

Construir o saber para ensinar a viver

Relatório de Estágio Profissional

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

Orientadora: Professora Doutora Teresa Oliveira Lacerda

Pedro Miguel Campinho Costa Gomes

Porto, setembro de 2015

Ficha de Catalogação

Gomes, P. (2015). *Título. Construindo o saber para ensinar a viver*. Porto: P. Gomes. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

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

Agradecimentos

À FADEUP por me providenciar esta experiência inesquecível.

Ao núcleo de estágio da Escola Secundaria Carolina Michaëlis, colegas estagiários, professora cooperante e professora orientadora, por toda esta experiência.

À Escola Cooperante, professores e funcionários pela oportunidade.

À minha turma de 12º ano por me terem acolhido como seu professor e amigo, e proporcionado um desafio e um conjunto de experiências inigualável.

À minha família pelos seus ensinamentos me terem tornado no homem que sou hoje: aos meus pais por me terem transmitido os seus valores e dado todo o seu carinho; à minha avó por ter sido uma segunda mãe.

Aos meus amigos por estarem sempre presentes: ao André por ser o meu confidente; ao Filipe por sempre me fazer rir; ao Fábio por nunca me esquecer; à Ana por todo o seu apoio.

A todos, o meu obrigado.

Índice

Índice de Figuras.....	v
Resumo.....	vii
Abstract.....	ix
Lista de Abreviaturas.....	xi
1. Introdução	1
2. Enquadramento Biográfico	3
2.1. Eu e a minha viagem	3
2.2. Expectativas iniciais e o confronto com a realidade.....	5
3. Enquadramento da prática profissional	7
3.1. Contexto Legal e Institucional do Estágio Profissional.....	7
3.2. A Escola Secundária Cooperante	8
3.3. O Núcleo de Estágio	10
3.3.1. Os Colegas	10
3.3.2. A Professora Orientadora da FADEUP	11
3.3.3. A Professora Cooperante	11
3.4. A Minha Turma.....	12
3.5. Casos Particulares	18
3.5.1. Os meus braços direitos	18
3.5.2. Um aluno especial	19
4. Realização da Prática Profissional	20
4.1. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem.....	20
4.1.1. Planeamento da Prática.....	20
4.1.1.1. Planeamento Anual	20
4.1.1.2. Unidades Didáticas.....	21
4.1.1.3. Planos de Aula	22
4.1.2. O Processo Ensino Aprendizagem	24
4.1.2.1. O Controlo da Turma	24
4.1.2.2. A Gestão a Vários Níveis.....	26
4.1.2.3. Instrução: Feedback e Demonstração	28
4.1.3. O Processo Avaliativo	30
4.2. Área II – Participação na Escola e Relação com a Comunidade	31
4.2.1. Desporto Escolar	31
4.2.2. Eventos/ Atividades	34
4.2.2.1. Corta-Mato Escolar.....	34

4.2.2.2. Mega Sprint/ Mega Salto	36
4.2.2.3. 1.º Torneio Professores x Alunos	36
4.2.2.4. SARAU: Juntos Pela Educação Física	37
4.3. Área III - Desenvolvimento Profissional	38
4.3.1. O Ato Reflexivo.....	39
4.3.2. A Dança e a Expressão Dramática.....	42
5. Conclusão e Perspetivas para o Futuro	44
6. Referência bibliográficas	46

Índice de Figuras

Figura 1 – “Escola Primária do Bom Sucesso”

Figura 2 – “Escola EB 2,3 da Senhora da Hora”

Figura 3 – “Escola Secundária do Padrão da Légua”

Figura 4 – “Instituto Superior da Maia”

Figura 5 – “Faculdade de Desporto da Universidade do Porto”

Figura 6 – “Escola Cooperante”

Figura 7 – “Estado Civil dos Pais”

Figura 8 – “Já reprovaste algum ano?”

Figura 9 – “Disciplina preferida”

Figura 10 – “Qual a tua motivação para a EF?”

Figura 11 – “Qual o nível de ensino que pretendes atingir?”

Figura 12 – “Praticas ou praticaste alguma modalidade?”

Figura 13 – “Tomas todos os dias pequeno-almoço”

Figura 14 – “Bola de Basquetebol”

Figura 15 – “Exercício Futebol”

Resumo

O presente documento foi elaborado no âmbito do Estágio Profissional, inserido no plano de estudos do segundo ciclo conducente ao grau de mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Ao longo deste documento são dados a conhecer, de forma maioritariamente reflexiva, os episódios e experiências vivenciadas ao longo deste ano de estágio que, de certa forma, contribuíram para o meu desenvolvimento enquanto professor de Educação Física.

A escola cooperante situa-se na zona do Grande Porto e foi a minha primeira escolha para me acolher nesta nova fase da minha vida, estando inserido num núcleo de estágio constituído por dois outros estudantes estagiários e sob a supervisão de uma professora cooperante pertencente à escola em questão e de uma professora orientadora da Faculdade de Desporto.

Este relatório de estágio divide-se em 4 grandes capítulos: o primeiro, “Enquadramento biográfico”, onde me dou a conhecer e disserto acerca do meu caminho e das minhas expectativas até chegar ao Estágio Profissional; o segundo, “Enquadramento da prática profissional” diz respeito a todo o contexto em que o Estágio Profissional foi realizado; no terceiro, “Realização da prática profissional”, relato e reflito acerca de todas as dimensões de ensino pelas quais passei ao longo do Estágio Profissional, sendo que este divide-se por três áreas de desempenho: Área I - “Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem”, Área II - “Participação na Escola e Relações com a comunidade”, e Área III - “Desenvolvimento Profissional”. Este documento é finalizado no quarto capítulo, o qual diz respeito à “Conclusão e perspetivas para o futuro”.

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

Abstract

The elaboration of the current document was done regarding the traineeship, which is part of the syllabus of the Faculty of Sports of the University of Porto, in the study cycle leading to the degree of Master in Teaching Physical Education in Basic and Secondary Education courses. Depicted herein are in a descriptive and reflective way, the experiences, and all kinds of events that somehow contributed to acquiring and developing useful learnings for my future in teaching. The traineeship took place in a school located in the big Porto area, which was my first choice to accommodate on this new stage of my life being inserted in a training group consisting of three elements and under the supervisions of a cooperating teacher from the school and guiding teacher from the institution. The report's structure is divided into four main sections: The first chapter, "biographical framework" is one where I tell a little about myself, tell my path, and I discourse about my expectations; The second chapter, "A framework for professional practice" is where I describe the entire context in which the stage was performed; in the third chapter, "Realization of professional practice" discusses all aspects of the realization of teaching, and is divided by the three performance areas: Area I - "Organization and Management of Teaching and Learning", Area II - "Participation in School and Community Relations, "and Area III -" Professional Development ". This report ends in the last chapter which refers to the "Conclusion and projections for the future".

KEY WORDS: PHYSICAL EDUCATION, PROFESSIONAL TRAINEESHIP, TEACHER, REFLECTION.

Lista de Abreviaturas

DE – Desporto Escolar

DT – Diretor de Turma

EEFEBS – Ensino de Educação Física os Ensinos Básicos e Secundário

EF – Educação Física

EP – Estágio Profissional

EE – Estudante Estagiário

EC – Escola Cooperante

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

PC – Professor Cooperante

PFI – Projeto de Formação Individual

PNEFES – Programa Nacional de Educação Física do Ensino Secundário

PO – Professora Orientadora

UD – Unidade Didática

RE – Relatório de Estágio

JDC – Jogos Desportivos Coletivos

1. Introdução

O presente documento foi elaborado no âmbito do Estágio Profissional, do curso de 2º Ciclo em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Ao longo deste documento são dados a conhecer, de forma maioritariamente reflexiva, o confronto entre a teoria e a prática, entre as conceções e as reais possibilidades de concretização, assim como os episódios e experiências vivenciadas ao longo deste ano de estágio que contribuíram para o meu desenvolvimento enquanto professor de Educação Física (EF).

Esta última página do nosso processo de formação (EP), diz respeito à mobilização, em contexto escolar, do conhecimento adquirido ao longo do primeiro ano do ciclo de ensino, tendo-nos sido dada a possibilidade de conciliar o *saber* com o *saber ensinar*. Este processo teve como objetivo a formação de um professor reflexivo, que busca o ensino de qualidade através de considerações acerca da sua própria prática, reformulando estratégias a partir de um processo de melhoria promovido por essas mesmas considerações.

Esta experiência é aqui retratada ao longo de três grandes dimensões:

Inicia-se com o “Enquadramento Biográfico”, onde falo um pouco do meu percurso, dou a conhecer o porquê de ter seguido este caminho e reflito um pouco acerca da minha viagem até chegar ao Estágio Profissional e das expectativas iniciais.

Passa pelo “Enquadramento da prática profissional”, que diz respeito ao enquadramento e contextualização legal do EP, referindo o contexto onde a Escola Cooperante (EC) se insere, bem como, a composição do núcleo de estágio.

Por fim, temos a “Realização da prática profissional”. Aqui, reflito acerca das várias dimensões do ensino, de tudo o que concretizei durante este ano de EP e que fez de mim: Professor. Esta está dividida em três grandes áreas de desempenho: A área I diz respeito às questões da organização e gestão da prática profissional. A área II está relacionada com as atividades de relação com

a escola e com a comunidade. Quanto à área III, aponta para o desenvolvimento profissional.

Todo o documento foi elaborado segundo uma reflexão constante acerca das minhas vivências ao longo deste ano de estágio e pretende dar a conhecer, não só as minhas aprendizagens e vivências, mas também a forma como vejo o mundo da docência.

2. Enquadramento Biográfico

2.1. Eu e a minha viagem

A paixão pelo desporto e pelo movimento começou muito cedo na minha infância, sendo que qualquer momento de tempo livre era pretexto para ir para o exterior e jogar “à bola”, qualquer que fosse o jogo, andar às “caçadinhas” ou qualquer outra atividade em que o movimento fosse um dos seus aspetos essenciais. Tive a sorte de viver numa casa com um amplo espaço interior e exterior, o que contribuiu de forma decisiva quer para o meu gosto pelo desporto quer para o meu bom desenvolvimento motor. Usualmente brincava sozinho pois vivia muito longe dos meus amigos, o que de certa forma desenvolveu a minha criatividade, pois inventava jogos e formas de movimento para me divertir sozinho. Embora o desporto fosse uma prioridade, a ciência/tecnologia e o desenho/arte, também faziam parte dos meus interesses, tendo sido este último domínio, de certa forma, inspirado e impulsionado pela minha mãe.

Na escola, as minhas disciplinas preferidas sempre foram EF e Ciências, sendo que a primeira fazia sobressair todo o meu espírito competitivo, não só para com os meus colegas mas também para comigo mesmo, pois queria sempre ser melhor e sabia que com esforço o conseguiria. Nos intervalos encontravam-me sempre a jogar futebol ou basquetebol, não havendo um dia em que isto não acontecesse. Estes dois desportos, a par do atletismo e das artes marciais, sempre estiveram no topo das minhas preferências mas, devido a questões de transporte e de disponibilidade, nunca tive a possibilidade de os praticar fora da escola.

“... o Desporto não é só a preparação para a vida, é vida, vontade e prazer de viver.” (Bento, s/d, p.127).

Só no 12.º ano, é que considerei seriamente as minhas hipóteses em conjunto com os meus interesses e assim optei pelo percurso que achei que me faria mais feliz e realizado, o Desporto.

Percurso Escolar



Figura 1. Escola Primária do Bom Sucesso



Figura 2. Escola EB 2,3 da Senhora da Hora

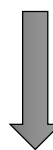


Figura 3. Escola Secundária do Padrão da Légua



Figura 4. Instituto Superior da Maia



Figura 5. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto



Figura 6. Escola Cooperante

Após muitos anos de dedicação chegou finalmente a hora de ingressar na faculdade. Embora a minha primeira opção tenha sido a FADEUP, não consegui entrar pois a média nesse ano subiu e, assim, acabei por entrar no ISMAI, instituição que foi fundamental na minha formação e naquilo que sou hoje como pessoa, estudante e futuro professor.

