U.PORTO

FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO

Gerir personalidades e estratégias de ensino

Relatório de Estágio Profissional

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 nº43/2007 de 22 de fevereiro.

Orientador: Professora Doutora Zélia Matos

Ana Rita da Conceição Ferreira

Porto, julho de 2013

Ficha de Catalogação

Ferreira, A. (2013). *Gerir personalidades e estratégias de ensino: Relatório de Estágio Profissional*. Porto: A. Ferreira. Dissertação apresentada 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 nº43/2007 de 22 de fevereiro.

Palavras-Chave: EDUCAÇÃO FÍSICA; ESTÁGIO PROFISSIONAL; BULLYING, GESTÃO DO ENSINO, OBJETIVOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA.

Agradecimentos

Agradeço a todos aqueles que me ajudaram e incentivaram nesta longa caminhada, em particular:

- À professora orientadora Zélia Matos, pelo seu vasto conhecimento que foi transmitindo ao longo de todas as reuniões, pela força e encorajamento;

- À professora cooperante Manuela Machado, pelo apoio, por todos os seus conhecimentos pedagógicos, que me orientaram para desempenhar as minhas funções da melhor forma possível;

- Ao professor José Soares, pela sua boa disposição, e com aquele sorriso de orelha a orelha assim também ajudou a passar alguns dos momentos do estágio;

- Aos professores de Educação Física da Escola Secundária D. Dinis, pelo carinho e pela disponibilidade que desde sempre demonstraram;

- Ao Sr. Dias e à D. Adelaide que foram como uns “pais” na escola e foram um ombro amigo, ajudando também a ultrapassar alguns dos momentos mais difíceis e menos bons pelos quais fui passando na escola;

- Aos meus amigos da “Casa do Pasto Quinta da Capela” e à dona, pela paciência de me terem aturado desde o início;

- Aos meus colegas de estágio que me ajudaram, e juntamente com eles, ultrapassei mais uma fase da minha vida;

- Às minhas amigas Diana Godinho, Ana Rita Gonçalves, Sílvia Azevedo, à minha madrinha “emprestada” Elsa Silva e também à minha ama Maria Helena Fernandes, pois elas sempre acreditaram em mim e nas minhas capacidades e foram incansáveis dizendo-me que eu era capaz, e ajudaram-me sempre que necessário, quanto mais não fosse com algumas palavras de consolo e muito carinho;

- À Sónia Pinheiro um especial obrigada, pois este mestrado sem a companhia e força dela não seria a mesma coisa, agradeço por todas as palavras e pela ajuda prestada nos momentos menos bons, que muitos deles foram passados ao lado dela;

- Aos meus pais pelo apoio e dedicação, e por todo o esforço que fizeram para conseguir suportar os custos para acabar minha formação, a eles devo-lhes tudo;

- À minha irmã, ao meu cunhado e a minha sobrinha que também foram um pilar e um porto seguro, ajudando-me nos momentos mais difíceis

- Ao Márcio que me aturou nos dias menos bons e sempre teve uma palavra de apreço para que não deixa-se ir em vão todo o meu esforço;

Índice

Agradecimentos III

Resumo IX

Abstract XI

Abreviaturas XIII

1. INTRODUÇÃO 1

2. DIMENSÃO PESSOAL 7

2.1. Enquadramento Biográfico 9

2.2. Expectativas em relação ao Estágio Profissional 11

2.2.1. Objetivos 12

2.3. Entendimento do Estágio Profissional 13

2.4. Confronto com a Prática 14

2.4.1. O início de um longo percurso 15

3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL 17

3.1. Enquadramento Legal e Institucional 19

3.2. Enquadramento Conceptual 20

3.2.1. A Educação 20

3.2.2. A Educação Física na Escola 22

3.2.3. Ser Professor 24

3.2.4. Professor Reflexivo 26

3.3. Enquadramento Funcional 28

3.3.1. A Escola 28

3.3.2. Secundária D. Dinis – Santo Tirso 29

3.3.3. A Turma do 11º D e Relação com os Alunos 31

3.3.4. Os Núcleos de Estágio 34

4. REALIZAÇÃO DA PRÁTICA PROFISSIONAL 37

4.1. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem 39
4.1.1. Conceção e Planeamento 39
4.1.1.1. Anual 42
4.1.1.2. Unidade Temática 44
4.1.1.3. Plano de Aula 47
4.1.2. Realização 49
4.1.2.1. "Provocações" entre alunos e Formação de Grupos 52
4.1.2.2. Gestão do tempo de aula, material e dos conteúdos 57
4.1.3. Avaliação 58
4.2. Área 2 e 3 – Participação na Escola e Relações com a Comunidade 62
4.2.1. Atividades do Processo de Estágio 62
4.2.1.1. O Papel do Diretor de Turma 62
4.2.1.2. O Desporto Escolar 65
4.2.1.3. Workshop "As dificuldades de aprendizagem e o sucesso educativo" 67
4.2.1.4. Testes de Fitnesgram para os docentes 68
4.2.1.5. 3º Congresso Internacional sobre Saúde e Desporto – Programa Santo tirso comVida 68
4.2.1.6. Ação de Formação Primeiros Socorros em Meio Escolar 69
4.2.1.7. "D. DINIS ATIVO" 70
4.3. Área 4 – Estudo 74
4.3.1. Projeto Colaborativo de Investigação 74
4.3.1.1. Introdução 74
4.3.1.2. Revisão da Literatura 77
a) Análise dos Programas de Educação Física 77
Preâmbulo 77

Articulação do Programa de Educação Física 78
Conceção de Educação 80
Finalidades da Educação Física 81
Conceção de Educação Física 82
Objetivos da Educação Física 83
b) Interpretar o modo como o programa está estruturado, tomando como referência os modelos curriculares de Jewett e Bain (1985) 85
4.3.1.3. Material e Métodos 88
4.3.1.4. Conclusão 89
4.3.1.5. Bibliografia 90
5. CONCLUSÕES E PERSPETIVAS PARA FUTURO 91
6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS 95
ANEXOS XV
ANEXO 1: Mapa de Distribuição de Matérias 2012/2013 XVII
ANEXO 2: Plano Anual XIX
ANEXO 3: Unidade Temática de Basquetebol XXI
ANEXO 4: Plano de aula de Basquetebol XXV
ANEXO 5: Cartaz, Diploma e Credenciais “D. DINIS ATIVO” XXVII

Resumo

O presente documento tem o propósito de apresentar e descrever o processo de ensino-aprendizagem vivenciado durante o ano de Estágio Profissional, no 2º ano, do 2º ciclo de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, realizado na Escola Secundária D. Dinis.

Sendo este documento de caráter pessoal, este procura descrever todo o meu percurso através de uma perspetiva biográfica, estando este dividido em cinco partes.

Desta forma e tentando realçar todo o meu procedimento, irei contextualizar a minha prática pedagógica, tendo em consideração as minhas ambições, manifestando todas as minhas dificuldades vividas ao longo deste percurso de formação.

O primeiro ponto deste relatório começa por caracterizar e estruturar de um modo geral do estágio profissional e a elaboração deste mesmo documento. No segundo ponto segue-se uma breve apresentação e discrição biográfica, onde serão descritas algumas das expectativas, e o choque inicial relativamente ao Estágio Profissional. Posteriormente, é feito um enquadramento da prática profissional, sendo este ponto essencial e fundamental na preparação de todo este processo. Realçando no quarto ponto a realização da prática profissional, em que são feitos registos acerca da organização e gestão do processo de ensino e aprendizagem, a participação na escola e relações com a comunidade e o desenvolvimento profissional, que apresenta um projeto de investigação.

No quinto e último ponto é feita uma conclusão final, em que irei exprimir as minhas perspetivas para futuro.

Palavras-Chave: EDUCAÇÃO FÍSICA; ESTÁGIO PROFISSIONAL; BULLYING, GESTÃO DO ENSINO, OBJETIVOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA.

Abstract

This present document aims to present and describe the process of teaching and learning experienced during Professional Internship in the 2nd year, the 2nd cycle of Teaching Physical Education in Primary and Secondary Education, in the Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, conducted in the Escola Secundária D. Dinis.

This document has a personal character and attempts to describe all my path through a biographic perspective, which itself is divided into five sections.

This way and trying to highlight all my procedure, I will contextualize my teaching practice, taking account of my ambitions, expressing all my difficulties experienced throughout this training course.

The first section of this report begins by characterizing and structuring in general the professional internship and preparation of this very document.

In the second section follows a brief biographical description and presentation, which will be described in some of the expectations, and also the inicial shock regarding the Professional Internship. Afterwards, a framework is made of the professional practice, this being an essential and crucial point in the preparation of this entire process. Highlighting in the fourth point the realization of the professional practice, where records are made about the organization and management of the teaching and learning process, the participation in school and the relationships with the community and the professional development, which presents an investigation project.

In the fifth and final section is made a final conclusion, where I will express my prospects for the future.

Keywords: PHYSICAL EDUCATION, PROFESSIONAL INTERNSHIP, BULLYING, TEACHING MANAGEMENT, PHYSICAL EDUCATION OBJECTIVES.

Abreviaturas

EP- Estágio Profissional

FADEUP- Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

UP – Universidade do Porto

ISMAI – Instituto Superior da Maia

ESDD – Escola Secundária D. Dinis

GCST – Ginásio Clube de Santo Tirso

MEC – Modelo de Estrutura do Conhecimento

UT – Unidade Temática

1. INTRODUÇÃO

No contexto específico de formação de professor de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, o Estudante Estagiário assume a responsabilidade pela docência de uma turma, numa determinada escola, vivenciando assim situações reais de trabalho como docente no Estágio Profissional (EP).

O EP é um percurso que procura enquadrar o passado, tendo em vista o presente (realização) e perspetivar o futuro. Neste sentido o estágio tem em conta quais as perspetivas antes e após o mesmo. *"*O Estágio Profissional é um projeto de formação do estudante com a integração do conhecimento teórico e prático necessário ao professor, contextualizando o conhecimento no campo escolar. O projeto de formação tem como objetivo a formação inicial do professor, promotor de um ensino de qualidade, para que tal aconteça é importante que o professor seja reflexivo, analise, reflita e saiba justificar o que faz em concordância com as regras e funções do docente as quais se destacam as funções letivas, de organização, avaliação, realização, gestão, investigativas e de cooperação.*"* (Matos, 2012)

O EP pretende integrar o estudante estagiário na vida profissional de uma forma progressiva e orientada, para tal contamos com professores experientes que nos orientam e nos guiam durante todo este processo de ensino aprendizagem. Desta forma desenvolvemos competências profissionais, com o intuito de superar os desafios e exigências da profissão através do um "modelo reflexivo", refletindo sobre todas as nossas ações.

Assim sendo o EP é o momento único e fundamental, para que o Estudante Estagiário encare a profissão de docente, mas para tal a constante reflexão, a opinião e a aquisição de saberes são uma constante durante todo o processo, para que haja uma evolução. São grandes os desafios que um docente enfrenta, mas este deve manter-se atualizado e desenvolver práticas pedagógicas adequadas, sendo estes os pontos fundamentais para desenvolver uma boa e eficiente prática pedagógica.

Com elaboração deste relatório pretendo descrever a multiplicidade de experiências marcantes e mais importantes vividas ao longo de todo este ano letivo, contribuindo o estágio para a construção da minha identidade profissional, estando de acordo com o que o “ser Professor” exige. Visto que este relatório é um documento pessoal e único, e a sua composição debruçou-se nas ações, nas reflexões, nas tomadas de decisão, tendo como “documento base” o Projeto de Formação Inicial, que foi elaborado no início do EP, o Diário de Bordo onde foram registados todos os momentos do EP e todas as reflexões que contribuíram e ajudaram para melhorar o meu desenvolvimento pessoal neste processo.

Sendo o Relatório de Estágio um documento único e pessoal, por relatar vivências e experiências, este será dividido em cinco partes essenciais, que de certa forma explicará todo o meu processo de formação, ao longo deste ano letivo.

Na primeira parte faço uma referência ao enquadramento conceptual do estágio no contexto de formação inicial, à caraterização geral e os respetivos objetivos, à finalidade e processo de realização do relatório e à estrutura do mesmo.

A segunda parte refere-se à dimensão pessoal, onde faço uma reflexão autobiográfica, relatando também quais as minhas expetativas iniciais e qual o impacto no contexto de estágio.

A terceira parte faz referência ao enquadramento da prática profissional, onde faço uma caraterização do contexto de estágio, a escola (face à dimensão da escola como é que esta funciona), os alunos, o meio envolvente, as condições materiais, fazendo também referência ao contexto de natureza funcional, legal e institucional.

A quarta parte discorre sobre a realização da prática profissional ao longo deste ano letivo, em que ilustro todo o meu processo, como este foi feito, quais as minhas vivências, relatando os meus pensamentos. Esta parte será subdividida pelas 4 áreas de desempenho, em que reflito sobre todo o meu

processo, tendo em conta os problemas, as dificuldades, as atividades e todo o trabalho desenvolvido neste ano de Estágio. Nesta parte será incluído o estudo de Investigação, que tem como temática os Objetivos da Educação Física.

Para terminar, na quinta parte faço uma conclusão final (um fecho de todo este processo de estágio), ressalvando as conclusões e quais as perspetivas para o futuro.

2. DIMENSÃO PESSOAL

No presente capítulo irei descrever um pouco sobre mim, desde o início do meu percurso de vida até aos dias de hoje, ao gosto pelas atividades desportivas que desde sempre se manifestou e com que sempre tive contacto. Também serão retratadas as minhas expectativas iniciais relativamente ao Estágio Profissional, assim como o entendimento acerca do mesmo e as dificuldades sentidas no confronto com a prática, e ao longo de todo o processo de estágio.

O Estágio Profissional é algo que marca a vida do Estudante-Estagiário, sendo importante perceber o porquê de persistir nesta caminhada académica de longos anos, com o objetivo de Ser Professor.

2.1. Enquadramento Biográfico

Falando de mim e do meu percurso de vida, sou a Ana Rita da Conceição Ferreira, nasci a 13 de Dezembro de 1987, em Portugal, mais propriamente na cidade do Porto. Vivo com os meus pais, sendo a minha relação familiar mais chegada, o meu suporte e a base do meu percurso de vida, na caminhada até ao ser humano que sou atualmente.

O gosto pela prática do desporto, iniciou-se desde muito cedo. Aos 4 anos de idade, iniciei a minha atividade desportiva na Ginástica Rítmica no Ginásio Clube de Santo Tirso, nesta modalidade as experiências vividas foram muito importantes para o meu crescimento e desenvolvimento pessoal. Pois foi a partir desta modalidade que comecei a ter contacto com o desporto, começando desde então o meu gosto pela prática desportiva. Contudo há sempre um fim, e aos 8 anos tive de sair da Ginástica e passei a fazer parte das atividades extracurriculares no Colégio das Teresianas em Santo Tirso, fazendo aeróbica, e ao mesmo tempo, frequentando uma escola de música para aprender a tocar órgão e flauta, sendo esta muito próxima do colégio onde estudava.

Quando passei para o 3º ciclo pedi aos meus pais que me mudassem de escola. E desta forma, fui transferida para a Escola Secundária D. Dinis (ESDD), também esta localizada na cidade de Santo Tirso, a escola onde estagiei durante este ano. Após a minha saída do colégio, inscrevi-me no Ginásio Clube de Santo Tirso (GCST), para frequentar aulas de Hip-Hop, e na escola inscrevi-me no Desporto Escolar, no Futsal, e mais tarde inscrevi-me na Natação. Nestas duas modalidades a escola teve sempre bons resultados, e em ambas as modalidades consegui medalhas. Em 2004 experimentei na ESDD a modalidade de Capoeira, que era uma atividade extracurricular, desde então permaneço nessa modalidade e já lá vão 9 anos, obtendo neste momento a 8ª graduação, sendo esta de Monitora.

Relativamente à minha licenciatura, concorri para todas as faculdades públicas, incluindo a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP), que sempre foi o meu sonho e meu desejo tirar o curso nessa mesma faculdade, mas a média assim não o permitiu. Então realizei a minha licenciatura no Instituto Superior da Maia (ISMAI) em 3 anos.

Esta foi uma fase completamente diferente para mim, mas que me fez crescer enquanto pessoa, pois durante os 3 anos de licenciatura passei por algumas situações que me fizeram ver que a vida tem valor e só através do esforço e dedicação conseguimos alcançar os nossos objetivos. Um dos meus sonhos sempre foi tirar o curso de Educação Física, e este começou a tornar-se realidade a partir do momento que entrei no ISMAI, mas como esta é uma instituição privada todos os meses teria um custo, custo esse que foi muito complicado de suportar ao longo dos 3 anos, pois a meio da licenciatura os meus pais ficaram desempregados, e com os encargos da casa mais os meus estudos foi muito complicado. Esta situação fez-me pensar, e repensar por várias vezes na vida e na desistência do meu sonho, mas como tenho uma família magnífica, com um esforço feito entre todos, tudo foi possível e passível de se concretizar.

Após os 3 anos da licenciatura decidi integrar-me no Mestrado, mas tinha o intuito de o fazer na FADEUP, e com prazer consegui entrar na

FADEUP onde fiz novas amizades, e conheci excelentes professores, onde irei acabar o meu percurso académico.

A conclusão deste percurso académico é o meu grande sonho, a minha vontade de o concluir foi mais forte, sendo a minha força e a ajuda vinda dos meus pais os grandes impulsionadores para conseguir prosseguir e concluir este mesmo percurso. No meu entender o EP tornou-se uma fase mais importante e com mais significado para mim, depois de ter passado por todas as dificuldades na licenciatura.

2.2. Expectativas em relação ao Estágio Profissional

O estágio é um processo de aprendizagem fundamental para um profissional da educação (docente) que deseja estar preparado para enfrentar os desafios de uma carreira, conhecendo a realidade que poderá encontrar no seu dia-a-dia, tendo em vista a melhoria do conhecimento, e da qualidade de ensino. No processo de estágio aparece a oportunidade do confronto real com a prática, assimilando assim a teoria e a prática, aprendendo as particularidades da profissão, a partir do confronto com a realidade e não só a partir do conhecimento documental.

Inicialmente não sabia o que me esperava para este ano, relativamente aos alunos, pois a minha principal preocupação era muito concreta e parcelar: a possível indisciplina dos alunos, tendo receio de não saber como a ultrapassar.

Mas acima de tudo neste ano de Estágio contava com muito trabalho e estava disponível para uma completa dedicação, para conseguir superar as minhas dificuldades para cumprir com as minhas expectativas.

Em relação à escola em que fiquei colocada ESDD, fiquei contente, pois foi nesta que realizei grande parte da minha escolaridade, esta já não me era estranha. Se bem que após alguns anos de ter saído da mesma para continuar a minha formação esta sofreu algumas alterações a nível dos espaços, tal

como o pavilhão de ginástica e alguns dos blocos onde eram lecionadas as aulas, estas alterações foram feitas no sentido da melhoria da qualidade de ensino, dando mais oportunidades de prática aos alunos, com melhores condições de ensino. Apesar de já ter algum conhecimento sobre a escola, desconhecia do ponto de vista do professor. Relativamente ao ponto de vista que eu tinha enquanto aluna, era que frequentava a escola para prosseguir com a formação e evoluir com os níveis de conhecimento. Enquanto aluna o meu ponto de vista em relação ao professor, era que este só preparava as aulas no sentido do desenvolvimento do aluno.

Cedo verifiquei que o professor não prepara só as aulas, este também se preocupa com o desenvolvimento pessoal e social do aluno, tendo como perspetiva a formação futura do mesmo, preocupando-se com todos os conceitos psicossociais existentes para esse desenvolvimento.

2.2.1. Objetivos

Os meus objetivos relativamente ao estágio passavam por corresponder ao que me era exigido, e desta forma aproveitar ao máximo o EP para melhorar a minha formação como professora e estabelecer uma base sólida do meu desenvolvimento profissional.

Para tal tive como tarefas:

1- Tarefa letiva - preparar as minhas aulas, tendo em conta a minha formação e a aprendizagem dos alunos;
2- Tarefa de colaboração - participar e envolver-me com a comunidade escolar, realizando atividades, participando, ajudando e interagindo com professores de outras áreas.

Existem várias correntes da educação física baseadas na educação (em que o seu campo de ação é a escola), na saúde (considerando que a educação física é um agente promotor da saúde, prevenindo doenças e melhorando a forma física, consequentemente a saúde dos indivíduos), no lazer (ligação

entre o sujeito e o meio) e na expressão corporal (relação entre a música e a dança).

Neste aspeto a educação física é um agente promotor da saúde, melhorando beneficamente vários aspetos relacionados não só com a saúde mas também com a sociedade e com a comunidade envolvente.

Ao longo deste ano a preparação das minhas aulas foi sempre direcionada para uma melhor aprendizagem dos alunos, e um maior envolvimento dos mesmos nas aulas de Educação Física. A Educação Física é uma disciplina que promove o controlo e preservação da saúde e do corpo, estando também relacionado com a mente, podendo esta ser vista como uma atividade educativa, recreativa e social.

