

RELATÓRIO DE ESTÁGIO PROFISSIONAL

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

Nome Tiago Aguiar

Setembro de 2012

Orientadora: Paula Queirós



Relatório de Estágio Profissional

A caminhada ao cimo da montanha

Relatório de Estágio Profissional
apresentado à Faculdade de Desporto da
Universidade do Porto, com vista à obtenção do
grau de Mestre em Ensino da Educação Física
nos Ensinos Básico e Secundário ao abrigo do
Decreto-Lei nº74/2006 de 24 de março e do
Decreto-Lei nº 43/2007 de 22 de fevereiro.

Orientadora: Professora Doutora Paula Queirós

Tiago Manuel Barroso Valtelhas de Aguiar
Porto, Setembro de 2012

Ficha de Catalogação

Aguiar, T. (2012). Relatório de Estágio Profissional – A caminhada ao cimo da montanha. Relatório de Estágio Profissional, apresentado com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário ao abrigo do Decreto-Lei nº74/2006 de 24 de março e do Decreto-Lei nº 43/2007 de 22 de fevereiro.

Palavras-Chave: EDUCAÇÃO FÍSICA; ESTÁGIO PROFISSIONAL; SER PROFESSOR; PRÁTICA REFLEXIVA; PSICOMOTRICIDADE

Agradecimentos

A todos aqueles que sempre me apoiaram durante estes anos académicos.

À minha orientadora, Prof. Doutora Paula Queirós, por toda a paciência e ensinamentos que me deu em todo este processo.

À minha Professora Cooperante, Mestre Helena Abrunhosa, pela transmissão de conhecimentos diários, pela paciência, partilha de opiniões e sobretudo pelo exemplo de profissionalismo, brio e competência com que encara todos os seus dias profissionais.

Aos meus pais por todo o carinho, força e preocupação, pois sem eles, isto não seria possível.

Ao meu irmão, pois direta e indiretamente contribuiu muito para a minha formação.

À minha namorada, o meu principal pilar em toda a minha vida, pela força, ajuda, suporte, coragem e entusiasmo que me transmite todos os dias.

Aos meus colegas de estágio, André, Joana e Sandra pela partilha constante de conhecimentos, pelas ajudas mútuas demonstradas e simplesmente por todos os momentos vividos neste nosso ano marcante.

Aos meus alunos, sem eles isto não se realizava. Irão ser sempre a minha primeira turma. Nunca me esquecerei dos momentos que partilhamos juntos.

Aos meus amigos, pelos conselhos e momentos de descontração que vivemos diariamente.

A todos, o meu sincero obrigado

Índice

Agradecimentos	III
Índice de Figuras	VII
Índice de Tabelas	IX
Resumo	XI
Abstract	XIII
Lista de Abreviaturas	XV
1. INTRODUÇÃO	1
2. ENQUADRAMENTO BIOGRÁFICO	5
2.1. O meu percurso	7
2.2. Expetativas em relação ao Estágio Profissional	10
2.3. Impacto com a Prática	11
2.4. Dificuldades e Estratégias	12
3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL	17
3.1. Ser Professor	17
3.2. Prática reflexiva	18
3.3. Escola EB 2/3 Pero Vaz de Caminha	20
3.4. O Grupo de Educação Física e o Núcleo de Estágio	25
3.5. A minha turma – 8ºD	26
4. REALIZAÇÃO DA PRÁTICA PROFISSIONAL	29
4.1. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem	31
4.1.1. Conceção	32
4.1.2. Planeamento	33
4.1.3. Realização	37
4.1.4. Avaliação	44

4.2. Áreas 2 e 3 – Participação na Escola e Relação com a Comunidade	46
4.3. Área 4 – Desenvolvimento Profissional	50
Psicomotricidade: um complemento da aprendizagem	50
4.3.1 – Introdução	50
4.3.2. Revisão da literatura	53
4.3.3. Resultados	58
4.3.4. Conclusões e sugestões para o futuro:	61
4.3.5. Referências Bibliográficas:	61
5. Conclusões e Perspetivas Futuras	65
6. Referências Bibliográficas	69
7. Anexos	XVII

Índice de Figuras

Figura 1 – Gimnodesportivo da escola.....	22
Figura 2 – Pavilhão gimnodesportivo.....	23
Figura 3 – Ginásio.....	24
Figura 4 – Espaço exterior	24
Figura 5 – Arrecadação.....	25

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Perfil Psicomotor.....	57
-----------------------------------	----

Resumo

O Estágio Profissional é o término de todo o nosso processo de formação, enquanto profissionais da docência. Este visa a aquisição de competências que permitam um ensino o mais eficaz possível, aliando sempre a teoria à prática. Saliento neste ponto também a reflexão, o professor reflexivo, sendo este o modelo de professor que “adotei” ao longo de todo o ano letivo.

Como forma de ilustrar todo este meu processo, o presente documento além da introdução, inicia-se com um enquadramento biográfico, por forma a resumir todo o meu crescimento pessoal e profissional, assim como as expectativas para o estágio. Neste mesmo ponto saliento também como se desenvolveu o impacto com a prática e algumas dificuldades e estratégias sentidas ao longo do ano. Posteriormente encontra-se o enquadramento da prática profissional, fundamental neste processo, pois é aqui que defino o que é ser professor, o professor reflexivo, ou seja, uma prática reflexiva e tudo de importante inerente à escola, como instalações, grupo de Educação Física, núcleo de estágio e a minha turma. O último grande capítulo define-se pela realização da prática profissional (Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem, Participação na Escola e Relações com a Comunidade, e Desenvolvimento Profissional).

No que concerne ao Desenvolvimento Profissional, realizei um estudo de investigação-ação, que tinha como temática a Psicomotricidade, onde tive um aluno com algumas dificuldades motores, tendo como objetivo diminuí-las o máximo possível.

Por último, são apresentadas algumas conclusões do meu processo de ensino-aprendizagem, bem como algumas perspetivas futuras enquanto Professor.

PALAVRAS – CHAVE: EDUCAÇÃO FÍSICA; ESTÁGIO PROFISSIONAL; SER PROFESSOR; PRÁTICA REFLEXIVA; DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL.

Abstract

The professional internship is the end of our formation process, as professional teachers. This aims the acquisitions of skills that allow a more effective teaching as possible, always allying the practice to the theory. I emphasize also the reflexion, the reflexive teacher, being this the model of teacher that I adopted along the year.

As a way to illustrate all of my process, the present document beside the introduction, initiated the biographic integration, in order to summarize all of my professional and personal growth, as the internship expectations. In this point I also emphasize the development of the impact with the practice and some difficulties and strategies felt along the year. Later on is the insersion of the professional practice, vital in this process, since it's in here that I define what it is to be a teacher, a reflexive teacher, in other words, a reflexive practice and all the important inherent to school, as installations, Physical Education group, internship nucleus and my class. The last big chapter defines itself by the execution of the professional practice (Organization and Administration of the Education and Learning, Involvement in School and Relationship with the Community, and Professional Development).

Regarding the Professional Development, I carried out a study of investigation-action, with psychomotor skills as a theme, where I had a student with some motor difficulties, reducing them as possible as an aim.

At last, I present some of the conclusions of my teaching-learning process, as well as some future perspectives as a teacher.

Key-words: Physical Education, Professional Internship, Being teacher, reflexive practice, professional development.

Lista de Abreviaturas

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

EP – Estágio Pedagógico

ISMAI – Instituto Superior da Maia

CEF – Cursos de Formação e Educação

PFI – Projeto de Formação Individual

EF – Educação Física

MEC – Modelo de Estrutura do Conhecimento

TEIP – Território Educativo de Intervenção Prioritária

1. INTRODUÇÃO

1. INTRODUÇÃO

Este relatório foi elaborado no âmbito da unidade curricular “Estágio Profissional”, conducente ao grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP).

“O Estágio Pedagógico visa a integração no exercício da vida profissional de forma progressiva e orientada, através da prática de ensino supervisionada em contexto real, desenvolvendo as competências profissionais que promovam nos futuros docentes um desempenho crítico e reflexivo, capaz de responder aos desafios e exigências da profissão.” (Matos, 2009, p.2). É o primeiro contacto com a realidade profissional, no entanto temos o apoio, suporte e ajuda de um profissional experiente a quem podemos recorrer sempre que precisamos e que nos aconselhará de aspetos que, por vezes, pensamos irrelevantes, mas que ao mesmo tempo se tornam fundamentais.

Igualmente, no Estágio Profissional, procuramos desenvolver um conjunto de competências profissionais que nos permitem, sermos capazes de refletir e responder aos desafios e exigências da profissão futura. É o local mais propício ao erro, mas também é aquele que nos vai dar o principal leque de ferramentas para o futuro, daí a importância deste estágio.

O presente documento, “Relatório de Estágio”, pretende ser um documento reflexivo de toda a atividade desenvolvida no Estágio, uma análise crítico-reflexiva sobre as diferentes atividades e situações experimentadas e desenvolvidas no EP. É um trabalho com base na investigação, reflexão e na ação, ao longo de todo o ano letivo. Reflete tudo o que num ano letivo ocorreu, sendo por isso uma “cópia” textual de todos os momentos que passamos, num ano marcadamente diferente de todos os anteriores e de tudo o que se passará no futuro, pelo facto de ter existido a passagem do “aprender a aprender”, para o “aprender a ensinar” e do “aprender a ser aluno”, para o “aprender a ser professor”.

Começou então aqui a partida para uma viagem de longo curso, a profissão docente, complexa em muitas situações, pois cada dia traz um acontecimento diferente. Representa-se pelo primeiro ano de descoberta, pois a cada dia temos de nos preparar da melhor forma para os prováveis acontecimentos que nos surgirão. O desenvolvimento do professor é segundo Glatthom (1981) o crescimento profissional que se alcança em consequência da experiência acumulada associada à reflexão e avaliação permanentes do seu processo de ensino. Por outras palavras, desenvolvemos competências profissionais, através de um ensino de qualidade, potenciando ao máximo as diferentes capacidades dos alunos.

Todo este meu processo será elaborado ao longo deste relatório, distribuído em 5 grandes áreas fundamentais: Introdução, Enquadramento Biográfico; Enquadramento da Prática Profissional; Realização da Prática Profissional e Conclusão.

2. ENQUADRAMENTO BIOGRÁFICO

2. ENQUADRAMENTO BIOGRÁFICO

2.1 – O meu percurso

O meu nome é Tiago Manuel Barroso Valtelhas de Aguiar, sou natural de Guimarães e encontro-me a terminar o Mestrado em Ensino de Educação Física nos ensinos Básico e Secundário, algo que ambicionei desde muito cedo. Fruto de muito trabalho e dedicação, estou satisfeito pela enorme aprendizagem que adquiri ao longo destes 2 anos que estão a terminar.

Como referi anteriormente, desde muito cedo que tenho um enorme gosto pelo desporto, pela sua prática, pelas amizades que criamos, pelo bem-estar inerente às mesmas, mas acima de tudo, porque foi algo que nasceu comigo e que se continua a desenvolver, exatamente com a mesma paixão que nutro pela atividade física. Tudo começou enquanto era criança, pelas histórias que os meus pais me foram contando e pelas recordações vagas que ainda tenho desse tempo. Sempre que ia às compras ou passear, tinha de levar ou comprar no sítio onde fôssemos, uma bola, não importava o tamanho, importava sim a alegria que sentia quando a tinha nos meus pés e mãos. Mais especificamente o Futebol foi a modalidade que mais me apaixonou e ainda hoje apaixona cada vez mais. Antes de começar a prática desportiva de uma forma institucional comecei a “jogar” na minha rua, junto a minha casa tal como (penso eu), todas as crianças da minha geração. Era praticamente de manhã à noite, parando somente para almoçar e jantar, já que o lanche nem queria. Lembro-me que na rua onde morava até torneios fazíamos contra outras ruas. Resumindo, era Futebol de manhã à noite.

Mais tarde, aos 12 anos comecei a minha prática federada/institucional no Vitória Sport Clube, clube do meu coração. Joguei então aqui cerca de um ano, de onde saí para o Juventude de Ronfe, clube da minha terra, por motivos de transporte, pois era impossível com a profissão que os meus pais

desempenhavam levarem-me aos treinos. Joguei, neste clube, cerca de 3 anos, finalizando a minha formação no Brito Sport Clube.

Paralelamente ao futebol, a escola foi sempre correndo de uma forma razoável, não sendo um aluno brilhante nem um aluno péssimo, era sim um aluno que cumpria os objetivos com notas razoavelmente boas.

Por todo este gosto que tenho pelo desporto, não admira que no 10º ano de escolaridade tenha seguido a vertente “Formação Técnica de Desporto”, pois nada mais me inspirava, era realmente desporto que queria seguir. Entrei então, mais tarde, na Universidade, mais propriamente no ISMAI, para frequentar o curso de Educação Física e Desporto. Foi então a realização de um objetivo, o 1º passo para a minha licenciatura. Tudo correu bem e, em 3 anos finalizei o curso.

Paralelamente a este curso tirei o 1º nível de Treinador de Futebol, pois ser Treinador é aquilo que mais quero ser, aquilo pelo qual irei lutar todos os dias, resumindo, é o meu SONHO. Iniciei então esta minha 2ª profissão nos Iniciados no Desportivo das Aves. Conciliar aulas, treinos, curso de Treinador, não foi nada fácil, mas a minha vontade era tanta que consegui ultrapassar tudo com distinção, o que me deixou bastante orgulhoso. Quis então, de seguida, realizar o mestrado, mas neste caso, na FADEUP. A toda a hora ouvia falar nesta instituição, como sendo a melhor do país. Então, decidi concorrer ao Mestrado, mas neste caso a minha primeira opção foi o Mestrado de Alto Rendimento – Futebol. Como não consegui, entrei na minha 2ª opção, em Ensino de Educação Física nos ensinos Básico e Secundário. Não considero isso como um complemento, pois também adoro o ensino, o dar aulas, o que me permite ter um vasto leque de escolha entre o ensino e o Futebol, ou quem sabe conciliar as duas formações no futuro. Posso, então, também dizer que juntamente com esta formação tirei o 2º nível de Treinador de Futebol, no qual hoje sou Treinador dos Iniciados do F.C.Famalicão.

