



O Último Capítulo

Relatório de Estágio Profissional

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

Orientador: Professor Doutor José Virgílio Silva

Rui Cerqueira Pinto Basto
Porto, Setembro de 2013

Ficha de Catalogação

Basto, R. (2013). Relatório de Estágio Profissional. Porto: R. Basto. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do Grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensino Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

Palavras-Chave: Estágio Profissional, Educação Física; Glaucoma

AGRADECIMENTOS

Ao meu orientador, Professor Professor Doutor José Virgílio Silva, pela disponibilidade, esforço e acompanhamento ao longo do Estágio Profissional.

Ao Professor Cooperante, José Andrade, pela confiança, partilha e me ter feito crescer enquanto jovem professor.

À turma do 11º ano, por ter sido a primeira, por me ter criado desafios e obstáculos que tive de superar para ser cada vez melhor profissional.

À Marta, por toda a paciência, apoio e insistência. Por me ajudar a crescer, a aprender e a viver. Obrigado mais uma vez pela tua confiança, amizade, carinho e amor. Sem ti tudo era mais complicado.

Aos meus pais e irmão pelo simples facto de existirem e de acreditarem em mim. Por saberem que sempre lutei pelos meus sonhos e sempre me apoiaram em tal. Simplesmente por me amarem.

Um agradecimento especial ao Paulo, Kikas, Romão, Caçador e Castro por serem pessoas muito importantes para mim.

A todos os AC's que me acompanharam nesta caminhada e que me ajudaram e apoiaram incondicionalmente em todos os momentos do meu percurso académico. A todos os meus amigos que surgiram nesta passagem pela Faculdade de Desporto. Aos meus amigos de infância. A todo o núcleo de Amarante que estão sempre no meu coração e na minha vida.

Obrigado.

ÍNDICE GERAL

AGRADECIMENTOS	III
ÍNDICE DE FIGURAS	IX
ÍNDICE DE QUADROS	XI
ÍNDICE DE ANEXOS	XIII
RESUMO	XV
ABSTRACT	XVII
ABREVIATURAS	XIX
1. INTRODUÇÃO	21
2. DIMENSÃO PESSOAL	27
2.1. Identificação e percurso pessoal	29
2.2. Expectativas em relação ao estágio profissional	32
2.3. Importância do estágio na formação pessoal e profissional	35
3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL	39
3.1. Contexto legal e institucional	43
3.2. Contexto funcional	44
3.2.1. Caracterização da Escola Secundária de Valongo – A “minha escola”	44
3.2.2. Caracterização da turma - conhecer a minha turma	49
3.2.3. O núcleo de estágio – 3 em 1	51
3.2.4. O grupo de Educação Física	53
4. REALIZAÇÃO DA PRÁTICA PROFISSIONAL	55
4.1. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem	57
4.1.1. O impacto da escola no estagiário – necessidade da concessão	58
4.1.2. Planeamento	60
4.1.2.1. Planeamento Anual	63
4.1.2.2. Unidade Didática	66
4.1.2.3. Plano de Aula	68
4.1.3. Realização	70
4.1.3.1. O início	72

4.1.3.2. Ganhar a confiança e estabelecer o controlo da turma	73
4.1.3.3. Gestão do tempo de aula	76
4.1.3.4. Capacidade de instrução	77
4.1.3.5. O Infoponto e a plataforma Moodle	81
4.1.3.6. 3º Período – o alcançar de metas	83
4.1.4. A importância da reflexão para a realização	86
4.1.5. Avaliação	88
4.1.5.1. Avaliação Diagnóstica	90
4.1.5.2. Avaliação Formativa	91
4.1.5.3. Avaliação Sumativa	92
4.2. Área 2 e 3 – Participação na Escola e relações com a Comunidade	93
4.2.1. Reuniões na Escola	94
4.2.2. O papel do diretor de turma	97
4.2.3. Corta-Mato Escolar	98
4.2.4. Semana Aberta	100
4.2.5. Sábados Fantásticos	102
4.2.6. Ação de Formação – “Construção de Materiais para a prática de atividade física na escola”	103
4.3. Área 4 – Desenvolvimento Profissional	104
4.3.1. Projeto de Formação Individual	105
4.3.2. ESTUDO INVESTIGAÇÃO – AÇÃO: Glaucoma: Atividade Física como contributo para o Desenvolvimento Global.	106
4.3.2.1. Resumo	106
4.3.2.2. Introdução	107
4.3.2.3. Revisão Bibliográfica	108
4.3.2.3.1. Glaucoma	108
4.3.2.3.2. Tratamento de glaucoma	109
4.3.2.3.3. Atividade Física	110
4.3.2.4. Objetivos e Hipóteses	112
4.3.2.5. Material e Métodos	113
4.3.2.5.1. Caracterização da aluna	113