Relativamente ao envolvimento da escola, este foi marcado pela afetividade, bom relacionamento, e um bom clima, sendo que falava inúmeras vezes com dois dos funcionários sobre os meus medos e anseios, tendo sempre estes algumas palavras de consolo e de descontração para comigo. De facto no início do ano não conhecia a professora cooperante, mas esta desde sempre incentivou e ajudou ao longo de todo o processo, havendo uma boa interação, comunicação e confiança, sendo ela a base de todo este processo, implementando em mim desde sempre o trabalho.

2.3. Entendimento do Estágio Profissional

Pimenta e Gonçalves (1990) consideram que a finalidade do estágio é a de propiciar ao aluno uma aproximação à realidade na qual atuará.

Para mim o estágio profissional foi uma fase de adaptação para a nossa formação e futura profissão, sendo um processo extremamente importante na minha formação como professora, este também me permitiu desenvolver uma boa capacidade de observação e espírito reflexivo.

O meu objetivo durante o estágio foi desenvolver competências para ser capaz de ensinar os alunos, para que estes adquirissem conhecimentos e conteúdos nas matérias escolares, preparando-os também para enfrentar a sociedade atual.

De forma geral este foi um processo e um ano trabalhoso, mas com uma recompensa, de que os alunos saíssem mais preparados e mais sabedores das matérias escolares, saindo com atitudes diferentes, mais destacadas, mais positivas daquelas com que iniciaram o ano letivo.

2.4. Confronto com a Prática

O confronto com a prática aparece aquando da integração do estudante estagiário no EP. Ao longo de muitos anos o meu papel foi de aluna, e este ano passei para o lado oposto, em que o papel de professora exige atividades diferenciadas, incluindo mais tarefas e funções a serem desempenhadas do que aquelas que eu pensava que um professor desempenhava.

É a partir deste momento que são usados todos os conhecimentos teóricos que foram adquiridos ao longo dos quatro anos de formação, adaptando-os às situações reais da prática. Pois nem sempre o que aprendemos na teoria se repercute na prática, pois os alunos têm diferentes personalidades e feitios, exigindo mais competência por parte do professor, este tem o “poder” de decisão, aplicando e adaptando a melhor situação, de acordo com a realidade com que se defronta, ou seja, o professor transforma a matéria de acordo com as necessidades dos alunos, para que estes a compreendam.

A tomada de consciência entre a diferença dos alunos é uma “surpresa”, pois apesar de serem todos alunos, cada um é uma pessoa singular, tendo necessidades diferentes precisando de um enfoque e de um procedimento diferente, indo ao encontro das suas necessidades. Enquanto aluna o meu pensamento era de que todos eram iguais e que os procedimentos deveriam

ser iguais para todos, e só agora após 4 anos de formação específica é que tomo consciência de que nem tudo é igual, necessitando de tratamentos diferentes.

A minha preconceção relativamente ao funcionamento do docente e da escola foi-se modificando, de acordo com as vivências e dos conhecimentos obtidos através de toda a formação. A partir do momento em que comecei a lecionar as aulas e a planificar todo o processo de ensino e aprendizagem, comecei a perceber que o funcionamento do docente não se resumia particularmente à preparação das aulas individualmente, mas este teria de pensar nestas como um todo e como um percurso contínuo.

2.4.1. O início de um longo percurso

O primeiro impacto no confronto com a prática foi um desafio que há muito tempo esperava. Esta foi uma nova experiência, que me apresentou novos obstáculos, que ao longo do ano fui tentando ultrapassar. No registo de fidelidade a mim mesma: afinal ser professora foi um desejo de há muitos anos e o percurso para chegar ao EP foi difícil, até do ponto de vista das condições materiais, como já referi.

Conforme as dificuldades foram surgindo, a capacidade e necessidade de reflexão foi-se manifestando, levando-me a olhar a prática com “outros olhos”, criando-me mais observadora e crítica relativamente às situações que iriam surgindo. Foi através da reflexão, e da conversa com a professora cooperante que muitas das dificuldades foram transpostas, visando sempre a melhoria do ensino.

Neste sentido a prática é essencial e necessária para um melhor desenvolvimento do “ser Professor”, pois é através das dificuldades, que posteriormente são pensadas e refletidas, que surge o pensamento crítico e reflexivo, e a capacidade de querer mais, crescendo como docente, oferecendo aos alunos um ensino de qualidade.

Segundo Cordeiro V. (2010 p.66) “A formação do professor deve fundamentar-se na conceção de um professor que repense constantemente sua prática docente. Desta forma, siga estabelecendo um processo dinâmico que possa romper a dicotomia teoria-prática articulando o processo educativo com a realidade social.”

Nos tempos atuais a escola é a maior responsável pela educação e formação de um indivíduo, sendo que o professor é a pessoa intermediária para que tal aconteça. Por esse motivo, o professor deve atualizar os seus conhecimentos para quando os transmitir que o faça com mais segurança, dando qualidade aos seus métodos de ensino.

3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

3.1. Enquadramento Legal e Institucional

Com a entrada em vigor do processo de Bolonha, foram verificadas várias alterações/modificações no plano de estudos dos cursos superiores. Para a qualificação de docente, é necessário obter o grau de Mestre, para lecionar os 2º, 3º ciclos e ensino secundário, sem esse grau só será permitido o ensino no 1º ciclo do ensino básico.

A estrutura e funcionamento do Estágio Profissional tem em consideração os princípios decorrentes das orientações legais nomeadamente as constantes do Decreto-lei nº 74/2006 de 24 de março e o Decreto-lei nº 43/2007 de 22 de fevereiro e têm em conta o Regulamento Geral dos segundos Ciclos da UP, o Regulamento geral dos segundos ciclos da FADEUP e o Regulamento do Curso de Mestrado em Ensino de Educação Física.

É de salientar que o primeiro ano do Mestrado foi direcionado para o EP e para as várias atividades do docente, preparando-nos este para o verdadeiro desafio que é o EP.

O EP constitui-se atualmente como uma unidade curricular que está inserida no plano de estudos do Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, este funciona no segundo ano do Mestrado (terceiro e quarto semestre). Este ano está predominantemente destinado para a prática de ensino supervisionado, onde cada estudante estagiário tem uma turma pela qual é responsável, mas também tem um Professor(a) Cooperante que está responsável por supervisionar e orientar todo o percurso do estudante estagiário, ao longo de todo o ano de estágio.

Na prática o EP visa integrar o estudante estagiário na prática real do ensino, entendendo quais as funções do professor. O estágio permite e ajuda a formar o professor, munindo-o de capacidades de promoção de um ensino mais eficaz, através das suas reflexões, justificando as suas opções de acordo com os critérios profissionais e de ensino. Desta forma o professor tem uma multiplicidade de papéis que permite um constante confronto entre a prática e a teoria. As competências profissionais reportam-se ao Perfil Geral de

Desempenho do Educador e do Professor (Decreto-lei nº 240/2001 de 17 de agosto) e organizam-se nas seguintes áreas de desempenho:

I. Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem
II. Participação na Escola
III. Relações com a comunidade
IV. Desenvolvimento profissional

3.2. Enquadramento Conceptual

Neste capítulo irei fazer um enquadramento concetual, focando a minha função enquanto professora, ao longo deste ano letivo que foi vivido ao máximo vivenciando momento únicos e novos. De uma forma aprofundada, irei fazer referência sobre o que é "Ser Professor" com base em algumas fontes, tendo em conta a reflexão e a sua importância enquanto docente.

3.2.1. A Educação

As condições gerais de educação demonstram qual o tipo de sociedade, o sistema educativo que prevalece, os programas gerais e particulares, os métodos pedagógicos, a arquitetura da escola, o recrutamento e formação dos professores.

Segundo Jacques Delors (1996) "A educação deve transmitir cada vez mais saberes, adaptados à civilização cognitiva, pois estes são as bases das competências do futuro." Definitivamente não basta só que cada um acumule determinada quantidade de conhecimentos no começo de vida e que possa abastecer-se indefinidamente, porque a educação está sempre em constantes alterações, e o saber aumenta a cada momento da vida, deve então aproveitar-se para explorar a vida, e em todas as ocasiões atualizar, aprofundar e enriquecer os conhecimentos adaptando-os à sociedade e a um mundo de mudança.

Segundo Bento (1995, p.121) “a educação é um fenómeno fundamental do homem. É uma ajuda para o fundar como sujeito e como pessoa, para construir a sua autonomia baseada no entendimento de si próprio, dos outros e do mundo”. Assim sendo a educação é parte integrante do ser humano, sendo ela a responsável pela personalidade do cidadão.

Para poder dar resposta às suas funções, a educação deve organizar-se em quatro aprendizagens que ao longo de toda a vida serão vistas pelo indivíduo como pilares do conhecimento, sendo eles: *aprender a conhecer*, *aprender a fazer*, *aprender a viver juntos* e *aprender a ser*. (Delors J., 1996)

- *Aprender a conhecer*, é um tipo de aprendizagem que visa o domínio dos próprios conhecimentos, pode ser considerado como um meio e como uma finalidade da vida humana. Como meio porque quer que cada indivíduo aprenda a compreender o mundo que o rodeia e onde está inserido. E como finalidade, porque está baseado nos conhecimentos.

- *Aprender a fazer*, está mais ligado à questão da formação profissional, de como ensinar o aluno e como este leva à prática os seus conhecimentos, é uma dimensão muito importante, para os jovens aprender através das suas experiências, com os erros.

- *Aprender a viver juntos,* representa um dos maiores desafios da educação, em que se desenvolve a compreensão do outro e a perceção das independências (realizar projetos comuns, com os outros, e preparar-se para saber gerir os conflitos), nesta dimensão as atitudes passam muito por aquilo que se faz.

- *Aprender a ser,* a educação deve contribuir para o desenvolvimento total da pessoa, devendo o ser humano ser preparado para elaborar pensamentos autónomos e críticos para formular os seus próprios juízos de valor, agindo assim nas diferentes circunstâncias da vida, agindo por si mesmo.

Um dos importantes papéis guardados para a educação é dotar a humanidade de uma capacidade de dominar o seu próprio desenvolvimento,

tendo cada um de ter consciência do seu destino, contribuindo para o progresso da sociedade envolvente. Segundo Bento (1995, p.122) ”a educação acontece em toda a parte”.

Para Delors (1996) os sistemas educativos privilegiam o acesso ao conhecimento, em detrimento de outras formas de aprendizagem, é importante entender a educação como um todo, e não no particular. Segundo Jacques Delors (1996, p.89) *“*A educação ocupa cada vez mais espaço na vida das pessoas, à medida que vai aumentando o papel que desempenha na dinâmica das sociedades modernas.” A constante evolução do mundo exige que haja uma constante atualização dos saberes e do conhecimento, para que estes possam ser aplicados no quotidiano e no dia-a-dia do ser humano. Sendo desta forma a educação a base de todos os conhecimentos e que ajuda a construir um futuro melhor e com melhores condições, pois o conhecimento é vasto e deve estar sempre em constantes reformulações.

Como refere Bento (1995, p.129) “a educação é necessariamente um acontecimento de transmissão (…) concretizado pelo professor, pela organização e pelo conteúdo das situações de ensino aprendizagem”. Deve então aproveita-se todas as oportunidades oferecidas pela sociedade e pela comunidade educativa, em detrimento da educação, aumentando assim os conhecimentos.

3.2.2. A Educação Física na Escola

Segundo Bento (1999, p.66) “a Educação Física é uma forma específica da relação do sistema educativo com o corpo”. Pois esta disciplina é a única, de todas as disciplinas curriculares, que trabalha diretamente com o corpo, tendo esta como objetivo atuar de forma a criar uma interação entre os alunos, para que estes tomem consciência da sua importância, visando uma vida saudável e ativa. Para tal, Bento (1995, p. 33), refere “a existência da educação física como área curricular expressa e denota a intenção de o sistema educativo intervir na criação, configuração e modelação do corpo”.

Bento (1999, p.66) afirma que “o facto de o homem ter corpo implica não apenas a necessidade de aprender a lidar com ele, mas também que os alunos aprendam a viver em sintonia com o seu corpo”, desta forma posso dizer também segundo o autor que o corpo pode ser visto como forma de educação e formação, sendo que as experiências da aprendizagem são executadas através do mesmo.

Se bem que a sociedade atual, ainda acredita que a Educação Física, é um momento de descontração, onde os jovens simplesmente jogam à bola, mas esta é bem mais importante, pois ela é a grande responsável pelo desenvolvimento motor das crianças e jovens. Para além disso, o exercício físico ajuda a combater várias doenças, sendo a única forma de o praticar na escola, nas aulas de Educação Física, por isso, para além dos seus objetivos esta deve ser vista como benéfica para a saúde das crianças e jovens.

Esta disciplina é segundo Bento (2003, p. 41) determinada:

- pela matéria programática;
- pela atividade de direção, de organização e de orientação do professor;
- pela atividade de aprendizagem e de exercitação dos alunos;”

Como já foi referido a prática de atividade física traz benefícios educacionais que são esperados pela Educação Física na escola, tais como: o desenvolvimento das habilidades motoras, aptidão física e um estilo de vida ativo e saudável que os alunos adquiram para o futuro (Corbin,1994; Corbin, Lindssay & Welk, 2000). Então a Educação Física na escola é responsável por uma variedade de objetivos, que segundo Bento (1995, p.136) “assumem uma função de orientação e ordenamento de ensino“.

Os objetivos da Educação Física são atingidos a longo prazo, e ao longo deste ano de estágio tomei consciência que esse processo é demorado, pois este varia em função das capacidades dos alunos e do seu empenho ao longo das aulas. Já por isso é que os professores de Educação Física batalham

todos os dias para que os alunos sejam cidadãos ativos, facilitando o processo de desenvolvimento dos objetivos estipulados inicialmente.

Sendo o assunto dos objetivos da Educação Física na escola tão importante, este é o que se vais destacar no projeto de investigação, desenvolvendo um pouco mais sobre os pontos fundamentais e essenciais referidos no Programa de Educação Física relativamente aos objetivos da mesma.

3.2.3. Ser Professor

O professor é o principal agente na promoção do conhecimento e formação dos alunos. Este deve ter em conta a sociedade atual, e envolvente, que está em constantes mudanças, tendo assim de se adaptar à mesma. Este é responsável por promover hábitos e valores nos alunos, com intenção de os preparar para a realidade do futuro, proporcionando um ensino de qualidade. Contribuindo para que os jovens sejam seres humanos autónomos e que assim construam a sua própria identidade.

Segundo Mialaret (1981) “as funções do professor não se limitam unicamente a uma transmissão de conhecimentos”, este desempenha também papeis como educador, guia entre outros, mas acima de tudo o professor tem em vista o desenvolvimento dos seus alunos para que estes sejam seres humanos ativos e que tenham a formação desejada. Para tal Mialaret refere que: “o professor deverá colocar os alunos em situações que os estimulem a aprender e este deverá ser seu orientador”. Ou seja o professor guia e ajuda os alunos em todas as suas ações para melhorar o seu desempenho a nível dos conhecimentos e da sua forma de estar para que este seja um adulto responsável e conhecedor.

Ser professor é uma tarefa muito complexa que exige uma capacidade de socialização e adaptação ao aluno muito elevada, pois cada aluno é diferente tendo este as suas próprias características.

O professor para além de gestor da aula, tem de gerir as reações pessoais e conflitos, gerir as tarefas de interação com a comunidade escolar e com a escola. Segundo Monteiro & Monteiro (1996), “o professor não se preocupa apenas em planear e lecionar as suas aulas.” O professor pode ser visto como um apoio para o aluno, sendo este um orientador para as suas decisões de futuro.

Portanto o professor desempenha um variadíssimo leque de tarefas, competindo-lhe a capacidade para ensinar e analisar o aluno, e no contexto em que este se insere, sendo o seu conhecimento a base para a sua ação. Siedentop & Eldar (1989), (cit. Por Carreiro da Costa (1996, p.21)) referem que “conhecer a matéria que se ensina, não é uma condição suficiente para alcançar a eficácia pedagógica (…); para isso é necessário possuir um sólido conhecimento da matéria e dominar um vasto reportório de habilidades de ensino”.

Nóvoa (2008) “realça cinco disposições que são fundamentais na definição dos professores nos dias de hoje. Parta tal colocou em destaque uma predisposição que não e natural mas é construída, na definição pública de uma posição com forte sentido cultural, numa Profissionalidade docente que não pode deixar de se construir no interior de uma pessoalidade do professor”.

- Conhecimento – segundo Alain (1986) (cit. por Nóvoa (2008)): “*para instruir é necessário conhecer aqueles que se instruem, mas mais importante ainda é sem dúvida, conhecer bem aquilo que se ensina”.* Ninguém pode ensinar aquilo que não sabe. O trabalho do professor consiste na construção de práticas docentes que conduzam os alunos à aprendizagem, pois ninguém pensa no vazio, mas sim na aquisição e na compreensão do conhecimento.

- *A cultura profissional* – Ser professor é compreender os sentidos da instituição escolar, integrar-se num profissão, aprender com os colegas mais experientes na escola e no diálogo com os mesmos. O registo das práticas a reflexão sobre o trabalho e o exercício de avaliação são rotinas que fazem aperfeiçoar e avançar a profissão. (Nóvoa 2008)

- *O tato pedagógico* – É a capacidade que o professor tem de relação e comunicação (dando-se ao respeito), conquistando os alunos para o trabalho escolar (saber conduzir os alunos). (Nóvoa 2008)

- *Trabalho em equipa*- Os modos de Profissionalidade do docente implicam um reforço das dimensões coletivas e colaborativas, do trabalho em equipa e da intervenção conjunta dos projetos educativos da escola. (Nóvoa 2008)

- *Compromisso social* – Este converge no sentido dos princípios, dos valores, da inclusão social e da diversidade cultural. Educar é conseguir que a criança ultrapasse as fronteiras que lhe forma traçadas como destino pelo nascimento. Hoje a realidade da escola obriga-nos a ir para além da escola. (Nóvoa 2008)

Os professores para exercerem as suas funções têm de ter uma construção alargada do conhecimento, indo ao encontro das necessidades do aluno e de todo o contexto que envolve o ensino. Para Monteiro &Monteiro (1996) “o professor é um profissional que domina um conjunto de conhecimentos que lhe permite atuar num determinado campo de uma forma mais eficaz que qualquer outra pessoa.”

3.2.4. Professor Reflexivo

Continuando com a importância do “Ser Professor”, é necessário que este tenha um trabalho criterioso sobre as suas ações do dia-a-dia. Mais especificamente, quero dizer que o professor deve refletir sobre todas as suas ações com a intencionalidade de refazer, reconstruir e reestruturar todo o seu ensino caso seja necessário, criando estratégias de intervenção através da sua reflexão. Tal como afirma Nóvoa (1993), (cit. por Alarcão (1996, p.58)) “a alteração das práticas educativas, que conduz à melhoria da qualidade de ensino, passa, significativamente, pela formação reflexiva de professores.”

No início deste percurso de estágio, as minhas reflexões, sobre as aulas lecionadas, observadas e reuniões, eram muito descritivas não refletindo sobre os acontecimentos, e pontos fundamentais da aula e do seu funcionamento, não referindo o que poderia ser melhorado ou alterado.

"No que respeita às reflexões pós aula estas devem perspetivar mais, o que será feito nas aulas seguintes, antecipando situações, e resolvendo problemas da prática." (Reflexão da reunião de núcleo, 15.01.2013)

Com o passar do tempo, a qualidade das reflexões foi melhorando, tendo em atenção todos os pontos importantes relativos à aula. Esta melhoria foi devido às indicações dadas pela professora cooperante ao longo das reuniões, dizendo esta que nos deveríamos focar no fundamental e essencial, refletindo sobre o mesmo, perspetivando já a próxima aula. Desta forma as reflexões começaram a ser elaboradas indo ao encontro do seu objetivo que segundo Alarcão (1996, p.98) "é tudo o que se relaciona com a atuação do professor durante o ato educativo: conteúdos, contextos, métodos, finalidades (…)". Assim sendo as reflexões não seriam tão descritivas, contendo aquilo que se tinha passado ao longo da aula, mas sim estas começava a ganhar forma no sentido de reflexão dos acontecimentos, perspetivando o futuro e respetivas melhorias.

A relação entre a ação e a reflexão, encontra-se bem explicada no pensamento de Schön (1987) (cit. por Alarcão (1996, p.97)) que apresenta a reflexão em três vertentes:

- *Reflexão na ação,* esta ocorre na ação, "quando o professor reflete no decorrer da própria ação e vai reformulando, ajustando as situações que vão surgindo.";

- *Reflexão sobre a ação,* esta ocorre depois da ação, "acontece quando o professor reconstrói mentalmente a ação para a analisar retrospetivamente. O olhar a *posteriori* sobre o momento da ação ajuda o professor a perceber melhor o que aconteceu durante a ação e como resolveu os imprevistos ocorridos.";

- *Reflexão sobre a reflexão na ação,* esta acontece depois da reflexão feita sobre a ação, “é um processo que fomenta a evolução e o desenvolvimento profissional do professor, levando-o a construir a sua própria forma de conhecer. Este tipo de reflexão (…) leva o professor a desenvolver novos raciocínios, novas formas de pensar, de compreender, de agir e equacionar os problemas.”