Com o passar destes anos de profundo desenvolvimento pessoal e profissional, deparo-me então com o ano de estágio. Considero este ano, não

como o final da nossa formação, mas mais uma parte de todo o nosso processo de atualização e conhecimento.

2.2. Expetativas em relação ao Estágio Profissional

As minhas expectativas para o estágio, não podiam ser melhores, apesar de ter consciência das dificuldades que me esperavam, assim como, de um ano de muito trabalho e dedicação para que no final pudesse obter os melhores resultados, isto é, atingir o sucesso. Este é o ano em que sou confrontado com a realidade do processo de ensino, estando inserido no contexto escolar com a função de professor.

A realidade é muito diferente do que perspetivamos aquando da nossa formação, isto é, o contexto em que realizamos as situações de aprendizagem na faculdade são muito distintas do contexto que encontraremos agora, tendo de me adaptar e reestruturar as situações de aprendizagem à nova realidade, tendo em conta os mais variados fatores, como local de ensino, ao projeto curricular da escola e interação com os alunos no processo ensino/aprendizagem. Será um dos maiores desafios que tive até ao momento, mas estou preparado para o ultrapassar correspondendo a todas expetativas sobre mim depositadas.

Encarei, tudo isto, como uma oportunidade de pôr em prática tudo o que sei, de começar a ganhar experiência e aprender com quem já a tem, neste caso, a minha professora cooperante, Mestre Helena Abrunhosa, assim como com a minha orientadora de estágio, Doutora Paula Queirós.

A minha relação com o núcleo de estágio foi de harmonia e entre a ajuda, pois todos, indireta e diretamente precisamos uns dos outros e tudo se tornou mais fácil quando isso aconteceu.

Terminar o Mestrado em Ensino de Educação Física nos ensinos Básico e Secundário com o maior êxito e sucesso possível é o meu objetivo nesta última reta final. A nível profissional, pretendo continuar a treinar e chegar o mais longe possível nesta minha paixão pela profissão de Treinador de Futebol.

A minha entrada no estágio foi bastante positiva. Desde logo o primeiro impacto com a realidade, o passar de um simples aluno a Professor. Isso desde logo se fez notar através de todos os intervenientes da escola, pois comecei a ser tratado como Professor e não como um aluno estagiário. Foi então bastante curioso e engraçado, pois não estava habituado a ser chamada como “Professor”, ou “Sr. Doutor” (como carinhosamente fui e sou tratado pelo funcionário do pavilhão da escola) ou “colega” (como me trataram e tratam os restantes professores da escola). Deu-se então o primeiro e pequeno passo para um ano de estágio que se tornou brilhante, pois o tratamento com que me receberam foi de mais um colega e Professor que entrou na escola, que iniciou a profissão da docência.

Posteriormente deu-se a apresentação e a 1ª reunião com quem me acompanhou em todo este processo, a professora Cooperante, Mestre Helena Abrunhosa.

2.3. Impacto com a Prática

“ (...) a teoria sem a prática é oca, a prática sem a teoria é cega.”

Winterstein (1995, p. 39)

O impacto com a prática, na minha opinião, era o ponto central de todo este processo. Ao fim de 4 anos de formação, incluindo os 3 anos de licenciatura e o 1º ano de Mestrado estaria, pela primeira vez com a “missão” de “liderar” uma turma, de por em prática, num sistema real, tudo o que aprendi nestes 4 anos. Esta passagem de aluno para Professor não se avizinhava fácil, mas sentia-me completamente preparado.

Ao longo do ano fui-me confrontado com a realidade de ensino, com diferentes hipóteses e com situações repentinas e imprevistas, que me conduziram ao questionamento constante da minha atuação, o que me levou a

procurar as soluções mais adequadas a cada um dos problemas que me iriam surgindo.

A aplicação prática dos saberes teóricos anteriormente assimilados (formação académica) veio me auxiliar na construção da racionalidade prática que me faltava, o que me levou a possuir um suporte indispensável na minha atuação.

Um dos aspetos que não aprendemos na nossa formação académica refere-se à questão do imprevisto, sendo um dos principais fatores para o qual o Professor, neste caso, nós Professores de Educação Física teremos de estar preparados. São situações que surgem quando confrontados com a prática. A improvisação aconteceu-me ao longo do ano, seja ao nível dos exercícios (simplificar na hora a sua aplicabilidade para uma melhor compreensão por parte dos alunos); seja ao nível das questões atmosféricas (em algumas aulas tive de realizar dois planos de aula, para o caso de chover no exterior, local inicialmente previsto para a realização dessa aula).

Na minha opinião, esta questão do imprevisto e outras situações que na hora tive de alterar foram em muito ajudadas pelo facto, de na minha profissão extra escola (Treinador de Futebol) estar já habituadíssimo a este tipo de situações. A grande curiosidade que tinha neste ponto, do impacto com a prática, referia-se à forma como iria elaborar e ensinar as restantes modalidades.

2.4. Dificuldades e Estratégias

Ao longo deste processo de ensino-aprendizagem foram surgindo dificuldades, talvez menos do que o que estava à espera, mas uma delas com um grau de complexidade elevado.

Essa dificuldade com o grau de complexidade elevado teve como ponto central uma aluna. Foi o caso mais complicado que tive ao longo do ano. Falta de motivação, vergonha e “pavor” são as palavras que adjetivam a mesma para

as aulas de Educação Física. É um caso que já se vem arrastando ao longo dos últimos anos, sem fim à vista. A aluna simplesmente não realiza a maioria dos exercícios das aulas pois, sente vergonha relativamente aos colegas e pior que isso “pavor” na sua mobilidade. Em algumas conversas privadas que tive com ela, uma das respostas que mais me chocou foi “ Professor odeio correr, mexer-me, aquilo que mais gosto de fazer é estar sentada, quietinha”. Uma aluna de 13 anos com um comportamento destes, é caso para pensar e refletir onde está a juventude de antigamente, aquela que até descalça, no meio da rua jogava qualquer modalidade, ao “esconde”, à macaca, etc. Senti, então, perante as primeiras aulas que teria ali um caso complicado, no senti de o minimizar.

Refleti então aprofundadamente sobre este caso em particular e teria de nas aulas seguintes implementar e instruir feedbacks que pudessem aos poucos minimizá-lo. Desde conversas em particular, avaliações sem nenhum colega a assistir, nada alterava o problema. Até ao 2º período nunca rejeitou realizar qualquer exercício, simplesmente em vez de estar sentada, estava lá no meio, completamente parada, alheada a qualquer tipo de influências contextuais. O pior estava para vir, quando no início do 2º período começou a rejeitar realizar os exercícios, sentando-se a assistir. O grau do problema estava a aumentar e tive de agir mais veemente. Conversei com a diretora de turma (estando já a par, desde o início do ano de tudo o que vinha a acontecer) e o conselho que ela me deu, mais experiente neste tipo de situações, foi o de informar a mãe de tudo o que se estava a passar. Foi então isso que efetuei, enviando um recado para a encarregada de educação.

Na aula seguinte, senti-a diferente, um pouco mais ativa, sorridente. Pensei, será que isto vai mudar? Nas aulas seguintes, talvez nesse mês, a estudante não estando ao nível do resto da turma, já mostrava algum interesse, tendo sido aí que denotei as boas apetências físicas para a realização dos exercícios. Foi mais um factor que me deixou com um misto de sentimentos, primeiro contente com esta mudança de atitude, segundo triste, pois não

conseguiria entender a vergonha e o “pavor” dela, quando estava acima da maioria da turma, relativamente às aptidões físicas.

Passado esse mês, voltou a aluna do início do ano, perto de terminar o 2º período. Depois de tantas estratégias usadas com a aluna, percebi que estava na altura de dar mais atenção ao resto da turma, sem nunca desistir de a incentivar e influenciá-la. No 3º período tudo continuou igual, tendo até a aluna numa conversa com a diretora de turma, dito o seguinte “ Professora aquilo que eu mais queria era retirar a Educação Física do meu currículo”. Palavras que a diretora de turma me transmitiu, assim como a forma como os olhos da mesma brilhavam enquanto lhe dizia essas palavras.

Em jeito de conclusão, sinto que isto não será só um problema que possa ser resolvido pelos docentes que irão trabalhar com a adolescente, mas sim necessita de uma ajuda suplementar, talvez mais de perto pelos seus pais e familiares e até quem sabe por profissionais da saúde, entre eles, psicólogos.

3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

3.1. Ser Professor

Na minha opinião, ser Professor significa cada vez mais um “busca” incessante sobre possíveis resoluções de problemas, que no dia-a-dia, aula após aula, nos aparecem, sempre em conformidade com as normas coletivas institucionalizadas.

Além de toda a formação presente nas normas institucionalizadas, todos nós, profissionais da docência somos em certa parte responsáveis pela formação pessoal que cada individuo levará para o futuro. Formá-los Homens e Mulheres responsáveis e competentes é um dos lados mais belos desta profissão, pois só assim a nossa sociedade poderá evoluir. Deveremos ser capazes, através da nossa experiência dentro e fora do mundo escolar, influenciá-los positivamente para aquilo que em traços gerais eles deverão ser no futuro.

Aquilo que referia anteriormente acerca da formação de cada aluno foi uma das grandes “vitórias” minhas deste ano letivo. Chegar ao fim de todo o processo e ser reconhecido por parte dos alunos que não fui mais um Professor que passou sem significado para eles, mas sim um Professor “Especial”, um amigo que os ajudou muito a crescer como pessoas.

O lado afetivo que levamos de cada aluno simboliza muito para mim nesta nossa profissão. Terminar o ano e sentir a falta das aulas de 90 minutos à terça-feira às 8h da manhã, o convívio fora delas, o respeito e amizade em todas as conversas que tivemos significa que todo o nosso trabalho efetuado ao longo de vários meses não foi em vão.

A ação do pedagogo não visa educar a personalidade “total” dos discentes, mas sim proporcionar a aprendizagem de aspetos específicos que podem e devem precisamente ser modificados por meio de ofertas adequadas

de aprendizagens específicas de um domínio restrito – o da escola (Bento, 1995).

Gimeno Sacristán (1998) refere a postura profissional do Professor como sendo a afirmação do que é específico na ação docente, isto é, o conjunto de comportamentos, conhecimentos, destrezas, atitudes e valores que constituem a especificidade de ser Professor.

Para mim ser Professor é marcar os alunos positivamente, é terminar o ano e sentir que fui alguém que tão cedo não irão esquecer. E isso senti no último dia de aulas, quando me ofereceram uma cartolina assinada por todos os alunos, com uma dedicatória e uma fotografia em grupo. Mas mais importante que esse lado material foi aquando das minhas últimas palavras como Professores deles, olhar em frente e ver um grupo elevado de alunas e alunos a chorarem, uns como se fosse o fim de algo muito importante para eles, outros simplesmente com a lágrima no canto do olho, aquela lágrima que só a fazemos escorrer por algo especial. Hoje sinto que não há nada mais gratificante que marcar alunos positivamente. E este é na minha opinião o lado mais importante e bonito do Ser Professor.

3.2. Prática reflexiva

O processo de reflexão é uma ação que implica uma apreciação ativa, persistente e cuidadosa daquilo em que se acredita ou que se pratica, à luz dos motivos que a justificam e das consequências que dele resultam. (Zeichner 1993, cit. por Silva, 2009).

O processo de ensino-aprendizagem é uma constante “viagem” entre a ação-reflexão-ação. A partir da reflexão, o professor adequa as suas práticas de ensino de forma a alcançar os objetivos dos alunos.

Na minha opinião, o Professor mais “eficaz” é o “Professor Reflexivo”, aquele que constantemente reflete sobre a sua prática, aquele que

constantemente tenta encontrar estratégias para a “condução” das suas aulas. Por isso, este foi um dos pontos centrais no meu processo de ensino-aprendizagem. Após cada aula lecionada, cada reunião do núcleo de estágio, realizava a respetiva reflexão. Definiu-se como uma ferramenta indispensável, pois como afirma Zeichner (1993,p.18) “ *a reflexão não é um conjunto de técnicas que possam ser empacotadas e ensinadas aos professores, não consiste num conjunto de passos ou procedimentos específicos. Ser reflexivo é uma maneira do Ser Professor*”.

O ato de refletir ajudou-me imenso em todos os aspetos de ensino-aprendizagem. Tornei-me melhor Professor sempre que conseguia dar respostas aos problemas que me ia deparando. Estas respostas eram definidas no ato da reflexão, pois era o momento para descrever aquilo que correu bem ou mal e a forma como poderia contornar e resolver essas mesmas situações. Zeichner e Liston (1991) afirma que os aspetos que caracterizam a prática do Professor reflexivo, passam pelo ser capaz de analisar e enfrentar os problemas que se colocam na sua atividade profissional, o ser capaz de assumir valores em que acredita, o estar atento aos contextos culturais e institucionais e o ser capaz de se envolver na mudança, tornando-se agente do seu próprio desenvolvimento profissional.

Por ultimo e como afirma Silva (2009, p.39), “*é fundamental que o formando, futuro professor, além da necessidade de possuir um conhecimento académico de base, seja capaz de questionar a sua prática e consiga estabelecer uma relação teórico-prática construindo através da reflexão novos saberes*”.