4.3.2.5.2.Procedimentos Metodológicos	114
4.3.2.6.Apresentação dos resultados	115
4.3.2.6.1.Observação Inicial	116
4.3.2.6.2.Observação Final	118
4.3.2.7.Discussão dos resultados	122
4.3.2.8.Conclusão.....	125
5. CONCLUSÕES E PERPSPETIVAS PARA O FUTURO.....	127
.....	128
6. BIBLIOGRAFIA	133
7. ANEXOS	CXLI

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Organização do Sistema Educativo português (Ministério da Educação – GEPE, 2013).	42
Figura 2: Esquema da Escola Secundária de Valongo.	47
Figura 3: Excerto do Infoponto: Horário do Professor Cooperante.	82
Figura 4: Excerto do Infoponto: Sumário do 11ºCT1.	82
Figura 5: Excerto do Moodle: Página do 11ºCT1.	83

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro nº1 – Excerto do Planeamento anual da turma 11ºCT1.....	64
Quadro nº2 – Unidades Didáticas e número de aulas da turma 11º CT1.....	65
Quadro nº3 – Exemplo de uma Unidade Didática de Voleibol.....	67
Quadro nº4 – Exemplo de um plano de aula de Voleibol.....	69
Quadro nº5 – Exemplo de uma Avaliação Diagnóstica de Voleibol.....	91
Quadro nº6 - Plano de Intervenção Prático.....	114
Quadro nº7 – Registo Inicial do Domínio Motor.....	117
Quadro nº8 – Registo Final do Domínio Motor.....	120

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo I – Planeamento Anual do Ensino Secundário.....	CXIX
Anexo II – Cartaz do corta mato.....	CXX
Anexo III – Cartaz do Torneio de Badminton.....	CXXI
Anexo IV – Cartaz do Torneio de Badminton.....	CXXII
Anexo V – Cartaz da ação de formação.....	CXXIII
Anexo VI – Relatório Médico da Aluna Portadora de Glaucoma.....	CXLVIII

RESUMO

Este relatório tem como finalidade relatar as observações e as práticas decorrentes durante o Estágio Profissional. Assim este relato sobre a Prática de Ensino Supervisionada documenta e dá forma às ações didático – pedagógicas que fui preconizando ao longo do ano letivo 2012/1013.

Neste estágio, pude atuar como professor e vivenciar o quotidiano escolar. Aprendi que ser professor é lidar com gente, produzir conhecimento, ensinar e aprender. E que o professor deve ser crítico e reflexivo, para que esteja sempre em autoformação e poder transformar as aulas de Educação Física mais atrativas, diversificadas para que todos os alunos, no contexto das diferenças, possam participar. O Estágio Profissional decorre na Escola Secundária de Valongo, com um núcleo de estágio constituído por mais dois elementos e sob o acompanhamento de um Professor Cooperante da escola e de um Professor Orientador da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. A estrutura deste documento apresenta-se organizada em cinco grandes capítulos: o primeiro corresponde à “Introdução”, onde realizo uma caracterização geral do meu estágio profissional e a finalidade da realização do relatório; no segundo capítulo “Dimensão Pessoal”, desenvolvo uma reflexão bibliográfica, enumero as minhas expectativas para o estágio profissional e refiro a importância que o estágio teve na minha formação pessoal e profissional; no terceiro capítulo “Enquadramento da Prática Profissional”, apresentei o contexto legal, institucional e funcional do Estágio Profissional, nomeadamente sobre a escola onde fui colocado e a turma que me foi atribuída; o quarto capítulo incide na “Realização da Prática Profissional” relata todo o processo de planeamento e concretização no terreno. Aqui é elencado todo o processo prático e traduz a uma reflexão das minhas experiências ao longo do Estágio Profissional. Acresce a este capítulo, um estudo de Investigação – Ação, sobre a temática “Glaucoma: Atividade Física como contributo para o Desenvolvimento Global”. O quinto, e último capítulo corresponde à “Conclusão e Perspetivas para o Futuro”.