Tendo por base estes três tipos de reflexão pode dizer-se que a reflexão tem grande importância no desenvolvimento e evolução das ações do professor. Pois este através da reflexão toma consciência dos seus erros e dificuldades, podendo reformular e criar estratégias, para gerir todo o seu processo de ensino e aprendizagem, levando a cabo o seu desenvolvimento profissional e o sucesso dos alunos.

A reflexão resulta do conhecimento, se este for dinâmico e espontâneo vai resultar de uma reformulação durante a ação, essa reformulação surge da reflexão feita sobre a ação.

3.3. Enquadramento Funcional

3.3.1. A Escola

A escola só pode ter êxito na tarefa de educação, se esta contribuir para a promoção e integração dos grupos minoritários, mobilizando os próprios interessados no respeito pela sua personalidade. (Delors, 1996, p.59)

Segundo Canário (2005, p.62) a escola pode ser vista de três formas: “a escola é uma *forma*, é uma *organização* e é uma *instituição*”.

Para Canário “a **forma** escolar representa uma nova maneira de conceber a aprendizagem. A escola como **organização**, corresponde a modos específicos de organizar os espaços, tempos, agrupamentos dos alunos, e as modalidades de relação com o saber. E por último a escola é uma **instituição**

que, a partir de um conjunto de valores estáveis e intrínsecos, funciona como uma fábrica de cidadãos (…)".

3.3.2. Secundária D. Dinis – Santo Tirso

A escola onde fiquei colocada para o EP foi a Escola Secundária de D. Dinis, na cidade de Santo Tirso. De várias escolas que estavam disponíveis para a realização do EP, esta sempre foi a escola que sempre desejei estagiar, por 3 motivos. Primeiro porque fica perto da minha zona de residência, segundo porque foi onde executei o meu percurso escolar do 3º ciclo e ensino secundário, e por último pelo "peso" que o desporto tem na comunidade escolar e na sociedade envolvente.

Santo Tirso é uma cidade que vive com e para o desporto, tendo várias modalidades das quais algumas delas bem conceituadas e classificadas, como os Trampolins de Santo Tirso, o Andebol, o Voleibol a Natação. Na escola existem modalidades como o Futsal, a Natação e agora o Andebol e a Ginástica, pois à alguns anos atrás só existiam duas modalidades de Desporto Escolar. Esta envolvência que a cidade e a escola têm com o desporto foi outro dos fatores que me fez escolher esta escola.

A Escola Secundária D. Dinis situa-se no centro da cidade, foi inaugurada a 14 de Outubro de 1983, atualmente está a ser requalificada no âmbito do programa de modernização das escolas portuguesas liderado pelo Parquescola. Estando a ESDD na fase 3 do programa, os trabalhos de preparação de obra tiveram o seu início no dia 07 de Fevereiro de 2011. A partir desta data, a ESDD dá início a uma nova etapa da sua já longa história que culminará com instalações de qualidade ímpar. Esta apresenta diferentes níveis de ensino, que vão desde o 7º ano até ao 12º ano de escolaridade, tendo também cursos profissionais e cursos de educação e formação (CEF). Os alunos nesta escola têm uma vasta gama de escolhas para a sua formação, tendo várias escolhas nos cursos profissionais. E para que todo o processo de

ensino aprendizagem decorra dentro do que é estabelecido a escola conta com 100 professores para cerca de 900 alunos.

Relativamente ao grupo de Educação Física (grupo 620), a escola conta com 11 professores e 6 estagiários que vêm da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Após a requalificação do Bloco A (que atualmente passou para a nomenclatura de Bloco C), e das instalações desportivas, pode dizer-se que as condições de trabalho são muito boas. Dantes só poderiam contar com um pavilhão, e espaço exterior, e atualmente temos um pavilhão para modalidades coletivas, um pavilhão de ginástica, o espaço exterior está inutilizável pois este está preenchido de monoblocos que funcionam como salas de aula, não sendo possível lecionar atletismo com a exceção de salto em altura que é realizado no espaço de ginástica. Podemos também contar com as instalações do GCST porque existe um protocolo com o mesmo, que nos cede a piscina e o pavilhão para a lecionação das aulas de Educação Física. Este protocolo é bastante importante pois permite aos alunos abordar modalidades tais como natação, caso contrário essa hipótese seria impossível, e qualquer tipo de atividade relacionada com a piscina.

Tendo em conta as boas instalações, para a lecionação das aulas de Educação Física, é importante ter em consideração a ocupação dos espaços para as variadíssimas turmas, para tal contamos com o *roulement* para organizar os mesmos, regulando assim a planificação e organização das aulas ao longo de todo o ano letivo.

Após quase um ano, e através do convívio com os vários professores e funcionários, posso dizer que a comunidade educativa envolvente é muito acolhedora, colocando sempre ao meu dispor toda a colaboração e ajuda que fosse necessária. Com toda esta simpatia e hospitalidade que é vista através de todo o corpo docente e não docente, a minha integração neste processo de Estudante Estagiária foi mais fácil, e os jovens que frequentam esta mesma

escola têm nela uma referência, confiando a sua educação e formação escolar, construindo a partir daí o seu futuro.

É de salientar que durante este ano a Escola Secundária de D. Dinis sofreu algumas alterações, pois este ano houve um processo de agregação da Escola Secundária de D. Dinis com o Agrupamento de Escolas da Agrela e Vale do Leça. Este processo foi feito a meio do ano letivo, o que foi um pouco desagradável para com o antigo Diretor, pois este já estava na presidência há 3 anos, este seria o seu último ano, mas essa saída antecipou-se com este processo de agregação.

Acho que este processo poderia ter acontecido no final do ano, o que impediria a maior parte das burocracias relativamente às trocas de direção, e adaptação de todos estes novos processos. Com esta agregação passa a haver um só diretor para duas escolas, é facto que esta mudança abalou toda a comunidade educativa, pois a coerência dos projetos educativos é posta em causa, pois as escolas são diferente apresentando também realidades diferentes.

Da agregação das duas comunidades autónomas, nasceu uma nova organização que continuará a potenciar o fundamental do humano e científico da nova unidade; a evidenciar um clima harmonioso entre toda a comunidade escolar; a apelar à participação dos pais e Encarregados de Educação, que queiram contribuir para fazer deste novo Agrupamento uma referência na vida da comunidade onde se insere.

3.3.3. A Turma do 11º D e Relação com os Alunos

A caracterização da turma deve ser uma das preocupações do professor, para que haja um bom funcionamento das aulas é necessário que este conheça os seus alunos, sendo este o caminho para uma melhor abordagem e planificação dos conteúdos a abordar durante o todo o processo de ensino aprendizagem.

Quando o professor se encontra perante uma nova turma, aparecem grandes preocupações sobre a forma de como lidar com a mesma, pois cada uma é especial, tendo característica próprias e diferentes. No decorrer de todo o processo de ensino o professor deve ter em consideração o meio familiar dos alunos, os problemas de saúde, as suas capacidades motoras e as suas perspetivas futuras, e é neste contexto que o professor molda a sua ação, para fazer um percurso para o sucesso dos seus alunos.

Para um melhor conhecimento da turma o professor deve realizar uma caracterização da mesma, sendo esta fundamental, no entendimento das vivências dos alunos, perceber eventuais problemas/doenças que os alunos possam ter, ou já tenham tido que necessitem de especial atenção, prevenindo e prevendo possíveis adaptações que devam ser feitas ao longo das aulas, para que todos os alunos possam participar nas mesmas.

Para que este entendimento seja possível, torna-se importante a realização de uma ficha individual, que os alunos preencheram no início do ano letivo (na aula de apresentação), ficando então registado todos os aspetos importantes relativos a cada aluno. As fichas individuais apresentam questões relativamente ao aluno, ao encarregado de educação, ao agregado familiar, à saúde do aluno, à disciplina de educação física, à prática desportiva, à alimentação do aluno e para finalizar quais as perspetivas futuras dos alunos a nível profissional.

Foi feita uma análise e tratamento dos dados, esta análise permitiu assim situar a turma e conhecer de uma forma mais profunda os alunos nos seguintes aspetos:

1- Dados Gerais: é uma turma do ensino secundário do curso de Humanidades, é o 11º D da Escola Secundária de D. Dinis. Esta é constituída por 19 alunos atualmente, (pois no início do ano eram 20 alunos), dos quais 13 são raparigas e 6 são rapazes. Todos eles fazem parte do concelho de Santo Tirso, mas 6 dos alunos residem mesmo na cidade de Santo Tirso, facilitando assim a deslocação para a escola.

2- No que diz respeito aos encarregados de educação é de salientar que duas alunas vivem, e tem como encarregados de educação a avó e a tia, são dois dos casos em que os pais emigraram para trabalhar.

3- Em relação à prática desportiva, a turma não é muito ativa, pois só 9 dos alunos é que praticam algum tipo de modalidade desportiva fora da escola.

4- No que se refere ao Desporto Escolar, nenhum dos alunos está inscrito no mesmo, apesar do incentivo dado ao longo das aulas e do apelo feito para a inscrição, para as várias modalidades.

5- No que diz respeito ao interesse pela disciplina de Educação Física, verifiquei que todos os alunos gostam da disciplina mas a níveis diferentes, mostrando um maior gosto pelos desportos coletivos.

Tendo em consideração as capacidades motoras e os conhecimentos dos alunos a turma mostra bons desempenhos, havendo níveis diferentes, nas várias modalidades abordadas. Ao longo de todo o ano foi possível verificar uma evolução positiva na generalidade, não sendo esta muito acentuada, por falta de empenho e de cooperação por parte de alguns dos alunos. O caso mais difícil de enfrentar no início do ano foi de uma aluna que foi vítima de *bullying*, e que andava a ser seguida no psiquiatra. Esta nas modalidades coletivas recusava-se a fazer o jogo formal, então tentei por várias vezes e de várias formas inserir a aluna no jogo formal, em nenhuma consegui que esta realizasse o mesmo. Só na modalidade de Basquetebol é que o objetivo foi conseguido pois esta estava num grupo só de raparigas. Foram várias as tentativas nos outros jogos desportivos coletivos mas em nenhum obtive o resultado desejado.

No que concerne ao comportamento, este foi sendo observado ao longo do ano, nas aulas de Educação Física, em que a turma mostrou alguns problemas a nível de aceitação, o que foi um desafio para mim pois não sabia como poderia lidar com este problema. A turma tinha um sério problema em aceitar um dos colegas que era visivelmente o melhor aluno a nível motor, destacando-se pela positiva, e os restantes alunos não o conseguiam aceitar,

notando-se atitudes menos boas para com o colega. Existiam alguns confrontos entre alunos que ao longo do ano foram sendo rematados com a formação de grupos nas aulas, para que não houvesse problemas, e agora no final do ano esse problema já não era tão visível, pois os alunos interagem todos sem nenhum problema, havendo assim uma melhoria significativa relativamente ao comportamento dos alunos, e ao empenho dos mesmos nas aulas.

Ao longo do ano, apesar do contributo e trabalho sempre na perspetiva de uma boa aprendizagem dos alunos, procurei também estabelecer uma boa relação com os mesmos. Pois a aula não existiria se não houvessem alunos, sendo o professor o principal responsável pela gestão das relações humanas, interagindo com os alunos e também tendo em atenção a relação entre alunos.

Agora vendo todo o percurso vivido, acho que consegui ganhar a confiança dos alunos, demonstrando que para além de professora era uma amiga, mas que exigia respeito e disciplina em todos os momentos vividos com os alunos.

3.3.4. Os Núcleos de Estágio

A Escola Secundária de D. Dinis recebeu seis estudantes estagiários, que estão divididos em dois núcleos de estágio, sendo o núcleo um aquele em que estava inserida, juntamente com mais dois colegas (Rui Castro e Luís Fernandes), este núcleo foi orientado pela Mestre Manuela Machado, que foi a professora que orientou e acompanhou na escola todo o processo de estágio, e pela Professora Doutora Zélia Matos, orientadora da faculdade.

É de salientar que o nosso grupo, foi um grupo coeso, que trabalhou sempre em conjunto ao longo de todo o ano, em que o sentido de partilha e cooperação foram uma base para todo este processo, sendo todo ele também incentivado pelas duas professoras orientadoras.

As reuniões bissemanais com a professora cooperante inicialmente permitiam um conforto afetivo de resolução de dúvidas, anseios e medos, que progressivamente essas dúvidas deram lugar ao esclarecimento de tópicos mais específicos, como o desenvolvimento dos conhecimentos e dos conceitos psicossociais como a partilha e espírito de grupo. De semana para semana estes conceitos foram sendo cada vez mais reforçados e evidenciados, pois no início do estágio não se verificava essa cooperação. Pois numa fase inicial não conhecia um dos meus colegas, não sabendo o que poderia esperar do mesmo.

Além das reuniões, a observação foi um instrumento de formação importante na redefinição da minha prática, nomeadamente porque me permitiu reestruturar e redefinir a prática de forma a ser bem-sucedida face à complexidade de tarefas executadas na aula.

Nas reuniões de núcleo seguidas a cada aula, promoviam uma avaliação das mesmas, em que os erros e as dificuldades eram discutidos como forma de melhorar os desempenhos de cada estagiário.

Considero que para um seguimento deste processo, esta interação entre núcleos de estágio é importante, para tal a organização, gestão e adaptação às personalidades são componentes vivenciadas ao longo de todo o EP, para um melhor desenvolvimento de todo o processo de estágio.

4. REALIZAÇÃO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

De acordo com as normas orientadoras do EP, neste capítulo deve ser descrita “a natureza complexa, unitária e integral do processo de ensino e aprendizagem, bem como as características gerais da atividade do professor que decorre num contexto balizado pelas condições gerais do sistema educativo, pelas condições locais das situações de educação e pelas condições mais próximas da relação educativa, que obrigam a uma integração e de interligação das várias áreas e domínios a percorrer no processo de formação”. (Matos, 2012) Este processo foi desenvolvido através da constante reflexão, dando assim continuidade ao meu processo de formação.

Neste capítulo irei desenvolver a Realização da Prática Profissional, referindo os momentos e aspetos mais importantes ao longo do ano de Estágio. De uma forma particularizada irei fazer referência às quatro áreas de desempenho previstas para o EP, que são: a Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, a Participação na Escola e Relações com a Comunidade, e o Desenvolvimento Profissional.

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

4.1.1. Conceção e Planeamento

A conceção refere-se à organização e gestão do ensino e da aprendizagem, para tal é necessária uma análise e leitura atenta dos planos curriculares, dos programas de Educação Física. Depois dessa mesma análise é preciso ter em atenção os saberes próprios da Educação Física que são verificados em vários níveis de planeamento.

Para mim, no início do estágio foi necessário e fundamental a leitura dos documentos relacionados com o mesmo, tal como as normas orientadoras, e o regulamento, para começar a construir e desenvolver melhor o que é a minha conceção relativamente ao processo de ensino e aprendizagem. Então houve

um confronto real com um vasto número de tarefas a realizar para entender tudo o que envolve o EP, e o processo de ensino e aprendizagem.

Inicialmente foi necessário perceber o Regulamento e Normas que conduzem todo o processo de EP, de maneira a que conseguisse começar a "caminhar" neste longo percurso, esta revisão foi feita também com os professores cooperantes numa fase inicial.

"Em seguida fizemos em conjunto uma leitura detalhada das "Normas Orientadoras do Estágio Profissional", sendo que nesse documento explica todo o processo que devemos de ter em conta para o estágio." (Reflexão da reunião do dia 6 de Setembro)

A leitura dos documentos relativos à escola, como o Regulamento Interno e o Projeto Educativo de Escola foram fundamentais para perceber toda a dinâmica e funcionamento da mesma.

Só depois de começarem a ser compreendidas algumas das informações e tarefas é que comecei a perceber o funcionamento do processo de estágio, e também do processo educativo, aí sim começou a fazer sentido todo o processo, sendo que este é um todo, e que todos os procedimentos e todas as tarefas estavam interligados. Para tal tive elementos que direcionaram todo o ensino, tal como o Programa de Educação Física, as competências específicas que estavam previstas na escola para serem alcançadas durante o ano letivo, para posteriormente preparar o ensino.

Reunir todos estes documentos foi um processo essencial, mas para tal contei com a ajuda da professora cooperante que desde o início deste processo me ajudou, e sempre fez referência a todos os documentos pelos quais nos deveríamos orientar, para melhor perceber todo o processo de Estágio e também o contexto real da Escola.

Outro documento que foi elaborado no início de todo este processo, sendo este muito importante para contextualizar todo o EP, foi o Projeto de Formação Individual (PFI). Este documento foi elaborado com base nos

documentos relativos ao Estágio e à Escola, tendo um carácter especial, pois este é um projeto de carácter individual, que tem como ponto inicial a perceção que cada Estudante Estagiário tem relativamente ao seu estágio, tendo em conta os desafios e objetivos que lhe irão ser colocados ao longo de todo o ano.

Este enquadramento inicial relativamente a todo o processo estágio, à Escola e ao Ensino foi essencial para me enquadrar na função de docente, que iria desempenhar ao longo de todo o ano de Estágio, compreendendo quais as prioridades e necessidades para uma boa atuação, ultrapassando os obstáculos diários criados não só pela profissão, mas também pelos alunos. Concluindo, a conceção pode ser entendida como um suporte teórico de perceção de todos os documentos essenciais para a preparação do EP.

Segundo Bento (2003, p.8) "… o planeamento significa uma reflexão pormenorizada acerca da direção e do controlo do processo de ensino numa determinada disciplina". Para o professor conseguir atingir os objetivos educativos, deve preparar e planear todo o seu processo de ensino, pois este é determinante na orientação de todo o processo de ação, tendo este percurso de ser consciente, organizado e coerente, para que o processo de ensino seja eficaz.

Na fase de preparação do planeamento, este subdivide-se em três níveis: Anual, Unidade Temática e Plano de Aula. Esta é a estruturação onde se planificam todos os objetivos a desenvolver, de uma forma rigorosa e detalhada, de maneira a que todas as informações, matérias e conteúdos estejam nela organizados e prontos a serem trabalhados. Estando organizado todo este processo é mais fácil de garantir que as tarefas, a relação pedagógica, e tudo o que será pedido aos alunos, obedeçam a critérios pedagógicos, didáticos e metodológicos.

Segundo Bento (2003, p.11), "… o professor deve desenvolver empatia para a perspetiva dos alunos, para as suas capacidades, interesses e metas." Portanto é importante ter em atenção as capacidades dos alunos para a

construção de toda a planificação, criando metas e objetivos para serem alcançados no final de todo o processo. Ainda Bento (2003 p. 22), refere que “a planificação de processos de ensino e aprendizagem pressupõe uma definição pormenorizada e diferenciada dos objetivos de ensino.” Tal como referi anteriormente são criados objetivos para todo o ano letivo para que estes sejam atingidos, criando uma perspetiva daquilo que os alunos poderão atingir ao longo do ano.

Deste modo, a planificação deve ser entendida como um processo de identificação da importância dos programas e da interpretação dos mesmos, sendo esta um guia que irá delimitar a intervenção do Professor. Para Bento (2003, p. 35) “o programa é obrigatório, mas não é um dogma.”, o que pressupõe que o programa é uma norma, mas que o Professor pode fazer adaptações de acordo com as necessidades e exigências da turma.

Em seguida serão desenvolvidos os níveis de planificação, que segundo Bento (2003, p. 59) “os planos são, assim elaborados, inter-relacionados e entendidos como estações ou etapas intermédias e necessárias na via do aumento da qualidade e conceção e de melhoria da realização do ensino.”

4.1.1.1. Anual

Neste contexto o plano anual “é um plano de perspetiva global que procura situar e concretizar o programa de ensino no local e nas pessoas envolvidas…” (Bento 2003, p. 59)

Sendo a “elaboração do plano anual o primeiro passo do planeamento e preparação do ensino que traduz, sobretudo, uma compreensão e domínio aprofundado dos objetivos de desenvolvimento da personalidade, e noções acerca da organização correspondente do ensino no decurso de um ano letivo” (Bento 2003, p. 67). Para organizar a planificação anual, foi numa reunião com todo o grupo de Educação Física, que se realizou a distribuição das matérias por todo o ano letivo, como se pode ver no anexo 1. Sendo elaborada

posteriormente uma grelha de planificação anual. É de salientar que a Escola Secundária de D. Dinis teve durante este ano letivo uma parceria com o GCST, o qual nos cedeu o seu espaço, tendo a Escola mais recursos espaciais para distribuir as várias turmas, criando mais condições de trabalho.

O plano anual foi a primeira tarefa a ser realizada no processo de estágio, e houve uma grande dificuldade de execução desta tarefa. E essa dificuldade deveu-se ao facto de ter em consideração os espaços a que nos estavam destinados, os recursos materiais, e as modalidades a abordar. É importante referir que a prática pedagógica vivenciada no ano anterior era bem diferente daquilo que nos era pedido para este ano, pois a nossa planificação das aulas nunca foi elaborada para um ano letivo, esta só era feita para um determinado número de aulas e de uma só modalidade. Deparando-me sobre esta tarefa, apoiei-me nos meus colegas de estágio, e assim trabalhando em conjunto conseguimos superar, e elaborar esta planificação.