Schön (1987) distingue três tipos de reflexão:

- ✚ **Reflexão na ação:** Ocorre durante a ação, isto é, no confronto com situações indeterminadas em que o Professor se surpreende.
- ✚ **Reflexão sobre a ação:** posterior à ação e geralmente verbal, onde o professor reconstrói mentalmente a ação para tentar analisá-la retrospectivamente, tendo geralmente um carácter avaliativo.

✚ **Reflexão sobre a ação na ação:** olhar posterior para a ação e para a reflexão acerca do que aconteceu, do que observou e do significado atribuído ao que aconteceu. É considerada fundamental para o desenvolvimento profissional do Professor, na medida em que é uma reflexão proactiva que ajuda o profissional a determinar as suas ações futuras, a compreender futuros problemas ou a descobrir novas soluções.

Em suma, todo o processo de ensino-aprendizagem para atingir o sucesso pretendido deverá ser regido por um processo reflexivo.

3.3. Escola EB 2/3 Pero Vaz de Caminha

A escola EB 2/3 Pêro Vaz de Caminha é a escola sede do agrupamento vertical das escolas do Amial. Este agrupamento é constituído por mais 4 escolas além da escola onde me encontro a lecionar o EP. Essas escolas são a EB1/JI São Tomé, a EB1/JI Agra, a EB1 Azenha e a EB1 Miosóitis.

Na escolha deste meu primeiro passo como profissional de educação, a escola EB 2,3 Pêro Vaz de Caminha não foi a minha primeira opção, por diversos fatores, entre eles, a distância da minha residência, Guimarães, e por não ter ficado com as melhores impressões da escola quando lecionei a didática de voleibol na mesma. No entanto, devo confessar que as minhas ideias relativamente à escola estavam algo erradas, pois agora, sinto-me completamente à vontade e satisfeito nesta instituição, podendo dizer que é uma escola bastante agradável para a realização do estágio pedagógico. Fui recebido de uma forma muito acolhedora por todos os intervenientes, desde auxiliares educativos até ao quadro docente. Sinto que existe um excelente ambiente profissional no âmbito da disciplina de Educação Física, onde os professores se relacionam bastante, tentando ajudarem-se mutuamente.

Mais concretamente, A Escola Pêro Vaz de Caminha nasceu em 1970, sendo nessa altura a única Escola Preparatória do Porto sem instalações

próprias. Esta funciona em regime diurno duplo, a parte da manhã, que se inicia às 8h25 e termina às 13h20 e à tarde, que inicia às 13h35 e termina às 18h30. O regime de funcionamento da escola não se resume apenas ao horário letivo, encontrando-se por vezes aberta para além das horas oficiais. Relativamente ao Gimnodesportivo este é utilizado durante a noite para clubes e instituições que o utilizem para fins desportivos, como por exemplo, o Voleibol do Boavista e a Escola do Benfica.

No que concerne ao número de alunos, neste momento a escola é constituída por 584 alunos distribuídos pelos cinco anos de escolaridade. Deste número, alguns encontram-se em turmas profissionais, ou seja, em cursos CEF (Cursos de Educação e Formação). Como em muitas escolas, estes alunos são denominados como as “ovelhas negras”, “problemáticos”, etc. Nesta escola as denominações não fogem à regra, mas o que é certo, é que até à data presente, nenhum acontecimento anormal tenha acontecido, bem pelo contrário, tiveram um comportamento exemplar comigo e respeitável com a maioria do pessoal docente e não docente.

O corpo docente é constituído por 98 Professores que se distribuem pelos diferentes departamentos: Línguas; História, Geografia e Educação Moral e Religiosa Católica; Ciências, Matemática e Físico-Química; Educação Visual e Tecnológica, Educação Visual, Educação Tecnológica e Tecnologias da informação e da Comunicação, Educação Física, Educação Musical e Teatro. O grupo de Educação Física este é constituído por 10 Professores.

No que diz respeito ao pessoal não docente e mais especificamente, o grupo de Educação Física tem ao seu dispor 2 funcionários. Estes elementos constituíram-se como peças fundamentais para o desenrolar das aulas pois estiveram sempre prontos a ajudar em tudo o que foi necessário. Para além disso, tivemos um desses funcionários, que com a sua arte conseguiu fazer material que nos ajudou nas aulas. O único problema destes dois elementos é que não incutiam nos alunos hábitos de higiene, isto é, para que os alunos não sujem/molhem os balneários, tentam a todo custo que estes não tomem banho.

3.3.1. As Instalações

Quanto à escola devo referir que esta possui instalações bastante boas para a prática da Educação Física, existindo um grande leque de material disponível, em muito bom estado de conservação, e vários espaços para a realização das aulas. O único espaço que, a meu entender, possui algumas contrariedades é o exterior. É um espaço relativamente pequeno, onde o piso não é o mais adequado, visto ser muito irregular podendo provocar lesões nos alunos em caso de quedas. Outra contrariedade é a caixa de areia disponível para a prática de atletismo estar em mau estado de conservação. O que condiciona um pouco a degradação deste espaço é o facto de não estar vedado aos alunos fora das aulas de Educação Física, que, como se sabe, os alunos não sentem a responsabilidade de manter os locais de trabalho asseados e em bom estado de conservação.

De forma a entenderem melhor esta minha descrição faço uma pequena apresentação das instalações da escola.

Existe um novo edifício escolar que é composto por quatro blocos, que no total comportam 27 salas de aula. Cinco destinam-se a disciplinas específicas como a Educação Visual e Tecnológica, Educação Visual, Educação Tecnológica e Educação Musical. Para além das salas de aula a escola possui: Serviços de Ação Social Escolar (refeitório, bufete, papelaria, seguro escolar) e Instalações de Apoio (serviços de administração escolar, biblioteca, reprografia, sala de informática, gabinete de psicologia, gabinete de apoio educativo, sala de convívio dos alunos, campo de jogos, portaria, telefone). Na zona exterior existe também um pavilhão onde se realizam as aulas de Educação Física.

O espaço exterior é amplo e possui além de um recinto próprio para a prática desportiva, jardins.



Figura 1 – Gimnodesportivo da escola.

O Gimnodesportivo que existe na escola pertence ao Município do Porto. Contudo, a escola tem o direito a usufruir dele durante as horas letivas e sempre que for solicitado terá primazia em relação aos clubes que aí tenham atividades, nos horários extraescolares.

Esta instalação é constituída por um pavilhão e um ginásio, para além de dois balneários e uma arrecadação. Existe ainda uma zona destinada aos professores, composta por um gabinete médico, uma sala de professores, e dois balneários.

Para a prática desportiva, a escola oferece três espaços, dois interiores, pertencentes ao pavilhão gimnodesportivo e um exterior. Esses espaços estão distribuídos pelas turmas, ao longo do ano letivo, num documento construído no início do ano, o “roulement”. De forma a tornar mais racional e justa a ocupação dos espaços este muda de três em três semanas, uma vez que cada espaço tem a sua especificidade. Dessa forma será importante caracterizá-los.

- **Pavilhão:** O pavilhão gimnodesportivo desta escola apresenta muito boas condições para a prática das modalidades de Voleibol, de Andebol, de Basquetebol e Futsal entre outras. O piso é de material sintético, apresenta as linhas dos diferentes desportos marcados no solo, possui uma boa luminosidade natural sendo também iluminado artificialmente e apresenta uma boa capacidade de ventilação de ar e ainda uma galeria superior que serve de bancada. É muito frio de inverno e muito quente no verão.



Figura 2 – Pavilhão gimnodesportivo.

- **Ginásio:** apresenta igualmente boas condições, sendo um espaço agradável onde a iluminação natural é bastante evidente. O ginásio está equipado com material gímico, contudo também poderá ser utilizado para atividades que não utilizem bolas, visto que no regulamento da disciplina refere que é proibida a utilização de bolas no seu interior.



Figura 3 – Ginásio.

- **Exterior:** tal como o nome indica trata-se de um espaço exterior. Neste espaço dispomos de dois campos de Voleibol e dois de Basquetebol com as respetivas marcações e tabelas. É também vocacionado para o Andebol e para o Futsal, porém apenas um dos campos possui marcações.



Figura 4 – Espaço exterior.

O espaço exterior possui ainda uma caixa de areia, vocacionada apenas para as aulas de Atletismo, com duas pistas de chamada para o Salto em Comprimento ou para o Triplo Salto.

- **Arrecadação do material desportivo:** espaço destinado à arrumação do material desportivo. Este espaço encontra-se organizado, dispondo de todo o material necessário para a realização das várias modalidades.



Figura 5 – Arrecadação.

3.4. O Grupo de Educação Física e o Núcleo de Estágio

Como referi anteriormente, o Grupo de Educação Física era constituído por 10 Professores, 6 efetivos e 4 estagiários. Desde o início do ano que todos os elementos do grupo se dão bastante bem, formando um clima saudável de trabalho.

De salientar a forma como fui recebido, sendo tratado como mais um colega e não como um aluno estagiário. Esta atitude da parte de todos os Professores da escola facilitou bastante a minha integração, fornecendo-me desde logo uma excelente “almofada” de trabalho.

Relativamente ao meu núcleo de estágio foi constituído por mais três colegas, com os quais não tinha um relacionamento muito próximo. Tinha algum receio de que as coisas pudessem não funcionar da melhor forma, pois ia trabalhar com pessoas com quem não estabelecia praticamente nenhum contacto. Felizmente os meus receios foram dissipados, estabelecendo uma relação bastante agradável e de cooperação, o que facilitou todas as nossas tarefas.

Na minha opinião, um núcleo de estágio que coopere bastante, penso que é muito importante para um excelente ano e consequentemente recheado de aprendizagens e sucessos a nível pessoal e profissional.

Quero também aqui realçar uma pessoa, na minha opinião a mais importante neste nosso ano de estágio, a Professora Helena Abrunhosa (Professora Cooperante), pois foi a que nos acompanhou em todo o processo deste ano de estágio. Foi sem dúvida nenhuma, uma excelente ajuda, uma vez que se mostrou completamente disponível para nos ajudar em tudo o que precisámos. Mas mais importante que isso foram os conselhos que nos deu, em particular para comigo, tornando-se fundamentais para a minha formação enquanto docente.

3.5. A minha turma – 8ºD

Para iniciar pela primeira vez a profissão de Professor, fiquei incumbido de lecionar uma turma do 8º ano de escolaridade, 2º ano do 3º ciclo do ensino básico. Esta era constituída por 26 alunos, 20 do sexo feminino e 6 do sexo masculino.

Era uma turma com bastantes dificuldades a nível da aptidão física, desde a sua destreza até à sua capacidade motora. Eram alunos com grandes défices de exercitação também a nível técnico-tático, pois raramente se conseguiam organizar convenientemente no espaço de jogo. A nível comportamental tive alguns problemas, pois eram bastante faladores e inquietos, tornando as aulas pouco produtivas. Isto denota a falta de maturidade da maioria da turma. Não eram alunos mal-educados, mas ainda tinham pouca maturidade para a idade que já possuem. Felizmente consegui arranjar estratégias no sentido de ultrapassar estas dificuldades.

Por último é de salientar que em comparação com as turmas dos meus colegas estagiários era a mais numerosa, 26 alunos, ao passo que as deles tinham no máximo 20. São números que condicionam um pouco as aulas, mas felizmente tem corrido da melhor forma. Uma das grandes vantagens que

encontrei nesta escola e nunca antes visto, foi o facto de cada turma ter só para a sua aula um espaço de aula, ou seja, ou possuíam o pavilhão ou o ginásio e espaço exterior.

4. REALIZAÇÃO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

4. Realização da Prática Profissional

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

Tal como referenciei no meu projeto de formação individual (PFI), esta área tem como objetivo construir uma estratégia de intervenção, orientada por objetivos pedagógicos, respeitando o conhecimento válido do ensino da Educação Física, conduzindo com eficácia pedagógica o processo de educação e formação do aluno da aula de Educação Física.

Esta assume grande importância ao longo de todo o processo de Ensino e de Aprendizagem, uma vez que nela se inserem tarefas centrais no âmbito da profissão de professor, nomeadamente as tarefas de conceção, planeamento, realização e avaliação. Assim, as tarefas supracitadas foram cuidadosamente trabalhadas e desenvolvidas ao longo de todo o processo de Ensino.

Considero que esta área foi a que exigiu mais do meu esforço, não só pelo trabalho que exigia diariamente, mas também porque ordenava uma constante reflexão e redefinição de objetivos, de forma a haver uma adequação dos conhecimentos às exigências do processo de Ensino. No entanto, foi também a área que me deu mais gozo e prazer de construir, pois permitiu que projetasse ideias, realizando, posteriormente, um planeamento de forma a conseguir aplicá-las no contexto em que estava inserido.

4.1.1. Conceção

A conceção reporta-se à primeira tarefa realizada pelo professor, construindo a base de toda a sua atuação. Esta consiste numa análise dos planos curriculares, contexto sociocultural da escola, bem como dos alunos, de forma a reunir o maior número de informações para que o processo ensino/aprendizagem se realize de acordo com a realidade.

A primeira área de desempenho tem como objetivo principal a construção de uma estratégia de intervenção, orientada por objetivos pedagógicos, que respeite o conhecimento válido no ensino da EF e conduza com eficácia pedagógica o processo de educação e formação do aluno na aula de EF (Matos, 2009).

“Todo o projeto de planeamento deve encontrar o seu ponto de partida na conceção e conteúdos dos programas ou normas programáticas de ensino, nomeadamente na conceção de formação geral...” (Bento, 2003, p.7).

Assim, para a concretização desta fase, logo no início do ano letivo, realizei uma análise do Projeto Educativo, do Projeto Curricular e do Regulamento Interno, que me permitiu conhecer o modo de funcionamento da escola, bem como o seu contexto sociocultural e socioeconómico.