Palavras-Chave: Estágio Profissional, Educação Física; Glaucoma

ABSTRACT

This report aims to describe the observations and arising practices during the Internship. So this story about the Supervised Teaching Practice documents and forms to pedagogical – didactic actions were been advocating throughout the school year 2012/2013.

In this stage, I could act as a teacher and experience the daily school life. I learned that being a teacher is dealing with people, produce knowledge, teaching and learning. And the teacher must be critical and reflective, so we're always in self-training and power to transform the physical education classes more attractive, diversified and all students, in the context of differences, can participate. The Internship was in the Secondary School Valongo, with a core stage which consists of two elements and under the supervision of a Cooperating Teacher School and an Instructor Professor Faculty of Sport, University of Porto. The structure of this paper presents organized into five main chapters : the first corresponds to the " Introduction " , which realize a general characterization of my internship and the purpose of completing the report , in the second chapter " Personal Dimension " , develop bibliographic reflection , I list my expectations for professional stage and I refer to the importance that the organization has had on my personal and professional training , in the third chapter " a Framework for professional Practice " , presented the legal , institutional and functional internship , particularly on the school where was placed and the class I was assigned , the fourth chapter focuses on the " implementation of Professional Practice " describes the entire process of planning and implementation on the ground . This is a listed part of all the practical process and translates to a reflection of my experiences along the Internship. In addition to this chapter, a study Research - Action, on the theme " Glaucoma: Physical Activity as a contribution to the Global Development “. The fifth and last chapter corresponds to the “Conclusion and Perspectives for the Future.”

Keywords: Professional Internship; Physical Education; Glaucoma

ABREVIATURAS

DT – Diretor de Turma

EF – Educação Física

EFA – Educação e Formação de Adultos

EP – Estágio profissional

ESV – Escola Secundária de Valongo

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

ISMAI – Instituto Superior da Maia

PAA – Plano Anual de Atividades

PES – Prática de Ensino Supervisionada

PFI – Projeto de Formação Individual

UD – Unidade Didática

UP – Universidade do Porto

1. INTRODUÇÃO

O Estágio Profissional (EP) aparece como sendo o momento mais aguardado pelo estudante, é altura de mobilizar os conhecimentos adquiridos por mim ao longo dos vários anos de vida académica. Surge ainda, igualmente, neste momento como sendo um ato reflexivo de tudo aquilo que aprendi para construir a minha própria didática, de modo a tornar-me apto para a futura docência. Muitos têm sido os autores (e.g. Siendentop, 1991; Rodrigues 2009; Silva 2009) a enfatizar a Prática Pedagógica durante a formação inicial de professores como representando um momento fundamental do processo de aprender a ensinar.

É um marco importante no início de uma nova fase do meu percurso profissional, reveste-se com vários desafios e dificuldades por ser, também, uma atuação mais próxima da realidade. O estágio profissional deve traduzir o “clímax” da formação e deve garantir o domínio das competências requeridas com a profissão docente (Proença, 2008). A experiência que o Estudante – Estagiário vive no espaço de aula e com os orientadores, na criação de condições para a realização de aprendizagens pode ser um forte impulsionador da aquisição de saberes profissionais. É importante que o professor seja um profissional reflexivo da sua prática de modo a questionar criticamente as finalidades e conteúdos do que está a ensinar, e a partir delas, produzir novos conhecimentos, contribuindo para a renovação do seu conhecimento pedagógico bem como do próprio ensino.

A elaboração deste documento surge no âmbito do EP conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade (FADEUP).

O meu EP decorreu na Escola Secundária de Valongo, ao longo do ano letivo 2012/2013, estando integrado num grupo de estágio composto por três elementos da FADEUP.