Tendo em conta os elementos do Programa Nacional, e a distribuição de matérias realizada pelo grupo de Educação Física para cada ano de escolaridade, agora era necessário planificar as mesmas ao longo de todo o ano, fazendo a distribuição pelos respetivos períodos letivos (podendo esta ser reformulada), em função do espaço destinado a cada turma. Para a verificação desse mesmo espaço era necessário ter o *roulement,* onde estavam representados todos os espaços destinados a cada turma, no horário respetivo às aulas de Educação Física.

"A planificação anual, deve ser reformulada para o 3º período, pois neste será dado o Futsal nas turmas de 11º ano e terá de ser uma abordagem da modalidade seguida, não repartindo assim a Unidade Temática por dois períodos, e redistribuindo a modalidade de Badminton pelo 2º e 3º períodos". (Reflexão da reunião de núcleo do dia 15 de Janeiro)

Após a posse do *roulement,* elaborei uma grelha de distribuição de todas as matérias para o presente ano letivo, com todos os assuntos essenciais à

mesma, tal como trabalhos e testes escritos, avaliações iniciais e diagnósticas e aplicação dos testes de Fitnessgram, como se pode ver no anexo 2.

Um aspeto importante, e que já foi referido foram os recursos espaciais, tendo em conta, que sempre que tivesse aula no Ginásio Clube de Santo Tirso não poderia lecionar as modalidades de Badminton, Atletismo (Salto em Altura) e Basquetebol pois, o espaço não teria condições para tal. São estes pontos fundamentais que na elaboração da planificação anual são tidos em consideração, para "direcionar então o trabalho do ensino para a realização dos objetivos" (Bento 2003, p. 68)

Assim sendo a distribuição das matérias foi feita segundo a ordem mencionada: Andebol, Atletismo (Salto em Altura), Ginástica de Solo e Aparelhos, Basquetebol, Futsal, Ginástica Acrobática e Badminton. Ao longo de todo o ano a Aptidão Física esteve presente em todas as aulas práticas.

Posteriormente a esta planificação é necessário realizar uma planificação para cada matéria individualmente (planificação por unidade temática). Depois de todos estes processos estarem compreendidos, comecei a preparar todo o ensino para o ano letivo. A recolha de informações relativas às modalidades para o 11º ano, permitiu estruturar o ensino segundo o Modelo de Estrutura de Conhecimento (Vickers, 1990), sendo para isso necessário reunir todos os conteúdos, condições de lecionação, estrutura das progressões e avaliações dos alunos. A intenção seria construir uma estrutura completa de toda a didática referente a cada modalidade, sendo esta construída numa fase inicial, mas podendo posteriormente sofrer algumas reformulações.

4.1.1.2. Unidade Temática

O segundo nível de planeamento segundo Bento são os planos de Unidades Temáticas. Este refere que "o planeamento a este nível procura garantir, a sequência lógico-específica e metodológica da matéria, e organizar as atividades do professor e dos alunos por meio de regulação e orientação da

ação pedagógica", esta planificação serve para organizar as diferentes aulas que o professor tem para uma determinada modalidade. (Bento, 2003, p.60)

Para que esta planificação fosse mais fácil, organizei a mesma segundo o Modelo de Estrutura de Conhecimentos (MEC) (Vickers, 1990), que de uma forma mais complexa, permite organizar todo o ensino referente à modalidade, tendo em ponderação um conjunto de fatores fundamentais para o ensino e aprendizagem dos alunos. Este modelo é aplicável em todos os níveis de planeamento, mas torna-se mais evidente no planeamento das unidades temáticas.

O MEC está subdividido em oito módulos destintos que são:

- **Módulo 1** - Categorias Transdisciplinares do Conhecimento;
- **Módulo 2** – Análise das Condições de Aprendizagem;
- **Módulo 3** – Análise dos alunos,
- **Módulo 4** – Determinação da Extensão e da Sequência dos Conteúdos (Matéria);
- **Módulo 5** – Definição dos Objetivos;
- **Módulo 6** – Configuração da Avaliação;
- **Módulo 7** – Criação de Progressões de Ensino e Tarefas de Aprendizagem;
- **Módulo 8** – Aplicação;

Este modelo iria servir como guia de ensino, que permite focar a aprendizagem de determinada matéria para "aqueles" alunos. Pois este só poderia ficar concluído após serem feitas as avaliações diagnósticas, para posteriormente determinar a extensão e sequência da matéria conforme as necessidades e exigências dos alunos, como se pode ver no anexo 3.

A elaboração das unidades temáticas foi feita em conformidade com o nível dos alunos. As primeiras unidades temáticas a serem elaboradas, não estavam de acordo com o nível dos alunos. Por exemplo a de Andebol que foi a primeira, não estava muito adequada, e mesmo a ordem dos conteúdos a

serem abordados não foi a mais correta do ponto de vista de progressão pedagógica.

"Com o erro surgiu a necessidade da formulação da UT, sendo que para as restantes Unidades Temáticas houve uma maior consciência das exigências dos alunos e também das condições gerais". (Reflexão Final do ano de Estágio Profissional, 30.05.2013)

Para Bento (2003, p. 75) "as unidades temáticas, são partes essenciais do programa de uma disciplina, em que os seus objetivos só podem ser alcançados gradualmente, requerendo por isso uma planificação bem inter-relacionada de todo o seu processo." Para tal todo o processo de ensino e aprendizagem de uma determinada matéria deve estar minimamente estruturado, de forma lógica e contínua.

De acordo com Bento (2003, p. 91) "o planeamento da unidade temática torna-se o ponto de comutação das indicações gerais e globais do programa e do plano anual acerca dos objetivos e matérias para indicações detalhadas para as diversas aulas." Ou seja, as unidades temáticas "substituem" as indicações gerais e globais por indicações pormenorizadas dos vários conteúdos a serem transmitidos nas várias aulas.

Assim sendo, para Bento (2003, p.91 e 92) a planificação das unidades temáticas clarifica:

- Objetivos (aspetos importantes da formação e educação);
- Preparação e estruturação didáticas da matéria (linhas orientadoras da matéria);
- Função e tarefas didáticas das diferentes aulas;
- Emprego de meios e materiais de ensino.

4.1.1.3. Plano de Aula

Após a planificação das unidades temáticas, é necessário haver uma estruturação cuidadosa das aulas, indo ao encontro do objetivo estipulado para cada uma.

Para a realização dos planos de aula segundo Bento (2003, p.63), deve-se ter em atenção " a matéria, os pressupostos dos alunos e as condições de ensino, bem como os dados fornecidos pela análise das etapas anteriores, na preparação da aula tem lugar uma precisão dos seus objetivos."

Na elaboração e estruturação dos planos de aula temos de ter em consideração todas as condicionantes, por exemplo se só tiver um terço do espaço numa aula de Andebol, é sinal que não pode ser realizado um jogo formal.

O plano de aula então é entendido como uma intervenção concreta do Professor, este representa a ligação entre os objetivos sugeridos e o que se pretende relativamente ao desempenho dos alunos na aula. Por isso de aula para aula deve-se refletir sobre as ações, pois é através da constante reflexão que se reformula toda a prática, realizando a aula seguinte em função da aula anterior. De acordo com Bento (2003, p.77) "a aula constitui o verdadeiro ponto fulcral do pensamento e da ação do professor."

Relativamente à elaboração do plano de aula, esta não foi de fácil realização no início, pois não tinha noção se os exercícios estavam adequados à turma, mas procurei sempre que o plano esclarece-se todas as situações que estavam previstas para cada aula.

A adequação dos exercícios com o objetivo geral da aula também foi uma tarefa difícil de realizar no início. Por vezes encontrava exercícios que se adaptavam à turma, mas nem sempre estes eram percebidos, na realização dos mesmos também era importante ter em consideração os recursos espaciais e materiais, que fossem ao encontro das necessidades dos alunos, para que a sua evolução fosse mais eficaz. No ensino da relação com bola por

exemplo no Futsal seria importante que cada aluno tivesse uma bola, para desenvolver esse mesmo conteúdo, para tal, também era necessário espaço para que estes estivessem mais à vontade ao longo do espaço. Numa situação de jogo em que só existisse um espaço, não seria possível colocar toda a turma em atividade, para tal teriam de ser criadas estratégias para ultrapassar esta dificuldade.

Todos estes aspetos no início do ano eram muito difíceis de ter consideração, não tendo noção do que poderia ser feito num espaço com 20 alunos por exemplo.

Os planos de aula que realizei ao longo de todo o EP, continham informações como a matéria a realizar durante a aula, o tempo destinado à mesma, número de alunos previsto, material a utilizar, função didática e objetivos gerais da mesma, como se pode ver no anexo 4. Também continha o tempo destinado a cada exercício, o que numa fase inicial foi muito difícil de estipular, os objetivos comportamentais, a situação de aprendizagem e as componentes críticas de cada exercício.

Já numa fase final do processo de EP, comparando os planos de aula iniciais com os finais é de notar uma diferença significativa. Pois inicialmente descrevia tudo, pensando que os mesmos estavam completos, mas pouco diziam relativamente à organização e gestão da aula. Este assunto foi por varias vezes debatido nas reuniões de núcleo com a professora cooperante, começando posteriormente a ganhar uma nova forma. O que se pretendia era que em cada plano de aula estivessem descritas todas as situações e conteúdos a desenvolver ao longo da aula, mas de uma forma mais simplificada e de fácil compreensão.

A perceção para todo este planeamento, foi em grande parte graças à professora cooperante e professora orientadora, pois estas por inúmeras vezes discutiram com todos os estudantes estagiários, que a organização dos planos de aula deveria ser reformulada, dando feedbacks do que poderia ser

melhorado e quais os pontos mais importantes que deveriam ser desenvolvidos.

"Os objetivos comportamentais nos planos de aula ainda não foram bem consolidados, estes devem ter o verbo da ação no presente, constando nos mesmos aquilo que queremos que o aluno faça". (Reflexão da reunião de núcleo de dia 4 de Dezembro)

É importante referir que todas as planificações foram sempre sujeitas a reformulações. Por vezes não conseguia atingir o objetivo numa aula com a meta inicialmente proposta. Assim sendo, os objetivos dessa mesma aula passavam para a aula seguinte.

Para uma melhor supervisão dos planos de aula por parte da professora cooperante, estes eram elaborados para toda a semana, e entregues com antecedência.

Esta criação de hábitos de planeamento, foi muito importante, pois esta permitia que fossem feitos alguns reajustes relativamente à aula, garantindo assim a correção do ensino. De facto é importante referir que este trabalho é feito com a supervisão da professora cooperante, sendo que o estudante estagiário não é o único responsável pelo ensino na turma.

4.1.2. Realização

Depois de todas as fases de planeamento estarem criadas, aproximava-se uma fase difícil do EP, que é a realização do planeamento que já estava pré- estabelecido, em que o objetivo é conduzir com eficácia a realização da aula.

Desde o início do processo de estágio, que a realização e construção da aula me preocuparam, pois era nesta componente em que iria atuar, criando um desafio para mim. A aula é o momento mais esperado de qualquer estudante estagiário, pois é através da mesma que podemos demonstrar

daquilo que somos capazes, se conseguimos controlar a turma, se conseguimos colocar em prática o conhecimento adquirido ao longo de todos os anos de formação.

Durante este ano, enquanto Estudante-Estagiária vivenciei muitas experiências, e problemas que foram surgindo ao longo da prática pedagógica, todas estas situações foram alvo de análise e avaliação para que estas pudessem fortalecer a minha ação enquanto Professora de Educação Física. Foi também através da reflexão, e do constante diálogo com a professora cooperante que alguns desses problemas foram ultrapassados e colmatados com o passar do tempo. A reflexão é a melhor forma de um professor ultrapassar os seus problemas, criando estratégias e soluções que sejam passiveis de realizar, superando assim todos os problemas.

Na construção da aula é importante ter em atenção as dimensões de intervenção pedagógica, como a instrução, gestão, disciplina e clima, tentei sempre ao longo do ano guiar as minhas ações através destas quatro componentes. No início estes eram pontos muito difíceis de controlar, pois ainda não me sentia muito integrada e à vontade com todas elas.

No que concerne à dimensão da **instrução**, esta é uma ação que é desencadeada no decorrer da aula pelo professor, para Mesquita e Rosado (2009, p.69) “a instrução ocupa um lugar nobre, ao referenciar-se à informação diretamente relacionada com os objetivos e a matéria de ensino”. A instrução está intrinsecamente ligada com a matéria de ensino, sendo esta uma dimensão tão importante, desde o início do ano procurei adequar e adaptar a minha instrução, utilizando a terminologia adequada e enquadrada à compreensão dos alunos, para que estes fossem capazes de perceber o que pretendia que fizessem. A utilização da terminologia correta de todos os conteúdos específicos, foi uma constante ao longo das aulas, para que os alunos se adaptassem, e integrassem nessa mesma terminologia.

Estando o feedback também interligado com a instrução, este numa fase inicial não era muito emitido. Porque no início do ano não me sentia segura em

transmitir alguns feedbacks aos alunos, mas, a meio do percurso de estágio comecei a sentir-me mais segura, e também comecei a verificar que através dos feedbacks transmitidos aos alunos melhoravam as suas prestações, em função daquilo que era pretendido.

Relativamente à **gestão** da aula, esta foi uma componente bastante difícil, tanto que esta foi alvo de reflexão e reconstrução ao longo de todo o percurso. A gestão da aula tem como objetivo aumentar o tempo de atividade, promovendo um elevado tempo de empenhamento motor aos alunos, garantindo um aumento do tempo disponível para a prática. Este ponto será desenvolvido mais à frente como sendo um dos problemas surgidos na realização da prática.

Quanto à dimensão da **disciplina**, procurei sempre ter esta em conta desde o início até ao final do estágio, se bem que a turma não demonstrava problemas de indisciplina. Adotei para tal uma postura de exigência, demonstrando aos alunos que a disciplina era para ser mantida e que não permitia que estes fossem indisciplinados. Para que a disciplina fosse uma constante, houve a necessidade de ter algumas regras, por exemplo nos desportos coletivos no final de aula haveria sempre jogo formal, mas para tal, os alunos teriam de ter um bom comportamento ao longo da aula e demonstrar empenho em todas as tarefas que lhe fossem atribuídas.

Na minha perspetiva, a disciplina é uma componente que não depende apenas da minha preparação e intervenção, sendo esta também fruto das atitudes dos alunos nas aulas. Esta dimensão depende em grande parte dos alunos, sendo eles os grandes responsáveis pelos seus atos.

Por último a dimensão do **clima** é importante no estabelecimento de relações entre o professor e o aluno, o que também desde sempre me preocupei e tive em consideração. Tive sempre em atenção a afetividade, atenção, respeito, comunicação, sendo estes conteúdos importantes para a compreensão e interação com os alunos. Desta forma mostrava uma grande preocupação nas questões afetivas, sociais, emocionais e psicomotoras na formação da personalidade de cada aluno.

Através de todo o processo de aprendizagem e formação que é o EP, irei referir algumas experiências e problemas que foram surgindo ao longo deste ano, que foram alvo de reflexão e diálogo por várias vezes. Num processo orientado que é o EP, os problemas foram surgindo no confronto com a prática real do ensino, mas através da análise e reflexão esses problemas foram enriquecendo o meu percurso.

Irei abordar alguns temas que foram decorrendo de preocupações ou situações que foram visíveis neste ano, e de que forma eu as tentei ultrapassar.

4.1.2.1. "Provocações" entre alunos e Formação de Grupos

A especificação da questão das provocações entre alunos, resulta do facto de me ter deparado com uma aluna ter sido vítima de *bullying* nas aulas de Educação Física, no 2º ciclo do ensino básico. As principais provocações sofridas foram as críticas e julgamentos negativos feitos pelos colegas, por esta não ter jeito, nem conseguir fazer determinados exercícios.

Se ter uma aluna vítima de *bullying* na escola já é motivo para uma atenção especial por parte do professor, sendo esta vítima de *bullying* nas aulas de Educação Física, é necessário que o professor tenha mais atenção para que esta tenha motivação para a prática nas aulas, e que se integre e se sinta integrada nas mesmas.

O problema surgiu porque durante a sua participação nas aulas de Educação Física, esta recusar-se a fazer jogo (nos jogos desportivos coletivos), então como essa situação me suscitou curiosidade fui junto da aluna e perguntei o porquê desta não jogar. Esta respondeu que não conseguia, e que não era capaz, então perguntei porque é que não conseguia, foi quando ela me disse que não conseguia jogar se os rapazes estivessem a observar o jogo.

Após esta primeira situação, e na ausência de um relatório sobre o problema da aluna, em diálogo com a professora cooperante, tomei como boas as suas informações que caracterizou o caso como o de vítima de *bullying*, também após esta situação as colegas da turma falaram comigo sobre o que a aluna tinha passado anteriormente. Este não se tratava de um problema de participação na aula, nem de incapacidade motora, mas sim um problema da dimensão psicossocial.

De certa forma tentei que a aluna se adaptasse e conseguisse superar as suas dificuldades, ultrapassando esse obstáculo que era realizar o jogo, por várias vezes reformulei as aulas para que esta jogasse só entre raparigas, mas nada do que fizesse conseguia mudar o pensamento da aluna. De certa forma, a única modalidade em que consegui que ela jogasse foi no Basquetebol, pois esta jogava com as colegas, e o resto da turma estava noutros campos a jogar, assim ela tinha a certeza que ninguém estava a ver o seu desempenho a não ser a professora.

Assim sendo o conceito de *bullying* referido por Fante, C. e Pedra, J. A. (2008, p. 9) é que "O *bullying* é bem diferente de uma brincadeira inocente, sem intenção de ferir. Não se trata de um ato de violência pontual, de troca de ofensas no auge de uma discussão, mas sim de atitude hostis, que violam o direito à integridade física e psicológica e à dignidade humana. Ameaça o direito à educação, ao desenvolvimento, à saúde e à sobrevivência de muitas vítimas". Desta forma e segundo o que as alunas me transmitiram, esta ao longo das aulas de Educação Física, quando não conseguia fazer algo que o professor mandava, os colegas faziam troça da mesma, deixando-a em baixo. Em vez de a atitude dos colegas ser positiva e de cooperação, esta era derrotista, desanimando a colega sendo que esta incutiu na sua cabeça o pensamento de que não seria capaz de fazer o que lhe era pedido.

Desta forma, segundo Freire, P. (2005) "A escola ocupa um lugar de privilégio na sociedade (…). É através dela que passa a maioria dos cidadãos, de todas as camadas sociais, etnias, entre outros". Este contexto justifica o facto de que muitas vezes a escola passa a ser a causa absoluta de problemas

sociais e educacionais, em especial o problema do *bullying* escolar. Pois era na escola, mais especificamente nas aulas de Educação Física que a aluna era vítima de *bullying*.

O *bullying,* de acordo com Pereira (2002, p.18), “decorre de indisciplina no contexto escolar, a qual (…) compreende todo o comportamento que vise o não cumprimento da regra, pelo que pressupõe a definição de normas.” Completando a autora refere que “as agressões entre alunos que são vítimas de *bullying*, ao longo dos anos, irão ter graves consequências psicológicas.”

Essas consequências foram notáveis ao longo de todo o ano. A aluna nos desportos coletivos recusava-se a fazer o jogo formal, pois sobrevalorizava a circunstância dos colegas estarem a ver o jogo, e mostrava receio de ser alvo de chacota não realizando o jogo, mas fazia toda a aula normalmente. Já nos desportos individuais a aluna participava, mostrava determinação e nunca se recusou a fazer fosse o que fosse, pois esta dizia: “Eu sei que na Ginástica sou boa professora, e assim ninguém goza comigo.”

Então a primeira estratégia adotada foi, tentar quebrar a barreira de não querer jogar, para tal fiz uma reformulação dos grupos para o jogo, o que não resultou, porque os colegas do sexo masculino iriam estar de fora a ver o jogo.

Como esta estratégia não resultou, prescindi dos objetivos desportivo motores, e utilizei o desporto como meio de reintegração e de reconstrução da aluna. Para que esta conseguisse reestabelecer a confiança no ensino, e na aula, para tal foram utilizadas outras tarefas como a cultura desportiva, condição física e aspetos psicossociais.

No que concerne à cultura desportiva, esta teria de por em prática o seu conhecimento relativo à modalidade, arbitrando o jogo. Na condição física realizava trabalho de força superior, média e inferior, e por último os conceitos psicossociais diziam respeito à sua participação na aula, para que esta não se sentisse posta de lado, mas sim integrada na aula. Ou seja foi feita uma reeducação através do desporto.

A conclusão a que cheguei é que a aluna é capaz de realizar qualquer conteúdo de qualquer modalidade, o que a move é o psicológico, que não a deixa realizar de certa forma os jogos desportivos coletivos pois pensa que os alunos irão fazer troça dela.

Esta situação de certa forma teve influência na formação de grupos ao longo de todo o ano, ao que tive de ter algum cuidado na construção dos mesmos.

No início deste percurso a formação de grupos era sempre a pensar na heterogeneidade a nível motor, pois desta forma os alunos com um melhor desempenho motor poderiam ajudar os colegas que não se revelassem tão bons a nível motor, assim iria desenvolver mais os aspetos psicossociais ao longo da aula. Mas esta sugestão caiu muito facilmente, devido ao problema da aluna, que foi vítima de *bullying*.