Para finalizar esta etapa, não poderia faltar a análise dos alunos, que realizei com base numa ficha de caracterização individual dos alunos, elaborada por mim. Através desta análise, tentei recolher informações acerca dos contextos familiares e socioeconómicos dos alunos, bem como os seus pontos de vista relativos à escola, e mais especificamente à EF.

Considero que a conceção seja de extrema importância, dado que o ensino é algo que se realiza num dado tempo, em determinado contexto e para um grupo singular de pessoas. Sem esta o ensino tornar-se-ia vazio, não permitindo que o processo ensino/aprendizagem decorresse de forma eficiente.

4.1.2. Planeamento

“O professor não está nem pode ser dispensado da planificação do seu ensino.”

(Bento, 2003, p.22)

Após o encontro com a realidade em que o meu estágio se insere, o meu foco de atenção volta-se para o planeamento do ano letivo. Como refere Mesquita (2000), o planeamento consiste em delinear antecipadamente aquilo que tem de ser realizado, como deve ser feito e quem é que o deve efetuar.

Assim, a primeira tarefa realizada, a par com os meus colegas de estágio e a professora cooperante, foi a realização de uma análise aos programas de EF relativos ao 3º Ciclo, no meu caso, mais concretamente ao 8º ano.

Com base nesta apreciação, o grupo de estágio realizou o Planeamento Anual Geral de EF. Este documento consistia na definição das modalidades a realizar em cada um dos períodos letivos, bem como o número de horas correspondentes a cada uma delas. Segundo Bento (2003, p.67), *“A elaboração do plano anual constitui o primeiro passo do planeamento e preparação do ensino e traduz, sobretudo, uma compreensão e domínio aprofundado dos objetivos de desenvolvimento da personalidade, bem como reflexões e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano letivo.”*

De seguida, cada um dos estagiários realizou o seu Planeamento Anual Individual, referente à sua turma, que consistia na distribuição das modalidades a lecionar, pelos dias de cada período, com base nas horas estipuladas. Devo confessar que inicialmente sentia alguma relutância na construção destes documentos, pois achava-os de pouca importância. No entanto esta minha ideia desvaneceu-se em poucos dias, dado que estes serviram de fio condutor

para a estruturação de todo o meu Estágio, principalmente ao nível do planeamento das aulas.

Para a construção do Planeamento Anual Individual foi também muito importante o Roulement das instalações desportivas, que consiste num documento que indica o espaço da aula da turma para os diferentes dias da semana. Sem ele, o meu trabalho de planeamento seria muito mais incerto, tornando a tarefa mais dificultada.

A construção deste documento, logo no início do ano letivo foi um grande facilitador no planeamento das sessões da turma, permitindo, apenas com uma consulta rápida, saber o que lecionar e em que espaço o realizar, possibilitando que a construção dos planos de aula fosse realizado muito mais rápido e eficazmente.

Partindo para um planeamento mais específico, chega a altura de operacionalizar os conteúdos tendo por base os modelos da Vickers (1990), Modelos de Estrutura do Conhecimento (MEC's).

Os MEC's são verdadeiros auxiliares na estruturação das matérias, simplificando a informação, mas refletindo simultaneamente um pensamento transdisciplinar, auxiliando assim o processo de ensino. Cada MEC está dividido em oito módulos. A construção destes foi sem dúvida uma grande aprendizagem para a minha pessoa, uma vez que ao longo da construção de cada MEC, o meu conhecimento foi tornando-se cada vez mais completo.

Passando agora para a estruturação das unidades didáticas, estas tiveram sempre como ponto de partida a avaliação diagnóstica realizada na primeira aula referente à modalidade a ser abordada.

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

Devo referir que inicialmente senti alguma dificuldade na escolha dos conteúdos a lecionar, principalmente em matérias com as quais o meu contacto é efetivamente menor, tal como o atletismo e a ginástica. No entanto, estas contrariedades foram facilmente ultrapassadas através de empenhamento e pesquisa da minha parte, o que fez com que no segundo período, a construção das unidades didáticas fosse realizada com maior rapidez.

A partir desta dificuldade indicada, apercebi-me que o ser professor de EF não implica apenas ter o conhecimento das modalidades, porque, apesar de ter pouco contacto efetivo com algumas modalidades, conheço-as relativamente bem. No entanto, olhar para os alunos, identificar quais os seus problemas, classificá-los num nível e estabelecer objetivos alcançáveis para a turma num curto espaço de tempo torna-se numa tarefa acrescida, onde o conhecimento geral da modalidade e, principalmente, a falta de experiência, não é efetivamente suficiente.

O que quero dizer com isto é que quando saímos da faculdade, achamos que o nosso conhecimento acerca do desporto e das diferentes modalidades que o abrangem é já muito e mais do que suficiente para conseguirmos chegar a uma escola, perante um grupo de cidadãos e criar um processo que leva a aprendizagem dos alunos, seja qual for a modalidade a ser implementada. No entanto, isto não se verifica de todo. É necessário que um professor, principalmente os que iniciam a carreira, disponham algum do seu tempo, em atualizações e aprendizagens constantes acerca das modalidades que compõem o desporto, para que o ensino seja eficaz, consistente e duradouro na criança ou jovem.

Como refere Bento (1987), aquele que quiser ser um pedagogo, um verdadeiro educador tem que estar convencido de que também necessita de educação permanente. Da sua capacidade de pensamento, do seu comportamento moral, da sua vontade, dos seus conhecimentos e do seu tato pedagógico depende em elevado grau, a eficácia do seu trabalho. O trabalho constante e diário, de educação e formação de si mesmo constitui uma condição indispensável da vida do pedagogo.

No que diz respeito ao planeamento diário das aulas, os planos de aula, foram uma das minhas grandes batalhas. Não ao nível do planeamento da aula, nem na escolha dos exercícios, mas sim na estruturação correta do mesmo, bem como na utilização adequada dos termos a aplicar.

Na minha opinião, esta dificuldade poderia ser diminuída, através de uma maior consistência por parte dos professores da Faculdade aquando o 1º ano deste 2º Ciclo de Ensino. Refiro isto porque aquando as nossas práticas pedagógicas realizadas às diferentes didáticas específicas, os professores das mesmas pediam formas diferentes de construção de planos de aula. Por um lado, esta variedade aumenta o nosso conhecimento, e permite-nos escolher, no futuro, por aquele que mais se adequa a nós, como refere Bento (2003, p.152) *“Existem numerosas propostas de esquema de aula, cada uma delas caracterizada, por uma variedade de constelações possíveis, mas sem que nenhuma possa afirmar a pretensão de validade universal.”*. No entanto, esta enorme variedade pode também baralhar um pouco os futuros professores, o que penso que se sucedeu comigo. Com a ajuda da professora cooperante, Helena Abrunhosa, consegui, ao fim de algumas semanas, realizar corretamente a planificação das aulas, como demonstro neste pequeno enxerto de uma reflexão:

“No dia 21/09/2011, efetuou-se nova reunião do núcleo de estágio. Iniciou com a análise e correção dos respetivos planos de aula para a próxima semana. Considero este ponto indispensável, pois, falando por mim, tenho cometido ainda alguns erros na elaboração dos mesmos, erros que vão desde o que especificar na situação de aprendizagem aos objetivos comportamentais. Com a ajuda da professora cooperante vou compreendendo o que temos de referir em cada ponto.”

Após superar esta dificuldade inicial, a construção dos planos de aula já decorria sem grandes dificuldades, e o tempo que inicialmente demorava na sua construção, cerca de 1 hora, passou a ser de alguns minutos.

No que concerne à escolha dos exercícios selecionados para as aulas, a minha grande preocupação era que estes fossem ajustados ao nível da turma, o que por vezes era complicado porque em determinadas modalidades existiam alunos em níveis de exigência diferentes. *“A turma tem um misto de alunos com boas capacidades para o basquetebol, e outros com inúmeras dificuldades, e que ao mesmo tempo se desinteressam da aula.”* (Reflexão aula nº 9). Quando tal se sucedia, o planeamento da aula era realizado de forma a que o mesmo exercício tivesse diferentes variantes, que se adequassem aos distintos níveis.

A planificação das aulas foi a última etapa do processo que abrangeu todo o planeamento do ano letivo. *“A preparação da aula constitui, pois, o elo final da cadeia de planeamento do ensino pelo professor.”* Bento, (2003, p.164). Como se pode verificar, para que haja um planeamento eficaz é necessário o professor ter como base todo o meio que envolve o processo de ensino/aprendizagem, passando posteriormente para planeamentos cada vez mais específicos até chegar, não só à sua turma, mas também, a cada um dos seus alunos. *“A aula é realmente o verdadeiro ponto de convergência do pensamento e da ação do professor.”* Bento (2003, p.101).

4.1.3. Realização

“Quem só teoriza, não sabe. Quem só pratica, repete. O saber nasce da conjugação da teoria e da prática.

(Manuel Sérgio)

Adotando uma sequência lógica, após todo o planeamento, é chegada a altura de colocar em prática toda a teoria. Confesso que os dias que antecederam o meu primeiro contacto com a turma foram de grande ansiedade.

Chegado o dia da primeira aula, a aula de apresentação à turma, fui invadido por um misto de emoções, felicidade, alegria, ansiedade e receio, que depressa se desvaneceram, quando comecei a dirigir-me aos meus alunos, passando para uma sensação de conforto, como se aquela não fosse a minha primeira aula.

Nas semanas que antecederam o início efetivo do ano letivo procurei conhecer a minha turma, junto dos restantes professores. As informações que obtive foram alvo de preocupação, aleado a um grande desafio. Segundo os professores, a turma era muito mal comportada, no que diz respeito a distrações e conversas paralelas no decorrer da aula. A minha estratégia inicial consistia em, desde cedo, estabelecer regras, que deveriam ser criteriosamente cumpridas, quer pelos alunos, quer pelo professor. Penso que, só assim, todo o processo de ensino e aprendizagem poderia ser cumprido com rigor e sem injustiças, estabelecendo-se um ambiente propício para a aprendizagem. “*Ordem é meia vida*”, palavras do povo, citadas por Bento (2003, p.144).

Outra estratégia adotada nas aulas iniciais foi a afastamento propositado que delinee para com os alunos, servindo como forma de estabelecer uma relação aluno/professor de respeito. Com o decorrer das aulas foi-se transformando numa relação mais aberta.

No meu entender, as estratégias adotadas surtiram efeito. Nas primeiras semanas de trabalho tinha de me preocupar bastante com questões ligadas aos comportamentos dos alunos, sendo a maior parte deles infantis, mas nunca com faltas de respeito. Com o avanço das aulas, essas questões foram cada vez mais diminutas, sendo que na parte final do ano letivo já eram quase inexistentes.

Penso que, um facto que contribuiu para este sucesso foi a assimilação por parte da turma como sendo eu o responsável, e não simplesmente um mero professor estagiário. Para esta aceitação, muito contribuiu a professora cooperante, pois qualquer decisão que deveria ser tomada em relação à turma, esta dava-me total liberdade para a tomar, chegando mesmo a encaminhar os alunos para mim quando estes se dirigiam a ela para resolver qualquer problema.

Um facto que me colocou alguns receios foi o número de alunos que a turma tinha, 26 alunos. Em primeiro lugar porque as condições de trabalho não seriam as melhores com um elevado número de alunos. Em segundo, porque existe o mito de que as turmas maiores geralmente são as mais barulhentas e com comportamentos mais difíceis de controlar. Após algumas aulas, verifiquei que estes meus medos eram dispensáveis, uma vez que a turma facilitou bastante o meu trabalho.

Referindo-me agora à leção das aulas, as primeiras dificuldades que senti foram ao nível do controlo do comportamento da turma. Como já referi anteriormente, a turma, no início do ano letivo era bastante irrequieta, barulhenta e distraída, obrigando-me constantemente a intervir no sentido de retomar a calma. Com o decorrer das aulas, e devido a muitas insistências da minha parte, os alunos foram melhorando os seus comportamentos, acabando o ano completamente diferentes, muito mais calmos e atentos. Confesso que esta foi uma das minhas grandes vitórias neste ano de estágio, pois consegui não só realizar o meu trabalho, mas também alterar um dos aspetos mais negativos daquela turma, o comportamento.

Fazendo a transcrição de dois parágrafos das reflexões realizadas ao longo do ano denota-se claramente uma grande evolução no comportamento da turma.

Reflexão aula nº 6: *“Realizando um pequeno balanço da turma nas aulas até aqui realizadas, é de mencionar que esta é muito agitada, faladora e em muitos momentos realizam comportamentos menos adequados à idade. Será uma tarefa árdua da minha parte controlar esses momentos, mas terei de continuar a arranjar estratégias para que as próximas aulas se tornem mais calmas, mas ao mesmo tempo motivadoras.”*

Reflexão aula nº 65: *“O comportamento da turma tem-se revelado bastante satisfatório. As conversas paralelas são quase inexistentes, a motivação para as aulas de Educação Física é cada vez maior e as brincadeiras durante a realização dos exercícios já são menos frequentes, o que promove uma maior aprendizagem nas aulas. Sinto que, no campo comportamental, o meu trabalho está a ser eficaz, o que me deixa bastante orgulhoso.”*

Relativamente ao cumprimento do plano de aula, nas primeiras aulas lecionadas preocupava-me bastante em cumprir à risca com tudo o que estava estipulado no plano, quer os conteúdos, quer o tempo de exercitação de cada um deles, estando por isso constantemente a olhar para o relógio. Assim, a minha atenção perdeu-se um pouco dos alunos, voltando-se mais para as tarefas de gestão da aula, prejudicando o processo de ensino e aprendizagem.

Numa das reflexões realizadas, este aspeto ficou bem evidenciado, como demonstro no parágrafo transcrito: *“A aula de hoje decorreu conforme o estipulado, sendo que todos os exercícios planeados foram rigorosamente cumpridos, quer nas variantes apresentadas, quer nos tempos estabelecidos para cada um deles. No entanto, e após alguma reflexão, confesso que fiquei algo relutante quanto à aprendizagem dos alunos, pois acho que deveria ter insistido mais em determinados exercícios, dar mais tempo de exercitação, para que a aprendizagem dos alunos fosse maior.”* (Reflexão da aula nº 15).