A supervisão de todo o meu trabalho durante o EP ficou a cargo do Professor Cooperante José Andrade e orientado pelo Professor José Virgílio. Este Núcleo de Estágio foi a minha grande fonte de troca de informações, com eles consegui obter mais qualidade no processo de Ensino – Aprendizagem. A troca de experiências, de conhecimentos e de opiniões foi um aspeto essencial,

para o meu desenvolvimento enquanto Professor de Educação Física (EF), mas também uma evolução enquanto homem, enquanto ser humano. Para o alcançar destas metas contribuiu ter aprendido uma nova prática, a prática reflexiva. Esta capacidade reflexiva permitiu-me ultrapassar obstáculos que foram surgindo ao longo do meu percurso. Obrigou-me a pensar nas minhas atitudes antes de colocar os planos em prática, com base sempre numa reflexão sistemática, individual ou em grupo. Foi uma relação constante entre a teoria e a prática, ligada num processo de Investigação/Ação/Reflexão.

Este documento intitula-se de “Relatório de Estágio Profissional” e retrata toda a atividade desenvolvida ao longo da Prática de Ensino Supervisionada (PES), tendo em conta o Projeto de Formação Individual (PFI) elaborado no início do ano de estágio.

Fiquei responsável por lecionar uma turma do 11º ano de escolaridade, que havia sido atribuída ao Professor Cooperante. Esta turma já o ano anterior tinha sido lecionada por estagiários de Educação Física (EF) da FADEUP.

A conceção deste documento apresenta-se organizado em cinco grandes capítulos, tendo em conta o Regulamento do Estágio Profissional da FADEUP. O primeiro capítulo corresponde à *“Introdução”*, onde realizo uma caracterização geral do meu estágio profissional e a finalidade da realização do relatório. O segundo capítulo corresponde à *“Dimensão Pessoal”*, onde desenvolvo uma reflexão bibliográfica, enumero as minhas expectativas para o estágio profissional, dando algum ênfase às motivações que me levaram a optar pela docência e refletindo um pouco sobre todo o meu percurso até chegar à EF como área específica de especialização. Por fim, refiro a importância que o estágio teve na minha formação pessoal e profissional. No terceiro capítulo é realizado o *“Enquadramento da Prática Profissional”*, sendo apresentado neste ponto, o contexto legal, institucional e funcional do Estágio Profissional, assim como como apresentada a minha escola, a minha turma, o grupo de educação física, o núcleo de estágio, tentando deste modo explicar a importância que estes intervenientes tiveram durante este ano de estágio. O quarto capítulo incide na *“Realização da Prática Profissional”* relata todo o processo de planeamento e concretização no terreno. Aqui é elencado todo o

processo prático e traduz a uma reflexão das minhas experiências ao longo do EP. Este capítulo está subdividido em quatro grandes Áreas de Desempenho previstas no Regulamento do EP: Área 1 – “Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem”; Área 2 e 3 – “Participação na Escola e Relação com a Comunidade”; Área 4 – “Desenvolvimento Profissional”. Na área 1 irá ser feita uma análise da tarefa do docente, referindo a conceção, planeamento, realização e avaliação, como representando as várias ações de atuação durante todo o ano letivo. Na área 2 e 3 é necessário desenvolver uma reflexão sobre todas as minhas participações na escola com atividades letivas e não letivas, e todas as interações na Comunidade Educativa no âmbito do EP. Na área 4 será apresentado um estudo de Investigação – Ação, onde é retratado o problema visual de uma aluna de 12º ano da turma do meu colega de estágio João: “Glaucoma: Atividade Física como contributo para o Desenvolvimento Global”. O objetivo do estudo foi desenvolver um programa de Atividade Física orientado, em aulas regulares, visando reduzir as suas dificuldades e aumentar as capacidades organo-funcionais da aluna em questão. O quinto, e último capítulo da organização do meu Relatório de Estágio corresponde à *“Conclusão e Perspetivas para o Futuro”*, onde desenvolvo uma reflexão crítica de todos os acontecimentos ao longo do ano e enumero as minhas expectativas para o futuro.

Em suma, este documento pretende enumerar, descrever e refletir sobre toda a minha passagem pela Escola Secundária de Valongo como Professor Estagiário de Educação Física.

