, P. (2004). *Professor de Educação Física: Ofícios da Profissão*.

- Ribeiro, L. (1999). *Tipos de Avaliação. Avaliação da Aprendizagem*. Lisboa: 46 Texto Editora. (pp. 75-92).
- Rink, J. (1979). Development of a system for the observation of content development in physical education. The Ohio State University.
- Rink, J. (1994). Task presentation in pedagogy. *Quest*, 46(3), 270-280.
- Rink JE (2014) Teaching Physical Education for Learning. *7th edition*. Boston, MA, McGraw-Hill.
- Savater, F. (1997). A Aprendizagem Humana. Presença (Ed.), *O Valor de Educar*.
- Schmitz, E. (2000) Fundamentos da Didática. *7ª Ed. São Leopoldo,RS*: Editora Unisinos.
- Siedentop, D. (1983). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Palo Alto. Mayfield Pub. Comp.
- Ward, P., Kim, I., Ko, B., & Li, W. (2014). Effects of improving teachers' content knowledge on teaching and student learning in physical education. *Research quarterly for exercise and sport*, 86(2), 130-139.

9. Anexos

Anexo 1- Exemplo de uma UD de Futsal utilizada

Introdutório															
Nº Aula	1		2		3		4		5		6		7		
Blocos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Duração da Sessão	90'		90'				90'				90'				
Espaço	1/3 Pavilhão		1/3 Pavilhão				1/3 Pavilhão				1/3 Pavilhão				
Conteúdos															
Habilidades Motoras	Técnica	Passe		I/E		E		E		E		C		AS	
		Recepção		I/E		E		E		E		C		AS	
		Condução de bola		I/E		E		E		E		C		AS	
		Remate				I/E		E		E		C		AS	
		Finta						I/E		E		C		AS	
		Desarme				I/E		E		E		C		AS	
	Tática	Posição defensiva			I/E		E		E		E		C		AS
		Penetração			I/E		E		E		E		C		AS
		Cobertura ofensiva			I/E		E		E		E		C		AS
		Mobilidade					I/E		E		E		C		AS
		Espaço							I/E		E		C		AS
		Contenção			I/E		E		E		E		C		AS
		Cobertura defensiva			I/E		E		E		E		C		AS
		Equilíbrio					I/E		E		E		C		AS
		Concentração							I/E		E		C		AS

Anexo 2- Exemplo de uma reflexão (reunião de departamento)

Reunião de departamento: 8 de setembro

Nesta reunião encontravam-se todos os professores de Educação Física do agrupamento.

A reunião teve três aspetos chave: informações, planificação do ano letivo e definição de percentagens dos critérios de avaliação.

Num primeiro momento, todos os professores estagiários fizeram uma breve apresentação assim como todos os novos professores no agrupamento.

De seguida, todos os professores chegaram a um consenso sobre o plano anual.

Por último foi feita uma votação para decidir as percentagens dos critérios de avaliação, na qual ficou decidido que as percentagens seriam:

-Atividades físicas: 70%

-Aptidão física: 20%

-Conhecimentos: 10%

Anexo 4- AD de Voleibol e os seus critérios

Greija de Avaliação Diagnóstica _ Voleibol 12 LH

AD

CONTEÚDOS	CRITÉRIOS DE ÊXITO	PERFORMANCE DA TURMA			OBSERVAÇÕES		
		Nível 1 Introdutório	Nível 2 Intermédio	Nível 3 Avançado	Alunos de nível 1	Alunos de nível 3	
TÉCNICA	SERVIÇO POR BAIXO	<ul style="list-style-type: none"> MS de lançamento/batimento esticado; Orientação dos apoios e superfície de batimento para o alvo; Pé contrário à mão dominante avançado. 					
	SERVIÇO POR CIMA	<ul style="list-style-type: none"> Lançamento com MS não dominante esticado; Batimento na bola com o MS dominante esticado; Punho fixo e palma da mão rija durante o batimento. 					
	MANCHETE	<ul style="list-style-type: none"> MS sempre em extensão e afastados do tronco; MS não pode elevar-se acima da linha dos ombros; Consta coordenação entre flexão/extensão dos MS e MI. 					
	PASSE DE FRENTE	<ul style="list-style-type: none"> Coordena a flexão/extensão dos MI e MS; Cólica o corpo atrás da bola; Contacta a bola acima e à frente da testa. 					
	PASSE DE COSTAS	<ul style="list-style-type: none"> Coordena a flexão/extensão dos MI e MS; Contacta a bola acima e à frente da testa; Realiza avanço da bacia. 					
	REMATE	<ul style="list-style-type: none"> Coordenar a ação dos MS com a chamada de ataque; Elevação do MS de batimento com rotação externa do cotovelo; MS de batimento esticado no momento de bater a bola. 					
	AMORTI	<ul style="list-style-type: none"> Extensão do MS dominante no contacto com a bola; Dedos da mão dominante em extensão e orientação para a bola; Punho flexível. 					

TÁTICA	DESLOCAMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> Deslocamento em passo caçado ou cruzado; Deslocamento em corrida para a frente e para trás; Vai ao encontro da bola. 					
	ORIENTAÇÃO ESPACIAL	<ul style="list-style-type: none"> Enquadramento com a bola; Orientação dos apoios/corpo para a zona alvo. 					
	DEFINIÇÃO/ DIFERENCIAÇÃO DE PAPEIS	<ul style="list-style-type: none"> Diferenciação do recebedor/ não recebedor. 					
	COMUNICAÇÃO/ ENTREAJUDA	<ul style="list-style-type: none"> Falar ao primeiro toque; Ajudar os colegas. 					
	INTENCIONALIDADE NAS AÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> Colocar a bola no espaço vazio; Passador: passar para o melhor atacante; Serviço: colocar a bola em zonas de conflito ou no "pior" recebedor. 					
	BLOCO	<ul style="list-style-type: none"> MS esticados com bloqueio/fixação das articulações do punho e cotovelo; Elevação dos ombros; Coordenar a ação técnica do bloco com o tempo de salto. 					

Anexo 5- Exemplo de um circuito funcional para Basquetebol

Circuito de aptidão física/ Basquetebol- Aula nº5

Exercício	Critérios de Êxito
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Manter o corpo em extensão no chão; 2. Levantar os MI em extensão com a bola entre as pernas ao mesmo tempo que levanta em extensão os MS; 3. Agarrar a bola e coloca-a nos MI novamente.
	<ol style="list-style-type: none"> 1. MI à largura dos ombros e flexão do joelho num ângulo de 90 graus; 2. Salto com MI em extensão. 3. Na recepção fletir os joelhos. 4. O tronco deve estar sempre direito e o abdominal contraído.
	<ol style="list-style-type: none"> 1º Ligeira flexão dos MI. 2º Manter os cotovelos fletidos no início do movimento. 3º Começar a fazer extensão dos cotovelos de forma a lançar a bola com o braço dominante completamente em extensão. 4º Saída da bola a deslizar pelos dedos.
	<ol style="list-style-type: none"> 1º Driblar os cones com mudança de direção. 2º Mudar de direção no cone com a mão mais distante.
	<ol style="list-style-type: none"> 1º Colocação dos dois pés no mesmo espaço da escada. 2º Elevação dos joelhos. 3º Coordenar os MI com os MS.