Finalizada a licenciatura, ingressei na FADEUP para frequentar o Mestrado em Ensino de Educação Física e Desporto. Embora no início existissem algumas dúvidas no que diz respeito ao caminho pelo qual decidi enveredar, a verdade é que a minha motivação para vir a exercer a profissão docente e ter um papel fulcral na formação das crianças e jovens que são o futuro deste país foi crescendo. Sinto que ao longo deste ano de Estágio Profissional, onde pude intervir e interagir diretamente com os alunos, desenvolvi uma verdadeira paixão pelo ensino, guiando os jovens no seu percurso em direção a um futuro melhor.

2.2. Expectativas iniciais e o confronto com a realidade

Durante o primeiro ano de Mestrado pensei várias vezes como seria o ano do estágio. Se iria conseguir ficar na mesma escola com o meu grupo de trabalho do primeiro ano, como seriam os meus futuros alunos e se iria conseguir contribuir positivamente para a sua formação. Chegada a altura de escolher para que Escola iria estagiar, eu e uma amiga que fazia parte do meu grupo de trabalho do primeiro ano, tentamos ficar na mesma escola, mas tal não foi possível. Assim, as minhas escolhas recaíram sobre uma escola situada na área do Porto, num local acessível em relação à minha residência e com boas instalações, e tive a sorte de ficar colocado na minha primeira opção, uma Escola Secundaria da qual a minha mãe tão saudosamente falava, pois ali fez todo o seu percurso liceal.

No que diz respeito ao núcleo de estágio, eu já conhecia superficialmente um dos meus colegas, o que aligeirou um pouco o impacto com esta nova realidade que passamos desde então a viver. Penso que os três nos demos muito bem quer a nível profissional quer pessoal, e desenvolvemos um bom trabalho de grupo, tendo sido sempre muito solidários uns com os outros.

Trocamos experiências, o que nos fez crescer e nos enriqueceu como profissionais e como indivíduos, aspecto este que muito me marcou e ao qual dei muito valor. Desenvolvemos um bom trabalho com os nossos alunos, o que foi bem visível no seio da escola.

Aquando da distribuição das turmas, a professora cooperante informou-nos das turmas disponíveis, tendo-nos dado livre arbítrio para a sua escolha. Em comum acordo com os meus colegas, e dada a minha preferência, lecionei EF a uma turma de 12º ano, de Ciências e Tecnologias, sendo considerada a melhor da escola. Eram alunos que demonstraram grande disponibilidade motora, inteligentes, muito competitivos, mas também muito faladores. No entanto, é de salientar que, a grande maioria, gostava de EF.

Ao longo deste ano, considero que cumpri o meu objetivo, que sempre foi o de deixar um pouco de mim nestes alunos e contribuir com tudo o que me foi possível para a sua formação, pois afinal, tal como Antoine de Saint-Exupéry referiu, *“Foi o tempo que perdeste com a tua rosa que tornou a tua rosa tão importante.”* (2001, p.74)

3. Enquadramento da prática profissional

3.1. Contexto Legal e Institucional do Estágio Profissional

O Estágio Profissional (EP) está inserido no 2º ciclo de estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de EF nos Ensinos Básico e Secundário, da FADEUP.

O EP enquadra-se de acordo com determinados requisitos legais e institucionais.

Relativamente ao contexto legal, a legislação portuguesa no Decreto-Lei 43/2007 de 22 de Fevereiro (p. 1324), relativo à Habilitação Profissional para a Docência, afirma que “As atividades integradas na componente de iniciação à prática profissional obedecem às seguintes regras: a) Incluem a observação e colaboração em situações de educação e ensino e a prática de ensino supervisionada na sala de aula e na escola, correspondendo esta última ao estágio de natureza profissional objeto de relatório final; b) Proporcionam aos formandos experiências de planificação, ensino e avaliação, de acordo com as competências e funções cometidas ao docente, dentro e fora da sala de aula; c) São concebidas numa perspetiva de desenvolvimento profissional dos formandos visando o desempenho como futuros docentes e promovendo uma postura crítica e reflexiva em relação aos desafios, processos e desempenhos do quotidiano profissional.”

Do ponto de vista institucional, o Regulamento da Unidade Curricular Estágio Profissional refere que o objetivo do mesmo “visa a integração no exercício da vida profissional de forma progressiva e orientada, através da prática de ensino supervisionada em contexto real, desenvolvendo as competências profissionais que promovam nos futuros docentes um desempenho crítico e reflexivo, capaz de responder aos desafios e exigências da profissão” (p. 2).

O EP contempla três grandes áreas: Área I – “Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem”; Área II – “Participação na Escola e Relações com a Comunidade”; e Área III – “Desenvolvimento Profissional”.

De forma a ser possível a realização do EP por parte dos seus estudantes, a FADEUP mantém relações protocolares com diversas instituições do ensino básico e secundário na região do grande Porto e nas Regiões Autónomas da Madeira e Açores. Os estudantes estagiários (EE) realizam a sua candidatura por ordem de preferência de instituição, sendo que após terem sido colocados são associados por núcleo de estágio. Posteriormente, a cada núcleo é atribuído um professor orientador (PO) da FADEUP e um professor cooperante (PC) da instituição cooperante.

A cada EE é atribuída uma turma, sendo que todo o processo de ensino-aprendizagem, desde a conceção até à avaliação é assumido pelo EE. Ainda assim, o PC continua a ser o titular da turma.

O princípio do mês de setembro foi marcado pelo início do EP, tendo-se estendido até ao final do ano letivo da escola onde decorreu.

3.2. A Escola Secundária Cooperante

A escola atua de forma decisiva no processo de humanização e socialização do indivíduo, não se sobrepondo à socialização primária que recebeu. Segundo Berger (2007), não vivemos somente no mesmo mundo, mas participamos cada qual do ser do outro. Desta forma, os membros que constituem a escola (desde os professores até aos funcionários), em conjunto com os membros da comunidade, todos procuram participar positivamente quer no desenvolvimento da personalidade dos alunos, quer na sua formação enquanto cidadãos integrados na sociedade.

Segundo o Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o século XXI (1996), existem quatro pilares na educação: aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a viver e aprender a ser. Assim, a escola tem a responsabilidade de prover as oportunidades aos seus alunos para que se desenvolvam em todos estes domínios.

Neste último ano fui acolhido por uma Escola Secundária situada no centro do Porto, que pode ser qualificada pela palavra “Inclusão”. Esta é caracterizada por ser uma escola integradora, em que todos os alunos têm a

oportunidade de ter uma boa formação e de se sentirem como parte integrante da escola, existindo mesmo o lema “Onde Eu Conto!”.

Em termos de estruturas, o edifício principal tem a forma de U e é composto por três pisos e uma área com cerca de 7700m². Possui inúmeras salas de aula bem equipadas, uma nova biblioteca com grande variedade de livros, uma sala de professores com três divisões e salas específicas (salas de apoio, laboratórios, anfiteatros, auditório e salas de desenho). Usufrui também de um grande pavilhão com excelentes condições, que pode ser dividido em três espaços de aula, sendo que aqui podem ser praticadas a grande maioria das modalidades desportivas do programa de EF. Dispõe ainda de um ginásio para a prática da ginástica, badmínton e voleibol, de uma sala para a prática de dança (com espelhos) e de um ringue exterior.

A Escola Cooperante (EC) é a sede do agrupamento, integrando todos os níveis de ensino desde o 1.º ciclo até ao ensino secundário.

Da escola fazem parte diversos departamentos: o departamento de Línguas, o departamento de Ciências Experimentais, o departamento de Ciências Sociais e Humanas, o departamento de Matemática e Informática, o departamento de Expressões e o departamento do 1.º ciclo e do Pré-escolar. A EF faz parte do departamento de Expressões e, visto ser um agrupamento de escolas, fazem parte deste, professores da EC e de uma outra Escola pertencente ao agrupamento, sendo que o trabalho é desenvolvido em conjunto por ambas as escolas. Este trabalho em conjunto poderá trazer benefícios no que diz respeito à troca de ideias na forma de abordar conteúdos, bem como nas informações disponibilizadas acerca dos alunos, tendo em conta que a grande maioria dos alunos transita entre estas duas escolas ao atingirem o 2.º ciclo do ensino básico. No que diz respeito à organização de eventos, o trabalho realizado em conjunto pelos professores de ambas as escolas poderia trazer grandes benefícios, principalmente no sentido de incluir mais alunos nas atividades e na criação de eventos mais dinamizadores, mais originais e que envolvessem toda a comunidade escolar, mas tal não aconteceu por razões que irei referenciar mais à frente neste relatório.

3.3. O Núcleo de Estágio

O EP desenrola-se dentro de um núcleo de estágio constituído por três ou quatro EE e sob a orientação de um(a) professor(a) cooperante pertencente à escola onde o núcleo se insere, bem como por um(a) professor(a) orientador(a) da faculdade. A cada estagiário é atribuída uma das turmas pertencentes ao PC, podendo esta ser do ensino básico ou secundário. É também, designada uma turma que será partilhada pelos três EE. O processo de ensino é supervisionado/orientado pelo professor cooperante, sendo que a responsabilidade de executar - conceção, planeamento, realização - está a cargo do EE.

3.3.1. Os Colegas

No PFI elaborado na fase inicial do EP referi “No que diz respeito ao núcleo de estágio, já conhecia um dos meus colegas “de vista”, o que aligeirou um pouco o impacto com esta nova realidade que estamos a viver. Penso que os três nos estamos a dar muito bem quer a nível profissional quer pessoal, estamos a desenvolver um bom trabalho de grupo e somos sempre muito solidários uns com os outros”. (2014, p. 6)

Agora, no final do percurso, posso dizer que o bom ambiente vivenciado entre nós no início da etapa se manteve durante todo o ano, tendo sido muito importante para a nossa adaptação a esta nova fase da nossa vida.

O trabalho de cooperação foi um ponto forte deste núcleo de estágio. Todos demonstraram estar sempre disponíveis para dividir tarefas e realizar trabalhos em conjunto, bem como para ajudar os colegas nos temas em que sentissem mais dificuldades. Falando mais propriamente deste último aspeto e num caso mais particular, a modalidade que lecionei e na qual senti mais dificuldade foi a de voleibol, visto que a minha formação relativamente ao voleibol, quer na escola quer no ISMAI, pecou por escassa. Aqui, a ajuda de um dos meus colegas foi fundamental para que a lecionação desta modalidade fosse conseguida com sucesso, tendo demonstrado sempre uma grande abertura e interesse em ajudar a melhorar o meu conhecimento quando à execução técnica e ao planeamento progressivo da modalidade.

Aprendi muito com os meus colegas, com a sua forma de estar, a sua visão do ensino e a forma de se relacionarem com os alunos e acredito que estas aprendizagens melhoraram não só a minha forma de estar a nível profissional mas também o meu ser como pessoa.

3.3.2. A Professora Orientadora da FADEUP

O professor orientador assegura a ligação da faculdade com o EE, procurando orientá-lo durante o seu percurso como professor estagiário e inculcar nos futuros professores os principais valores da profissão docente.

Matos (2013) refere acerca da função dos orientadores da FADEUP que lhes compete apoiar a conceção e a realização do Projeto de Formação Individual (PFI) do estudante estagiário, num quadro de colaboração com a escola cooperante, professor cooperante, numa lógica de equidade e de corresponsabilização. Foi a partir do momento da realização do PFI que a atuação da PO começou a ser mais presente e preponderante, sendo que a orientação da mesma foi fundamental para a elaboração do documento.

Segundo Matos (2013) faz também parte das atribuições do Orientador da FADEUP orientar o Relatório de Estágio. Com a conclusão do PFI, iniciou-se a elaboração do RE. A PO foi, mais uma vez, imprescindível na realização deste documento, orientando-nos durante todo o processo e dando indicações fundamentais de forma a produzirmos um documento consistente.