2. DIMENSÃO PESSOAL

2.1. Identificação e percurso pessoal

Mas afinal quem sou eu? De onde venho? E como cheguei até aqui? Três perguntas que surgem para dar resposta aquilo que foi 1/4 de século da minha vida, 25 anos de histórias e desenvolvimento pessoal que culminam naquilo que sou hoje.

O meu nome é Rui Cerqueira Pinto Basto e nasci no concelho de Guimarães, no dia 18 de Agosto de 1988. Pesava na altura 4,210 kg e media 53 cm. Apesar de ter nascido em Guimarães sou natural do concelho de Amarante, mais propriamente da freguesia de São Gonçalo e esta sim é a que considero ser a “minha cidade”. Foi nela que cresci, foi nela que me habituei a olhar o rio Tâmega, foi nela que dei as maiores dores de cabeça aos meus pais, foi nela que fiz a minha formação até ao final do 12º ano de escolaridade, foi nela que tive contacto com o desporto e é nela que ainda habito no presente. Desde cedo que me revelei uma pessoa muito ligada à família, felizmente tenho a sorte de ter uns pais que me amam muito, nunca me faltou nada e quando digo nada é mesmo nada, desde amor, carinho, amizade, educação e se calhar ao “dar-me” o ser que mais me enche de orgulho neste mundo, o meu único irmão. Foi neste berço que eu cresci, rodeado por estes intervenientes e grande parte daquilo que sou hoje devo a eles. Nunca tive um feitio muito fácil, sempre resmungão quando as coisas não eram como eu queria, um pouco orgulhoso e birrento, mas com o passar dos anos algumas características foram mudando para melhor, penso eu.

Como é lógico tive um caminho a percorrer para atingir tudo o que hoje sou, não entrei numa máquina do tempo, apertei um botão e avancei do ano de 1988 para o ano 2013. Nos próximos parágrafos vou esculpir as pegadas que representam os factos mais marcantes no meu percurso de vida.

Como referi anteriormente sou uma pessoa ligada à família e após terminar a licença de parto e a minha mãe ter que voltar a trabalhar, surgiram mais dois intervenientes, os meus avós maternos, foram um grande alicerce para os meus pais e para mim. Eu era uma criança que começava adotar uma

energia peculiar e portanto muitos cabelos brancos cresceram nos meus avós por força da convivência que tinham comigo.

Por volta dos 3 anos fui para o infantário, como é lógico é uma fase da minha vida que não me recordo a 100%, mas das imagens que de vez em quando passam em slide na minha memória encontro uma dualidade. Por um lado era um mimalho, pois ficava nas grades do infantário a chorar ao ver o meu pai ir embora, mas por outro já começava a crescer em mim o lado rebelde, pois criava alguns conflitos com os outros meninos e por vezes chegava a ser “mau”.

O tempo foi passando e chegou a altura de uma nova fase, a entrada no primeiro ciclo de ensino básico na escola da Sede em Amarante e rapidamente fiquei a conhecer as palmadas da professora Rute. Decididamente tinha aptidão para causar problemas, desde partir vidros, bater em colegas, ser preguiçoso nas aulas e na realização dos trabalhos de casa. Preferia ver desenhos animados ou ir saltar, correr, jogar à bola e foi mais ou menos por esta altura que comecei a sentir que o desporto começava a chamar por mim. Possuía demasiadas energias que tinham de ser libertadas e nada melhor do que canalizá-las para a atividade física. Foi o que aconteceu com 7 anos, os meus pais acharam e muito bem que devia aprender a nadar e entrei para o clube de natação “Os Golfinhos” nas piscinas municipais de Amarante. Aprendi a nadar os quatro estilos, participei em algumas provas amadoras e com cerca de 10 anos quando ia passar para o nível competitivo decidi que não queria continuar mais, aprendi a nadar e foi muito importante, mas achava na altura que a água não era o que mais me encantava.