Com o passar do tempo fui-me apercebendo que o essencial era a aprendizagem dos alunos e o plano de aula era apenas um guião, que poderia ser alterado ou contornado para melhorar a aprendizagem dos estudantes. Desta forma, em algumas aulas, quando via que o planeado não estava a surgir o efeito desejado, fazia algumas alterações, que por vezes era aumentar o tempo de empenhamento motor em determinada tarefa. Outras vezes retirava ou substituía exercícios por outros que se adequassem melhor às dificuldades dos alunos, permitindo-lhes alcançar as metas estabelecidas. “*O sucesso do ensino depende tanto da atividade do docente como das atividades de aprendizagem dos alunos.*” Bento (2003, p. 176).

Outra dificuldade com que me deparei no decorrer do ano letivo foi quando as aulas estavam planeadas para o espaço ao ar livre, mas as condições meteorológicas não eram favoráveis, (ex.: chuva). Isso aconteceu-me algumas vezes, em que fui obrigado a reestruturar todo o plano de aula momentos antes da mesma, para o espaço interior, que se resumia a um pequeno ginásio, onde normalmente se realizam as aulas de ginástica e expressão artística. Por exemplo, no 1º período, onde estava estipulado abordar os conteúdos do salto em comprimento do atletismo, algumas aulas tiveram que ser adaptadas ao espaço interior, substituindo a caixa de areia por colchões de queda, reajustando também alguns conteúdos a serem abordados.

Para contornar este problema, ao fim de algumas aulas, quando me apercebia que o tempo poderia não ser o mais favorável para a prática da educação física no exterior, preparava um plano alternativo para o espaço interior. Assim, as aulas eram planeadas com mais rigor e cuidado, permitindo uma maior consonância com o que se pretende praticar e o que se pretende alcançar em termos de objetivos.

No que diz respeito às diferentes modalidades lecionadas, geralmente os professores sentem-se mais confortáveis a lecionar determinadas matérias e menos à vontade noutras. Eu não sou exceção. Os jogos desportivos coletivos, foram as modalidades nas quais me senti mais confortável para lecionar, principalmente o futebol, dado ser a modalidade à qual estou ligado. O

facto de os alunos também se sentirem mais motivados, e consequentemente mais empenhados, também ajudou a aumentar esse meu conforto.

Uma outra modalidade que também me senti bastante bem a abordar foi o badminton, apesar de o meu contacto com a mesma ter sido apenas realizada no ano anterior ao estágio, aquando da didática específica do desporto I - badminton, inserida no plano de estudos da FADEUP. De certa forma, fiquei um pouco surpreso, pois é uma modalidade com a qual tenho muito pouco contacto e conhecimento, mas ao mesmo tempo orgulhoso pois percebi que mesmo não estando ligado à área, é possível fazer um bom trabalho, motivando-me ainda mais.

As modalidades nas quais me senti menos confortável foram as individuais de ginástica e atletismo. Atletismo porque é uma modalidade mais parada, menos estimulante para os alunos. Ginástica porque efetivamente é a modalidade com a qual eu me identifico menos e tenho maiores dificuldades. Notei que os alunos, em ambas, também se sentiram menos motivados, o que me obrigava, por vezes, a voltar a minha atenção mais para os aspetos motivacionais, do que propriamente para a realização dos conteúdos.

Relativamente à ginástica, esta foi a modalidade que mais confusão me provocou, e simultaneamente a que mais aprendi. Como refere Shön (1992, p.85) *“é impossível aprender sem ficar confuso”*. Por me identificar pouco com a modalidade, as tarefas a desenvolver parecem tomar uma dimensão muito superior, obrigando-me a que o tempo despendido para a preparação das aulas fosse muito superior ao das restantes modalidades. Consequentemente, as aprendizagens que adquiri, nos esforços realizados da planificação das aulas e nas dificuldades ultrapassadas, foram mais significativas do que em qualquer outra modalidade.

Inicialmente, planeei as aulas de ginástica por estações de trabalho, ou seja, os alunos estavam distribuídos em grupos, e cada grupo estava numa determinada estação, realizando os exercícios estabelecidos para mesma. Com este método, o que se sucedia era que por vezes não conseguia dar a

atenção necessária aos diferentes grupos, pois se despendia mais um pouco de tempo em determinada estação, ajudando e fornecendo *feedbacks* aos alunos, não conseguia passar por todos os grupos, e assim instruir todos os estudantes. *“Em termos de organização da aula propriamente dita, esta não foi a melhor, pois decidi realizar os exercícios por estações e os alunos ao fim de um determinado tempo rodavam de estação, realizando uma habilidade técnica diferente. A minha ideia era perceber o estado em que a turma se encontrava nas diversas habilidades técnicas. A organização do espaço deveria ter sido em estrela, pois assim poderia ter o controlo da turma na realização dos exercícios das diferentes habilidades técnicas.”* (Reflexão da aula nº 39 e 40).

Em conversa com a professora cooperante, cheguei à conclusão que o trabalho por estações não estava a resultar, e seria mais vantajoso, quer para mim, quer para os alunos, que todos estivessem a realizar simultaneamente o mesmo exercício. Assim, mudei a minha estratégia e passei a lecionar com os alunos, na mesma, distribuídos em grupos, no entanto dispostos no espaço da aula, em forma de círculo, realizando toda a gente o mesmo exercício. Verifiquei que tive maior sucesso, pois permitiu-me fornecer *feedbacks* e ajudar todos, sempre que necessário. Esta forma de trabalhar, permitiu-me também estar mais concentrado em determinado conteúdo, ajudando-me a cumprir os objetivos previamente estabelecidos.

A reflexão das aulas número 42 e 43 demonstra isso mesmo. *“A aula teve como modalidade a abordar, Ginástica. Foi então a 2ª aula da unidade didática e onde decidi alterar a organização dos exercícios. Alterei deste a disposição esquemática até aos exercícios a abordar, ou seja, dispus o material em forma de estrela e todos os alunos realizavam a mesma habilidade técnica. Com isto consegui ter uma visão mais ampla da turma, bem como de ser mais fácil estar perto dos outros grupos enquanto estou a ajudar o grupo em questão.”*

Fazendo uma revisão a todas as unidades de matéria lecionadas, esta foi, sem dúvida a que mais dificuldade me provocou. Por os alunos sentirem grandes dificuldades, principalmente os rapazes, e consequentemente

sentirem-se desmotivados. Pela distração dos alunos, resultado da desmotivação, provocando maiores dificuldades na gestão da aula e do controle da turma. E pela própria exigência da modalidade, que requer maior atenção despendida a cada aluno.

Como forma de avaliar o meu percurso e perceber como poderia melhorar o processo de ensino e aprendizagem, semanalmente construía um diário de bordo, onde me era possível perder em pensamentos sobre tudo que dizia respeito ao estágio, desde as aulas lecionadas à evolução dos alunos. Como refere Bento (2003, p.190) *“A reflexão é guiada por meio de comparação de objetivos e do processo, previamente estabelecidos e programados, com os resultados alcançados e com o decurso realmente verificado.”*.

Penso que a realização desta constante reflexão acerca do modo de atuar foi o principal meio que me levou a evoluir, a crescer enquanto professor, pois exigia, que após as aulas dedicasse algum tempo a refletir acerca das mesmas, e só assim aperceber-me dos erros cometidos. Mais importante, pensar em estratégias para não voltar a cometê-los nas aulas seguintes. *“A reflexão posterior sobre a aula constitui a base para um reajustamento na planificação das próximas aulas...”* (Bento, 2003, p.190).

4.1.4. Avaliação

Uma das tarefas mais complexas e difíceis que o docente tem de realizar é a avaliação. Por mais cuidado e rigor em que esta seja realizada há sempre um sentimento de incerteza. Quando falamos em professores

inexperientes e em início de carreira, como é o meu caso, essa função torna-se ainda mais complicada.

A avaliação é um procedimento de controlo de todo o processo de ensino e aprendizagem, permitindo reajustamentos que melhorem, não só o desempenho dos alunos, mas também o desempenho profissional do docente. Para que a avaliação cumpra com os requisitos acima mencionados, é necessário que a sua realização seja efetuada em vários momentos. Assim, para cada unidade de matéria lecionada realizei diferentes momentos de avaliação, a avaliação diagnóstica, a avaliação formativa e a avaliação sumativa.

A primeira forma de avaliação era a diagnóstica, realizada no início de cada unidade didática e tinha como objetivo identificar o nível de aprendizagem dos alunos, bem como determinar as suas dificuldades e erros, permitindo-me realizar o planeamento do processo de ensino e aprendizagem de forma ajustada aos alunos. Devo referenciar que para a unidade didática de ginástica, não foi realizada, propositadamente, a avaliação diagnóstica. Por ser uma modalidade mais complexa e que, normalmente os alunos evidenciam bastantes dificuldades, não realizando a maioria dos exercícios, efetuar a avaliação diagnóstica poderia pôr em causa a segurança dos alunos. Assim, toda a unidade didática baseou-se em progressões, com exercícios iniciais bastante simples, aumento a sua complexidade consoante as respostas dos aprendizes.

A avaliação formativa surge como a segunda forma de avaliação, e tem como finalidade dar *feedbacks* ao professor e aos alunos relativos à evolução deste. É uma avaliação que nos informa acerca do processo ensino e aprendizagem, permitindo identificar as dificuldades dos alunos na abordagem utilizada, corrigindo e modificando, se necessário, o método de ensino. Tal como refere Bento (2003, p.175) “A *análise e avaliação ligam-se, em estreita retroação, à planificação e à realização.*”. Esta foi realizada por mim, ao longo das aulas, através da análise das aprendizagens dos alunos. “O *sucesso do*

ensino depende tanto da atividade do docente como das atividades de aprendizagem dos alunos.” Bento (2003, p.176).

As constantes reflexões realizadas, aquando a construção do diário de bordo, foram o pilar de toda a avaliação formativa, pois era nelas que registava a evolução dos alunos, estabelecendo uma relação com os objetivos previamente estabelecidos. Paralelamente, também fazia uma avaliação ao meu desempenho enquanto professor, e ao método de ensino, por forma a melhorar cada vez mais, ajustando o processo de ensino e aprendizagem às dificuldades ou melhorias dos alunos. *“A reflexão posterior sobre a aula constitui a base para um ajustamento na planificação das próximas aulas.”* Bento (2003, p.190)

A avaliação sumativa tem o objetivo de verificar o nível atingido pela turma, permitindo simultaneamente avaliar a eficácia do ensino e a evolução dos alunos, sendo possível classificá-los num determinado patamar. Esta surge como o culminar das avaliações, e por isso era realizada nas últimas aulas da unidade didática.

Todas as avaliações foram realizadas com referência a critérios, ou seja, os conhecimentos dos alunos foram avaliados segundo critérios pré-estabelecidos de acordo com os objetivos de ensino.

Após esta atividade, consegui ultrapassar alguns receios e dúvidas que tinha do início do ano letivo, nomeadamente o medo de não possuir a capacidade de analisar coerentemente e justamente todos os alunos, podendo cair no erro de cometer alguns injustiças.

4.2. Áreas 2 e 3 – Participação na Escola e Relação com a Comunidade

A área 2 da realização da prática profissional engloba todas as atividades que contribuam para a integração do estudante estagiário na Escola.

Inicialmente a minha adaptação à escola foi ocorrendo pouco a pouco, ou seja, mais lentamente. Tal facto deveu-se, a ter uma profissão extraescolar, neste caso, Treinador de Futebol, que me retira bastante tempo para a Escola, impossibilitando de estar o tempo que desejaria. Apesar de todos estes constrangimentos e de ter sido uma adaptação lenta, a minha integração no ambiente escolar foi bastante positiva, pois tive uma excelente relação com muitos alunos, de qualquer ano de escolaridade. Relativamente aos Professores, tive uma relação extraordinária com o grupo de Educação Física, criamos um ambiente fantástica para a realização de qualquer atividade, bem como com os restantes Professores das diversas disciplinas da minha turma, onde tivemos sempre bastante contacto, sempre efetuado com respeito, carinho e cordialidade.

De salientar que fui recebido de uma forma ímpar pelos funcionários do pavilhão, aqueles com quem mais tempo partilhei neste meu ano de estágio. Foram pessoas fantásticas e sem eles o meu trabalho não seria tão valorizado.

Ao longo de todo o ano letivo, eu e os meus colegas de estágio estivemos envolvidos em bastantes atividades, pois fomos responsáveis pela realização de todos os torneios de final de período. No meu caso, foi uma experiência ótima, pois permitiu-nos perceber e ao mesmo tempo realizar todo um conjunto de processos a eles inerentes. Desde a inscrição das equipas, até à organização em dia dos torneios, terminando na entrega de prémios, todos estes passos foram tratados por nós, grupo de estágio, que nos empenhamos ao máximo para que nada saísse defraudado.

Foram também realizadas diversas ações de sensibilização de algumas modalidades, como foram os casos do tag rugby, hóquei em campo, kung fu e salto à vara. Todas elas organizadas por nós. Relativamente ao salto à vara, foi aquela na qual fomos intervenientes, pois além de toda a organização antes da ação, fomos também nós, os professores e responsáveis por todos os exercícios que planeamos. Sentimo-nos bastante à vontade, pois foi uma modalidade que tivemos no 1º ano do Mestrado, na disciplina da didática do Atletismo. Os alunos adoraram a iniciativa, que teve como nosso objetivo a

breve passagem pela modalidade, que eles aprendessem um pouco tudo a que ela é inerente.