3.3.3. A Professora Cooperante

O PC é a principal figura tutelar do EE durante o EP, cabendo-lhe a função de acompanhar de perto a formação dos futuros professores, aconselhando, criticando, auxiliando e orientando toda a sua atividade com o objetivo de que o EE tenha consciência das suas ações e reflita sobre as mesmas, fazendo com que este tenha uma forma de pensar reflexiva sobre todos os momentos a que a profissão docente concerne. Posso caracterizar a minha relação com a PC como sendo sobretudo profissional mas sempre com um ambiente descontraído e de alguma amizade entre ambos.

A primeira reunião do núcleo de estágio teve lugar logo no dia seguinte à reunião de abertura do estágio na FADEUP que serviu tanto para os EE bem como para a PC se darem a conhecer. Aqui, fiquei com uma impressão bastante positiva acerca da PC, mostrando-se muito motivada e interessada em acompanhar os seus EE nesta última etapa da sua formação.

A professora foi fundamental para compreender os meus pontos fortes e fracos bem como a forma de os melhorar mas tentando sempre inculcar-me o “valor” da autorreflexão, de que em todos os momentos do EP tem de estar inerente um ato de autorreflexão e da sua importância para a prática da profissão docente.

3.4. A Minha Turma

A turma de 12^o ano que me foi atribuída era constituída por 28 alunos, sendo oito do sexo masculino e os restantes vinte do sexo feminino.

Na aula de apresentação encontrava-me mais nervoso do que os próprios alunos, visto este ser o primeiro contacto com a turma a que iria lecionar todo o ano letivo, exercendo verdadeiramente a profissão docente. Neste primeiro contacto, os alunos revelaram-se muito recetivos ao novo professor que, de certa forma, seria um professor diferente visto ser estagiário.

Os alunos revelaram também ter um bom nível de maturidade, muito bons a nível da comunicação e da compreensão e percetivos ao facto de eu também estar ali de certa forma como aluno, para aprender com eles, com as minhas ações e com o núcleo de estágio.

Também consegui identificar desde logo quais seriam os alunos mais problemáticos e com os quais teria de ter um “contacto” um pouco diferente dos demais, de forma a envolvê-los no processo de ensino-aprendizagem sem que estes criassem grandes problemas e se empenhassem em realizar o que lhes era pedido.

Ainda na aula de apresentação foi realizado um questionário, elaborado em conjunto pelo núcleo de estágio. Este questionário foi preparado, com vista a ser efetuado na aula de apresentação de cada turma e teve como objetivo a

análise geral da turma, com o intuito de conhecer melhor os alunos e obter informações que consideramos pertinentes acerca do seu estilo de vida e das suas pretensões futuras. Estas questões são passíveis de influenciar a aprendizagem e o desempenho dos estudantes.

Na minha turma apenas 26 alunos responderam ao questionário, visto que um aluno faltou à aula de apresentação e uma outra aluna não estava inscrita na disciplina de EF.

Apresenta-se, de seguida, a análise das questões que considerei mais pertinentes de influenciarem os pontos que referi anteriormente.

Tendo em conta que o estado civil dos pais pode influenciar a estabilidade emocional dos alunos, foi importante verificar se esta turma tinha casos de pais que se encontram divorciados (figura 7).

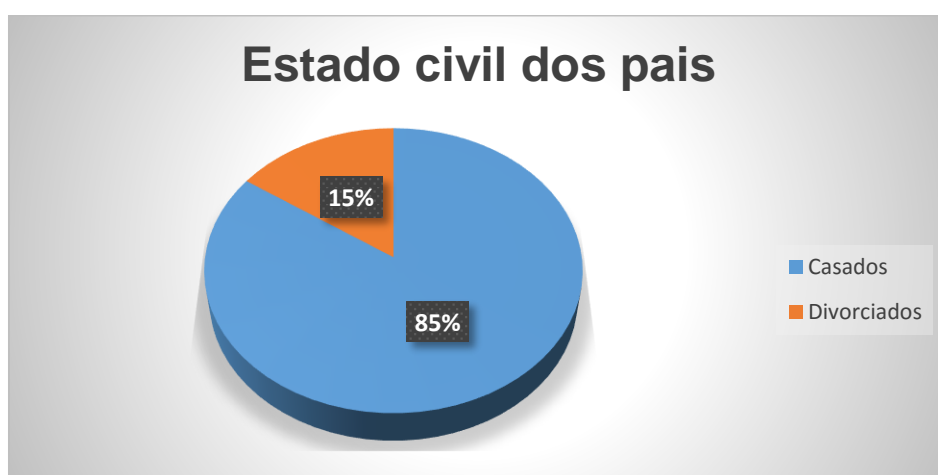


Figura 7. Resultados à questão na qual se inquiria acerca do estado civil dos pais

Como podemos observar os pais da grande maioria dos alunos encontravam-se casados (85%) e apenas uma pequena percentagem (15%) estão divorciados. Foi possível confirmar durante as aulas de EF, alguma instabilidade emocional em três alunos em que os pais se encontravam divorciados. Isto provocava, por vezes, alguns comportamentos inapropriados para uma aula e conflitos entre estes alunos. Ao longo do ano letivo verificou-se uma redução destes comportamentos/ atitudes, o que se deveu quer ao aumento da responsabilidade dos alunos quer à relação que estes tinham para comigo.

O facto de os alunos já terem reprovado algum ano poderá dar-nos algumas informações acerca da sua atitude para com o seu percurso escolar e empenho nas aulas, pelo que nos pareceu importante recolher informação sobre este assunto (figura 8).

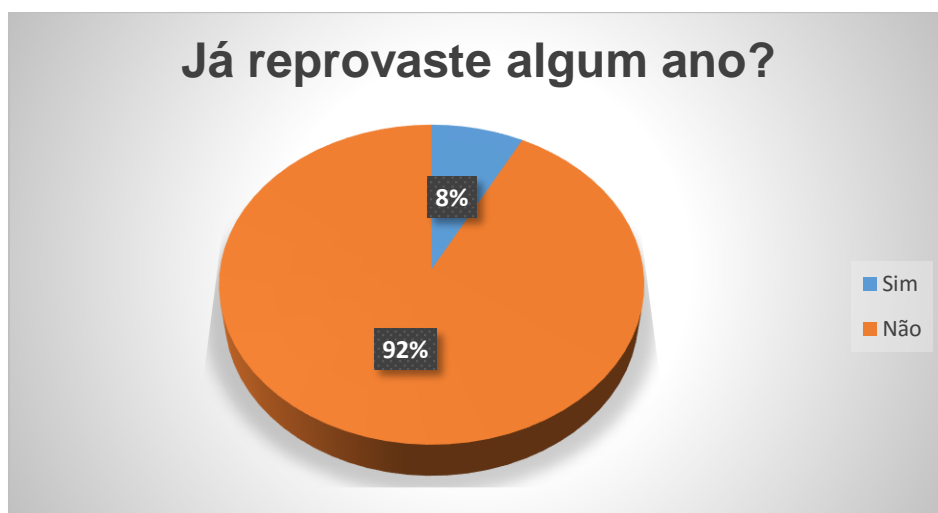


Figura 8. Resultados à questão "Já reprovaste algum ano?".

Como podemos observar na figura 8, a grande maioria dos alunos nunca reprovou (92%) durante o seu percurso escolar, sendo que os alunos que o fizeram foram ambos no 11.º ano. Não se verificou qualquer falta de empenho dos alunos que já tinham reprovado, muito pelo contrário, ambos gostavam de EF e mostravam-se motivados para a sua prática.

É importante perceber se os alunos gostam ou não da disciplina que vamos lecionar, pois este facto influenciará a motivação e a predisposição dos alunos para as aulas (Figuras 9 e 10).

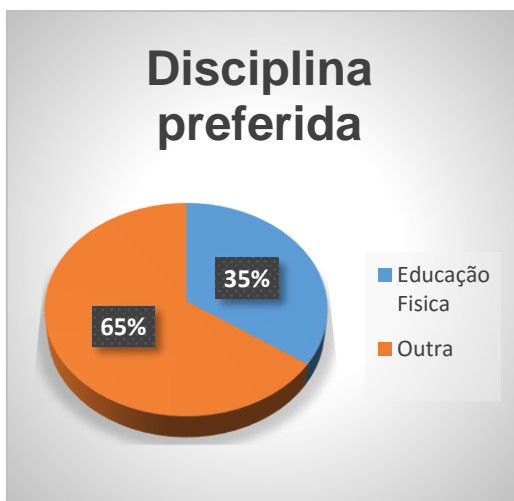


Figura 9. Resultados à questão na qual se inquiria acerca da "disciplina preferida dos alunos."

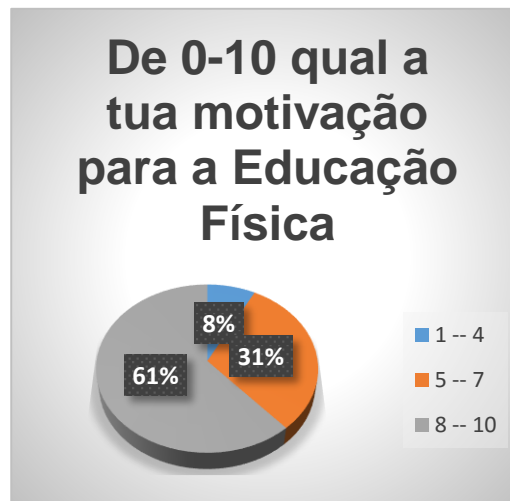


Figura 10. Resultados à questão na qual se inquiria sobre motivação dos alunos para a EF.

A análise da figura 9 evidencia que apenas 35% têm a disciplina de EF como a sua preferida mas, de acordo com a figura 10, 61% dos alunos afirmaram estar motivados para a sua prática. Embora os alunos que tinham a EF como disciplina preferida demonstrassem uma maior predisposição para a mesma, de uma forma geral a turma encontrava-se motivada para a prática de EF, sendo que apenas dois dos quatro alunos que revelaram que esta era disciplina que menos gostavam, não tinham qualquer motivação para a disciplina. Assim, através destas informações e pelo que observei, optei por colocar durante as aulas, por diversas vezes, os alunos menos motivados com os mais motivados e verifiquei que os primeiros eram contagiados pelo entusiasmo dos últimos, tendo-se revelado uma boa estratégia para influenciar os alunos menos motivados.

Visto esta ser uma turma de 12.^o ano foi pertinente saber qual o nível de ensino que os alunos pretendem atingir, de forma a entender quais os seus objetivos “profissionais” (Figura 11).

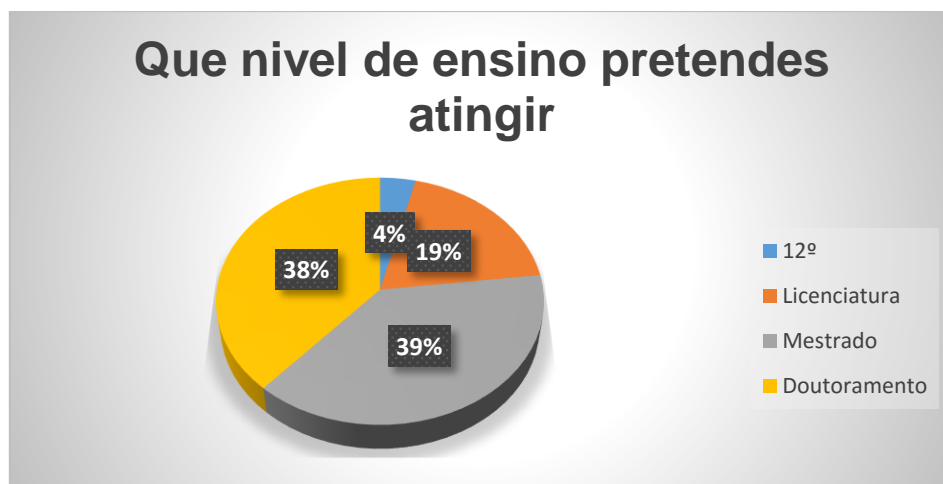


Figura 11. Resultados à questão “Qual o nível de ensino que pretendes atingir?”.

Como está patente na figura 11, os alunos dividiam-se entre Mestrado (39%) e Doutoramento (38%), sendo que dois alunos pretendiam seguir uma carreira ligada à EF e desporto.