Transitei do 4º para o 5º ano e mudei de escola, ingressei na escola do Ciclo (2º ciclo de ensino básico) e aqui então comecei a perceber uma coisa, eu não achava muita piada à escola e ao facto de ter que estudar, preferia brincar e jogar a bola mas tinha o sonho de ser médico. Os meus pais na altura começaram a tentar sensibilizar-me dizendo que era importante estudar para ter um bom emprego um dia, contudo, eu não queria lá muito saber disso. Lá fui passando de ano e mudei para a escola secundária de Amarante aquando do ingresso no 7º ano de escolaridade. Este ano marcou em termos

desportivos, a minha inclusão no futebol, comecei a treinar no Amarante Futebol Clube e apesar da experiência não ter corrido bem porque ao final de um ano desisti, hoje em dia, é algo que me arrependo. O futebol é realmente uma paixão que possuo e deitei demasiado cedo a toalha ao chão, mostrei fraqueza, algo que se calhar faz parte de mim mas gostava que não fizesse.

Contudo nesse verão, já com 13 anos decidi entrar para um clube de canoagem (slalom) e posso dizer que foi o melhor que fiz, ao longo de 8 anos fui várias vezes campeão nacional, ganhei algumas taças de Portugal e pude conhecer alguns sítios do norte de Espanha e Sul de França que também me possibilitaram lugares no pódio. É sem dúvida alguma um desporto de que gosto muito a par com o futebol. Terminei a prática aquando da entrada na faculdade por falta de tempo para treinar, contudo nos dias de hoje ainda continuo ligado mas de uma forma mais amadora.

Se na vertente desportiva as alegrias eram maiores que as tristezas, na vertente escolar era tudo bem diferente, reprovei no 9º ano, não tinha objetivos de vida, não queria estudar e os meus pais começavam a perder a paciência comigo. Pior ficou a situação quando após ter concluído o ensino básico, decido ir para o curso tecnológico de informática (10º ano), pensava eu que era brincar aos computadores, mas quando me apercebi que realmente programava-se mais do que o meu suposto “brincar” com os computadores decido lançar uma bomba em casa. A meio do ano comunico em casa a minha intenção de seguir desporto, fiz um discurso muito convincente, mas a verdade é que mais um ano se tinha perdido e os meus pais já não acreditavam em mim.

Tinha chegado a minha última oportunidade, mudei-me para o Colégio de São Gonçalo e iniciei o meu trajeto na área que eu amo nos dias de hoje. Não percebo o porquê de não ter colocado este objetivo mais cedo na minha cabeça, mas o real é que para mim a partir daquele 10º ano eu tinha um objetivo, entrar naquela que para mim é a melhor faculdade do país, a Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (Fade-Up). Empenhei-me, era o melhor aluno da turma, nas disciplinas da área de desporto tirei sempre 19 e 20, realizei os pré-requisitos na Fade-Up com sucesso e terminei o

secundário com média de 17 valores. Concorri com uma média final de 15.2, o que me abria boas expectativas de entrar na faculdade dos meus sonhos.

Conseguí então aos 20 anos de idade concretizar um sonho e entrar na faculdade, mas sem antes apanhar um susto, fui um dos famosos casos que em 2008 ficou inicialmente de fora porque na candidatura online houve um erro com a realização dos pré-requisitos. Situação resolvida, iniciada nova etapa na minha vida, mudei-me para a cidade do Porto e muitos e bons amigos conheci ao longo destes 5 anos. Concluí com sucesso os 3 anos da licenciatura, acabei com a sensação de que aproveitei e retirei todos os ensinamentos e vivências que a faculdade me ofereceu bem como a própria cidade do Porto. Contudo, apesar da situação muito difícil que vive o nosso país e da falta de oportunidades que existe para os professores de educação física obterem colocação decidi concorrer ao mestrado de ensino. A vontade de ensinar, trabalhar com crianças foi muito mais forte, o amor pela área física e desportiva também, embora tenha a plena consciência que neste futuro próximo vai ser muito difícil eu lecionar.

Para terminar apenas queria deixar-vos um parágrafo, tanto falei no amor e paixão pelo desporto, vontade de ensinar, portanto nada melhor do que acabar assim: "O Desporto é um espaço inigualável de formação humana, um domínio cultural, criado livre de finalidades de sobrevivência. Assume-se nele o esforço humano de procura e realização dos sentidos sob a forma de vivências motoras. Sim, o desporto pode e deve ser o antídoto da grande ilusão dos nossos dias, de que tudo se pode alcançar sem empenhamento, custo e mérito pessoal. E nisso reside a virtude e a valia." Bento (2005).