No que concerne ao tag rugby, hóquei em campo e kung fu, o nosso objetivo era propor aos alunos, o mesmo que no salto à vara, a oportunidade de explorarem e conhecerem diversas modalidades não abordadas no meio escolar. Aqui a propusemos a vinda de pessoas profissionais na área. Todas as respostas vindas dessas federações foram positivas, o que nos levou a uma satisfação enorme. Os alunos adoraram, os professores também entrevistaram, o que proporcionou horas de diversão por parte de todos.

A par de todas estas atividades, durante todo o ano letivo, fiquei incumbido, por opção minha, lecionar uma atividade para a Saúde que neste caso, foi o Futebol masculino para o 2º ciclo. Esta atividade visava o aumentar o número de horas de atividade física nos alunos da escola, para combater um pouco o escasso número de horas de atividade física que os mesmos possuem, quer nas aulas de Educação Física, quer fora destas.

Decidi escolher o Futebol por ser a modalidade que mais gosto e mais gosto me dá trabalhar, pois todos os motivos já referidos por mim anteriormente. A escolha pelo masculino deveu-se ao facto, de a minha colega de estágio Sandra optar pelo feminino (o que mais tarde terminou pelo escasso número de alunas). A escolha do 2º ciclo deveu-se, pura e simplesmente, ao facto de já existir Futebol masculino para o 3º ciclo, num projeto de continuidade do Professor João, estagiário na Pero Vaz de Caminha no ano transato.

Revelaram-se meses de enorme entusiasmo por parte dos alunos. Inicialmente a adesão não estava a ser a desejada, com pouquíssimos alunos, entre 6 e 8 em todos os treinos. Tentei descobrir junto dos alunos do 2º ciclo (referir que alguns também vieram ao meu encontro), as razões para tão escassa adesão. As respostas que obtive dirigiam-se para o dia e local do treino. Decidi então que teria de alterá-lo. Conversei com o funcionário do pavilhão que de pronto me mostrou os horários disponíveis.

A mudança confirmou-se e a adesão foi completamente diferente. O número de alunos passou de 6 a 8 pra 15/16. A alegria com que encaravam o treino contagiou-me bastante, o que me levou várias vezes a equipar-me e entrar no treino prático juntamente com eles. Senti que eles adoravam a iniciática, pois no meu tempo, também não existia nada mais motivador que o nosso Professor de Educação Física jogasse connosco.

Tentei ao longo de todo o ano marcar jogos com outras escolas, mas existiam sempre contrariedades, ou ao nível dos transportes ou então ao nível de horários. Mas tinha de premiá-los com algo diferente. Decidi então falar com o Professor João, como referi anteriormente, responsável pelo Futebol masculino do 3º ciclo, sobre a possibilidade de 1 jogo contra a nossa equipa. De pronto mostrou-se bastante acessível, o que facilitou a marcação do mesmo.

No último treino antes do tão esperado jogo, comuniquei a notícia aos alunos, onde de pronto se gerou um enorme entusiasmo. O dia do jogo chegou, tendo este corrido de uma forma fantástica. O resultado era o que menos importava, mas sim o clima de festa que se estava a gerar. Claro que tanto uma como a outra equipa queriam ganhar, tendo a vitória sorrido aos mais velhos. Tudo terminou em abraços e cumprimentos, cientes de que desfrutaram de 2 horas diferentes e que certamente lhes marcaram bastante pela positiva. Referir que foi um enorme prazer lecionar esta atividade, pois existiu sempre um excelente clima de alegria e aprendizagem mútua.

No 3º período, deslocamo-nos à escola Carolina Michaelis para um torneio que compunha variadíssimas atividades, entre elas, Futebol, Basquetebol, Voleibol, Jogos Tradicionais, etc. As inscrições eram limitadas e podiam ser inscritos para jogar, tanto Professores como Alunos. Decidimos então inscrevermo-nos, nós, grupo de estágio e premiar alunos que tivessem obtido ao longo do ano um comportamento exemplar, tanto do sexo feminino como masculino. Não fomos com a responsabilidade e obsessão de ganhar, mas sim de proporcionar aos nossos alunos um dia diferente. E isso foi conseguido, na sua plenitude. Alegria máxima nas suas tarefas,

comprometimento relativamente ao respeito com os outros e regras de jogo e acima de tudo, a partilha de felicidade e entusiasmo que foi notória ao longo de todo o dia.

Por ultimo, também no 3º Período e mais concretamente no seu final, realizamos, nós, grupo de estágio, uma ida ao Parque Aquático de Amarante. As inscrições eram abertas a quase todos os anos de escolaridade, exceto ao 9º ano, devido aos exames nacionais se realizarem nessa altura. A adesão foi bastante positiva, tendo sido completado 2 autocarros. Os restantes Professores de Educação Física também aderiram quase todos, exceto um ou outro caso. Da parte da manhã estivemos na piscina de ondas, local fechado (pavilhão) que continha uma enorme piscina que de hora em hora, iniciava quinze minutos de ondas, para alegria de todos, jacúzis, boias, etc. A parte da tarde foi passada no exterior, onde estava reservado o melhor do dia. Escorregas enormes, tubos enormes e uma alegria tremenda por parte de toda a gente. A vigilância teria de ser bastante mais apertada pois os alunos iriam andar mais dispersos. Mas felizmente correu tudo da melhor forma, pois os alunos estiveram com grande sentido de responsabilidade. Ao fim da tarde, deu-se então o término deste fantástico dia, com uma comunhão de alegria entre todos.

4.3. Área 4 – Desenvolvimento Profissional

Psicomotricidade: um complemento da aprendizagem

4.3.1 – Introdução

A área do desenvolvimento profissional engloba atividades e vivências importantes na construção da competência profissional. Assim sendo, o meu estudo teve como propósito verificar a relação entre a psicomotricidade e a

evolução das aprendizagens de um aluno da Escola EB 2/3 Pêro Vaz de Caminha, com o propósito de melhorar os seus resultados escolares. Realizou testes de habilidades de coordenação e equilíbrio, esquema corporal, lateralidade, orientação espacial e orientação temporal. Para tal, foram utilizadas as tabelas propostas por Fonseca (1992). Posteriormente, o aluno foi submetido a diversos exercícios específicos, ou seja, relativos à melhoria dos problemas apresentados nos testes acima realizados.

Tendo em conta que esta escola se define como uma Escola de Território Educativo de Intervenção Prioritária (TEIP), esta ação enquadra-se num projeto “Melhorar é possível” (TEIP 2), com vista a criar condições para a promoção do sucesso educativo das crianças e jovens, prevenindo deste modo a retenção, o absentismo e o abandono escolar.

Pretende-se, deste modo, recorrer a medidas que passem pelo desenvolvimento de várias ofertas curriculares e formativas, flexibilização do currículo e programas, fixação de áreas de intervenção que, neste caso, passam muito pela dimensão educativa mais alargada (cidadania, educação para a saúde, educação para os valores) e articulação com famílias e comunidade. Pois, a Educação implica pensar em formação, igualdade de oportunidades, aceitação das diferenças, desenvolvimento de capacidades, promoção do sucesso, preparação para aprender ao longo da vida e realização pessoal.

Para tal, o projeto visa combater 4 problemas centrais, que hoje em dia a escola se debate: o insucesso, hoje em dia um dos principais problemas dos nossos jovens, pouco interessados e acima de tudo mal orientados, o que leva aos valores negativos que hoje se fazem sentir; o absentismo, um pouco interligado com o ponto anterior, desinteresse dos alunos, desinteresse dos pais, leva às exageradas faltas de presença que atualmente emergem nas escolas; a indisciplina, na minha opinião o aspeto mais negativo que hoje em dia assola as escolas portuguesas, alunos mal comportados, com grande défice de educação vinda dos seus pais e familiares; por último, a relação escola-comunidade, atualmente as relações famílias-comunidade são frágeis.

Os Pais dos alunos têm um baixo nível de escolaridade, assim como para grande maioria deles, a cultura escolar é algo distante no tempo.

Em consequência da definição destes problemas anteriormente mencionados, definiram-se 3 eixos de intervenção: a intervenção curricular, o desenvolvimento pessoal e social e a relação escola-pais e comunidade.

O meu eixo de intervenção centra-se no primeiro, que está subdividido em várias ações, sendo a ação E – “Aprender na Globalidade” o meu estudo de investigação-ação.

Relativamente ao projeto “Aprender na Globalidade”, o problema central envolve o elevado número de alunos com desenvolvimento cognitivo normal que apresentam dificuldades de aprendizagem e comportamentos que contribuem para o insucesso escolar. Para o desenvolvimento desta ação foi criada uma sala de apoio, destinada a alunos com problemas de aprendizagem, resultantes de dificuldades na organização psicológica/motora/cognitiva. O público-alvo são alunos, que revelam dificuldades de aprendizagem, mas que não são consequência de qualquer deficiência. Este tem como objetivos, despertar o desejo para aprender elevando o rendimento escolar; aumentar a capacidade de assimilação de novos conteúdos; contribuir para a diminuição de comportamentos de agressividade e de incumprimento de regras; facilitar a integração do aluno na escola; potencializar a participação em atividades grupais e por último elevar a capacidade para enfrentar novas situações. O projeto tem como metas a atingir a melhoria de 50% nas aprendizagens académicas e alteração positiva de comportamentos dos alunos envolvidos nesta ação.

Este projeto assenta na Psicomotricidade, que segundo Fonseca (2006, p.25) *“A psicomotricidade pode ser definida como o campo transdisciplinar que estuda e investiga as relações e as influências, recíprocas e sistémicas, entre o psiquismo e a motricidade”*.

4.3.2. Revisão da literatura

Furtado (1998) concluiu no seu estudo sobre as relações entre o desempenho psicomotor e aprendizagem da leitura e escrita, que ao provocar o aumento do potencial psicomotor da criança, proporcionam-se também condições favoráveis às aprendizagens escolares.

Posto isto, irei aprofundar a relação entre as dificuldades de aprendizagem e a psicomotricidade.

4.3.2.1. Aprendizagem

É importante começar por contextualizar a aprendizagem, para que melhor se possam compreender as dificuldades de aprendizagem.

A aprendizagem reflete os processos de assimilação e conservação do conhecimento, sendo o ser humano capaz de escolher uma hipótese, comparar várias alternativas de atingir um fim, elaborar planos, executando-os e avaliando os seus resultados, planificar antecipadamente as suas ações, organizando sequencialmente o seu comportamento para atingir um objetivo (Fonseca, 1984).

Toda a aprendizagem coloca em jogo a conservação e armazenamento da experiência anterior, sendo da memória dessas experiências anteriores que surge a noção de controlo da ação, evitando o processo arbitrário e espontâneo de tentativas e erros. (Fonseca, 1984).

Para Fonseca (2005), a aprendizagem integra quatro componentes cognitivas essenciais: o input (informação dos sentidos visual, auditivo e tátil-quinestésico), a cognição (processos de atenção, memória, integração, processamento simultâneo e sequencial, compreensão, planificação e auto-regulação), o output (ações como falar, desenhar, ler, escrever, contar ou resolver problemas) e a retro-alimentação (repetir, organizar, controlar e realizar).

Na minha opinião a aprendizagem é uma das funções mentais mais importantes, pois visa a capacidade que o Ser Humano tem em reter experiências vividas e informações. Para tal, não basta somente vivê-las e recebê-las, mas sim tentar assimilá-las, através das referidas componentes cognitivas.

4.3.2.2. Dificuldades de aprendizagem

Quando uma criança apresenta problemas no processo de aprendizagem na entrada para a escola, estes podem acabar por se transformar em dificuldades de aprendizagem, que afetarão o rendimento escolar da criança. Assim, importa abordar as dificuldades de aprendizagem no que concerne à sua definição e implicações.

Para Nielsen (1999, pág. 64), a expressão *dificuldades de aprendizagem* reporta para “*uma perturbação que interfere com a capacidade para guardar, reter, processar ou produzir informação*”.

Para Cruz (1999a) e Fonseca (2004) a característica mais genérica que os indivíduos com dificuldades de aprendizagem apresentam é uma discrepância acentuada entre o seu potencial estimado (inteligência igual ou superior à média) e a sua realização escolar (que é abaixo da média numa ou mais áreas académicas, mas nunca em todas).

4.3.2.3. Psicomotricidade

Em conformidade com o ponto anterior, dificuldades de aprendizagem, surgem alguns fatores ligados à psicomotricidade, que são comuns em crianças com dificuldades de aprendizagem: problemas de orientação espacial, dificuldades ao nível da imagem corporal e da estruturação espaço-temporal.

Posteriormente irei debruçar-me mais especificamente sobre o papel da Psicomotricidade em crianças com dificuldades de aprendizagem.

De acordo com Fonseca (1992), a motricidade é o meio pelo qual a inteligência se constrói e organiza, ao mesmo tempo que é o meio através do qual essa inteligência se manifesta, acedendo à psicomotricidade, que possui uma função intencional e de modificação, implicando a tomada de consciência, a motivação e um sistema de representações. Com isto, concluímos que a motricidade está intimamente ligada à inteligência, pois esta, a inteligência, constrói-se, organiza-se e manifesta-se através da motricidade.

A psicomotricidade está na base da produção das praxias e distingue a motricidade animal da do ser humano, uma vez que se trata de uma motricidade planificada e auto regulada (Fonseca, 2001a).

4.3.2.3.1 Bateria Psicomotora:

A Bateria Psicomotora foi concebida por Fonseca (1992), tendo como objetivo detetar e identificar dificuldades de aprendizagem e de psicomotricidade, traçando o perfil psicomotor das crianças.

Esta bateria é composta por sete fatores psicomotores: tonicidade, equilíbrio, lateralização, noção do corpo, estruturação espaço-temporal, praxia global e praxia fina.