Foi também pertinente saber se os alunos já praticaram alguma modalidade desportiva, podendo esta informação ser utilizada como uma ferramenta chave na lecionação de uma determinada modalidade nas aulas de EF (Figura 12).

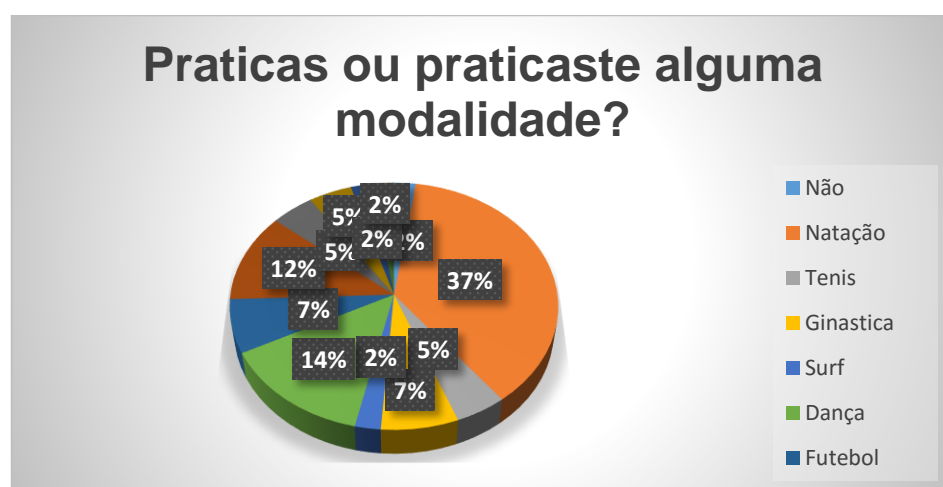


Figura 12. Resultados à questão “Praticas ou praticaste alguma modalidade?”.

Como podemos observar na figura 12, a turma já praticou ou pratica vários desportos, ainda assim a natação (37%) era o desporto mais praticado. A maioria das modalidades lecionadas possuíam pelo menos um aluno que já as tinha praticado fora da escola. Assim, utilizei estes alunos não só para realizarem a demonstração de exercícios mas também para motivar e ajudar os colegas a desenvolverem as suas habilidades técnicas e táticas dentro das modalidades. Isto pôde ser constatado, por exemplo, aquando da leção do Futebol, em que uma aluna praticante da modalidade, tinha a iniciativa de intervir junto dos colegas durante os exercícios para os ajudar a ultrapassar as suas dificuldades.

Como professor de EF é significativo saber se os alunos têm hábitos alimentares saudáveis, sendo que o facto de a turma ter aulas de EF no primeiro ou segundo tempo da manhã torna relevante perceber se os alunos têm o cuidado de tomar pequeno-almoço (Figura 13).

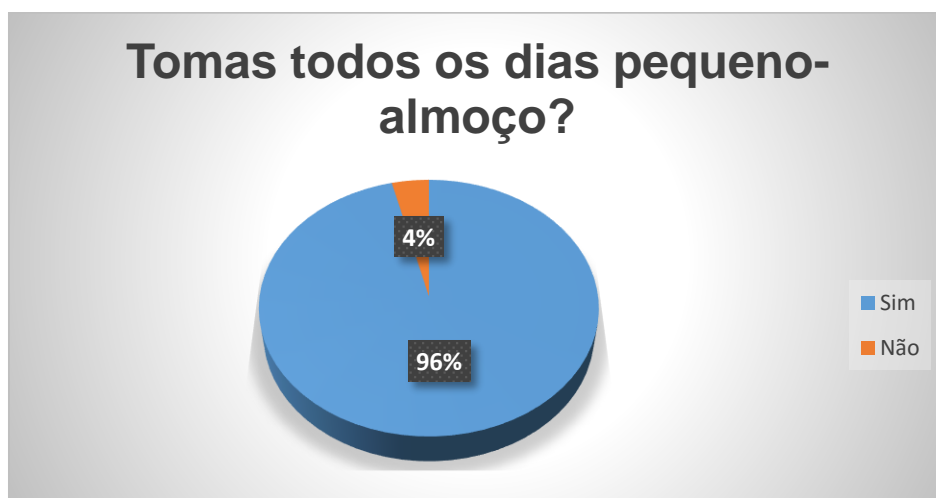


Figura 13. Resultados à questão na qual se inquiria acerca dos hábitos alimentares dos alunos ao pequeno-almoço.

Como se evidencia na figura 13, a grande maioria dos alunos (96%) tomava pequeno-almoço todos os dias, revelando que esta turma tinha consciência da importância do mesmo para o seu bem-estar.

Após a análise dos resultados pudemos concluir que esta era uma turma ativa, visto que a maioria dos alunos pratica ou já praticou algum desporto para

além de estarem bastante motivados para a disciplina de EF. Tendo em conta estes resultados, poder-se-ia prever que esta seria uma boa turma não só para lecionar, mas também para me iniciar na profissão docente e, de facto, assim aconteceu. Embora a turma fosse muito heterogénea a nível de personalidades, era homogénea no que diz respeito à afinidade com a EF.

A turma demonstrou ser muito unida e amigável desde início, tentando deixar-me o mais à-vontade possível, o que ajudou bastante na construção de uma boa relação entre professor-alunos. Esta boa relação facilitou muito o processo-ensino aprendizagem, não tendo sido praticamente necessário realizar intervenções no sentido de “castigar” os alunos, sendo que no final do ano um simples olhar bastava para os chamar a atenção.

Esta relação foi evoluindo durante todo o ano letivo, podendo mesmo afirmar que atualmente sinto que construí uma boa relação de amizade com alguns alunos.

3.5. Casos Particulares

Ao longo deste ano de estágio surgiram também alguns casos particulares curiosos de referir pois demonstram um pouco a minha relação com os alunos.

3.5.1. Os meus braços direitos

Como referi anteriormente, ao longo deste ano de estágio criei uma boa relação com todos os alunos da minha turma residente, ainda assim, alguns destacaram-se no seio da turma, tendo-lhes chamado “Os meus braços direitos”.

Quando necessário, estes alunos conseguiam controlar a turma a meu favor, sendo apenas necessário um simples olhar meu para eles perceberem quando tinham que atuar. Por vezes, aquando da explicação de algum exercício ou de uma situação em particular, o diálogo entre os alunos era mais intenso (tendo em conta que esta era considerada a turma mais “faladora” do 12.º ano), “os meus braços direitos” impunham-se perante a turma para que estes tivessem um comportamento mais adequado, não sendo assim necessária uma intervenção da minha parte.

Estes alunos foram uma preciosa ajuda neste primeiro contacto com a realidade docente e ajudaram-me a compreender a forma de como deveria lidar com a turma.

3.5.2. Um aluno especial

Ao contrário da maioria da turma, caracterizada por conter alunos muito conscientes e responsáveis, este aluno destacava-se exatamente pelo contrário: consumia droga, tinha problemas frequentes com os outros professores a nível da sua atitude/comportamento e mostrava-se pouco interessado durante as aulas. Estes foram os principais problemas que verifiquei através das reuniões de turma e de conversas com professores de outras disciplinas.

Logo na aula de apresentação identifiquei este aluno como, provavelmente, o mais problemático desta turma tendo em conta o seu comportamento na mesma. Durante o ano verifiquei também que o aluno se vitimizava, dizendo que não se relacionava com os colegas porque eles não gostavam dele, atribuído assim a culpa aos colegas de algo que não era verdade.

Consegui que o aluno percebesse através de conversas realizadas fora das aulas e de “amigo para amigo”, que o respeito para com o professor era essencial para o bom desenrolar das aulas e para não o prejudicar apenas a ele, mas também aos colegas. Desta forma e com o passar do tempo, o aluno melhorou muito a sua atitude e prestação durante as aulas, bem como a sua relação com os colegas. Por vezes era necessário dar-lhe os seus momentos para “descomprimir” mas os problemas passaram a ser quase nulos na aula de EF.

No final do ano letivo fiquei muito contente com a evolução deste aluno principalmente a nível social, sendo que no último dia de aulas o aluno despediu-se dizendo que gostava muito de mim, que o tinha ajudado muito e que era quase como um irmão para ele.

4. Realização da Prática Profissional

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

4.1.1. Planeamento da Prática

“Os trabalhos de planeamento do professor de Educação Física relacionam a direção essencial das exigências e conteúdos programáticos com a situação pedagógica concreta; são a expressão da personalidade do professor, do conhecimento e competência do seu estilo individual de ensinar”. (Bento, 2003, p.57)

O principal propósito do planeamento da prática diz respeito à delimitação de objetivos, princípios e estratégias na forma de se abordar o processo de ensino/aprendizagem. Este planeamento deverá ser realizado tendo em conta os conhecimentos específicos do professor, os saberes transversais da educação e as várias indicações metodológicas dos programas de educação física.

Segundo Bento (2003), existem 3 níveis de planeamento: o plano anual, as unidades didáticas e os planos de aula. Neste sentido, considero que para realizar um bom planeamento é necessário ter em principal conta dois pontos. O primeiro diz respeito à necessidade de ter um conhecimento prévio dos recursos disponíveis a todos os níveis (espaciais, temporais, materiais, humanos e funcionais). O segundo diz respeito ao conhecimento das características gerais da turma e, em particular, dos seus alunos. Cada turma tem uma personalidade específica, sendo necessário planear tendo em conta a realidade em que cada turma se insere.

4.1.1.1. Planeamento Anual

“O planeamento anual é um plano de perspetiva global que procura situar e concretizar o programa de ensino local e nas pessoas envolvidas.” (Bento, 2003, p.59) Constitui a primeira forma de planeamento. Possui um carácter mais generalista, sendo a forma de planeamento que engloba um maior período de tempo. É, também, o mais suscetível a ser alterado.

De acordo com o Programa Nacional de EF no Ensino Secundário “No 11.º e no 12.º anos, admite-se um regime de opções no seio da escola, entre as turmas do mesmo horário, de modo que cada aluno possa aperfeiçoar-se nas seguintes matérias (conforme os objectivos gerais): duas de Jogos Desportivos Colectivos, uma da Ginástica ou uma do Atletismo, Dança e duas das restantes. O modelo de organização curricular adoptado permite que os alunos se aperfeiçoem nas matérias da sua preferência, mas também que, no seu conjunto, essas actividades apresentem, globalmente, um efeito de elevação da aptidão física geral e desenvolvimento multilateral do aluno, nos diferentes modos de prática, de operação cognitiva e de interacção pessoal, característicos das áreas de Educação Física representadas no quadro de extensão curricular.” (Jacinto et al., 2001, p. 17).

Na EC a rotação dos espaços tem a duração de 5 semanas, ou seja, durante 5 semanas a turma irá trabalhar pelo menos uma vez em cada um dos 5 espaços destinados para as aulas de EF (Pavilhão A, Pavilhão B, Exterior, Ginásio e Sala de Espelhos), sendo que no fim deste ciclo de 5 semanas a rotação é reiniciada. Embora inicialmente tenha tido algumas dificuldades em conciliar os espaços com as modalidades que iria lecionar, com a experiência isto foi-se tornando mais fácil e o fato dos professores de EF estarem muito recetivos em realizar trocas de espaço facilitou o planeamento e respetiva leccionação das aulas.

4.1.1.2. Unidades Didáticas

Segundo Bento (2003), a unidade didática é parte essencial do programa de uma disciplina, bem como uma parte fundamental e integral no processo pedagógico, exibindo tanto a professores como a alunos etapas claras e bem distintas do ensino e aprendizagem. Neste sentido, e atendendo ao referido pelo autor, os objetivos da UD só podem ser atingidos de forma gradual, requerendo uma planificação bem inter-relacionada de todo o seu processo, pelo que o professor é o responsável pela planificação das unidades de ensino que, por sua vez, vão servir de base para a preparação das diferentes aulas.

A UD diz respeito à extensão e sequência da matéria e funciona como um guia que orienta o professor durante o processo ensino-aprendizagem dentro de uma determinada modalidade.