2.2.Expectativas em relação ao estágio profissional

A tarefa de refletir torna-se sempre complicada, principalmente quando se trata de refletir sobre nós ou algo relacionado com um determinado contexto onde estamos, vamos ou estivemos inseridos, neste caso particular trata-se de refletir sobre as expectativas que tinha em relação ao estágio profissional. Na fase inicial do percurso existia um confronto entre duas realidades, ao mesmo

tempo que nunca deixei de ser aluno e a nova função, “ser Professor” de Educação Física.

Para organizar as ideias de uma forma coerente e explanar com objetividade as minhas expectativas iniciais, irei apresentá-las seguindo a lógica dos vários elementos que compuseram o estágio profissional, nomeadamente a escola, a turma, o núcleo de estágio e Eu.

Em relação ao contexto escolar, considero que as condições encontradas na escola após a minha primeira visita, ou seja, o meu primeiro impacto foi extremamente positivo. A Escola Secundária de Valongo possui condições semelhantes às escolas que frequentei aquando dos meus tempos de Básico e Secundário. A Escola Secundária de Amarante possui umas instalações semelhantes a estas que encontrei, o Colégio de São Gonçalo encontra-se melhor equipado, possui piscinas o que permite lecionar a disciplina de natação e por exemplo polo aquático até ao 12º ano. Como é lógico as condições físicas da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto são as melhores que até hoje encontrei. Com tudo isto quero dizer que descobri vários cenários durante o meu período enquanto aluno dos ensinos básicos, secundário e superior, o que me permite ter alguma experiência para poder comparar com as condições da Escola Secundária de Valongo, podendo afirmar que tinha as condições suficientes para um bom ano letivo. Considerei sempre uma grande mais-valia o uso da plataforma moodle como grande meio de comunicação entre professores e alunos, na faculdade conheci este método e considero bastante positivo, bem como a possibilidade de ter usado o projetor nas aulas, são dois aspetos que me facilitaram o ensino.

Em relação às expectativas que tinha em relação aos outros professores eram muito grandes, porque é estranho como muito rapidamente passamos a chamar de colega alguém que estamos habituados a chamar de professor, conheço histórias de colegas meus que foram muito bem recebidos nas escolas e outros não. A preconceção que tinha é que ia existir uma certa tendência para ser tratado como um aluno e não como um verdadeiro professor, este ponto de vista, estende-se à forma como vejo os professores, onde apenas parece que só os consigo encarar como “professores” e não

como colegas de profissão. Contudo coloquei a mim mesmo um objetivo, conseguir enquadrar-me no papel de professor, de forma a obter uma boa integração no ambiente social da Escola.

Quanto à turma que me poderia vir a calhar sendo 11º ou 12º, encarei a sua leção como um desafio deveras interessante porque existiu uma grande proximidade de idades entre mim e os alunos. Nunca tive problemas de autoridade tendo em conta também as minhas experiências anteriores, quando dei aulas nas didáticas e no secundário aquando do curso tecnológico. Foi importante numa fase inicial criar algum distanciamento com os alunos, procurando desde logo marcar uma posição de liderança na aula. Penso que os meus padrões se pautam por ser um professor exigente, visto que o caminho para o sucesso não parece ser o mais fácil. Tenho a plena consciência que este iria ser um ano bastante trabalhoso para mim, mas também para os alunos que estiveram sobre a minha responsabilidade, vinha com a intenção de retirar o máximo de rendimento das aulas, nunca exigindo aos alunos mais do que aquilo que exigiria de mim mesmo. O meu objetivo foi conseguir ensinar eficazmente os alunos, num ambiente de partilha de conhecimentos, onde o professor e os alunos possam evoluir juntos.