Na subescala da tonicidade avaliam-se as capacidades de tonicidade, extensibilidade, passividade, paratonia e diadocinésias. Segundo Ajuriaguerra (1980), podemos avaliar a tonicidade, observando a amplitude dos movimentos, a resistência ao movimento passivo, a palpação da atividade flexora e extensora dos diferentes músculos e, determinando o tipo de tônus muscular. No que concerne à extensibilidade, Ajuriaguerra (1988) refere que com o estudo da mesma, pode-se determinar a dominância lateral, uma vez que os membros dominantes tendem a apresentar maior resistência e menos extensibilidade, devido a uma organização tónico-postural e tónico-muscular mais integrados, fruto da habituação. Relativamente à passividade, esta avalia a capacidade de relaxação passiva dos membros e extremidades ditais. Ainda

dentro da sub escala da tonicidade temos a paratonia, que avalia a liberdade motora a nível articular, assim como a organização tónica de base e a diadocínias, que permite avaliar a imaturidade na inibição psicomotora, caso se verifiquem movimentos associados, fragmentados e dismétricos.

Na subescala da equilibração, avaliam-se as capacidades de imobilidade, equilíbrio estático e dinâmico. Na observação da imobilidade, podemos avaliar os ajustamentos posturais, reações tónico - emocional, movimentos involuntários, faciais, gesticulações, sorrisos, rigidez corporal, desvios de simetria, tiques, etc.. Relativamente ao equilíbrio estático, este avalia a capacidade de controlo vestibular e cerebeloso da postura. Por último, o equilíbrio dinâmico avalia a capacidade de execução de movimentos precisos, económicos e melódicos.

Posto isto, avanço para a 3ª sub escala, a da lateralidade onde se avaliam e determinam a consistência da preferência dos telerreceptores (olho e ouvido) e dos propriocetores (mão e pé), localização bilateral e contra lateral.

Na subescala noção do corpo avaliam-se as capacidades de sentido quinestésico, autoimagem, imitação de gestos e desenho do corpo. O sentido quinestésico avalia o nível de conhecimento integrado do seu corpo, fornecido pelos propriocetores; por sua parte, a autoimagem avalia a capacidade da função propriocetiva; a imitação de Gestos avalia a capacidade de análise visual, de posturas e de gestos, assim como a retenção visual de curto termo e respetiva transposição motora através da cópia gestual bilateral.

Na subescala da Estruturação espaço-temporal, avaliam-se as capacidades de estruturação do espaço e do tempo, através de provas de organização espacial, estruturação dinâmica, representação topográfica e estruturação rítmica. (Fonseca, 1992). A organização espacial demonstra a capacidade de calcular distâncias e realizar os ajustamentos motores necessários para as percorrer (Fonseca, 1992). Relativamente à estruturação dinâmica, esta implica a capacidade de memorização sequencial a curto prazo de estruturas espaciais simples, compreendendo a análise visual, a memória a

curto prazo e a rechamada sequencial do posicionamento dos elementos (Fonseca, 1992). A representação topográfica revela a capacidade espacial semiótica e a capacidade de interiorização e realização de trajetórias espaciais, envolvendo a integração espacial global e capacidade de transferência de dados espaciais representados para dados espaciais agidos (Fonseca, 1992). Por último, a estruturação rítmica envolve a capacidade de memorização e reprodução motora de ritmos (Fonseca, 1992).

Na subescala da Praxia global, dá-se ênfase à observação da expressão motora que envolve a mobilização de grandes grupos musculares. Assim, avalia-se a coordenação óculo-manual e óculo-pedal, a dismetria e a dissociação (Fonseca, 1992). A coordenação óculo-manual engloba a capacidade de coordenar os movimentos manuais em relação a referências perceptivo-visuais, onde a percepção das distâncias, pesos ou altura do lançamento são importantes para o planeamento do movimento (Fonseca, 1992). A coordenação óculo-pedal envolve a capacidade de coordenar os movimentos pedais com as referências perceptivo-visuais (Fonseca, 1992). A dismetria é caracterizada por uma realização dispráxica dos movimentos, traduzindo uma inadaptação visuo-espacial e visuo-quinestésica de movimentos orientados para um alvo (Fonseca, 1992). A dissociação implica a capacidade de individualizar o movimento dos vários segmentos corporais envolvidos na planificação e execução motora de gestos intencionais (Fonseca, 1992).

A última subescala da bateria da Psicomotricidade tem o nome de Praxia fina, onde são observados os movimentos de preensão fina e manipulação de objetos, através das componentes de coordenação dinâmica manual, de tamborilar e a velocidade-precisão (Fonseca, 1992). A coordenação dinâmica manual envolve a dextralidade bimanual e a agilidade digital, analisando a coordenação fina das mãos e dedos, que requer uma constante atenção, fixação e captação visual (Fonseca, 1992) para planejar as atividades manipulativas. O tamborilar é uma tarefa de motricidade fina, que envolve a dissociação digital sequencial, com localização a nível táctilo-quinestésica dos

dedos e a sua motricidade independente. Esta implica movimentos de otonibilidade sequencializados, precisos e harmoniosos (Fonseca, 1992). A *velocidade-precisão* envolve a coordenação visuo-gráfica e exige a integração entre os movimentos de um lápis, com aquisições prévias percetivo-visuais de coordenação visuomotora, da figura-fundo e da posição e relação espacial (Fonseca, 1992).

De seguida irei demonstrar o perfil psicomotor, no qual a criança que acompanhei se situou, tendo como base o desempenho nos testes acima referenciados. Inicialmente tive algum receio na aplicação dos testes, uma vez que não tinha qualquer conhecimento de como os realizar. Posteriormente, obtive o acesso a tudo o que fosse indispensável na sua aplicação, através de fichas entregues pela coordenadora do projeto, relacionadas com a bateria. Prontamente a coordenadora disponibilizou-se para ajudar em tudo o que fosse necessário, tendo sido uma ajuda valiosa e preciosa ao longo de todo o processo, querendo também ter acesso à evolução do aluno em questão.

4.3.3. Resultados

PERFIL PSICOMOTOR: Euprático

Tabela 2 - Perfil Psicomotor

4 - Perfeita, económica, harmoniosa e bem controlada							
3 - Controlada e adequada							
2 - Com dificuldades de controlo							
1 - Imperfeita, incompleta e descoordenada							

NÍVEL DE REALIZAÇÃO	TONICIDADE	EQUILÍBRIO	LATERALIDADE	NOÇÃO CORPORAL	ESTRUTURAÇÃO	ESPACIO-TEMPORAL	PRAXIA GLOBAL	PRAXIA FINA
---------------------	------------	------------	--------------	----------------	--------------	------------------	---------------	-------------

AVALIAÇÃO PSICOMOTORA:

Identificam-se dificuldades de aprendizagem apresentando sinais desviantes que assumem significação neuro-evolutiva, a nível dos itens psicomotores pontuados com o nível 1 e 2. Suspeita-se de uma disfunção psiconeurológica dos dados táteis, vestibulares e proprioceptivos, que interferem com a capacidade de planificar ações, repercutindo-se em dificuldades de aprendizagem na generalidade das disciplinas.

Uma vez que a função tónica está ligada a todas as manifestações de ordem afetiva, emotiva, cognitiva e motora e, como o tónus integra o bombardeamento incessante dos estímulos exteriores, que estão na base da aquisição da postura e da consequente disponibilidade prático-construtiva para as aprendizagens, as disfunções observadas levam a dificuldades de atenção seletiva, inibição e controlo.

Revela também complicações a nível do equilíbrio, estruturação espaço-temporal e praxia fina, traduzindo-se no seguinte em termos de aquisições escolares:

- Todas as aprendizagens manuais põem em jogo aspetos de equilibração e de coordenação.
- A criança que tem problemas de equilíbrio vai ter também dificuldades de coordenação e de motricidade fina;
- Os problemas na estruturação temporal levam a dificuldades na análise, integração e memória sequencial auditiva, dificuldades perceptivas, verbais e não verbais (disfunção lobos temporais);

- A imaturidade prático-manual e a sua componente tónico-emocional, revelam-nos informações de carência instrumental que podem estar na origem de dificuldades na escrita.

Posteriormente iniciei o meu estudo propriamente dito, trabalhando semanalmente com o aluno, durante cerca de 1h, num total de 10 horas semanais, uma vez que só começamos o estudo cerca de 2 meses e meio antes do término letivo.

As sessões eram normalmente em conjunto com os colegas de estágio, pois os seus estudos eram exatamente os mesmos, somente diferentes nas características e dificuldades de cada aluno. Tornou-se uma vantagem, pois fomos ajudando mutuamente, quer a nível teórico quer prático. Inicialmente realizei exercícios relativos à equilibração e à estruturação espaço-temporal, uma vez que foram as dificuldades mais acentuadas pelo aluno, nos testes iniciais. O local das práticas não era o mais apropriado para o efeito, mas fui sempre adaptando os exercícios ao local e material disponível. Estes, passaram por exercícios de jogos de equilíbrio, como por exemplo, em cima de uma banco sueco caminhar de uma ponta à outra, inicialmente sem nenhum obstáculo e posteriormente com os olhos vendados; jogos de manipulação e precisão, a maioria com bolas de ténis, com o objetivo de as colocar dentro de uma caixa, por exemplo.

Como o tempo (reduzido números de horas), foi sempre um obstáculo, não me foi possível passar por todas as dificuldades do aluno de uma forma aprofundada, mas procurei ao longo de todo o estudo realizar exercícios que potenciassem a melhoria de todas as dificuldades, umas mais do que as outras. Não foi possível realizar uma avaliação final, pois o contacto que tive com o aluno foi pouco e procurei dar mais tempo para as suas exercitações, do que propriamente “perder” 2 ou 3 sessões a realizar as avaliações, de algo pouco exercitado. Mesmo assim, foram verificadas melhorias visíveis no aluno, tanto a nível psicomotor, como a nível escolar, uma vez que o aluno passou de

3 negativas registadas no 2º período, para zero, concluída com a sua aprovação de ano.

4.3.4. Conclusões e sugestões para o futuro:

Em jeito de conclusão, saliento que apesar das poucas horas que passei com o aluno, foi possível melhorar as suas dificuldades iniciais. Assim sendo, foi muita gratificante para mim este estudo/projeto, uma vez que, chegar ao fim e observar que todo um processo realizado contribuiu para a sua aprendizagem, enquanto aluno e cidadão, só me pode deixar orgulhoso e ao mesmo tempo, ciente de que sou capaz de o voltar realizar em escolas do nosso país.

Este projeto, no futuro deverá ser realizado num maior número de vezes, pois só ajudará o aluno a conseguir todas as melhorias relativas às suas dificuldades. Como se pôde constatar, a Psicomotricidade pode desempenhar um papel importante, pois podemos combater as dificuldades de aprendizagem de uma forma mais precoce, o que originará um melhor desempenho da criança, quer no presente, quer no seu futuro.

Na minha opinião, é um projeto viável e perfeitamente possível de ser realizado em muitas das nossas escolas, precisando simplesmente da colaboração dos Professores.

4.3.5. Referências Bibliográficas:

Ajuriaguerra. J. (1988). *A Escrita Infantil – Evolução e Dificuldades*. Porto Alegre:Artes,. p. 301.

Cruz, V. (1999a). *Dificuldades de Aprendizagem – Fundamentos*. Porto Editora - Colecção Educação Especial, Porto.

Fonseca, V. (1984). *Uma Introdução às Dificuldades de Aprendizagem*. Lisboa. Editorial Notícias.

Fonseca, V. (1992). *Manual de Observação Psicomotora - Significação Psiconeurológica dos Factores Psicomotores*. Lisboa: Editorial Notícias.

Fonseca, V. (2001a). *Cognição e Aprendizagem*. Lisboa: Âncora Editora.

Fonseca, Vítor. (2004). *Dificuldades de Aprendizagem – abordagem neuropsicológica e psicopedagógica ao insucesso escolar*. Âncora Editora, Lisboa.

Fonseca, V. (2005). *Dificuldades de Aprendizagem: Na busca de alguns axiomas*. Revista Portuguesa de Pedagogia. Ano 39. nº3. 13-38.

Fonseca, V. (2006). *Desenvolvimento Psicomotor e Aprendizagem*. Âncora Editora.

Furtado, V.Q. (1998) *Relação entre Desempenho Psicomotor e Aprendizagem da Leitura e Escrita*. Dissertação (Mestrado) - Universidade Estadual de Campinas - Faculdade de Educação, Campinas.

Nielsen, L. (1999). *Necessidades Educativas Especiais - Um guia para professores*. Porto: Porto Editora.

5. Conclusões e Perspetivas Futuras

5. Conclusões e Perspetivas Futuras

Numa retrospectiva a todo o trabalho desenvolvido ao longo deste ano letivo faço uma analogia com o escalar de uma montanha. No início da caminhada partimos com receios, medos, mas, simultaneamente, com uma enorme ansiedade. Percorrendo quilómetros após a partida, o cansaço começa a apoderar-se de nós, no entanto, o prazer e o gosto é tanto que nem olhámos para trás, e só caminhamos para alcançar um objetivo, o cume da montanha. Cumprido com o tão almejado objetivo, o corpo é invadido por inúmeras sensações de alegria, orgulho e dever cumprido que nos fazem esquecer, por momentos todas as dificuldades e adversidades vividas ao longo desta subida, onde o desejo de repetir a experiência vezes sem conta é vivido.

Com a realização deste Estágio Pedagógico pude tomar consciencialização da importância do planeamento e reflexão sobre a prática de ensino, de modo a tornar a minha intervenção como professor mais eficaz. Ao dedicar mais tempo à planificação das aulas e consequentemente a refletir sobre as metodologias utilizadas, conseguimos melhorar a qualidade das mesmas, e simultaneamente, o processo de ensino aprendizagem. É através desta prática reflexiva que o professor consegue colocar em confronto os seus conhecimentos e conceções de ensino. Repare-se que o professor ao refletir após cada momento de ensino está conjuntamente a analisar o que foi realizado e o que poderá modificar para melhorar, o que faz com que a par da reflexão, o professor esteja também a iniciar a planificação da aula seguinte, criando-se um género de ciclo.