Quanto ao processo de concepção/ construção da UD, idealmente reserva-se a primeira aula para a realização de uma avaliação diagnóstica. Embora tenha utilizado esta “estratégia” a maioria das vezes, algumas modalidades não justificavam a perda de uma aula para este fim, tendo em conta o pouco tempo disponível que temos para lecionar. Um exemplo disto foi o caso do atletismo em que tive um número muito reduzido de aulas, tendo em conta que teria de lecionar salto em altura, corrida de velocidade e lançamento do peso. Assim, na primeira aula procurei relembrar os aspetos mais básicos das três modalidades e, ao mesmo tempo que lecionava, observar o nível em que os alunos se encontravam. Desta forma consegui ter uma noção do nível dos alunos e das suas maiores dificuldades/ facilidades sem desperdiçar uma aula única exclusivamente para este efeito.

“Tendo em conta as poucas aulas disponíveis para o ensino de cada modalidade (corrida de velocidade, salto em altura e lançamento do peso) apenas irão ser trabalhados os conteúdos que penso serem fundamentais em cada modalidade. Poderão ser abordadas mais que uma modalidade numa aula, isto é, realizar trabalho por estações de forma a rentabilizar o tempo e motivar mais os alunos.” (Justificação da UD de Atletismo, 13/02/2015)

No que diz respeito às restantes avaliações das UD foi realizada uma avaliação continua em todas as modalidades, terminando a UD com a realização da respetiva avaliação sumativa.

4.1.1.3. Planos de Aula

Segundo Bento (2003), e tendo em conta o nível de planeamento anterior, ou seja, da unidade didática, o plano de aula “conduz então as reflexões anteriores à realização metodológica do ensino e ao balanço das atividades concretas do professor e dos alunos... tendo 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” (p. 63).

A evolução nos níveis de planeamento especifica-se ao máximo com a elaboração do plano de aula, constituindo-se como a passagem para a prática de tudo o que foi planeado.

Aquando da elaboração do plano de aula, pretende-se que este seja o mais objetivo possível, de consulta clara e de compreensão imediata. Embora o plano de aula deva ser elaborado tendo em conta que irá/deverá ser totalmente cumprido, este não pode ser encarado como algo rígido e imutável, isto é, que não pode sofrer alterações ao longo da aula. Muito pelo contrário, este deverá ser visto apenas como um guião mutável de acordo com as necessidades de cada aula. Embora existam vários fatores que podem provocar alterações no planeamento, como as condições meteorológicas, o número de alunos efetivos ou simplesmente uma mudança de espaço não planeada, o mais importante será mesmo o facto de os alunos não estarem a ter a reação pretendida à forma como os conteúdos estão a ser abordados. Assim, durante a abordagem dos conteúdos (aplicação do plano de aula) devemos-nos questionar acerca do seguinte: Os objetivos estão a ser cumpridos? A aula está a decorrer de forma fluida? Os alunos estão empenhados?

Assim, após este ano de estágio compreendo que a capacidade de improvisação do professor durante a aula é tanto maior quanto maior for a experiência do mesmo. Enquanto que inicialmente cingia-me a cumprir estritamente o plano de aula devido à minha fraca capacidade de improvisação e avaliação da aula, evoluí muito nestes aspetos. No final do ano, apesar de muitas vezes criticado pela professora cooperante que queria que cumprisse “sempre” o plano de aula, senti várias vezes a necessidade de improvisar aquando da leção da modalidade de futebol, visto os alunos demonstrarem muitas dificuldades, que surgiam devido ao facto desta modalidade não ter sido suficientemente desenvolvida em anos anteriores. Aqui, fiquei muito satisfeito em observar a minha evolução neste aspeto, pois conseguia alterar o que tinha planeado com grande facilidade e os alunos correspondiam de forma adequada as estas alterações, conseguindo assim que os objetivos fossem cumpridos, algo que da forma como tinha planeado não era possível.

4.1.2. O Processo Ensino Aprendizagem

Este ponto diz respeito à aula em si, refletindo acerca da minha evolução, das dificuldades que senti e as estratégias que utilizei para superar essas dificuldades.

Inicialmente irei falar do controle da turma, onde tentarei focar as estratégias que utilizei para o conseguir. De seguida a gestão da aula, onde reflito acerca da importância de cada nível, bem como da minha evolução no sentido de conseguir controlar cada um de forma a conseguir superar qualquer imprevisto rapidamente. Farei, ainda, uma reflexão acerca da importância dos feedbacks e das dificuldades que senti e de como as ultrapassei aquando da instrução. Para finalizar, refletirei acerca do processo avaliativo, da sua importância e das dificuldades sentidas em cada tipo de avaliação.

4.1.2.1. O Controle da Turma

De acordo com Siedentop (1998), “um sistema eficaz de tarefas de organização inicia-se pela criação de regras e rotinas no que respeita aos comportamentos apropriados e inapropriados.” Posso afirmar que, inicialmente, este era o ponto no qual tinha maior receio, muito devido à minha falta de experiência. Por diversas vezes questionei-me: “Será que vou conseguir controlar a turma e, simultaneamente, ter uma boa relação com os alunos? Que tipo de postura terei de assumir? Terei de ser autoritário?” Após alguns diálogos com a PC em que lhe revelei que iria assumir um papel mais autoritário de forma a conseguir “ter mão” sobre todos os alunos, esta fez-me entender que essa postura não era necessária nem a mais correta para um professor de uma disciplina que envolve um grande contato entre professor-aluno. Assim, aconselhou-me simplesmente a ser eu mesmo, a tratar os alunos como adultos tendo em conta que seria uma turma de 12.º ano e procurar ter uma boa relação com eles. Estes conselhos foram muito valiosos e acredito que este foi o ponto em que a PC foi mais preponderante na minha formação tendo-me ajudado bastante a compreender a influência da postura do professor nas aulas e na sua relação com os alunos.

Segundo Rosado e Ferreira (2009), entende-se por regras uma fonte de enquadramento regulador das interações entre os diversos intervenientes, sendo um pilar fundamental da segurança física e emocional, promotoras de uma maior atenção e participação.

Desta forma procurei, logo nas primeiras aulas, adotar um estilo de liderança mais próxima dos alunos. Tentei ser assertivo ainda que muito acessível e demonstrando-lhes que podiam contar comigo para o que precisassem e que podiam/deviam dar a sua opinião acerca de qualquer assunto da aula ou de como esta se desenvolvia, desde que fosse realizado oportunamente. Transmiti-lhes também, regras essenciais a serem cumpridas, para que as aulas decorressem sem grandes problemas e para que se mantivesse algo que é cada vez mais escasso e para mim fundamental, não só para o bom funcionamento das aulas mas principalmente para o futuro dos jovens: Respeito Mútuo.

Para Oliveira (2001), a manutenção da ordem na sala de aula ou ginásio terá de ser exigida nas primeiras aulas, onde os procedimentos que representam a base dessa ordem terão de ser sustentados e clarificados aos alunos para que o ambiente seja favorável e sem perturbações.

O facto de ser uma turma do 12.º ano e de ter criado uma grande empatia com todos os alunos ajudou-me bastante no controlo da turma. Intervenções por força do autoritarismo quase não existiram, embora tenha havido alguns momentos em que foi necessário uma “mão mais pesada” para que os alunos não “descarrilassem”. Recordo-me que um desses momentos aconteceu na terceira aula, em que os alunos me interromperam várias vezes aquando da explicação de um exercício, quando estes já sabiam que quando eu explicava algo não admitia ser interrompido. Este momento de maior autoritarismo foi essencial para os alunos interiorizassem que eu era o professor e que apesar de ser jovem teriam de me respeitar, tal como o fariam com qualquer outro professor.

Este meu estilo de liderança, a minha atitude para com os alunos tratando-os como adultos e a forma extrovertida, descontraída e, de certo modo, divertida como me relatei com eles, foi essencial para obter o controlo da turma e para

que este controlo se mantivesse durante todo o ano letivo sem terem surgido problemas de maior relevo.

4.1.2.2. A Gestão a Vários Níveis

A gestão surge como um ato que procura garantir que a aula é realizada conforme o planeado, sendo que uma boa capacidade de gestão é uma característica deveras importante em qualquer professor, permitindo que este se adapte mais rapidamente e adequadamente a qualquer imprevisto que possa surgir durante a aula.

Podemos dizer que à gestão estão associados vários níveis, tendo em conta todos os recursos que é necessário gerir durante a aula: o espaço onde irá decorrer, o tempo útil da mesma, o material a utilizar, os alunos que irão participar e os exercícios/ tarefas planeadas.

Uma boa gestão da aula traduz-se na maximização do tempo em que os alunos se encontram em atividade motora, sendo que este é o grande objetivo do professor: tirar o máximo proveito da aula para que os seus alunos estejam o maior tempo possível em atividade motora resultando, assim, num aumento do sucesso das aprendizagens.

“A formação dos alunos deve ser realizada em todo o tempo de aula, desde o primeiro até ao último minuto...” (Bento 2003, p. 107) No que diz respeito à gestão temporal, inicialmente senti algumas dificuldades em respeitar totalmente o plano de aula, isto é, realizar todos os exercícios que tinham sido planeados e respeitar o tempo que tinha estabelecido para cada exercício. Isto deveu-se muito ao facto de não incluir o tempo de instrução no tempo que tinha previsto para a realização do exercício mas também devido à minha falta de experiência. Com o passar do tempo e com a aquisição de experiência, estas questões foram-se eclipsando, pois consegui encontrar algumas estratégias para que isto não acontecesse, como por exemplo: ao faltar um minuto para o final do exercício reunia os alunos para introduzir o exercício seguinte.

Nas primeiras aulas também senti que perdia muito tempo a marcar as faltas. Como não conhecia os alunos e para não perder tempo de aula, decidi

marcar as faltas enquanto estes realizavam o aquecimento visto que, normalmente, encarregava um aluno de dar o aquecimento à turma. Utilizei a estratégia de em cada aula ter um aluno a dar o aquecimento, visto que os alunos demonstravam ter competência para tal e se falhassem em algo ou o aquecimento estivesse incompleto eu estava lá para corrigir. Por vezes, quando escolhia alunos que demonstravam não se sentirem à-vontade para administrar o aquecimento, escolhia um outro aluno ligado ao desporto para os ajudar, mas, tendo sempre em consideração que este último seria apenas uma ajuda ou um apoio e não substituiria o primeiro no aquecimento. Esta foi também uma forma de promover a autonomia dos alunos, valor/atributo fundamental que a EF deve inculcar nos alunos.

No final do primeiro período, como já conhecia todos os alunos, passei a marcar as faltas após a aula ter terminado pois sabia perfeitamente os alunos que tinham ou não participado na aula. Por outro lado, também já não sentia quaisquer dificuldades em gerir o tempo de forma a cumprir o plano de aula.

Relativamente à gestão do espaço, foi algo que nunca representou grande problema, visto que tentei sempre escolher duas/três modalidades por período de forma a facilitar a gestão dos espaços, isto é, escolhi modalidades em que pelo menos uma poderia ser lecionada no espaço exterior, outra no ginásio e outra no pavilhão.

Ao nível do espaço da aula, o único problema surgiu no início da leção da modalidade de basquetebol, devido às poucas tabelas disponíveis (3 tabelas) para um grande número de alunos (cerca de 28 alunos). A localização destas também não era a mais apropriada visto que uma situava-se entre as outras duas, sendo necessário realizar campos de jogo consideravelmente mais pequenos que o ideal.

Em relação à gestão dos alunos, foi inicialmente uma das vertentes em que tive mais dificuldades. O meu posicionamento quer durante a transmissão quer durante a observação não era o mais apropriado, visto que me encontrava por diversas vezes de costas para vários alunos. Apercebi-me rapidamente que nunca poderia deixar nenhum aluno fora do meu campo de visão pois quando isto acontecia os alunos não demonstravam o mesmo empenho motor como

quando estavam a ser observados, sendo que também viam nisto uma oportunidade para extravasarem a nível do comportamento.

Após várias chamadas de atenção por parte do PC para este facto, o posicionamento tornou-se um dos meus principais objetivos a corrigir no primeiro período. Posso afirmar que consegui cumprir o objetivo ainda antes de terminar o primeiro período e verifiquei que, com esta melhoria, os alunos mantinham-se mais empenhados nas atividades.