Na sequência normal do processo de ensino aprendizagem houve a necessidade de fazer grupos homogéneos, colocando a turma por níveis. Isto implicava planear por níveis e a organizar melhor do espaço da aula. A aluna protegida pela rotina ficou assim a jogar com colegas do mesmo nível e do mesmo sexo, não interagindo com os rapazes. Este problema acabou por influir de maneira clara em aspetos de formação de grupos por toda a turma.

Assim sendo, chegou a um certo ponto que foi necessário “puxar” para um nível superior os alunos que estavam num nível intermédio, o que teve como resultado a formação de novos grupos, ficando assim dois grupos de trabalho, heterogéneos.

Foram criados dois grupos heterogéneos (por níveis de desempenho e sexo) e um grupo homogéneo. Desta forma no grupo homogéneo, estava a aluna que não consegui realizar os exercícios com os colegas do sexo masculino, estando só nesse grupo raparigas. E nos dois grupos heterogéneos, estavam inseridos dois níveis de desempenho (nível intermédio e superior), podendo assim o nível intermédio subir e desenvolver-se para o nível superior, com a ajuda dos colegas do nível superior, que criavam situações para esse

desenvolvimento. Aqui é de salientar que os conceitos psicossociais de cooperação, autonomia e responsabilidade estavam mais implícitos.

"Os grupos de trabalho foram reformulados, a meio da aula, para que os níveis de trabalho pudessem trabalhar em conformidade, com o que lhes era pedido." (Reflexão da aula nº7 e 8 da Unidade Temática de Basquetebol)

"A turma foi dividida por 3 níveis de desempenho (mas após a estruturação ficaram dois níveis de trabalho), estando o nível superior distribuído juntamente com o nível intermédio, para que o nível intermédio pudesse avançar mais do que aquilo que era possível, ou seja, o nível intermédio trabalhou juntamente com o nível mais avançado para desenvolver e adquirir melhor os conteúdos a serem transmitidos". (Reflexão final da Unidade Temática de Basquetebol)

Para chegar a esta construção dos grupos, foi necessário um diálogo permanente com a professora cooperante, ao longo de todo o processo de estágio. De aula para aula, em algumas reuniões era debatido este problema dos grupos, e como poderia colmatar o mesmo, inserindo todos os alunos, e para que todos pudessem avançar e ter um maior desenvolvimento motor nas aula de Educação Física.

Esta estruturação dos grupos funcionou, bem sendo que os pares se ajudaram mutuamente no decorrer das aulas, foi muito importante este espírito de equipa, colaboração e entre ajuda entre todos os alunos. Acho que todo este trabalho também ajudou a reformular o pensamento e modos de agir de todos os alunos, tornando a turma mais coesa.

4.1.2.2. Gestão do tempo de aula, material e dos conteúdos

> "O sistema de gestão das tarefas corresponde a um plano de ação do professor que tem, ainda, por objetivo a gestão do tempo, dos espaços, dos materiais e dos alunos, visando obter elevados índices de envolvimento (…), fazendo uso eficaz do tempo"
>
> (Rosado A. e Ferreira V., 2009, p. 189)

No início da prática pedagógica foi difícil a adaptação à realidade existente na escola, pois a formação académica anterior deu-nos conhecimentos e competências que seriam necessários para esta prática, mas esses nunca tinham sido colocados em prática numa situação real, onde tivesse de planear para uma turma, sendo eu a responsável por essa mesma turma. Ter de planear, implica conseguir gerir tudo, o que numa fase inicial foi muito difícil.

A minha maior dificuldade nas primeiras aulas foi o controlo do tempo, relativamente à gestão dos exercícios, transição e organização dos mesmos. Para Rosado A. e Ferreira V. (2009, p. 189) "do ponto de vista da gestão do tempo, a agenda do professor orienta-se no sentido de aumentar o tempo de atividade motora específica, garantindo tempo disponível para a prática."

O tempo que destinava aos exercícios não contava com o tempo de instrução, quando os alunos começavam a exercitar o mesmo, só teriam metade do tempo destinado (desta forma não iria ao encontro do pensamento referido por Rosado e Ferreira). Quando isto acontecia não queria deixar passar o tempo reservado para o exercício, então quando acabava o mesmo e passava para o próximo exercício, acontecendo a mesma situação. Muitas vezes chegava ao final das aulas, e parecia que os alunos não tinham conseguido fazer nada, porque o tempo tinha sido escaço. Isto acontecia porque queria sempre cumprir com o plano de aula até ao fim, tal e qual como

estava destinado, mas este era só um documento formal das aulas, e com o passar do tempo fui começando a gerir melhor esse tempo.

A gestão do tempo de aula surgiu por isso mesmo, com o pouco tempo destinado aos exercícios, não estando os alunos inteirados da sua realização. Da análise em torno da questão da gestão, percebi que: o desconhecimento pela duração real das trefas e o número de repetições estipuladas para cada aula não eram as apropriadas.

Pois o que acontecia é que queria avançar na matéria sem ter a noção do tempo, tornando-se a aula muito extensiva, com demasiados conteúdos para serem abordados, sendo o plano de aula muito longo.

Foi através do processo reflexivo, e das reuniões com a professora cooperante que começaram a surgir as novas reformulações em função do tempo de cada exercício, especificando no plano de aula, o tempo destinado para a explicação, transição e organização dos exercícios. Desta forma o plano de aula tornou-se verdadeiramente um documento orientador do professor, constando no mesmo toda a organização dos exercícios, a formulação dos grupos relativamente aos mesmos, e o tempo de cada um, contando com a transição entre eles.

4.1.3. Avaliação

A avaliação é um processo de recolha de informações necessárias para um desempenho mais correto, esta é um agente regulador de todo o processo de ensino aprendizagem. A avaliação é muito importante na aprendizagem dos alunos, pois é através da mesma que o professor verifica a evolução dos alunos, e todos os conteúdos que foram sendo adquiridos pelos mesmos ao longo das aulas. Para Arends (1997, p.228) “a avaliação é uma função desempenhada pelo professor com o objetivo de recolher a informação necessária para tomar as decisões corretas”.

A ***avaliação inicial*** (ou diagnóstica) é realizada no início de uma unidade temática, o que irá permitir ao Professor determinar todo o planeamento, relativamente aos conteúdos e extensão da matéria, através de uma análise detalhada de conteúdos. É através desta avaliação que se "traçam" todos os caminhos para a evolução do aluno.

Numa fase inicial deste processo, foi muito difícil, e provavelmente desajustado, devido à inexperiência, contudo após uma primeira avaliação e junto da professora cooperante foi possível, ver realmente qual o potencial dos alunos, permitindo assim um planeamento mais ajustado em função à realidade que se apresentava após a avaliação.

Avaliar torna-se uma tarefa complexa, principalmente quando não se conhece os alunos, numa fase inicial esta situação é bem notória, à qual me deparei no início do ano letivo.

"*A grelha de avaliação diagnóstica foi difícil de preencher, esta era extensa e como ainda não conheço muito bem os alunos ainda mais difícil se tornou o preenchimento.*" (Reflexão da aula nº 1 e 2 da Unidade Temática de Andebol, 20.09.2012)

Com o passar do tempo este processo foi sendo mais fácil de executar, pois apesar de já conhecer os alunos, também já sabia de que é que estes eram capazes, pois acompanhei todo o seu processo e desenvolvimento relativamente aos conteúdos que seriam avaliados. "A avaliação é uma análise cuidada das aprendizagens conseguidas face às planeadas" (Mesquita, I., Slides da Unidade Curricular de Didática Geral, 2012)

Após determinar o ponto de partida de cada aluno, deparamo-nos com outro tipo de avaliação, este é bem mais discreto, a ***avaliação formativa***. Esta avaliação é contínua, pois acompanha todo o processo de ensino e aprendizagem. De acordo com Rosado et al. (2002), "a avaliação formativa ajuda a gerir o processo de ensino-aprendizagem, identificando as estratégias que se revelam pouco adequadas para a aprendizagem dos alunos." Esta avaliação tem algumas particularidades, podendo ser formal ou informal.

Durante este ano de EP, a avaliação formativa dos alunos foi sendo informal, pois refletia durante e após cada aula sobre o desenvolvimento dos alunos, verificando assim se havia ou não uma evolução. Para Bento (2003, p.174) "sem um trabalho de reflexão suficientemente aprofundado não é possível a avaliação dos alunos (…).", desta forma torna-se necessário, e essencial uma reflexão após as aulas, garantindo assim um melhor desenvolvimento por parte dos alunos e também da prática profissional do docente.

Segundo Arends (1997, p.229) "a avaliação formativa não é utilizada para fazer julgamentos sobre o trabalho do aluno; é utilizada para fazer juízos sobre assuntos como a formação de grupos de alunos, planos de unidade (…)". Ou seja a avaliação formativa ajuda o professor a perceber quais os conhecimentos dos alunos e as suas competências, ajudando posteriormente na gestão e organização da turma.

Segundo Bento (2003, p.180) "a análise e avaliação do ensino orienta-se por dois sentidos dominantes: a *definição do estado alcançado* (o que os alunos alcançaram na aula); e a *precisão dos planos do professor* (o que deve ser melhorado) ". Assim aula após aula refletindo sobre as ações do aluno, e do professor, será mais fácil de situar e planificar avaliação, melhorando todos os aspetos que ainda não foram ao encontro do objetivo traçado. Todos estes aspetos vão ao encontro das palavras mencionadas por Bento (2003, p.190) que diz que "a reflexão posterior sobre a aula constitui a base para um ajustamento na planificação das próximas aulas…".

Com o decorrer da unidade temática surge no final da mesma a ***avaliação sumativa***, esta faz um juízo global sobre o desenvolvimento motor, dos conhecimentos, das competências e das atitudes dos alunos. "A avaliação sumativa, procede a um balanço de resultados no final de um segmento extenso de ensino." (Mesquita, I., Slides da Unidade Curricular de Didática Geral, 2012)

Esta avaliação permitirá chegar a uma classificação final do aluno, tendo em conta todas as suas competências adquiridas, e a sua evolução ao longo da unidade temática. No fim da mesma o professor terá a noção se o ensino foi

adequado e eficaz segundo as exigências do aluno e se os objetivos foram atingidos.

A avaliação sumativa é mais um processo de recolha de dados, para chegar à classificação final de uma determinada modalidade, tendo em atenção a sua evolução, e os objetivos conseguidos durante todo o percurso. Seguindo assim o conceito de Arends (1997, p.229) que diz que o objetivo da avaliação sumativa é "sumariar o desempenho de um determinado aluno, grupo de alunos (..), num conjunto de metas ou objetivos de aprendizagem"

No final de todo este processo os alunos também deverão ser capazes de se auto avaliarem, identificando os seus erros e sucessos relativamente ao processo de ensino aprendizagem, podendo haver posteriormente uma comparação com as avaliações do professor, podendo justificar as mesmas.

"Na sua maioria os alunos tem uma noção do trabalho realizado durante as aulas, mas alguns mostraram-se surpreendidos com as notas dos desportos coletivos." (Reflexão da aula nº 2 e 3 da Unidade Temática de Badminton)

Como refere Carrasco (1985, p. 23), a ***autoavaliação*** é um "processo de ajuda ao sujeito, para a sua realização pessoal." Neste caso, se não houver harmonia com a decisão do professor, posteriormente deve ser estabelecido um diálogo com o aluno, explicando todo o processo de avaliação e mostrando ao mesmo quais os objetivos que este alcançou ao longo do ano, perante aqueles que estavam pré-estabelecidos.

O processo de auto avaliação nesta turma, foi um processo que revelou que os alunos são capazes de se auto avaliarem em conformidade com os critérios. Estes eram conhecedores dos conteúdos em que eram avaliados, e a forma como também o era avaliados, contando desde o seu desempenho motor, até às atitudes que os mesmos tinham nas aulas. Os alunos neste processo mostraram-se conscientes daquilo que faziam e do que eram capazes.

A avaliação deve ser feita em relação ao processo e não em relação ao trabalho final.

4.2. Área 2 e 3 – Participação na Escola e Relações com a Comunidade

Neste ponto irei referir todas as atividades em que participei ao longo deste ano letivo. Assim sendo o estudante estagiário deve ter em consideração todas as atividades não letivas, tendo como objetivo a sua inclusão na comunidade escolar. A Educação Física e o professor, têm como função promover o sucesso educativo das atividades desportivas, intervindo e participando nos projetos de forma contextualizada, cooperativa, responsável e inovadora.

É necessário que o estudante estagiário tenha conhecimento do contexto local em que se encontra a escola, dispondo de um conjunto de atividades que exploram esta ligação ao meio envolvente.

O objetivo é contribuir para a promoção do sucesso educativo, no reforço do papel de professor de Educação Física na escola e na comunidade local, através de uma intervenção contextualizada, cooperativa, responsável e inovadora.

Durante o processo de estágio os estudantes estagiários devem acompanhar algumas atividades, como a Direção de Turma, o Desporto Escolar e Atividade Desportiva realizada para a comunidade escolar, sendo esta desenvolvida pelos Núcleos de Estágio da Escola Secundária de D. Dinis.

4.2.1. Atividades do Processo de Estágio

4.2.1.1. O Papel do Diretor de Turma

De acordo com as Normas Orientadoras do EP, o estudante estagiário deve “compreender o papel de diretor de turma na sua relação com os pares, sob o ponto de vista administrativo e de gestão de relações humanas (…)”. (Matos, 2012)

Desta forma no início do EP, foi colocada a questão de qual atividade a que me propunha a seguir durante o ano, rapidamente decidi pelo Desporto Escolar, contudo no desenrolar do ano dei mais atenção às tarefas da Direção de Turma, acompanhando as mesmas de perto.

Assim, no que diz respeito ao Diretor de Turma, este faz as pontes de ligação entre a escola e os encarregados de educação, entre os alunos e os professores, e entre os professores e os encarregados de educação e vice-versa. Pois esta comunicação é essencial e fundamental em todo o processo de ensino aprendizagem, pois os encarregados de educação têm uma cota parte de responsabilidade em educar os seus filhos, e dirigi-los para que o seu ensino seja numa perspetiva de um futuro melhor, sendo este desenvolvimento acompanhado pelos professores.

Desde o início deste processo, que assisti às reuniões do Diretor de Turma com os encarregados de educação, e também assisti a todas as reuniões do Conselho de Turma. Relativamente às reuniões com os encarregados de educação posso dizer que o Diretor de Turma deve ter um discurso coerente e racional, sendo capaz de ouvir e respeitar as várias opiniões que possam surgir pelos encarregados de educação. Deve saber gerir a informação e coloca-la de uma forma mais simplificada para que todos os presentes a possam compreender. Nestas mesmas reuniões o Diretor de Turma deve fazer referência a todos os aspetos que perturbam o bom funcionamento das aulas, referindo os alunos problemáticos, e aqueles que também são distraídos, procurando estratégias para colmatar esse problemas, assegurando assim o sucesso escolar dos alunos. Para tal o Diretor de Turma deve possuir uma série de competências específicas de dinamização e condução de reuniões.

Devo salientar que numas das reuniões com os encarregados de educação fui confrontada por um dos encarregados com a nota de educação física.

"Pela primeira vez fui confrontada por um dos EE com a nota de Educação Física, não foi bem um confronto, um dos EE disse á DT que não compreendia a nota do seu educando e esta respondeu que os alunos são avaliados na execução de muitos exercícios, e disse que eu também poderia explicar. Eu respondi que todos os alunos são avaliados em desportos coletivos e individuais, não esquecendo o trabalho que foi executado no 1º Período, o teste escrito do 2º Período as atitudes durante as aulas e o conhecimento demonstrado nas mesmas. Pois a avaliação e contínua, e tudo conta desde o 1º Período até ao momento." (Reflexão de dia 10 de Abril 2013, Reunião Avaliação do 2º Período com os Encarregados de Educação)

Acho que estas situações existem porque os encarregados de educação muitas das vezes não sabem quais os critérios de avaliação, e por vezes fazem comparações descabidas, pois uma comparação que o encarregado de educação fez, foi: "Acho que o meu filho é melhor do que as raparigas em Educação Física.". Logo esta afirmação leva-me a pensar que o educando não explica ao pai como é que é avaliado, então este faz este tipo de comparações para se explicar.

Em relação às reuniões de Conselho de Turma, o Diretor de Turma é quem coordena as atividades nas mesmas, devendo este coordenar todos os professores das várias disciplinas correspondentes à turma, estando por dentro de todos os assuntos que vão surgindo ao longo do ano. Nestas mesmas reuniões eram asseguradas todas as atividades a desenvolver com os alunos, através da elaboração de planos de trabalho, eram debatidas e discutidas estratégias para desenvolver e melhorar o desempenho dos alunos, e também eram feitas todas as avaliações relativas aos alunos. Nesto ponto posso referir que inicialmente sentia que não estava integrada com todo o processo, e realmente não estava, na primeira reunião de avaliações de Conselho de Turma não sabia o que fazer, à medida que iam sendo referidas as notas dos alunos eu apontava as mesmas, e no final se fossem feitas algumas sínteses relativamente aos mesmos também as subescrevia. Mas como é habitual a professora cooperante preenche uma grelha com a nota de todos os alunos,

ficando no final com as melhores médias da turma e qual a média final da mesma, em todos os momentos colaborei com a professora.

A função do Diretor de Turma é muito importante, tendo este de ter muita organização e responsabilidade, esta função deve ser exercida pelos professores que são capazes orientar o bom funcionamento da turma e dos alunos, procurando desenvolver o seu trabalho em colaboração com todos os agentes que estão diretamente ligados ao projeto educativo e na vida escolar do aluno.

4.2.1.2. O Desporto Escolar

Uma vez que o seguimento do Desporto Escolar também faz parte das normas orientadoras do EP, tendo o estudante estagiário de "compreender a atividade de ensino e de treino do mesmo" (Matos, 2012), fui assistir a alguns dos treinos da equipa de Futsal Feminino.

O Desporto Escolar tem como objetivo "combater contra o insucesso e abandono escolar, promovendo a inclusão e a aquisição de hábitos de vida saudáveis através da prática desportiva." (Programa de Desporto Escolar, p. 4) Ou seja todos os alunos têm o direito de participar no Desporto Escolar, sendo este uma forma de integração dos mesmos na comunidade escolar, tendo em atenção as modalidades em que participa e o seu escalão.

Segundo o Programa de Desporto Escolar (que se estende de 2009 a 2013), este deve ser implementado nas escolas pelos Professores de Educação Física, com um cariz não-curricular nem obrigatório, devendo este ser articulado horizontal e verticalmente com as atividades curriculares disciplina de Educação Física, contribuindo para a evolução progressiva do aluno.

Existem várias modalidades por onde os alunos da Escola Secundária de D. Dinis podem escolher, entre: Andebol masculino, Futsal feminino, Natação e Ginástica. A adesão por parte dos alunos não é muita relativamente

ao Desporto Escolar, o que na sua maioria dizem é que se as modalidades fossem outras estes provavelmente aderissem a este programa.

As condições que a escola apresenta são excelentes, visto que agora temos pavilhão de Ginástica, a modalidade de Natação é desenvolvida em parceria com o Ginásio Clube de Santo Tirso nas piscinas do mesmo, as modalidades coletivas são desenvolvidas e realizadas na escola em dias diferenciados.

Relativamente à modalidade que acompanhei mais durante o ano foi o Futsal feminino, que desde sempre nesta escola teve bons resultados, não só devido aos bons desempenhos das equipas, mas também aos valores educativos que os professores faziam passar ao longo de todos os treinos. É de salientar que as equipas de Futsal nesta escola sempre foram coesas e muito fortes, pois as alunas apoiavam-se muito umas nas outras e a equipa deste ano não é exceção. Havia uma boa relação entre equipa e também com a professora responsável pela mesma.

Ao longo dos treinos foi possível verificar o interesse, empenho, motivação e entre ajuda que as alunas tornavam evidentes em todas as tarefas que lhes eram propostas, completando as mesmas com satisfação e entusiasmo.

Para finalizar é de salientar que na sociedade em que vivemos hoje cada vez mais sedentária, este projeto é uma forma privilegiada de implementação do desporto nas crianças e jovens, estando também associada à transmissão de cultura e educação, sendo esta prática gratuita e sem nenhum custo. O Desporto Escolar tem um papel importantíssimo no desenvolvimento escolar e integral do aluno.

4.2.1.3. Workshop “As dificuldades de aprendizagem e o sucesso educativo”

Este workshop decorreu na Biblioteca Municipal de Santo Tirso, pelas nove e trinte minutos com o tema “As dificuldades de aprendizagem e o sucesso educativo”.

O Diretor da escola, Carlos Teixeira, deu início ao workshop com alguns agradecimentos, destacando o professor Vítor e a sua presença e iniciativa pela divulgação à comunidade escolar do que pode ser feito em relação aos alunos com dificuldades de aprendizagem específica, e quais os seus problemas.

Foram referidas quais as dificuldades na aprendizagem de caráter geral, sendo elas:

- Desmotivação;
- Cultura/privação familiar;
- Identificação/empatia com o professor;
- Perturbações emocionais;
- Currículo desajustado;
- Métodos e estratégias inadequados.