Ser professor, ao contrário do que se possa pensar, é uma profissão bastante complexa, pois somos confrontados com uma turma constituída por alunos bastante heterogéneos, onde o nosso objetivo é trabalhar para o sucesso de todos, de acordo com os programas e as normas da escola. Devido a esta heterogeneidade, o papel do professor é dificultado, uma vez que cada aluno tem o seu ritmo e facilidade de aprendizagem. Este ano, tomei verdadeiramente consciência do quão complexo é ser professor. Percebi que

em diferentes momentos é necessário interagir com os alunos de formas diferentes, até mesmo para alunos distintos. A motivação de uns por vezes não se verifica nos outros. Por isso, para que o professor mantenha sempre os índices motivacionais elevados é necessário sensibilidade e constantes readaptações ao meio.

Assim, verifico que muitas vezes o que faz os professores alcançarem melhores resultados nos seus alunos traduz-se no instinto que eles possuem para atuarem em determinado momento. Não quero dizer que tudo se resume ao instinto, mas este aleado à formação académica, à nossa capacidade querer evoluir pode realmente fazer a diferença. O facto de em determinada altura, o instinto do professor o levar para uma atitude acertada, pode fazer com que este consiga captar ou não a atenção da sua turma.

Encarei este Estágio como um ano, não só de término do meu percurso académico, mas também como um ano de aprendizagem, em que cada erro cometido era um degrau a ultrapassar, de forma a subir nesta caminhada. Penso que, só assim, se consegue formar grandes professores, pois se não errarmos e se não tomarmos consciência dos mesmos, não conseguimos evoluir.

Relativamente ao futuro, espero sinceramente que este ano transato seja o início de uma carreira auspiciosa. Devido às dificuldades que todos atravessamos, não prevejo que seja um trajeto fácil e rápido, muito pelo contrário. Avizinham-me tempos complicados, principalmente para professores iniciantes. No entanto, este panorama não nos pode deitar abaixo e fazer desistir, temos que levantar a cabeça e continuar a trabalhar, para um dia sermos recompensados por todo o nosso esforço, porque afinal o sonho comanda a vida.

6. Referências Bibliográficas

Ajuriaguerra, J. (1988). *A Escrita Infantil – Evolução e Dificuldades*. Porto Alegre:Artes,. p. 301.

Bento, J. O (1987). *Planeamento e avaliação em Educação Física*. Livro Horizonte.

Bento, J. O. (1995). *O Outro Lado do Desporto: vivências e reflexões pedagógicas*. Porto: Campo das Letras.

Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física* (3ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte, Coleção Cultura Física, Lisboa.

Cruz, V. (1999a). *Dificuldades de Aprendizagem – Fundamentos*. Porto Editora - Coleção Educação Especial, Porto.

Fonseca, V. (1984). *Uma Introdução às Dificuldades de Aprendizagem*. Lisboa. Editorial Notícias.

Fonseca, V. (1992). *Manual de Observação Psicomotora - Significação Psiconeurológica dos Factores Psicomotores*. Lisboa: Editorial Notícias.

Fonseca, V. (2001a). *Cognição e Aprendizagem*. Lisboa: Âncora Editora.

Fonseca, Vítor. (2004). *Dificuldades de Aprendizagem – abordagem neuropsicológica e psicopedagógica ao insucesso escolar*. Âncora Editora, Lisboa.

Fonseca, V. (2005). *Dificuldades de Aprendizagem: Na busca de alguns axiomas*. *Revista Portuguesa de Pedagogia*. Ano 39. nº3. 13-38.

Fonseca, V. (2006). *Desenvolvimento Psicomotor e Aprendizagem*. Âncora Editora.

Furtado, V.Q. (1998) *Relação entre Desempenho Psicomotor e Aprendizagem da Leitura e Escrita*. Dissertação (Mestrado) - Universidade Estadual de Campinas - Faculdade de Educação, Campinas.

Glatthorn, A. (1981). *Orientar...como? Problemas da orientação pedagógica*. Lisboa: Ministério de Educação e Ciência, Gabinete de Estudos e Planeamento.

Gimeno Sacristán, J. (1998). *Compreender e transformar o ensino*. Porto Alegre: ArtMed.

Mato, Z (2009). *Normas Orientadoras do estágio profissional do ciclo de estudos conducentes ao grau de mestre, em ensino de educação nos ensinos básico e secundário*. Porto: Faculdade de Desporto Da Universidade do Porto.

Matos, Z. (2009). *Regulamento da unidade curricular Estágio Profissional do Ciclo de Estudos conducente ao grau de mestre em ensino da Educação Física nos ensinos básico e secundário da FADEUP*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Mesquita, I. (2000). *“A pedagogia do treino. A formação em Jogos Desportivos Coletivos.”* Livros Horizonte, Lisboa.

Nielsen, L. (1999). *Necessidades Educativas Especiais - Um guia para professores*. Porto: Porto Editora.

Sérgio, M. (1994). *Motricidade humana contribuições para um paradigma emergente*. Lisboa: Instituto Piaget.

Silva, T. (2009). *Elementos para a compreensão da reflexão em Situação de Estágio Pedagógico: Estudo de caso de um Estudante-Estagiário de Educação Física*. Porto: Dissertação de mestrado apresentada à faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Schön, D. A. (1987). *Educating the reflective practitioner*. San Francisco.

Schön, D. S. (1992). *Formar professores como profissionais reflexivos*. In A. Nóvoa (Coord), *Os Professores e a sua formação (p.78-91)*. Lisboa: Publicações D. Quixote.

Vickers, J. N. (1990). *Instructional design for teaching physical activities a knowledge structures approach*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Winterstein, P. J. (1995). *A dicotomia teoria/prática na Educação Física*. In: III SEMANA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, III, 1995, São Paulo. Anais. São Paulo: Universidade São Judas Tadeu, 1995. p.38-45.

Zeichner, K. M., & Liston, D. P. (1991). *Teacher education and the social conditions of schooling*. New York: Routledge.

Zeichner, K (1993). *A formação reflexiva de professores: ideias e práticas*. Lisboa: Educa.

7. Anexos

Anexo I – Plano de aula

Professor: Tiago Aguiar		Local: Escola EB 2/3 Pêro Vaz de Caminha		Espaço: Pavilhão
Aula nº: 61 e 62	Sessão nº 4 e 5 de 9	Data: 28/02/2012	Hora: 08h25m	Tempo útil: 80’
Unidade Didática: Futebol		Função Didática: Exercitação		Nº de Alunos: 26
Ano/Turma: 8ºD	Material: Cones, Coletes e bolas.			

Objetivos da Aula:

Exercitar a condução de bola, finta, remate, passe, jogo 3x3 e 5x5.

Promover a assiduidade, pontualidade, cooperação, respeito, disciplina, participação, empenho, motivação e hábitos de higiene (banho).

Parte	Situações de Aprendizagem	Objectivos comportamentais	Componentes críticas	Organização Alunos/Professor	
Inicial	1. Breve conversa com os alunos sobre a aula.	Ouvem com atenção as informações dadas pelo professor.	Quem tiver dúvidas coloca o dedo no ar.	- Os alunos encontram-se sentados no banco. - O professor coloca-se de pé em frente aos alunos.	5' 08h35m
	2. 2 Espaços e 2 níveis distintos. De uma lado, o nível elementar realiza jogo de roubar bola, ou seja, quem tem bola dribla de proteção e condução de bola, quem não tem tenta roubar e ficar com e posse da mesma. Do outro lado, nível introdutório realizam exercício de condução de bola entre cones mais remate.	- Desenvolvem a aptidão cardiorrespiratória - Predispõem o organismo para a prática desportiva - Exercitam o passe, a condução	- “Qualidade de passe” - “Passe com a parte interior do pé”.	Os alunos encontram-se a realizar a atividade em 2 espaços distintos. O Professor coloca-se de forma a visualizar a toda a turma.	10' 08h45
Fundamental	3. Na mesma com a divisão dos 2 níveis: nível introdutório, 2 a 2, realizam passes entre si até junto da baliza e posteriormente remate. No nível elementar realizam situação de jogo 2x1 + GR.	- Exercitam a técnica de passe e remate. - Exercitam o princípio da contenção e progressão.	- “Passar com a parte interior do pé”. - “Acelerar para a baliza.” - “Linhas de passe”. - “Esperar, não entrar de primeira”	Os alunos encontram-se em 2 espaços distintos. O Professor circula pelos 2 espaços.	15' 09h00m
	4. Jogo Futebol - Em 3 campos reduzidos jogo Futebol 3x3. - Os elementos de ambas as equipas que aguardam a entrada realizam aptidão física.	- Aplicam os conhecimentos de Futebol. - Cooperam com os elementos da sua equipa.	- “Criar linhas de passe”. - “Marcar golo”. - “Tirar a bola ao adversário”.	Os alunos realizam a atividade no pavilhão e o professor circula pelo espaço visualizando todos os alunos. Os elementos que se encontram fora trocam ao fim de 1 minuto.	20' 09h20m

Final	5. Jogo Futebol 5x5. Em espaço regulamentar de jogo (campo todo), os alunos realizam jogo formal 5x5, aplicando todos os conteúdos até aqui desenvolvidos. - Os elementos de ambas as equipas que aguardam a entrada realizam aptidão física.	- Aplicam os conhecimentos de Futebol. - Cooperam com os elementos da sua equipa.	- “Criar linhas de passe”. - “Marcar golo”. - “Tirar a bola ao adversário”.	Os alunos realizam a atividade no pavilhão, no espaço regulamentar de jogo. O Professor encontra-se fora do espaço a visualizar os alunos dentro e fora do espaço de jogo. Ao fim de 5’ saem as 2 equipas e entram as 2 que se encontram a realizar a atividade de aptidão física.	20’ 09h40m
	4. Retorno à calma; - Breve conversa com os alunos acerca da aula.	- Esclarecem todas as dúvidas que eventualmente tenham surgido durante a aula; - Ouvem com atenção as informações dadas pelo professor.	- Manter-se em silêncio enquanto o professor fala;	- Os alunos encontram-se dispostos à frente do professor (este que se encontra de pé).	5’ 09h45m
	Banho	Adquirirem hábitos de higiene.			10’ 09h55m

Anexo II – Unidade didática de Badminton

CONTEÚDOS			AULAS		1	2	3	4	5	6	7	8
Ataque	Técnica	Posição Base		I/E	E	E	C	C	C	C	C	A
		Pega		I/E	E	E	C	C	C	C	C	A
		Serviço longo			I/E	E	E	C	C	C	C	A
		Clear		I/E	E	E	E	C	C	C	C	A
		Lob		I/E	E	E	E	C	C	C	C	A
		Amorti					I/E	E	E	E	E	A
		Remate					I/E	E	E	E	E	A
	Tática	Posicionamento em campo		I/E	E	E	E	E	E	C	C	A
		Deslocamentos			I/E	E	E	E	E	C	C	A
				1	2	3	4	5	6	7	8	
CONDIÇÃO FÍSICA	CAPAC. CONDICIONAIS	Força	Agachamentos	2x10					2x15			
			Superior (flexões do MS)						2x12			
	CAPAC. COORDENATIVAS	Reação		Situações de Aprendizagem da aula								
		Orientação Espacial		Situações de Aprendizagem da aula								
CULTURA DESPORTIVA	GERAL	- Orientações metodológicas do treino das capacidades motoras relacionadas com a saúde		Situações de Aprendizagem da aula								
	ESPECÍFICAS	- História da Modalidade		Situações de Aprendizagem da aula								
		- Regulamento		À medida que se introduzem novos conteúdos								
		- Aspetos Técnico-Táticos		Situações de Aprendizagem da aula								
		- Terminologia Específica		À medida que se introduzem novos conteúdos								
CONCEITOS PSICOSSOCIAIS		Autonomia, Respeito, Empenho, Cooperação, Superação, Aceitação das decisões, Cordialidade		Ao longo de todas as aulas								

Anexo III – Ficha de caracterização dos alunos

Questionário

Nome: _____

Turma: _____

Data de nascimento: __/__/____

Número Agregado Familiar? Quem são?	
Tens Irmãos?	Quantos?
Profissão Pai:	
Profissão Mãe:	
Já reprovaste?	Em que ano(s)?
Disciplinas preferidas:	
Disciplinas não preferidas:	
Gostas de Desporto? Justifica	
Praticas desporto federado?	Qual?
Que profissão gostarias de seguir?	
Quantas refeições fazes?	Quais?
Já tiveste alguma doença grave?	Qual?
Modalidades preferidas:	
Modalidades em que sentes maior dificuldade:	
Como ocupas os tempos livres?	
Quais os aspectos que mais aprecias num Professor de Educação Física?	
Quais os aspectos que menos aprecias num Professor de Educação Física?	

Anexo IV – Teste sumativo

Teste sumativo

NOME:
NÚMERO:
ANO/TURMA: 8ºD
DATA: 13/03/2012

CLASSIFICAÇÃO:

O teste é composto por 6 perguntas de desenvolvimento. A sua duração é de 25 minutos.

1 – Referindo-te ao futebol, diga a importância do jogo 3x3. As suas vantagens na progressão para o jogo formal 5x5.

2 – No jogo de Futebol, o que deves fazer em processo ofensivo e defensivo?

3 – Indica e explica os batimentos realizados acima da cabeça, que aprendes-te em Badminton.

4 – Indica e explica os batimentos realizados abaixo da cintura, que aprendes-te em Badminton

XXIV

[illegible]

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.