Finalmente, quanto à gestão do material e transição entre exercícios, algo que me fez rentabilizar bastante o tempo de aula foi a organização prévia do material. Visto que, normalmente, chegava ao local onde iria decorrer a aula 15min antes da mesma, preparava todo o material que iria ser necessário durante toda a aula: recolhia apenas o material que iria necessitar, como por exemplo o número de bolas ou cones, e colocava-o em locais estratégicos de forma a poder reorganizar facilmente o espaço aquando da transição entre exercícios; preparava, também, o espaço para a realização do primeiro exercício, desta forma, mal os alunos terminassem o aquecimento davam início à aula propriamente dita.

Uma outra estratégia que também utilizei em algumas aulas foi a de responsabilizar dois alunos pela organização do material entre exercícios. Assim, quando faltasse cerca de 1min para terminar o exercício, os dois alunos vinham ter comigo e mostrava-lhes no plano de aula, vendo assim como deveriam organizar o espaço para o próximo exercício. Desta forma, rentabilizava o tempo de aula e, simultaneamente, dava autonomia e responsabilidade aos alunos.

4.1.2.3. Instrução: Feedback e Demonstração

Segundo Rosado e Mesquita (2011), o feedback pedagógico é considerado como uma das armas mais poderosas do professor no processo de interação pedagógica.

Numa fase inicial, tive algumas dificuldades em fazer com que os alunos compreendessem o que era pretendido com um determinado exercício. Isto

ocorria porque não me expressava de uma forma muito clara e transmitia-lhes pouca informação, isto é, resumia em demasia a explicação dos exercícios. Nas aulas seguintes, tentei compensar esta pouca informação com mais detalhe acerca de como deveriam ser realizados os exercícios, tendo tido uma boa resposta dos alunos. Apesar desta boa resposta, apercebi-me que não estava a utilizar a que considero ser a principal forma de realizar uma boa instrução: a demonstração. Assim, aquando da transmissão de informação, comecei a realizar simultaneamente a demonstração e a focar alguns aspetos mais determinantes do exercício, bem como as principais componentes críticas do mesmo. Desta forma, os alunos demonstraram ficar muitos mais esclarecidos acerca do que era pretendido e, como resultado disto, mais empenhados durante os exercícios. Na maioria das vezes, utilizava alunos para realizarem a demonstração, isto se fossem capazes de realizar uma demonstração eficiente.

Com o passar do tempo procurei melhorar ainda mais neste ponto, utilizando frequentemente o questionamento como forma de instrução, tentando fazer com que os alunos chegassem a uma conclusão por eles mesmos. Acredito que o professor é principalmente um guia, que deverá encaminhar os alunos para as suas próprias conclusões.

O feedback realizado durante os exercícios também foi algo em que fui evoluindo continuamente. Nas primeiras aulas, este tipo de feedbacks era quase nulo, pois ainda não me sentia muito à-vontade para o fazer, mas após um diálogo com PC, compreendi como são essenciais para a aprendizagem dos alunos.

Embora tenha tentado variar entre realizar feedbacks para toda a turma e feedbacks individuais, apercebi-me que os alunos estavam muito mais recetivos aos feedbacks individuais em detrimento dos coletivos. Assim, adotei a seguinte estratégia: quando um exercício não estava a ser corretamente realizado pela maioria dos alunos ou quando queria repreender a turma pelo seu comportamento ou desorganização, realizava feedbacks coletivos, isto é, para toda a turma; quando queria instruir acerca de falhas técnicas/táticas emitia feedbacks individuais ou para pequenos grupos. Esta estratégia teve um bom efeito com a minha turma residente e acredito que este facto deveu-se a que estes alunos necessitavam de sentir que o professor estava mais próximo deles

quando necessitavam de ajuda. Isto aconteceu, também, devido ao facto da turma ser algo heterogénea, isto é, cerca de metade da turma praticava desporto e tinha uma boa capacidade motora, enquanto que a outra metade demonstrava algumas dificuldades motoras e, por isso, a turma era muitas vezes dividida em dois níveis diferentes.

4.1.3. O Processo Avaliativo

A avaliação manifesta-se em todos os níveis desde os alunos, aos professores, passando pela escola e pelo pessoal não docente.

No que diz respeito à profissão docente, esta implica a avaliação dos seus alunos como processo regulador e orientador das suas aprendizagens, sendo também a forma de verificar se os objetivos foram cumpridos. A avaliação permite, também, que o professor se avalie a si mesmo, determinando se as estratégias utilizadas foram as mais eficientes. Durante o EP realizei três tipos de avaliação: diagnóstica, contínua e sumativa.

Quanto à avaliação diagnóstica, serve para aferir o nível inicial quer do aluno quer da turma no seu todo em relação a uma determinada modalidade, devendo assim, ser realizada na primeira aula de cada unidade didática. Este foi o tipo de avaliação em que senti mais dificuldades pois, por diversas vezes, os alunos não conseguiam realizar os exercícios planeados, visto anteriormente não terem tido uma boa formação em relação a algumas modalidades. Foi, por isso, necessário improvisar durante a aula e realizar exercícios mais básicos.

Relativamente à avaliação contínua, esta decorre em todas as aulas e durante todo o ano letivo. A avaliação contínua tem como principal função que quando exista um momento pontual de avaliação (avaliação sumativa de uma determinada modalidade), não advenham grandes surpresas dos resultados desta. Outra finalidade muito importante da avaliação contínua é a monitorização do processo de aprendizagem. O ser humano está em constante aprendizagem e o professor não foge à regra, muito pelo contrário, à profissão docente está inerente a constante adaptação a novas realidades e a evolução das estratégias por si utilizadas, o que conduz à melhoria do processo de ensino e aprendizagem. Assim, a avaliação contínua permite ao professor compreender

se o processo está ou não a surtir o efeito desejado e se os alunos estão a ter o sucesso pretendido. A auto-avaliação permanente do professor leva a que evolua na execução das suas práticas, adaptando-as à realidade em que está inserido e, conseqüentemente, que isso se traduza no sucesso dos alunos.

Por último, surge a avaliação sumativa, onde após serem pesados todos os dados relativos à avaliação realizada durante o período em questão, discutiam-se as notas atribuídas com o PC. Esta discussão passava sobretudo pela comparação das classificações atribuídas aos vários alunos, para desta forma, precaver possíveis erros que pudessem ter surgido aquando da avaliação de cada aluno. A este nível, inicialmente senti muitas dificuldades aquando da realização da avaliação propriamente dita, devido ao facto de ter de conjugar a observação dos alunos com o preenchimento da ficha de avaliação tendo em conta os critérios e as componentes críticas inerentes, resultando em que, por vezes, não conseguisse avaliar todos os alunos. No entanto, com o passar do tempo e à medida que ia adquirindo maior experiência e melhorando as minhas práticas, estas dificuldades foram ultrapassadas.

4.2. Área II – Participação na Escola e Relação com a Comunidade

Segundo Matos (2013), esta área pretende que o estudante estagiário (EE) se envolva nas atividades não letivas, de forma a integrar-se na comunidade escolar.

Deste modo, um dos objetivos do EP é que o EE participe nas atividades desenvolvidas pela escola em que se encontra e crie/desenvolva, em conjunto com o núcleo de estágio, atividades que contribuam para o desenvolvimento da comunidade, não estando apenas circunscrito à lecionação das aulas. Assim, o desporto escolar e a direção de turma surgem como duas áreas de frequência obrigatória.

4.2.1. Desporto Escolar

Com a evolução tecnológica, o ser humano adota cada vez mais uma vida sedentária, caracterizada pela pouca atividade física e pelo pouco consumo energético do organismo. Este comportamento provoca uma regressão funcional do aparelho locomotor e dos órgãos solicitados durante a atividade física,

estando associado ao aparecimento de várias doenças, como a hipertensão, os diabetes, a obesidade, o enfarte do miocárdio, entre outras. É recomendável que o indivíduo realize, pelo menos, 30 minutos de atividade física por dia, de forma a manter o normal funcionamento do organismo. Assim, surge o desporto escolar (DE) com o principal objetivo de assegurar que todos os alunos, que fazem parte do sistema educativo, tenham a oportunidade de praticar uma modalidade desportiva, a possibilidade a que muitos não teriam acesso de outra forma. O DE garante portanto, a prática regular de atividade física fora das aulas de EF. Através da prática desportiva, consegue-se também contribuir para a promoção do sucesso escolar, inculcando nos alunos, valores e princípios associados ao desporto, como a responsabilidade, a disciplina e o espírito de equipa.

Desta forma, decidi estar envolvido numa modalidade em que me sinto mais à-vontade, visto já a ter praticado, e na qual disponho de um conhecimento mais consolidado e de um conjunto de estratégias mais diversificado.



Figura 14. Bola de Basquetebol

Neste sentido, pareceu-me que poderia contribuir positivamente para a formação dos alunos. Assim, optei pelo Basquetebol.

Os Jogos Desportivos Coletivos (JDC), dos quais fazem parte o Basquetebol, constituem uma excelente forma de desenvolver os alunos a vários níveis, devido ao imenso leque de situações que proporcionam. Para além do desenvolvimento motor, os JDC permitem desenvolver competências táticas (cognitivas), técnicas e sócio afetivas, através da transmissão de valores que estão inerentes a este tipo de desportos, como a cooperação e o trabalho de equipa. “Dentre as razões que os qualificam para figurar no currículo como conteúdo de educação, destaca-se o seu valor próprio; o seu potencial edificante do humano, como prática moral, cultural e social; o seu potencial para enriquecer de prazer, de significado e sentimento de realização da vida de quem está, de uma qualquer maneira, ligado à prática dos jogos.” (Graça e Mesquita, 2013, p.9)

Focalizando-me agora mais propriamente na minha experiência ao longo deste ano letivo, sinto que evolui bastante de período para período. Inicialmente, sentia-me muito pouco confortável e introvertido durante os treinos devido a este

ter sido o primeiro impacto com esta realidade. Com o passar do tempo este sentimento foi ultrapassado, sendo que a minha boa relação com os alunos que frequentaram os treinos foi um fator determinante para este facto.

Durante os treinos não fui um professor que simplesmente explicava o exercício e observava, muito por outro lado, tentei participar em todos os exercícios realizados mas sempre atento ao desempenho dos alunos, tentando emitir o máximo de feedbacks oportunos. Este meu comportamento foi muito positivo no que diz respeito a motivar os alunos e a criar uma melhor relação com eles.

Foram realizados vários jogos, femininos (juniores) e masculinos (juniores), sendo que a “minha” escola cooperante foi campeã em ambas as categorias. Ainda respetivamente aos jogos realizados constatei algo que considero muito negativo e que me chocou bastante que foi o facto de ter observado um grande sentimento de competição entre professores, sentimento este que na maioria das vezes caracterizou-se por ser excessivo. Tendo em conta os valores que o DE procura defender e inculcar nos alunos, bem como os valores do desporto em si, ver que alguns jogos não foram realizados porque a ansia de vencer era tal por parte dos professores, que sobrevalorizavam situações perfeitamente ultrapassáveis, revela que ainda há muito trabalho para mudar mentalidades que se caracterizaram por ser um pouco retrógradas e que vão não só contra os valores do desporto mas também contra o principal objetivo do professor – o desenvolvimento saudável e humano dos seus alunos.

Foi muito satisfatório observar a evolução dos alunos de treino para treino, principalmente dos mais jovens, os pequeninos como eu lhes chamava. Ver alunos que inicialmente não conseguiam executar um simples lançamento em apoio e terminar o ano a conseguir realizar habilidades motoras com um grau de exigência muito superior graças à minha orientação, faz-me sentir verdadeiramente professor.