Após a explicação de cada uma destas dificuldades, foram expostas as componentes específicas relativamente às dificuldades de aprendizagem geral, especificamente:

- Distúrbio de caráter neurológico (disfunção, desorganização);
- Neurónios lentos (alteram o processamento da informação).

Posteriormente, duas professoras que também participaram no workshop, demonstraram os vários teste que podem ser realizados fazendo um diagnóstico aos alunos com dificuldades de aprendizagem específica.

Neste workshop foi transmitida uma grande quantidade de informação relativamente às aprendizagens e estratégias de intervenção junto desta população especial.

4.2.1.4. Testes de Fitnesgram para os docentes

Numa das reuniões iniciais com a professora cooperante surgiu a ideia de aplicar a bateria de testes Fitnessgram a todos os docentes que quisessem avaliar a sua aptidão física relacionada com a saúde. Este convite chegou aos restantes docentes da escola, via email, através do Grupo 620 de Educação Física.

Desta forma contamos com a presença Professores Cooperantes e mais 3 professores, apesar do baixo número de participantes, a atividade foi enriquecedora e permitiu integrar-me na realização e funcionamento desta bateria de testes.

Foi uma tarde repleta de experiências e aprendizagem, visto se tratar de uma bateria de testes que apesar de já ter realizado alguns deles como aluna, havia outras que desconhecia. Assim, foi possível aprender a realizar cada um dos testes que mais tarde foram aplicados na minha turma, como tal, esta foi uma experiência inicial de integração nos testes de Fitnessgram.

4.2.1.5. 3º Congresso Internacional sobre Saúde e Desporto – Programa Santo tirso comVida

O Projeto Santo Tirso comVida, iniciou-se há três anos (2009) com o intuito de estudar o desenvolvimento de práticas de vida saudáveis e os aspetos do crescimento, da atividade e aptidão física dos jovens, desenvolvimento e saúde dos alunos e respetivas famílias.

Assim sendo no dia 13 de Outubro foi lançado o terceiro livro relativamente ao projeto, sendo este livro elaborado para evidenciar o término deste projeto, e com o intuito de mostrar todos os presentes e acompanhantes do projeto, quais os objetivos que foram alcançados e conseguidos por parte dos alunos, pois estes e as respetivas famílias é que foram a amostra deste grande projeto.

Para este projeto, foi pedida a colaboração de todos os alunos e familiares, da Escola Secundária de D. Dinis, sendo que a sua amostra variou de ano para ano. No primeiro ano (2009-2010) foi recolhida informação de 986 alunos e de 63 famílias. No segundo ano (2010-2011) diminuiu a informação relativamente aos alunos sendo avaliados 847, mas em relação aos familiares esta informação aumentou, juntando 78 famílias, neste segundo ano também foram amostrados 42 professores e funcionários. No último ano (2011-2012) do estudo foram amostrados 846 alunos, 44 famílias e 52 professores e funcionários.

Os métodos utilizados para a recolha dos dados foram imensos mais especificamente: crescimento físico, composição corporal, tipo físico (somatótipo), atividade física, aptidão física normativa e criterial, síndrome cardiometabólica, comportamentos e hábitos alimentares, maturação biológica, estatuto socioeconómico, perceção do estado de saúde, informação associada à hipótese de Barker e saúde óssea.

Este congresso foi todo ele feito em função de palestras, com o intuito de revelar os resultados obtidos durante estes três anos de investigação. Mostrando desta forma que a nossa população é obesa, e que nós como profissionais de Educação Física temos de contornar esta situação e moldar o carácter e personalidade dos nossos alunos para que estes sejam jovens mais ativos, prevenindo o risco de doenças.

4.2.1.6. Ação de Formação Primeiros Socorros em Meio Escolar

Nesta ação de formação foram falados de todos os acontecimentos que podem surgir em meio escolar. Tal como queimaduras, fraturas, entorses, picadas, feridas, intoxicações, entre outros problemas. Achei a sessão bastante importante, pois foram falados alguns assuntos que não sabia como tratar, tais como as intoxicações, objetos estranhos, convulsões, em todas as situações foi apresentado o que devemos fazer e o que não deve ser feito.

No final foi explicado como parte prática como deve ser feita a manobra de heimlich, e como é que se coloca uma vítima em posição lateral de segurança.

Esta formação foi bastante interessante e produtiva, pois existem aspetos, tal como desinfetar uma ferida, que não sabia como havia der ser feito, inicialmente pensava que esta poderia ser desinfetada com água oxigenada, ou soro fisiológico. E realmente pode ser utilizado o soro, mas a água oxigenada não deve ser utilizada, pois esta danifica os tecidos, fazendo alterações na cicatrização, não ajudando a mesma. Em suma a desinfeção das feridas, pode e deve ser feita com soro ou água e sabão, não é necessário mais nada para a desinfeção. Este é um aspeto bastante importante, mesmo também para os funcionários da escola, pois eles lidam todos os dias com estas situações, e estes também antes de iniciar o ano letivo tiveram uma formação semelhante a esta.

4.2.1.7. "D. DINIS ATIVO"

A atividade de referência "D. Dinis Ativo", foi realizada no dia 9 de Abril, esta foi concebida e desenvolvida pelos núcleos de Estágio, estando esta integrada no Plano Anual de Atividades, tendo em atenção as premissas das normas orientadoras do EP, que seria "promover pelo menos uma ação no âmbito de atividades desportivas, que facilite a integração e a socialização dos alunos e também que promova sinergias com a comunidade." (Matos 2012)

Na realidade esta foi a primeira vez em que organizei uma atividade, não sabendo desta forma por onde começar, vendo quais os pontos a ser tratados, tal como patrocínio e pedidos a serem feitos. Sei que eram precisos alguns cuidados e muita responsabilidade e atenção, mas como era a primeira vez que organizava teria de estar atenta a todos os pormenores.

As primeiras reuniões foram em torno de como seria a atividade, quais as atividades a serem inseridas nesse mesmo dia, então o que foi surgindo foram atividades que não são abordadas na escola, podendo os alunos ter

noção de atividades com que nunca tiveram nenhum contacto. Já que alguns de nós tínhamos contactos com algumas modalidades externas à escola decidimos iniciar com as mesmas, originando assim a Aeróbica, a Capoeira o Karaté e a Escalada. Outra dificuldade encontrada ao longo do percurso foi escolher um nome adequado para a atividade, inicialmente o nome que surgiu foi C.A.K.E. day, o que não teria nada a ver porque iria induzir no dia do bolo, não remetendo para aquilo que queríamos que era a atividade física e saúde.

Em seguida tivemos em atenção como seriam feitas as inscrições, que escolas poderíamos convidar, os pedidos a fazer, como a parede de escalada, e a identificação dos professores e alunos colaborantes na atividade. Após estarem avançados estes processos procedemos à recolha das inscrições, e posteriormente começamos a pensar em como é que os alunos que iriam participar poderiam estar identificados. Tentamos reduzir os custos ao máximo, não precisando de pedir qualquer verba em dinheiro à escola para fazer t-shirts e mascotes, então para a mascote foi aproveitado um fato que já existia, e para as t-shirts e estampados foram pedidos patrocínios, que desde sempre se mostraram disponíveis para qualquer coisa que fosse necessária.

Sempre que possível os dois núcleos iam-se reunindo para fazer todos os preparativos para a atividade, trabalhando sempre em conjunto, tendo por vezes de distribuir tarefas, como as reuniões com os alunos que iriam ajudar na organização. Na sexta anterior à atividade reunimo-nos para tratar das credenciais, certificados para os participantes, combinando que na segunda-feira seguinte nos iriamos reunir para tratar de assuntos que ficassem pendentes, teríamos também de estar presentes na escola para “receber” a parede de escalada. Para a parede ainda era necessário o material como pregas, boldriés, mosquetões, gri-gri, cordas. Esse material só poderia ser entregue na parte da noite sendo as pregas montadas por um professor que é o responsável pela montagem das mesmas. Então como também era necessário retirar as balizas e delimitar o espaço para as atividades fomos para a escola na noite de segunda-feira, deixando já tudo pronto para o dia seguinte. Por instantes ficamos preocupados, pois o professor responsável pelo material

de escalada disse que não tinha o mesmo com ele, com algum anseio, lá veio o material, saímos da escola por volta da 23 horas, e eu fiquei com um nervosinho miudinho na espectativa de que tudo corresse pelo melhor.

Chegado ao derradeiro dia o encontro estava marcado para as 8 horas da manhã na escola, para recebermos os alunos do curso profissional que nos iriam ajudar dando-lhes as indicações necessárias para as suas tarefas.

A entrega das credenciais estava destinada para as 9horas, mas os alunos começaram a chegar por volta das 8h45minutos, formando ali uma mancha grande de alunos à entrada do pavilhão. Após todas as credenciais estarem entregues, um dos estagiários ficou responsável pela verificação das listas e os restantes seguiram para que a atividade desse início.

No geral a atividade correu muito bem, começando a mesma a horas e terminando também a horas, todas as transições de atividade para atividade correram também muito bem com a ajuda e colaboração dos alunos que estavam encarregues por nos ajudar, na montagem do material para a atuação da ginástica Acrobática do Desporto Escolar, tudo funcionou, dentro do que estava previsto. Em conjunto com a nossa atividade decorria a Mostra da Saúde, em que os alunos que estavam inscritos teriam de ir visitar, recebendo ai o seu reforço alimentar.

Foi feita uma surpresa para toda a comunidade escolar convidando a atleta e ex-aluna Sara Moreira, que nos ajudou com a sua presença, foi um momento de grande relevo na nossa atividade em que todos os alunos estavam de olhos postos na “nossa estrela”. Após algumas palavras do diretor e de algumas lembranças entregues a atividade continuou, terminando com o Karaté.

Em suma e de salientar a boa disposição, empenho, entrega e dedicação dos alunos que se inscreveram nas atividades, pois o entusiasmo era tanto que alguns mesmo não estando inscritos em algumas das atividades mesmo assim pediram para participar. É importante referir que os alunos aderiram em massa a esta atividade que trouxe modalidades algo diferente

daquilo que é transmitido/lecionado na escola. O balanço da atividade é muito positivo, e no final da mesma foi “um peso que me saiu dos ombros”, pois estava muito ansiosa e com medo que alguma coisa corresse mal, pois os imprevistos acontecem e às vezes esses imprevistos não são contornados o que não foi o facto. Tenho muito a agradecer a ajuda dos Professores Cooperantes, que ajudaram no *“timing”* de entrega dos documentos com os pedidos, no envio das inscrições para os professores, e também às turmas do profissional que foram uma grande ajuda na organização para que a atividade corresse da melhor maneira.

O objetivo da atividade “D. Dinis Ativo” era:

- Motivar a população alvo para a prática desportiva;
- Sensibilizar um maior número de pessoas para a sua prática;
- Promover o convívio entre pessoas com um gosto pela prática desportiva;
- Promover desportivamente a Escola;
- Fomentar a cultura desportiva;

Acho que o nosso objetivo foi atingido, pois conseguimos chamar um forte número de alunos (cerca de 350) para a participação nas várias atividades, estando estes empenhados. A dedicação e o trabalho para a realização desta atividade foi mútua e os dois núcleos de estágio trabalharam sempre para um produto final em comum para todos. Fomos um grupo coeso que trabalhou para que o objetivo fosse alcançado, o único ponto menos bom a nosso favor foi o cumprimento dos prazos, a entrega de cartas e afins, que foi com o apoio dos Professores Cooperantes que conseguimos ultrapassar esta fase.

Tudo dará certo com empenho, trabalho e dedicação por parte de todos sendo possível atingir os nossos objetivos.

4.3. Área 4 – Estudo

4.3.1. Projeto Colaborativo de Investigação

4.3.1.1. Introdução

No âmbito da realização do estágio profissional, pretende-se que os estudantes estagiários recorram à investigação como forma de complementar a prática pedagógica, sendo uma tarefa que contribui significativamente, para a formação integral e abrangente do estudante estagiário.

Ainda na fase de escolha do tema a aprofundar através de um processo investigativo formal surgiu a possibilidade da participação dos núcleos da escola de Santo Tirso num projeto liderado por uma estudante de doutoramento.

A relação de colaboração da escola e dos professores cooperantes com o gabinete de um dos orientadores do trabalho, professor Rui Garganta, abriu portas ao desafio que, foi aceite pela totalidade do núcleo.

A participação num projeto desta natureza satisfazia plenamente o desenvolvimento das capacidades investigativas e ainda acrescentava a mais valia de participar num desafio investigativo mais alargado, que mobiliza várias instituições e sobretudo obriga à partilha de diferentes olhares científicos. O carácter multidisciplinar do projeto comparticipante de diferentes formações científicas de base, foi mais um incentivo à nossa formação.

Por outro lado, mas não menos importante, a atração para participar no projeto baseou-se na sua multidisciplinariedade que envolveu várias instituições, entre as quais: Faculdade de Desporto, Belas Artes, Medicina e Engenharia da Universidade do Porto, a Escola Secundária de D. Dinis e o Instituto Nun’ Alvres, bem como o desenvolvimento de várias competências inerentes à função docente, designadamente, partilha, cooperação e conhecimento.

A nossa participação traduzir-se-ia na colaboração na recolha de dados do projeto geral enquanto núcleos, individualmente mas em conjunto e, na procura de um sentido pedagógico para os desafios abertos do projeto.

O projeto constatou que as estratégias de combate à obesidade não têm funcionado principalmente, devido, à falta de motivação para a prática de exercício físico regular. Neste sentido, a doutoranda idealizou com o seu projeto designado de *FunnActive,* conceber uma forma apelativa e divertida, sob a forma de um jogo interativo, combater esta tendência, aumentando assim os níveis de exercício físico.

Assim, este novo conceito de jogo desenvolve-se numa plataforma que converte a energia cinética, induzida pelo movimento dos jogadores, em energia elétrica. Os resultados obtidos pelos jogadores serão guardados e enviados para um *site* próprio que funcionará como uma rede social, onde será possível acompanhar e monitorizar o exercício realizado, o gasto calórico e os índices de atividade física.

Embora com objetivos de formação distintos e pontos de partida diferentes, a nossa participação consubstanciou-se numa ajuda científica ao trabalho científico. Tendo este trabalho uma componente fortemente científica, foi necessário dar-lhe uma componente pedagógica. A nossa participação neste projeto implicava dar significado pedagógico para conseguir atingidos objetivos implícitos à nossa função.

Perante as problemáticas levantadas pelo projeto, uma primeira pergunta se nos colocou: onde está a dimensão pedagógica do projeto?

Um projeto com população escolar em escola pública e privada, que implica exercício físico sobre a forma de jogo que pretende relacionar-se com o combate à obesidade. Perante isto, o nosso contributo seria estabelecer a articulação com os objetivos educativos da escola em particular da educação física.

Desta forma, seguindo os interesses de cada um chegamos aos seguintes temas:

1. Motivação e educação física (Rui Castro);
2. O efeito do jogo (*exergame*) nos níveis de atividade física (Teresa Abreu);
3. Comparação dos níveis de atividade física entre géneros e escolas (Cátia Gomes);
4. O papel/objetivos da educação física, na escola (Ana Rita Ferreira e Luís Fernandes);
5. As condições externas da aula (Tiago Ferreira).

No que concerne à motivação, esta surge como um interesse peculiar do estudante estagiário que trata o tema, demonstrado desde o início deste processo, bem como da importância e a forma como o jogo influencia motivacionalmente a prática de exercício físico.

Relativamente ao efeito do jogo, inicialmente o objetivo era aferir o efeito do jogo (*exergame*) nos níveis de atividade física, contudo tendo a intenção de tratar pedagogicamente este tema, a abordagem passou por perceber a conceção de jogo e a evolução do mesmo até às novas tecnologias, visando o jogo pedagógico e como atividade.

No que diz respeito à comparação dos níveis de atividade física entre géneros e escolas, este surge devido ao projeto ter sido gizado para contemplar uma escola pública e uma privada. Desta forma, pareceu pertinente verificar se existe diferenças dos níveis de atividades física entre as duas escolas e, em simultâneo, verificar as diferenças desses níveis de atividade física entre géneros.

No que concerne ao papel/objetivos da educação física na escola, houve a necessidade de enquadrar este tipo de proposta “jogo virtual” nos objetivos da educação física. Assim, o papel da disciplina de educação física justifica a revisão dos objetivos que legitimaram a sua presença no seio das disciplinas escolares e perceber como se encontra atualmente.

Relativamente ao último tema, o projeto levantava a hipótese de transformar o movimento dos jogadores em energia elétrica. Surgiu a

necessidade de perceber até que ponto esta possibilidade tem sentido na escola. Todavia, depois de algumas hesitações, o projeto foi orientado para as condicionantes externas da aula e, assim tomarmos a noção de ambiente em sentido mais restrito.

4.3.1.2. Revisão da Literatura

a) Análise dos Programas de Educação Física

Preâmbulo

A necessidade de se criar, em todas as escolas, as condições materiais e pedagógicas para que cada aluno possa usufruir dos benefícios da Educação Física, exige a definição de uma proposta que adote uma perspetiva de desenvolvimento do currículo real da disciplina.

Os programas de Educação Física que serão analisados ao longo deste documento procuram satisfazer esta exigência, estes apresentam uma estrutura coerente mas diferenciada de organização (na articulação vertical e horizontal) da disciplina de Educação Física nos ensinos básicos e secundário. De acordo com os programas de Educação Física, este organizam-se em torno da diferenciação dos vários tipos de atividades características da Educação Física. Este apresenta a forma de listas de objetivos, na estrutura das áreas e matérias indicadas no quadro de extensão da matéria.

Considera-se que a seleção de objetivos específicos e a aplicação dos processos formativos, de aprendizagem e treino, são objetivos de decisão pedagógica ao nível da realidade educativa concreta, cujas limitações e possibilidades particulares só podem se apreciadas pelo próprio professor. No apoio das suas decisões os professores encontram na própria formulação dos dois níveis de objetivos do programa, referências importantes para a seleção e organização dos processos formativos. Desta forma reconhece-se que o professor é uma figura importante na medida em que este tem a responsabilidade de escolher e aplicar as soluções pedagógicas e

metodológicas mais adequadas a cada situação, permitindo que os alunos consigam atingir os objetivos dos programas.

Posso então referir que o papel dos programas constitui-se como um guia de ação do professor, que deve orientar a sua prática de acordo com o desenvolvimento dos seus alunos e em coordenação com os restantes professores de Educação Física da escola e também com os colegas das outras disciplinas. Contudo, os programas não podem substituir a capacidade de decisão do professor, quer no que diz respeito a seleção, organização e aplicação dos processos formativos, quer na periodização dos objetivos em cada ano e até na definição dos níveis de exigência na realização desses objetivos.

Articulação do Programa de Educação Física

O 1ºciclo é organizado por 7 blocos: Perícias e manipulações; Deslocamentos e Equilíbrios; Jogos; Atividades Rítmicas e Expressivas. O 2º e 3º ciclo do ensino básico e o ensino secundário são organizados por níveis (Introdutório, Elementar e Avançado).

O 1º Ciclo estabelece a formação das competências fundamentais em cada área através de atividades lúdicas e expressivas infantis, que na prática favorecem não só o desenvolvimento nos domínios sociais e morais, mas também preparam as crianças para as atividades físicas características das etapas seguintes.

No 2º e 3º ciclo garante-se o tratamento do conjunto de matérias de EF (toda a sua extensão), antecipando o modelo flexível de opção de alunos ou turmas preconizados para o ensino secundário, ou seja, orienta-se para aprendizagens dos conteúdos das modalidades. Aqui, desenhou-se um bloco estratégico do 5º ano ao 9º ano, que se carateriza pelo estabelecimento do tratamento das matérias na sua forma característica, na sequência das atividades e conquistas realizadas no 1º Ciclo. O 5º ano cumpre a mesma

função em relação ao 1º ciclo, além de assegurar as bases de desenvolvimento posteriores. O 9º ano é dedicado à revisão das matérias, aperfeiçoamento e/ou recuperação dos alunos, tendo em conta o conjunto de competências previstas para o 3º ciclo.

No ensino secundário ocorre uma especificação dos programas. O 10º ano é de caráter de revisão/reforço, no sentido de os alunos não só poderem avançar em determinadas matérias (ou experimentar atividades alternativas), mas também para compensar ou recuperar os alunos/turmas em áreas em que estes revelem mais dificuldade. No 11º e 12º ano admite-se a escolha dos alunos/turmas pelas matérias que preferem aperfeiçoar, sem que percam a variedade e a possibilidade do desenvolvimento ou "redescoberta" de outras atividades, dimensões ou áreas de Educação Física.

Os programas de EF estão articulados por anos, dentro de cada ciclo. Relativamente ao ensino básico, no 1º ciclo procura-se uma estabilidade básica que se carateriza pela aprendizagem de habilidades motoras básicas, movimentos locomotores, posturais, criativos e expressivos. Os conteúdos programáticos devem conter atividades que envolvam manipulação de objetos, jogos que se sustentem na cultura social predominante (rural ou urbano) e jogos pré desportivos.

No 2º ciclo procura-se o desenvolvimento das capacidades motoras mais complexas (Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade e Destreza geral), articulação interdisciplinar, e a perceção da importância do exercício físico. Verifica-se que os níveis se caraterizam por introdução e níveis elementares. Os níveis de introdução são mais abundantes no 5ºano visto ser o ano inicial do ciclo, sendo o 6ºano representado pela conclusão dos níveis de introdução ou transição para níveis elementares.