Segundo Elias e Dunning (1986), o desporto apresenta-se como potenciador da inclusão, da promoção da tolerância, do respeito pelo outro, da cooperação e da lealdade. Assim, o desporto é uma ferramenta chave a ser utilizada na escola para promover a inclusão, devido a todos os valores que lhe

estão associados, sendo que para que o desporto se torne realmente inclusivo este terá que ter como principal premissa o “desporto para todos”. Entre os vários valores socioculturais que estão associados ao desporto, como por exemplo o respeito, o *fair-play*, entre outros, o espírito de equipa e a cooperação, são na minha opinião e pelo que constatei ao longo deste ano letivo, os mais importantes para garantir a inclusão. E porquê? Porque os alunos necessitam de se sentir integrados num meio, numa equipa e para que isto aconteça é fulcral que os colegas cooperem e ajudem os “novos colegas” a integrarem a equipa. O simples facto de um colega ajudar o seu novo colega de equipa a evoluir na execução de uma determinada habilidade técnica ou de uma ação tática é suficiente para que este se sinta incluído no seio da equipa. Um outro aspeto essencial é a necessidade de existir um líder (professor) que oriente esta inclusão de acordo com os valores referidos anteriormente. Tem de colocar a mão no ombro do aluno e dizer “tu consegues”, criticar/corrigir quando este executa e elogiar quando finalmente consegue alcançar o objetivo.

4.2.2. Eventos/ Atividades

As atividades/ eventos desenvolvidas ao longo deste ano letivo foram um dos principais focos deste ano de estágio. O planeamento e organização foi inteiramente da responsabilidade do núcleo de estágio, não tendo qualquer participação ou ajuda do departamento de educação física, à exceção do corta-mato escolar, em que o departamento também deu a sua colaboração.

4.2.2.1. Corta-Mato Escolar

No dia 21 de Novembro de 2014, realizou-se o Corta-Mato Escolar, que contou com a participação de mais de 150 alunos.

Foi realizada uma preparação minuciosa do evento para que tudo corresse da melhor forma possível e pudéssemos estar preparados para qualquer imprevisto que pudesse surgir.

Esta atividade consistiu na realização de provas por escalões em que os três primeiros alunos a cortarem a meta subiriam ao pódio, situado no meio de recreio, onde receberiam vários prémios de acordo com a sua classificação.

Ao nível da organização, estive presente em todos os aspetos organizativos. Nas últimas semanas que antecederam o corta-mato estive, juntamente com os meus colegas, todos os dias úteis na escola, na maioria das vezes até esta fechar, de forma a preparar tudo o que tinha sido planeado, desde a elaboração dos prémios, em que criamos e executamos todas as medalhas a partir de vários materiais para entregar aos três primeiros classificados de cada escalão, bem como diplomas a serem entregues a todos os alunos que participaram na prova, até à delineação do percurso, dos postos de controlo e do secretariado.

Para o *staff* da prova foram escolhidos alunos de duas turmas, sendo que ambas tinham como professores elementos do núcleo de estágio. A seleção dos alunos foi uma agradável surpresa e não podia ter sido melhor. Os alunos demonstraram ser bastante responsáveis e muito interessados em contribuir para o sucesso do evento, sendo que o êxito deste deveu-se muito ao bom trabalho que desempenharam.

Como referi anteriormente, os professores foram uma grande ajuda, devido à dimensão da prova, tendo ficado responsáveis pelos vários postos de controlo.

O evento teve uma boa receptividade por parte dos alunos. Mostraram-se muito entusiasmados e notou-se um bom espírito entre toda a comunidade escolar. Apesar de ser observado uma excelente relação entre professores, alunos e auxiliares de educação, foi desapontante constatar que grande maioria dos professores de outras disciplinas, bem como a direção da escola não se interessaram em participar no clima de festividade vivido durante prova, muito pelo contrário, sentiram-se incomodados por estar a ocorrer uma atividade desportiva que deveria envolver toda a comunidade escolar, em tempo de aulas.

Sugeria assim que, nos dias em que se realizassem eventos desta magnitude, se priorizasse o convívio, o clima de festa e de desportivismo, porque é importante para os alunos sentirem que a escola está receptiva em organizar

atividades para os integrar na comunidade e que, acima de tudo, pensa neles enquanto jovens e seres humanos.

Acompanhei ainda os alunos qualificados ao Corta-Mato distrital, tendo ficado agradavelmente surpreso pela envergadura deste tipo de organização.

4.2.2.2. Mega Sprint/ Mega Salto

No dia 05 de Fevereiro de 2015, realizou-se o Mega-Sprint e Mega-Salto 2014/2015, que contou com a participação de cerca de 80 alunos.

Esta atividade consistiu na realização de duas provas por escalões, uma de salto em comprimento e outra de velocidade (50m) em que os três primeiros classificados em cada escalão receberiam o respetivo prémio e iriam representar a escola na prova regional.

A organização da prova foi composta apenas por alunos da minha turma, para além do núcleo de estágio. Não havendo qualquer colaboração por parte do departamento de educação física.

O ponto principal a realçar acerca da realização deste evento foi o facto de mais uma vez, a direção não estar minimamente recetiva à elaboração da atividade, não permitindo qualquer clima de convívio e festividade. Não foi permitido que os alunos que não participariam na prova assistissem à mesma, excetuando na hora do intervalo, bem como que os alunos participantes apenas poderiam estar presentes aquando da hora da sua participação. Isto desprestigiou o evento e desmotivou os alunos e a organização.

4.2.2.3. 1.º Torneio Professores x Alunos

No dia 20 de março de 2015, “Dia Aberto” da escola cooperante, foi realizado o 1.º Torneio Professores x Alunos. Este Torneio consistiu na realização de três jogos de três modalidades diferentes (voleibol, andebol e futsal), onde a equipa com o maior número de vitórias seria coroada a vencedora.

O facto de este evento ter sido algo de inovador na escola, contribuiu para o seu enorme sucesso, tendo tido também uma excelente receção por parte de

alunos e funcionários. Embora estivesse à espera de uma boa assistência nunca imaginei que esta atividade iria ter tanta adesão por parte dos alunos, uma vez que o pavilhão esteve completamente cheio para assistir a este “duelo” e apoiar os participantes.

Esta atividade também veio comprovar algo que já referi anteriormente, isto é, o fraco apoio que tivemos por parte dos professores na realização dos eventos. “O problema central do evento refere-se à falta de elementos na equipa dos professores. Dois dos professores que já tinham confirmado anteriormente as suas presenças, avisaram dois dias antes do evento que não poderiam comparecer, bem como, o professor (...) que tinha confirmado a sua presença no jogo de voleibol e não compareceu, alegando que confundiu o horário do jogo. Esta situação teve de ser solucionada com a integração de três alunos na equipa dos professores. Apesar de não termos concordado, esta foi a única solução possível, uma vez que mais nenhum professor se disponibilizou para participar.” (Relatório Geral do Torneio - 20/03/2015)

Algo que deixou a comunidade escolar muito surpreendida foram os prémios que o núcleo de estágio elaborou. Criamos duas taças, a partir de cartolinas e esferovites, a serem entregues à equipa vencedora e ao segundo classificado, bem como medalhas confeccionadas com bolinhas de esferovite, para todos os participantes. Ambas as equipas receberam ainda uma moldura com uma foto da sua equipa.

4.2.2.4. SARAU: Juntos Pela Educação Física

No dia 6 de maio de 2015, Dia do Coração, realizou-se o “I SARAU: Juntos pela Educação Física”. Transcrevo a seguir um pequeno excerto do relatório realizado sobre esta organização:

“Este evento consistiu na apresentação de várias atuações, protagonizadas quer por alunos do agrupamento quer por alunos convidados de outras escolas e da Faculdade de Desporto. As atuações foram pré-selecionadas pelo núcleo de estágio e envolveram três formas de expressão: canto, dança e ginástica.” (Relatório Geral do SARAU – 08/05/2015)

Apesar do auditório não ter estado lotado, o evento teve um boa recepção por parte da comunidade escolar tendo contado com a presença de todo o departamento de educação física, alunos e encarregados de educação, tendo tido uma assistência de cerca de 100 pessoas.

“Um dos destaques do evento foi a boa relação com a comunidade escolar e extra-escolar. O SARAU contou quer com a participação de alunos da escola quer de alunos exteriores à mesma. Todos tiveram uma excelente prestação, prendando-nos com atuações magníficas, que se traduziram numa enorme satisfação por parte dos espetadores. Algo que também influenciou a satisfação apresentada pelos espetadores, foi o facto de todo o evento ter decorrido de forma bastante fluida, com poucas pausas e, assim, pouco espaço para tempos mortos.” (Relatório Geral de SARAU – 08/05/2015)

Foi também criado um bar sem fins lucrativos, que contou com o apoio de uma marca de café reconhecida, no sentido de recolher receitas a serem entregues a uma instituição de caridade.

Algo que pessoalmente destaco e que ficará para sempre na minha memória, foi o facto de ter participado no SARAU com os meus alunos. Embora a minha participação não estivesse planeada, a verdade é que um aluno (o único rapaz da coreografia) avisou no dia que não poderia participar e, tendo em conta que a narrativa da coreografia necessitava de um aluno do sexo masculino e não havia ninguém disponível, tive de ser eu a substituí-lo e fi-lo com muito prazer.

4.3. Área III - Desenvolvimento Profissional

Tal como o nome sugere, esta área diz respeito à evolução/desenvolvimento do EE no que diz respeito à profissão docente. A reflexão acerca das suas vivências diárias e das experiências a que foi sujeito durante todo este ano de formação, constituiu o instrumento base para que este desenvolvimento fosse construído de forma progressiva, de modo a conseguir resolver e ultrapassar por ele próprio (embora de modo orientado) as diversas dificuldades com que se foi deparando ao longo de todo o processo.

Nesta área estão incluídas, entre as inúmeras experiências que fizeram parte do meu EP e que contribuíram para a minha formação profissional, o estudo de investigação-ação.

4.3.1. O Ato Reflexivo

Cunha (2008), refere que o processo reflexivo sobre a prática dos professores, ao centrar-se na problematização, no questionamento e na consciencialização da sua ação, leve a uma mudança de atitudes na forma de abordar o processo ensino/aprendizagem e, conseqüentemente, a uma melhoria das suas práticas.

No primeiro ano de mestrado foi sempre referido, com grande relevância, a importância da necessidade de reflexão, por parte do professor, acerca de toda a sua atividade, sendo que esta importância foi reforçada durante o período do EP. A importância do ato reflexivo foi algo que esteve sempre presente através da PC que me olhava nos olhos e dizia: “refletir, refletir, refletir...”

Segundo Schön (1991), a reflexão distingue-se a três níveis: reflexão na ação, reflexão sobre a ação e reflexão sobre a reflexão na ação. A primeira acontece durante a própria ação; a segunda surge depois à respetiva ação, isto é, quando o professor realiza uma retrospeção da aula; por último, a terceira advém quando o professor se questiona acerca da prática, procurando soluções e estratégias para solucionar qualquer problema que possa ter ocorrido.

Estes três níveis de reflexão foram muitos importantes para o meu desenvolvimento profissional ao longo deste ano de estágio e acredito que a sua compreensão irá ser muito benéfica para a minha contínua evolução, não só a nível profissional, mas também pessoal. Em relação ao primeiro nível este foi muito importante para identificar, no momento, problemas ou aspetos menos positivos que surgissem, bem como refletir acerca da melhor forma de os resolver, tendo aprendido a realizar estas duas ações rapidamente, de forma a não condicionar a aprendizagem dos alunos. Isto aconteceu por diversas vezes em relação à organização da turma no espaço, em que a organização planeada não era a melhor e, assim, tinha de me adaptar e encontrar rapidamente uma solução de forma a não condicionar a aula. Quanto ao segundo e terceiro níveis,

foram muito importantes para evoluir, principalmente, a nível do planeamento, realizando uma retrospeção do que se tinha passado na aula, refletindo acerca dos pontos positivos e negativos que ocorreram durante a aula e do porquê de terem acontecido para, posteriormente, encontrar estratégias para os solucionar e impedir que voltassem a acontecer no futuro.

Durante o EP faz parte do processo de aprendizagem do EE realizar um documento após cada aula onde reflita acerca dos vários acontecimentos ou dificuldades com que se deparou aquando da realização da mesma. Este documento é denominado reflexão de aula e envolve, principalmente, o último nível de reflexão enunciado anteriormente.

Inicialmente senti muitas dificuldades na realização de uma reflexão pertinente em que para além de enumerar os vários acontecimentos e dificuldades sentidas durante a aula, apresentasse também estratégias para resolver os problemas referenciados. Assim, percebi que como futuros professores devemos colocar-nos algumas questões quando refletimos acerca dos vários acontecimentos de uma aula: Que problemas surgiram durante a aula? Qual a razão para terem surgido estes problemas? Como poderia ter evitado que acontecessem? Que estratégia posso utilizar no futuro para evitar que tal aconteça? Que dificuldades senti? Os exercícios eram adequados, estavam bem estruturados e adaptados tendo em conta o nível da turma? Etc.

De seguida apresento duas reflexões de aulas, uma referente a uma aula do primeiro período e outra a uma aula do terceiro período.

“De seguida foram realizados dois exercícios. O primeiro para o desenvolvimento da posição de tripla ameaça, da rotação sobre o pé e da tomada de decisão, em que foi notória a dificuldade de algumas raparigas em executar corretamente o que lhes foi pedido. O segundo para o desenvolvimento do conteúdo tático do passe e corta em que, embora não tenha ocorrido nenhum problema maior, não foi possível realizar a variante planeada da troca do cone por um defesa, pois há alunos que necessitam de treinar mais este conteúdo sem terem pela frente um defesa ativo.” (Reflexão de aula 15 e 16 – 22/10/2014)

“De seguida realizou-se um exercício de relação com bola (treino técnico), por quatro estações, onde os alunos teriam de executar diferentes habilidades

motoras em cada estação. Este exercício correu muito bem e os alunos mostraram estar muito motivados para a realização do mesmo. Na minha opinião isto deveu-se a vários fatores:

- Estações com uma dificuldade (media) adequada ao nível dos alunos;
- Estações diferentes, que requisitavam a utilização de diferentes habilidades motoras;
- Os alunos ficavam pouco tempo em cada estação, o que levava a que não desmotivassem;
- O facto de no final de cada estação terem de rematar à baliza foi uma motivação extra.

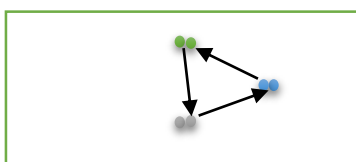


Figura 15. Exercício Futebol

Algo que teria mudado seria a última estação onde os alunos realizavam 1x1, de forma a mante-los mais tempo em atividade motora.

Visto que cada grupo era composto por cerca de 6 elementos, poderia ter colocado a estação com os cones em forma de triângulo, onde os alunos realizavam 1x1 com o colega que se encontrava no cone à sua direita, com o objetivo de o ultrapassar e chegar com a bola controlada ao respetivo cone.” (Reflexão de aula 85 e 86 – 20/05/2015)

Como se pode observar, na primeira reflexão apenas indico um problema que surgiu durante a aula e uma possível solução sem apresentar uma estratégia de resolução. Já na segunda reflexão, apesar de não apresentar nenhum problema de maior relevo, enumero as razões para o exercício ter corrido bem e apresento uma estratégia, neste caso em forma de exercício, para tirar um maior rendimento da aula e, assim, os alunos estarem mais tempo em atividade motora. Senti que evoluí muito a este nível.

4.3.2. A Dança e a Expressão Dramática

No início do ano letivo fomos convidados a frequentar as aulas de dança do grupo de dança da EC, sendo que estas aulas eram lecionadas por uma professora de português e pelo seu parceiro das danças de salão. Eu e um dos meus colegas aceitamos o convite e, tendo em conta que iríamos lecionar dança nas aulas de EF, vimos que esta seria uma boa forma de melhorar a nossa formação no que diz respeito à dança.

Aprendemos vários estilos de dança como o tango argentino, o cha-cha-cha e a valsa, sendo que o ensino desta última prolongou-se durante quase todo o ano letivo visto que foi o estilo de dança escolhido para o teatro que, por tradição da EC, se realiza no final do ano letivo e do qual o grupo de dança faz parte. Sensivelmente a meio do ano letivo fomos convidados para participar, com o grupo de dança, no teatro de final de ano, o qual aceitamos prontamente. Este correu da melhor forma possível e, segundo os professores e membros da direção presentes, foi o ponto alto da noite.

Esta experiência foi muito gratificante, não só pelo facto de estar aprender algo novo, que viria a por em prática ainda este ano, mas também pelo facto de estar a assumir novamente o papel de aluno e colega de alguns dos meus alunos que também participavam nestas aulas. Isto pode ser vincado através do facto de que no teatro o meu par foi mesmo uma aluna da minha turma residente.

No contexto da expressão dramática na formação dos alunos, podemos pensar na dança como um meio para despertar nos alunos o conhecimento de novas formas de se expressar, de pensar e transmitir emoções, a partir simplesmente da atividade física de se mover. A partir daí podemos chegar à essência da dança. Na dança, além do movimento, do exercício físico que lhe é inerente, exercitamos também a criação artística através da coreografia, aliando assim uma atividade psico-motora (expressão corporal que reflete um estado de espírito), à criação artística.

“Os objetivos da expressão dramática visam essencialmente o desenvolvimento da personalidade, autoeducar-se, satisfazer algumas necessidades fundamentais tais como: expressão de sentimentos, criatividade, ludismo, desempenho de papéis, evasão pela ficção (...).” (Sousa, 2003, p.39)

Esta experiência, fez-me sentir que integrar na formação dos professores o tema da expressão dramática é sem dúvida enriquecedor, fazendo todo o sentido, pois contribui para uma maior aproximação com os alunos, uma maior envolvimento no processo de aprendizagem, sentindo assim que todos estamos envolvidos num objetivo comum, promovendo a criatividade, a disciplina física e o bem-estar, abrindo novos horizontes socioculturais e conjugando arte e movimento.

A expressão dramática estimula a criatividade, as interações sociais e o espírito corporativo, pois dela surgem projetos e tarefas que são desenvolvidas em conjunto o que implica no aluno o exercício da procura de uma boa gestão de espaços interpessoais, coordenando e respeitando o seu próprio movimento e o dos outros.

5. Conclusão e Perspetivas para o Futuro

Em jeito de conclusão, reconheço que não é fácil “fechar” este documento que representa todo o trabalho desenvolvido ao longo deste ano de estágio, bem como a viagem com altos e baixos que patenteia a minha evolução enquanto docente e profissional da EF. Uma viagem através da qual cresci, não só profissionalmente, mas também a um nível mais pessoal, com muitas experiências enriquecedoras que me amadureceram enquanto pessoa e cidadão.

À medida que fui desenvolvendo este documento, fui-me apercebendo da importância do mesmo. Foi necessário refletir novamente acerca de todos os momentos e experiências pelas quais passei ao longo deste ano de estágio e que contribuíram para o meu desenvolvimento profissional. Desta forma, compreendo agora, que o relatório de estágio reúne todas as etapas do meu desenvolvimento, todas as dificuldades que senti e as formas/estratégias que desenvolvi para ultrapassar essas dificuldades.

O EP é a conclusão de uma longa vida académica, onde tive a oportunidade de colocar em prática algo que muitas vezes questionei, a minha formação académica. Embora a minha formação me tenha tentado preparar para a profissão docente, a verdade é que não é de todo possível preparar o EE para todos os obstáculos que irá encontrar nessa nova realidade que é o EP.

À carreira docente está inerente o imprevisto, devido ao facto de lidarmos com crianças e jovens que ainda estão a formar a sua personalidade. Nós, como professores, somos elementos fulcrais nessa formação e temos que guiar, e sublinho Guiar, os alunos para encontrarem o seu verdadeiro eu. Compreendo, agora, que o EP é o abrir das portas do EE para o mundo, confrontando-o, inevitavelmente, com uma nova realidade. Portanto, este confronto com uma nova realidade, este imprevisto que ocorre com o começar de um novo ano letivo é que simboliza verdadeiramente o ser professor e o processo continuamente inacabado desta profissão maravilhosa.

Tenho a consciência que a viagem daqui para a frente será ainda mais árdua, apesar de enriquecedora, mas que me resta olhar em frente, manter a

cabeça erguida e nunca desistir, sendo que desta forma vou conseguir triunfar num mundo tão difícil que é o de profissional docente.

Nesta Era em que a obesidade e o sedentarismo são problemas que cada vez mais preocupam a sociedade, não consigo terminar sem expressar aquilo que realmente sinto, sem fazer ecoar o meu grito de alerta, para a necessidade de tornar a disciplina de Educação Física uma disciplina de excelência, com o mesmo relevo curricular que qualquer uma das outras disciplinas onde se adquirem conhecimentos científicos ou literários. A necessidade de uma vida saudável, que implica sem dúvida a prática correta de exercício físico, é comum a todos, qualquer que seja a sua idade, profissão ou condição social. Deverá estar presente desde o pré-escolar, pois é a partir daí que se moldam os hábitos de vida, e prosseguir em todos os níveis de ensino. Assim, os seus conteúdos programáticos deveriam incluir, além das diversas práticas físicas e desportivas, uma maior panóplia de ensinamentos de hábitos de vida saudável.

6. Referência bibliográficas

Bento, J. (s/d). Novas Motivações, Modelos, Concepções para a Prática Desportiva in J.M: Constantino (coord.). O Desporto no séc. XXI. Os Novos Desafios, pp 113 – 146.

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

Cunha, A. C. (2008). Ser professor bases de uma sistematização teórica. Braga: Casa do Professor.

Delors, J., Al-Mufti, I., Amagi, I., Carneiro, R., Chung, F., Geremek, B., Gorham, W., Kornhauser, A., Manley, M., Quero, M., Savané, M., Singh, K., Stavenhagen, R., Suhr, M., Nanzhao, Z. (1996). Capítulo III: Quatro Pilares da Educação da UNESCO. Consultado a 26 de outubro em: <http://ftp.infoeuropa.euroid.pt/database/000046001-000047000/000046258.pdf>

Elias, N. & Dunning, E. (1986). Quest for Excitement. Sport and Leisure in the Civilising Process. Oxford: Blackwell.

Exupéry, A. (2001). *O principezinho*. Lisboa: Editorial Presença

Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. (2013). Jogos Desportivos Coletivos. Porto: FADEUP.

Gelati, Fábio Cesar - Roteiro, Joaçaba, v. 34, n. 1, p. 79-92, Jan./Jun. 2009.

Herdeiro, R. (2010). *Trabalho Docente e Desenvolvimento Profissional*. Chiado Editora.

Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., & Mira, J. (2001). Programa Nacional de Educação Física - Ensino Secundário: Ministério da Educação

Matos, Z. (2013-2014). *Normas orientadoras do estágio profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em ensino de educação física nos ensinos básicos e secundário da FADEUP*. Gabinete de Pedagogia do Desporto da FADEUP.

Matos, Z (2014). Regulamento da Unidade Curricular Estágio Profissional do Ciclo de Estudos Conducente ao Grau de Mestre de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da FADEUP. Documento não publicado. FADEUP.

Ministério da Educação. (2006). Decreto-lei nº 43/2007 de 22 de Fevereiro. Diário da República, 1ª Série, nº 38, 1320-1328.

OLIVEIRA, M. T. G. M. (2001). Indisciplina em aulas de educação física: estudo das crenças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos de indisciplina dos alunos nas aulas de educação física do 2º e 3º ciclos do ensino básico. Porto, Maria Oliveira. Dissertação de Doutoramento apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Rosado, A., & Mesquita, I. (2011). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Rosado, A., & Ferreira, V. (2009). Promoção de ambientes positivos de aprendizagem. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Edições FMH.

Read, H. c. (2005) A Expressão Dramática. In Reis, Expressão Corporal e Dramática, pp.7-12. Lisboa: Produções Editoriais, Lda.

Siedentop, D. (1998). *Aprender a enseñar la educacion fisica*. Barcelona: INDE.

Sousa, A. (2003). Expressão Dramática e Teatro – A Expressão Dramática. Educação Pela Arte e Artes na Educação, 2º Volume – Drama e Dança, pp: 15- 76. Lisboa: Horizontes Pedagógicos.