No 3ºciclo, as atividades devem ter em vista o melhoramento da aptidão física e desenvolver perceção da importância do exercício físico. Já não são encontrados níveis de introdução, caraterizando-se apenas por elementar e avançado. Esta caraterização dos níveis fundamenta-se na profundidade das

dimensões tático-técnicas das modalidades e, em algumas, apresenta uma dimensão de consolidação.

No ensino secundário ocorre uma especificação dos programas por anos (10º,11º,12º), nos quais se faz referência aos benefícios do desporto (melhoramento da qualidade de vida, saúde e bem-estar) e uma interpretação de saberes teóricos inerentes à disciplina.

Em suma, posso dizer que, entre os ciclos e os anos, existe uma articulação (vertical e horizontal) com sequencialidade progressiva, onde cada ciclo tem a função de aprofundar, completar e alargar o ciclo anterior, numa perspetiva de unidade global do ensino básico, integrando os objetivos específicos de cada ciclo nos objetivos gerais do ensino básico de acordo com o desenvolvimento etário correspondente.

Conceção de Educação

A educação é um processo que envolve uma constante formação e intervenção, visando a construção de uma sociedade igual para todos, independentemente de todas as diferenças que possam existir entre os humanos. Ao lado da família, a Escola é a instância formativa por excelência.

A escola deve ser um espaço privilegiado, rico em recursos que possa promover a aprendizagem, e um ambiente onde os alunos possam construir os seus conhecimentos segundo os estilos individuais de aprendizagem que os caracteriza. Utilizando para o efeito sistemas interativos com apoio tecnológico, onde a motivação para a aprendizagem surge no aluno, cabendo apenas à escola dotá-lo de capacidades que permitam no seu futuro profissional aprender qualquer assunto que lhe interesse. Nesta filosofia de educação, o professor deixaria de ser um ‘passador’ de conhecimento, mas sim um guia, um conselheiro, um parceiro do aluno na procura da informação e da verdade, tornando assim mais ativo o papel do aluno na educação.

A Ed. Física centra-se no valor educativo da atividade física eclética (diversa), pedagogicamente orientada para o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno.

Esta conceção concretiza-se na apropriação das habilidades e conhecimentos, na elevação das capacidades do aluno e na formação das aptidões, atitudes e valores (bens de personalidade que representam o rendimento educativo), proporcionadas pela exploração das suas possibilidades de atividade física adequada - intensa, saudável, gratificante e culturalmente significativa.

Finalidades da Educação Física

Transversalmente a todos os anos de escolaridade, a disciplina de educação física assenta nos valores educativos do exercício físico, pedagogicamente orientado para o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno. Existem objetivos ou finalidades que definem os campos e áreas que integram a educação física. Portanto, visando a aptidão física, na perspetiva da melhoria da qualidade de vida, saúde e bem-estar. Deve favorecer a compreensão e aplicação dos princípios, processos e problemas de organização e participação nos diferentes tipos de atividades físicas, na perspetiva da animação cultural e da educação permanente. Reforçar o gosto pela prática regular das atividades físicas e aprofundar a compreensão da sua importância como fator de saúde ao longo da vida e componente da cultura, quer na dimensão individual, quer social. Assegurar o aperfeiçoamento dos jovens nas atividades físicas da sua preferência, de acordo com as suas características pessoais e motivações.

Conceção de Educação Física

A conceção de Ed. Física está representada no capítulo das Finalidades, que sintetizam o contributo da mesma para a realização dos efeitos educativos globais visados no conjunto do ensino secundário. Esta conceção vem sintetizar os benefícios da Ed. Física, centrando-se no valor educativo da atividade física eclética (moderada), que é orientada para o desenvolvimento multilateral e harmonioso do alunos. Assim, esta conceção concretiza-se na apropriação das habilidades e conhecimentos, na elevação das capacidades do aluno e na formação das aptidões, atitudes e valores, proporcionadas pela exploração das suas possibilidades de atividade física adequada.

As Finalidades da Educação Física são comuns a todos os ciclos de ensino, sendo que estas definem os campos ou áreas que integram a Educação Física, cujo conteúdo está explicitado nos objetivos de ciclo/áreas e nas especificações das matérias que integram estas áreas.

Os aspetos específicos do desenvolvimento (cognitivo, motor e sócio afetivo) encontram-se relacionados nessas atividades, integrando-se quer nas componentes genéricas dos programas (finalidades, objetivos de ciclo e orientação metodológica), quer nos elementos mais pormenorizados (objetivos por matéria). Pretende-se com esta opção que fiquem mais evidentes as linhas de desenvolvimento e de percurso pessoal do aluno ao longo dos diferentes anos de escolaridade, bem como facilitada a estruturação do trabalho a realizar pelos professores.

A educação física pode ser uma atividade educativa, recreativa, social, competitiva ou terapêutica. Sendo que esta se centra no movimento do corpo para alcançar um desenvolvimento global das capacidades físicas, afetivas e cognitivas do sujeito. Existem várias correntes da educação física baseadas na educação (em que o seu campo de ação é a escola), na saúde (considerando que a educação física é um agente promotor da saúde, prevenindo doenças e melhorando a forma física, consequentemente a saúde dos indivíduos), no

lazer (ligação entre o sujeito e o meio) e na expressão corporal (relação entre a música e a dança).

Neste aspeto a educação física é um agente promotor da saúde, melhorando beneficamente vários aspetos relacionados não só com a saúde mas também com a sociedade e com a comunidade envolvente.

Objetivos da Educação Física

"Objetivo" significa antecipação mental de um estado futuro, relativo a um desenvolvimento consciente escolhido e determinado, este apenas pode ser realizado mediante o empenhamento ativo do homem. (Bento, 1986, pp. 69-70) Estes existem como finalidade consciente de estados futuros desejados, e surgem com base numa realidade existente, alterando-se ou desenvolvendo-se continuamente com o desenvolvimento da realidade objetiva e da atividade prática do homem.

Os objetivos assumem uma função de orientação e ordenamento do ensino, este põem o ensino em movimento, apresentam uma norma estabilizadora da prática do ensino, não são inalteráveis e há uma pluralidade de objetivos das práticas desportivo-corporais. Os objetivos constituem uma ocupação principal no ensino, na preparação, na realização, na avaliação e na análise do ensino o professor é sempre referenciado, na problemática dos objetivos.

Os objetivos sintetizam as competências que devem ser desenvolvidas em cada ano letivo, estes não são iguais para todos os ciclos de ensino, vão variando de acordo com o ciclo de ensino, estando estruturados do mais simples para o mais complexo. Os objetivos gerais são competências comuns a todas as áreas mas subjacentemente específicas de cada uma.

Os objetivos são o espelho do seu tempo, devem refletir e acompanhar a evolução na situação política, económica e civilizacional (acompanha a mudança nas circunstâncias do viver). O contexto de relações e justificações

dos objetivos vai para além do domínio motor, mostrando a associação entre o geral e o particular. A legitimação dos objetivos processa-se mediante a sua referenciação a ideias normativas ou linhas orientadoras com um elevado grau de generalização e abstração.

MEINBERG (1984), citado por Bento (1995, p.138), apresenta três ideias normativas centrais para a elaboração dos objetivos: a ideia da emancipação, da capacidade de comunicação e da capacidade de ação.

A *ideia de emancipação* apresenta-se como recurso para a escolha de objetivos e para a defesa de formas de organização e de realização do ensino em educação física. Esta ideia tem várias implicações metodológicas na organização e realização do ensino: reforço do papel de sujeito dos alunos, uma maior proximidade entre professor alunos, diferenciação do ensino e uma participação mais ativa dos alunos no planeamento, realização e avaliação das aulas. Em todo o caso esta ideia de emancipação eleva-se como um pilar central do regresso da antropologia e da filosofia à educação

A *ideia da capacidade de comunicação* desperta a nossa consciência para novos problemas e necessidades e para a obrigação de desenvolver ensaios pedagógico-didáticos que habilitem a educação física e o desporto a responder de forma positiva e empenhada. Contribuindo assim a ed. física para o aumento da capacidade comunicativa, como por exemplo o desempenho de papéis sociais, ligando-se assim às questões de integração.

Na *ideia de capacidade de ação* o ser humano realiza-se na ação, é um ser de ação, aprende a agir nos diferentes domínios da práxis humana. Esta ideia funciona como ideia chave da formação, integrando a noção de corporalidade. A capacidade de ação surge como ideia chave fundamental para o estabelecimento dos objetivos da Educação Física na escola.

b) Interpretar o modo como o programa está estruturado, tomando como referência os modelos curriculares de Jewett e Bain (1985)

Programa de Educação Física do Ensino Secundário obedece a caraterísticas dos vários Modelos Curriculares propostos por Jewett e Bain (1985). Não podendo afirmar que este Programa obedece a um único Modelo Curricular proposto por Jewett e Bain, mas sim uma incorporação dos vários Modelos Curriculares.

O Programa de Educação Física do Ensino Secundário, assim como todos os Modelos Curriculares apresentados por Jewett e Bain pretendem um desenvolvimento multilateral e harmonioso dos alunos, ou seja, que atue nos domínios cognitivo, motor e sócio afetivo e que contribua para o bem-estar total dos alunos. Deve incidir também na formação das aptidões, atitudes e valores, e a atividade física deve ser intensa, gratificante e culturalmente significativa. O Programa de Ensino de Educação Física do Ensino Secundário aqui apresenta a principal caraterística do Modelo Curricular – **Perspetiva Individual** – pois uma experiência para ser significativa tem que ter sentido e significado para o indivíduo.

O Modelo Curricular – **Desenvolvimento Pessoal e Social** – apresenta-se fortemente no Programa aconselhando que a educação física deve contribuir para o bem-estar total do aluno, salientando as características únicas de cada individuo, através da educação física os alunos podem construir a sua identidade pessoal, pois coloca no centro do processo de ensino/aprendizagem a autoestima, a autorregulação, a autoformação, o autoconhecimento e as relações interpessoais. Tem como objetivos, ajudar os alunos a consciencializar e a relacionarem-se com o seu corpo, facultar um sentimento de pertença a uma comunidade, tornar os alunos responsáveis pelos seus atos e sensíveis aos sentimentos e necessidades dos outros. Os alunos no 11º e 12º ano podem escolher os conteúdos da sua preferência, contribuindo assim para que a Educação Física vá mais ao encontro das preferências dos alunos. Obedece a quatro princípios: atividade física corretamente motivada, ou seja, deve ser qualitativamente e quantitativamente suficiente, deve promover a

descoberta de possibilidades pessoais e dos companheiros, numa perspetiva de educação para a saúde; autonomia, pela atribuição, reconhecimento e exigência das responsabilidades; valorização da criatividade, pela aceitação da iniciativa individual; e por último a socialização, no sentido da cooperação entre os alunos.

O Programa de Educação Física do Ensino Secundário relaciona **Aptidão Física e Saúde** e, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras, a composição corporal, a alimentação, o repouso, a higiene, a afetividade e a qualidade do meio ambiente que identificam os fatores associados a um estilo de vida saudável. Como o próprio nome indica, a educação física é vista como um meio que contribui para o bem-estar dos indivíduos, sendo que o seu conteúdo se desenvolve em torno do conceito de saúde. Pretende o desenvolvimento das capacidades relacionadas com a condição física: capacidade cardiorrespiratória, composição corporal, flexibilidade e força.

O Modelo Curricular – **Aprendizagem e Compreensão do Movimento Humano** – está fortemente presente no Programa de Educação Física do Ensino Secundário, ao contrário do Modelo Curricular – **Educação pelo Movimento** – que carateriza o 1º Ciclo do Ensino Básico. Este modelo carateriza-se por utilizar a estrutura concetual da Educação Física baseada nos estudos de Kinesiologia. Este modelo pretende uma mistura única de habilidades e de experiências desportivas, dança, futebol, sendo que o conhecimento acerca do desempenho deriva das bases disciplinares do campo da Educação Física: exercício e fitness; nutrição, exercício e doenças cardiovasculares; biomecânica; estética; e aprendizagem-motora. Este modelo valoriza portanto o conhecimento experimental, que irá proporcionar para o futuro autossuficiência. Se um dos objetivos do programa é promover a prática da atividade física e do exercício físico ao longo da vida, este modelo é capaz de oferecer as bases para essa realização.

Pode-se observar que o Modelo Curricular – **Educação Desportiva** – é o modelo que se apresenta mais fortemente no programa. Este modelo parte

do pressuposto que jogar é uma fonte de significado e a qualidade do jogo exige formação. Este modelo não aprecia uma vasta oferta de unidades temáticas, pois isso levaria à diminuição de aulas por unidade temática, ou seja, poder-se-ia aumentar o espetro de atividades e desportos, mas ter-se-ia um menor conhecimento e menores capacidades motoras em cada uma delas. Este modelo prefere menos unidades temáticas, mas para cada uma delas trabalhadas num período de tempo relativamente prolongado, tendo a oportunidade de ter em consideração o princípio da progressão e o princípio da individualização, ao qual o Modelo Curricular – **Desenvolvimento Educacional** – não obedece. Este modelo não privilegia apenas a técnica e a tática, mas também a regulamentação e a organização dos diferentes desportos. Este pretende o desenvolvimento holístico de cada individuo atendendo às diferenças individuais, tem que como objetivos a competência, individualidade, socialização e a integração de experiências. Os alunos assumem diferentes papéis, desde jogadores a árbitros e treinadores, sendo que os alunos são previamente preparados para essas funções. Este modelo ainda tem em atenção a formação dos grupos, tenta que os alunos desportivamente mais aptos ajudem os menos aptos e os integrem no jogo, não os deixando de parte, diminuindo assim o risco de desmotivar os alunos menos aptos para a prática da atividade física. Por último este modelo pretende que os alunos não só se empenhem e se motivem para o exercício físico na escola, como também extraescola e para o resto da vida.

Todos os modelos têm características e objetivos que estão referenciados e assim incorporam-se no programa de educação física, mais uma vez pode dizer-se que não é um modelo que está presente, mas sim a interligação e a complementaridade de todos eles, fazendo com que se formem os alunos integrais e holísticos, preparados para os desafios que a vida lhes possa proporcionar, tornando-se assim cidadãos ativos e com gosto pela prática de exercício físico.

Aqui chegada terá de “mostrar, através das diferentes variáveis do programa (objetivos, matéria, etc.) em que perspetiva assenta. E, se o engenho e arte permitir, vantagens e desvantagens de assim acontecer.

4.3.1.3. Material e Métodos

Neste projeto o instrumento utilizado foi um questionário *online* sobre “atividade física, TIC, consolas, jogos e campanhas”. Este integrava o questionário para avaliar a atividade física; modelo transteórico, para avaliar a predisposição para o exercício físico e o balanço decisional, onde se colocam os prós e contras em relação ao exercício físico.

A população a que se destinava este questionário abrangia todos os alunos pertencentes à Escola Secundária de D. Dinis bem como o Instituto Nun’ Alvres, com alunos desde o 7º ao 12º ano, referentes ao 3º ciclo e ensino secundário, respetivamente.

No que diz respeito à amostra, esta foi dividida em dois grupos, sendo o grupo de controlo os alunos da Escola Secundária de D. Dinis e o grupo experimental os alunos do Instituto Nun’ Alvres, uma vez que serão estes que estão sujeitos ao efeito do *exergame* e todas as suas vicissitudes.

Relativamente ao grupo de controlo, participaram 269 alunos que após a entrega da autorização realizaram o questionário acima mencionado.

Quanto ao grupo experimental, não temos qualquer informação acerca do número de participantes, o que impossibilitou a concretização do estudo investigativo.

4.3.1.4. Conclusão

Tendo em conta o que foi mencionado anteriormente, e todos os intervenientes terem partido de situações distintas, os *timings* da investigação não foram completamente compatíveis uns com os outros, embora numa fase inicial tudo indicava que estava devidamente organizado.

No mesmo sentido, outros imprevistos foram ocorrendo, nomeadamente doença da doutoranda, problemas informáticos e questões éticas tais como a receção das autorizações devidamente preenchidas, dificultaram e alongaram o tempo que estava destinado às diferentes tarefas, o que daqui resultou no atraso geral do normal funcionamento do projeto, designadamente na recolha de dados.

Outro entrave no normal desenrolar do projeto teve que ver com a discrepância na definição objetiva e clara do que cada parte interveniente entendia da sua participação no projeto, uma vez que, os estudantes estagiários tinham o entendimento de que estavam num processo colaborativo, e desta forma deveriam prestar o seu auxílio nas tarefas que fossem do seu alcance, nomeadamente a construção e aplicação dos questionários. Por outro lado, o entendimento da doutoranda era de que os estudantes estagiários estavam num processo de parceria, onde o projeto era pertença de ambas as partes, sendo que as nossas funções iam além do que tinha a ver com os questionários, nomeadamente o estabelecimento do protocolo com a escola.

Tudo isto leva-nos a pensar que um projeto deve ser bem planeado e que desde o início todas as funções devem estar devidamente definidas por todos os intervenientes.

As situações atrás mencionadas impossibilitaram que a análise e o tratamento de dados fossem realizados a seu devido tempo, tendo como consequência a falta de resultados, para a sua respetiva discussão e conclusão. Desta forma, embora não tenhamos os mesmos, os resultados formativos não foram comprometidos. Assim, com a participação neste projeto pudemos desenvolver o espírito de colaboração e partilha, aprendemos a

refletir sobre os temas de investigação, a conceber um instrumento de recolha de dados *online* e a intervir nas diferentes dimensões da nossa atividade profissional, nomeadamente nas dimensões crítica, social e política.

4.3.1.5. Bibliografia

Bento, J. O. (1995). *O outro lado do Desporto: vivências e reflexões pedagógicas.* Porto: Campo de Letras.

Bento, J. O. (1999). *Contextos da pedagogia do Desporto: perspetivas problemáticas.* Lisboa: Livros Horizonte.

Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., & Mira, J. (Setembro 2001). *Ministério da Educação: Departamento de Ensino - Programa de Educação Física 10º, 11º e 12º anos.*

Jewett, A. E. (1985). *The curriculum process in physical education / Ann E. Jewett and Linda L. Bain.* Dubuque: Wm C. Brown.

Documentos de Apoio:

Trabalho de Desenvolvimento Curricular, (2012), *Análise dos Programas de Educação Física*

Slides da Professora Zélia Matos de Pedagogia do Desporto (2012)

5. CONCLUSÕES E PERSPETIVAS PARA FUTURO

Fazendo um balanço geral de todo o processo de EP, este foi muito positivo pois foi um ano que há muito tempo esperava, depois de quatro anos de formação e dedicação para chegar a este mesmo momento (sendo este ano *"O Culminar de um sonho"*). Os anos anteriores de formação, foram fundamentais para colocar em prática todos os conhecimentos que foram adquiridos ao longo do tempo.

Este ano permitiu também um contacto real com todo o processo de ensino e aprendizagem, e o que este implica, para tal a fundamentação das minhas dificuldades, e a superação das mesmas foi um processo que me fez crescer e acreditar que sou capaz de superar todas as expectativas.

Por outro lado, este ano não me preocupei só nos conteúdos de gestão e planeamento do processo de ensino aprendizagem, tive também preocupação em envolver-me com os alunos, comunidade escolar e envolvente, daí tirei ilações de que o professor de Educação Física, tem um grande impacto nos alunos sendo este também promotor de saúde e orientador da educação.

Desta forma o relatório de estágio profissional é um documento que expressa todas as vivências deste ano letivo, a variedade de situações pelas quais passei, e me marcaram neste ano de estágio. Sendo assim este documento é um testemunho da formação inicial, em que foram desenvolvidas as minhas primeiras experiências da prática pedagógica.

Fazendo uma retrospetiva da sociedade em que vivemos atualmente, em que se torna evidente a carência de oportunidades de trabalho nas escolas para os profissionais de Educação Física, estou preocupada relativamente ao meu futuro profissional, pois não sei o que irei fazer futuramente, pois este também não se mostra muito brilhante. Estou ciente que nestes primeiros anos de prática será muito difícil trabalhar na área em questão, mas também estarei sempre preparada e disposta para novas sugestões de trabalho.

No fundo a essência de ser professor é ser persistente e batalhar por um ensino melhor e eficaz, para a aprendizagem dos alunos, e acima de tudo nunca desistir dos nossos sonhos.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alarcão, I. (1996). *Formação reflexiva de professores: estratégias de supervisão.* Porto: Porto Editora.

Arends, R. I. (1997). *Aprender a Ensinar.* Portugal: McGraw-Hill.

Bento, J. O. (1995). *O outro lado do Desporto: vivências e reflexões pedagógicas.* Porto: Campo de Letras.

Bento, J. O. (1999). *Contextos da pedagogia do Desporto: perspetivas problemáticas.* Lisboa: Livros Horizonte.

Bento, J. O. (2003). *Planeamento e Avaliação em Educação.* Lisboa: Livros Horizonte, LDA.

Canário, R. (2005). *O que é a "Escola"?: Um olhar sociológico.* Porto: Porto Editora.

Carrasco, J. B. (1985). *Como avaliar a aprendizagem.* Rio Tinto: Edições Asa.

Cordeiro, V. J. (Setembro/Dezembro de 2010). Prática Pedagógica no processo de Ensino-Aprendizagem. Rio de Janeiro, Brasil. Obtido em Abril de 2013, de http://www.senac.br/BTS/363/artigo7.pdf

Costa, F. C., Carvalho, L. M., Onofre, M. S., Diniz, J. A., & Pestana, C. (1996). *Formação de Professores em Educação Física. Conceções, Investigação, Prática.* Lisboa: Faculdade de Motricidade humana, Serviços de Edições.

Delors, J. (1996). *Educação um tesouro a descobrir.* Porto:: Asa Editores, SA.

Fante, C., & Pedra, J. A. (2008). *Bullying escolar: perguntas e respostas.* Porto Alegre: Artmed.

Freire, P. (2005). *Pedagogia do Oprimido.* Rio de Janeiro: Paz e Terra.

Gomes, P. B., & Graça, A. (2001). *Educação Física e Desporto na Escola: novos desafios, diferentes soluções.* Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Maia, J. (2012). *Jogos de luz no St. Tirso comVida: uma história com 3 anos.*

Matos, Z. (2012). *Normas orientadoras do estágio profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em ensino de educação física nos ensinos básico e secundário.* Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Mialaret, G. (1981). *A Formação dos Professores.* Coimbra: Livraria Almedina.

Monteiro, M. V., & Monteiro, M. D. (1996). *O professor e o ensino eficaz uma perspectiva psicopedagógica.* Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro. Departamento de Educação Física.

Nahas, M. V., Barros, M. V., & Bem, M. F. (2004). Promoção da Saúde nos Programas de Educação física: Educação para um Estilo de Vida Ativo. In E. Lebre, & J. O. Bento, *Professor de Educação Física Ofícios da Profissão* (pp. 113-128). Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física.

Nóvoa, A. (2008). Para uma formação de professores construída dentro da profissão. (pp. 1-4). Lisboa: Universidade de Lisboa.

Pereira, B. O. (2002). *Para uma Escola sem Violência. Estudo e Prevenção de Práticas Agressivas entre Crianças.* Porto: Fundação Calouste Gulbenkian.

Pimenta, S. G., & Gonçalves, C. L. (1990). *Revendo o ensino de 2º grau, propondo a formação de professor.* São Paulo: Cortez.

Queirós, P. (2001). Para uma renovação da educaçã física - o corpo como categoria central. In P. B. Gomes, & A. Graça, *Educação física e Desporto na Escola* (pp. 31-34). Porto: Universidade do Porto. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física.

Rosado, A., & Ferreira, V. (2011). Promoção de ambientes positivos de aprendizagem. In A. Rosado, & I. Mesquita, *Pedagodia do Desporto* (pp. 185-206). Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.

Rosado, A., & Mesquita, I. (2009). Melhorar a aprendizagem optimizando a instrução. In A. Rosado, & I. Mesquita, *Pedagogia do Desporto* (pp. 69-122). Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.

Rosado, A., Dias, L., & Silva, C. (2002). Avaliação das aprendizagens em educação dísica e desporto. In A. Rosado, & C. Colaço, *Avaliação das aprendizagens: fundamentos e apicações no dom+inio das atividades físicas.* Lisboa: Omniserviços.

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

Documentos de Apoio:

Slides de Profissionalidade Pedagógica (2011), Professora Paula Queirós;

Slides de Didática Geral (2011), Avaliação da Aprendizagens em Educação Física, Professora Isabel Mesquita;

Programa de Desporto Escolar, 2009 – 2013 elaborado pelo Ministério da Educação;

ANEXOS

ANEXO 1: Mapa de Distribuição de Matérias 2012/2013

Mapa de Distribuição das Matérias de Ensino 2012/2013

SECUNDÁRIO

1º Período	13 Semanas	52 UL
2º Período	11 Semanas	44 UL
3º Período	10/11 Semanas	40 / 44 UL 136/140 UL

11ºANO

1º PERÍODO		**2º PERÍODO**		**3º PERÍODO**	
Aptidão física	8	Aptidão física	4	Aptidão física	8
Trabalho teórico	2				
Futsal / Andebol	26	Ginástica (solo, paralelas assimétricas, simétricas e cavalo)	16	Ginástica Acrobática	12
Atletismo – S.altura e resistência	12	Basquetebol/Andebol	20	Desportos Raquetes Ténis/Badmínton	18
		Teste teórico	2		
Apresentação	2				
Auto-Avaliação	2	Auto-Avaliação	2	Auto-Avaliação	2
	52 UL		**44 UL**		**40UL**

Tema do trabalho: Estudo da prática desportiva dos alunos da Escola Secundária D. Dinis (11º A, B, C - 3º Ciclo 11ºD, E, F, G – Secundário)

Aptidão Física →Bateria de Testes Fitnessgram

Capacidade	**Prova**	**1º Período**	**2º Período**	**3º Período**
Resistência	Vai-vem Fitnessgram	final 2ª sem+final 1ºper	*	*
Força (média)	Abdominais (fita)	1ªA	*	2ª
Força (superior)	Flexões MS	1as aulas	*	2ª
Flexibilidade		1as aulas		2ª

ANEXO 2: Plano Anual

1º Período				2º Período				3º Período			
Espaço	**Mês**	**Dia**	**Modalidade**	**Espaço**	**Mês**	**Dia**	**Modalidade**	**Espaço**	**Mês**	**Dia**	**Modalidade**
M11	Setembro	18	Apresentação	**G**	Janeiro	3	Ginástica	**12/123**	Abril	2	Av. Diag. Futsal
23		20	Av. Inicial Andebol/Altura	**12/123**		8	Av. Diag. Basquetebol	**G**		4	Av. Diag. Acrobática
G		25	Av. Inicial de Atletismo	**G**		10	Ginástica	**G**		9	Acrobática/Dia da Atividade da Escola
12		27	Andebol/trunk lift, senta e alcança, Peso	**G**		15	Ginástica	**12**		11	Futsal * (fiz permuta dei badminton) Badminton
12/123	Outubro	2	Andebol/Vaivém	**12**		17	Basquetebol	**3/23**		16	Futsal
G		4	Atletismo/flexões e abdominais	**3/23**		22	Basquetebol	**GCST**		18	Futsal
G		9	Atletismo	**3**		24	Basquetebol	**G**		23	Acrobática
12		11	Andebol/ Agilidade, Impulsão	**G**		29	Ginástica	**12/123**		30	Futsal
3/123		16	Andebol	**12**		31	Basquetebol	**G**	Maio	2	Acrobática
GCST		18	Andebol	**12/123**	Fevereiro	5	Basquetebol	**G**		7	Acrobática
G		23	Atletismo	**G**		7	Ginástica	**12**		9	Futsal
12		25	Andebol	**12**		14	Basquetebol	**3/23**		14	Futsal/Vaivém
12/123		30	Andebol	**3/23**		19	Av. Basquetebol	**GCST**		16	Badminton/Peso e Altura
G	Novembro	6	Atletismo	**3**		21	**Teste teórico**	**G**		21	Acrobática/Abdominais
12		8	Andebol	**G**		26	Ginástica/Abdominais	**12**		23	Av. Futsal/ Agilidade e Impulsão horizontal
3/123		13	Andebol	**12**		28	Av. Diag Badminton/Impulsão +	**12/123**		28	Futsal / Senta e Alcança e Trunk Lift
GCST		15	Andebol	**12/123**	Março	5	Av. Badminton	**G**		30	Acrobática/Flexões
G		20	**Ap. Trabalho Teórico**	**G**		7	Ginástica/Flexões	**G**	Junho	4	Av. Acrobática
G		22	Atletismo	**G**		12	Ginástica	**12**		6	**Autoavaliação/**Badminton
12/123		27	Andebol/Vaivém	**12**		14	**Autoavaliação/Badminton**				
G		29	Atletismo/Senta e alcança								
G	Dezembro	4	Av. Diag. Ginástica								
12		6	Andebol								
3/123		11	Andebol								
GCST		13	**Autoavaliação/** Ginástica *								

* A aula foi de Ginástica devido ao tempo, e o espaço estava disponível para poder dar Ginástica.
+Aula de Basquetebol, mais uma porque a aluna Helga não fez a av. então decidi realizar mais uma aula.

ANEXO 3: Unidade Temática de Basquetebol

Conteúdo			Sessão 1	2	3	4	5	6	7	8
Relação com Bola	Passe e receção		AI	I/E	E	E	C			Avaliação Sumativa Jogo f3x3 em meio campo
	Lançamento		AI	I/E	E	E	E	C		
	Drible		AI	I/E	E	E	E	C		
	Paragem					I/E	E	E	C	
	Finta						I/E	E	C	
	Mudanças de direção			I/E	E	E	C			
Estruturação do espaço	Ataque	Enquadrar após receção	AI	I/E	E	E	E	C		
		Identificar a oportunidade de finalização			I/E	E	E	E	C	
		Passe e corte			I/E	E	E	E	C	
		Abrir linhas de passe, desmarcar-se				I/E	E	E	C	
		Ocupação racional do espaço	AI	I/E	E	E	C			
		Manutenção da posse de bola				I/E	E	E	C	
	Defesa	Impedir o lançamento	AI	I/E	E	E	E	E	C	
		Colocar-se entre o atacante e o cesto	AI	I/E	E	E	E	E	C	
Comunicação na ação	Ataque	Desmarcação	AI	I/E	E	E	C			
		Bloqueio Direto					I/E	E	E	
	Defesa	Marcação defensiva	AI	I/E	E	E	C			
Forma de jogo	3x3		AI	I/E	E	E	E	E	C	
Cultura Desportiva	História da modalidade		O aluno conhece a origem e o desenvolvimento da modalidade de basquetebol e utiliza a terminologia específica quando explica uma ação.							
	Terminologia									
	Regulamento		As regras do jogo serão abordadas aquando da introdução dos exercícios e o aluno assumirá o papel de árbitro ao longo das aulas.							
Fisiologia do treino	Força MS		X	X	X	X	X	X	X	X
	Resistência		X	X	X	X	X	X	X	X
	Flexibilidade		X	X	X	X	X	X	X	X
Conceitos psicossociais	Pontualidade e assiduidade		X	X	X	X	X	X	X	X
	Empenho na aprendizagem		X	X	X	X	X	X	X	X
	Cooperação ativa		X	X	X	X	X	X	X	X
	Autonomia		X	X	X	X	X	X	X	X
	Comportamento face às regras		X	X	X	X	X	X	X	X

Justificação

Na modalidade de Basquetebol, os alunos poderão desenvolver capacidades e habilidades, conhecimentos específicos da mesma e estabelecer relações com os colegas do ponto de vista da aprendizagem do jogo em equipa e do desenvolvimento do saber estar em sociedade.

A elaboração da unidade temática foi estruturada após a análise da avaliação diagnóstica, onde foi possível constatar as capacidades e as dificuldades dos alunos da turma precisam de maior atenção. Desta unidade temática fazem parte os quatro domínios do modelo de estrutura e conhecimento: habilidades motoras, cultura desportiva, condição física e conceitos psicossociais. A presente unidade é constituída por 8 blocos de 90 minutos.

Em relação à cultura desportiva, os diferentes conteúdos, nomeadamente a história da modalidade, a terminologia, o regulamento onde se incluem as regras, serão desenvolvidas ao longo de toda a unidade temática, privilegiando determinados momentos da aula e exercícios para levar a cabo essa introdução da cultura desportiva.

Relativamente aos conceitos psicossociais, estes são muito importantes ao longo de todo o processo de ensino, sendo assim em todas as aulas solicitado aos alunos que cumpram esses mesmos conceitos. Os conceitos psicossociais não têm exercícios específicos para o seu desenvolvimento, por sua vez em todos os exercícios e em todos os momentos de diferentes aulas, estes serão solicitados.

A fisiologia do treino e condição física será abordada ao longo das aulas, sendo destinado um tempo determinado da aula para o desenvolvimento da mesma. Por outro lado, sempre que o espaço da aula seja reduzido, as equipas que estão em espera realizam trabalho de condição física.

No que respeita às habilidades motoras, a primeira aula será destinada à realização da avaliação diagnóstica, permitindo desta forma verificar por um lado os aspetos em que os alunos têm mais facilidade e por outro lado verificar

as suas principais dificuldades. Esta avaliação, permitirá planear a abordagem que será feita do basquetebol, definindo o ponto de partida e projetando o ponto de chegada.

Assim, as primeiras abordagens nas aulas iniciais dizem respeito à relação com bola e ao desenvolvimento das suas capacidades no manuseamento da mesma. Todavia, nestas aulas serão introduzidos conteúdos, designadamente o lançamento em apoio e na passada, quer após passe quer após drible. Ainda nestas aulas iniciais será abordado o jogo 3x3 onde as principais preocupações dizem respeito ao enquadramento após receção, à ocupação racional do terreno de jogo, à ocupação dos 3 corredores de jogo e a garantia de linha de passe à esquerda e à direita ao portador da bola.

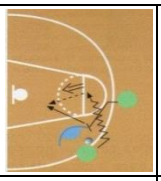
Nas aulas seguintes será introduzida a finta com e sem bola e a desmarcação, no sentido de dar oportunidades de finalização ao ataque. Por sua vez, no que diz respeito à defesa, as grandes preocupações dos defensores diz respeito à marcação individual, ao impedir a finalização e colocar-se entre o cesto e o atacante. Estas preocupações serão mantidas ao longo das aulas. No seguimento das aulas, será introduzido o passe e corte para o cesto, juntamente com a reposição (aclaramento) caso o passe não seja efetuado ao aluno que realizou o corte. Assim, será dada mais uma “ferramenta” ao ataque no sentido de possibilitar a finalização.

Mais para o final da unidade temática, será abordado o bloqueio e no sentido de dar mais uma solução ofensiva, todavia pensando sempre no equilíbrio ofensivo e nas preocupações básicas mencionadas anteriormente. A última aula será dedicada à realização da avaliação sumativa em situação de jogo3x3 em meio campo.

Esta unidade temática pretende oferecer várias soluções de finalização, criando para isso várias oportunidades de finalização e possibilitar a continuidade no ataque, sendo este estruturado e planeado pelos alunos, demonstrando intenção e compreensão nas ações realizadas.

ANEXO 4: Plano de aula de Basquetebol

Professor Estagiário: Ana Rita Ferreira **Professora Cooperante:** Manuela Machado	**Turma:** 11º D **Nº. Alunos:** 19 **Local:** 12	**Data:** 31-Jan-13 **Hora:** 15h20 **Duração:** 75'	**Unidade didática:** Basquetebol **U.T:** 9 e 10 **de** 16 **Ap. Física:** 32 **de** 60
Material: 19 Bolas, coletes.		**Função Didática:** Introdução, Exercitação e Consolidação	
Objetivos gerais da aula: Realizar finta de arranque e finta de lançamento, bloqueios. Ocupar de forma racional o terreno de jogo, manter os três corredores ocupados, passe e corte para o cesto. Realiza situação de jogo 3x3 em meio campo. Desenvolver a resistência e a flexibilidade. Desenvolver a autonomia, responsabilidade, cooperação. Saber as dimensões do terreno de jogo, a duração do jogo e o número de árbitros.			

Parte		Objetivos Comportamentais	Situação de Aprendizagem/Organização professor alunos	Componentes Críticas
Inicial	**15h25** **15h40** 15'	Aluno: Mobiliza o sistema cardiovascular e músculo-esquelético, desenvolve o drible de progressão e de proteção, a paragem a 1 e 2 tempos, a relação com a bola	Os alunos: Ao longo do espaço, os alunos realizam drible, com a mão direita, com a mão esquerda, rotação da bola em torno do tronco, drible em zigzag. Posteriormente faz paragem a 1 tempo (1 apito) e a 2 tempos (2apitos), após o drible, e seguidamente realiza drible de proteção pós drible. Em seguida os alunos têm de driblar e tentar retirar a bola aos colegas.	Manter a bola sempre controlada; Retirar o olhar da bola; Manter a corrida. Driblar a bola ao lado do corpo até ao nível da cintura; Driblar de modo que a bola ressalte no meio dos apoios; Diminuir a altura do drible; Colocar o braço livre e a perna contrária à da mão que dribla entre a bola e o defesa
	15h40 **15h45** 5'	Realiza vários exercícios de flexibilidade estática para os membros superiores e inferiores;	Individualmente, realizam os vários exercícios propostos pela professora. O aluno deve permanecer 15 segundos em cada exercício.	Realiza corretamente os exercícios de flexibilidade; Autónomo; Respeita os 15 segundos de execução de cada exercício;
Fundamental	**15h45** **15h55** 10'	Realiza finta de arranque em drible, na situação de 1x1, com oposição passiva.	Distribuem-se 2 equipas em cada tabela, realizando a situação 1x1. Os alunos colocam-se em coluna todos com bola, com um defesa inicial, e realizam finta de arranque em drible seguido de finalização. Quem ataca a seguir defende, quem defendeu vai ao ressalto. São necessárias 2 bolas em cada tabela.	**Finta de arranque em drible:** Dar a entender ao adversário que vai arrancar para um dos lados; Dar um grande passo com a perna adiantada para a direção pretendida; Proteger a saída driblando com a mão mais afastada. Proteger a saída driblando com a mão mais afastada, interpondo o corpo entre o adversário e a bola. **Finta de lançamento:** - Dar a entender ao adversário que vai lançar, executando a técnica só com os braços.
	15h55 **16h05** 10'	Realiza bloqueio direto, após passe, Situação de 2x1, com defesa passiva.	O aluno após fazer o passe para o seu colega, entra em contacto com o defesa do seu companheiro, devendo o portador da bola efetuar uma rotação para trás com o pé mais afastado da bola, de forma a dificultar a recuperação do jogador que foi bloqueado. 	Jogador que bloqueia deve manter contato com o portador da bola. Após o bloqueio o portador da bola passa por trás do jogador que bloqueia.
	16h05 **16h15** 10'	Cria situações de finalização; Realiza Bloqueio direto, Passe e corte; Finaliza com sucesso.	Em cada campo meio campo ficam 2 equipas. Realizam bloqueio direto, numa situação de 3x3 em meio campo. E no outro meio campo será uma situação de 3x2, realizando passe e corte para o cesto. Esta situação será para um nível inferior.	Ocupa os três corredores; Progride para o cesto; Passe e receção realizado com as duas mãos; Finaliza sem oposição.
	16h15 **16h35** 20'	Realiza passe, receção, finta, drible, lançamento em apoio ou na passada; Cria linhas de passe, repõem as posições no ataque, ocupa os três corredores e coloca-se entre o jogador com bola e o cesto, numa situação de jogo 3x3. Realiza trabalho de força médio e superior.	A turma dividida em 6 equipas de 3 elementos cada, realizam situação de jogo 3x3 em meio campo. As equipas que estão a jogar a cada 10' trocam de funções. Eq. 1: Daniela, Bruno L., Bruno C.; Eq. 2: André F., Soraia, João; (c) } Estes 2grupos trabalham ao mesmo Eq. 3: André C., Renata, Ana Bela; (c) Eq. 4: Miguel, Rafaela D., Helga, Patrícia; } Nível inferior Eq. 5: Adriana, Joana L., Marta; (c) Eq. 6: Joana F., Rafaela S., Tânia; Os alunos que ficam de fora, dois estão a arbitrar, e os restantes encontram-se a fazer exercícios de força média superior e inferior.	<u>Aluno com bola:</u> - Passar se tem opositor direto ou progredir em drible se tem caminho livre para o cesto. - Observar o corte do colega até ao fim; - Receber a bola e orientar-se para o cesto. <u>Aluno sem bola:</u> - Criar linha de passe; <u>Defensor:</u> - Colocar-se entre o jogador com bola e o cesto. - Marcação individual.
Final	**16h35** **16h40** 5'	Alonga os principais grupos musculares.	Efetuam alongamentos dos membros superiores e inferiores;	Empenho; Alonga;

ANEXO 5: Cartaz, Diploma e Credenciais “D. DINIS ATIVO”


D. DINIS ATIVO
9 DE ABRIL 2013
DAS 9H ÀS 13HORAS
U.PORTO
FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO
ATIVIDADES:
*CAPOEIRA
*AERÓBICA
*KARATÉ
*ESCALADA
INSCREVE-TE
JUNTO DO TEU
PROFESSOR DE
EDUCAÇÃO FÍSICA
NÚCLEOS DE ESTÁGIO DE EDUCAÇÃO FÍSICA 2012 / 2013

D. DINIS ATIVO

CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

U.PORTO
FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO

Certifica-se que_____, participou na atividade realizada pelos Núcleos de Estágio de Educação Física - D. Dinis Ativo, inserida no Dia do Desporto e da Saúde, realizada no dia 9 de abril de 2013, na Escola Secundária D. Dinis.

O Diretor

_____

(Professor Carlos Teixeira)

Núcleos de Estágio de Educação Física 2012/2013



D. DINIS ATIVO

ATIVIDADES:

ESCALADA ☐
AERÓBICA ☐
CAPOEIRA ☐
KARATÉ ☐

U.PORTO
FACULDADE DE DESPORTO
UNIVERSIDADE DO PORTO

Nome:

Ano/turma:

Núcleos de Estágio de Educação Física 2012/2013