Em relação ao professor cooperante e ao orientador de estágio, prefiro adotar uma imagem metafórica de mim próprio, ou seja, vi-me me num pequeno barquinho em mar alto, norteado por dois faróis luminosos e orientadores. Tudo o que esperei dos meus mentores de estágio, é que me ajudassem a crescer no meu processo de formação, permitindo-me errar e descobrir o caminho certo pelas minhas próprias mãos. Foi normal no início as críticas terem surgido, mas parti com a consciência que mais tarde os elogios acabariam por sobressair, e com certeza que aquele seria o caminho mais adequado para o meu percurso profissional.

As expectativas relativas ao núcleo de estágio não estavam bem definidas por uma simples razão, o Carlos conhecia, mas nunca trabalhei com ele e o João desconhecia por completo, contudo, isso não foi impedimento e no que de mim dependeu este ano foi excelente em termos de ambiente no

núcleo. Quis partilhar com os meus colegas um excelente ano de trabalho, na tentativa de juntos cortarmos a meta em primeiro lugar.

Por fim, no que se refere às minhas expectativas relativamente ao meu desempenho, penso que tudo aquilo que eu colhi foi fruto do que eu plantei, ou seja, o meu trabalho foi o espelho das minhas potencialidades. Tal como um músculo apresenta um valor de défice entre a força produzida e a força potencial, não pude permitir que o meu trabalho ficasse aquém das minhas expectativas iniciais. Ao longo deste ano não trabalhei, o que me fez estar completamente concentrado e focado no meu ano de estágio e espero ter conseguido obter os melhores resultados possíveis e ter retirado deste ano ensinamentos para o futuro quer na vida profissional como também na vida social.

2.3.Importância do estágio na formação pessoal e profissional

O Estágio Profissional é a última etapa de formação académica do aluno e a primeira grande etapa de formação profissional do professor, ou seja, até então a teoria encarregou-se de nutrir o aluno com todos os ingredientes necessários para aplicação na receita fundamental, o estágio e consequentemente no futuro profissional do jovem professor. Deste modo explico o facto de esta representar a fase inicial da verdadeira função do ser professor. Para muitos de nós, ou mesmo a grande maioria, esta é a primeira experiência enquanto docentes e sem dúvida alguma que também representa uma das fases mais marcantes da nossa vida enquanto seres humanos e jovens professores.

É quando chegamos ao estágio que começamos a ter noção a importância da componente teórica, das horas despendidas ao longo do curso assimilar os conhecimentos, conceitos, propósitos das disciplinas teóricas. Por vezes ao longo do curso questionamo-nos do porquê de existirem algumas unidades curriculares, pensamos não fazer falta, mas a verdade é que quando as situações reais da prática na mais pequeníssima questão podem solicitar

um ou vários ensinamentos aprendidos nessas unidades consideradas a priori “menos” importantes.

Apercebi-me também ao longo deste estágio que nesta profissão não existem fórmulas mágicas ou infalíveis, que possuir conhecimentos não basta pra resolver todos os problemas. Ajuda como é lógico, mas há algo que não vem nos livros e é essencial, a Experiência. Passar por diversas situações, encontrar soluções, os anos de prática são aspetos determinantes para adquirirmos o traquejo necessário para lidar melhor com as diversas situações.

Além disto cada professor é um professor, cada aluno é um aluno e cada escola é uma escola, ou seja, estes fatores são importantes também, um professor numa escola pode ter uma atitude e noutra escola outra atitude totalmente diferente, bem como em função dos alunos. Na mesma escola o professor pode ter atitudes e modos de atuar diferentes consoante os alunos e as turmas. O bom professor deve saber aproveitar as suas características e adaptar às características do meio envolvente. O Estágio Profissional é o primeiro momento de crescimento do professor e torna-se insubstituível porque podemos experimentar várias estratégias e modos diferentes de ensinar de acordo com os alunos que dispomos e tentarmos perceber qual a que resulta melhor.

A definição do estágio como uma experiência de formação estruturada e como um marco fundamental na formação e preparação dos alunos para a entrada no mundo profissional, tem sido uma noção largamente difundida entre académicos, entidades empregadoras e os próprios estagiários (Alarcão, 1996; Caires, 1997; Pires, 1998; Price, 1987; Ryan et al., 1996, Veale, 1989).

Deste modo, a formação do estágio deriva essencialmente da relação entre a teoria e a prática e da forma como o estudante estagiário as relaciona. Logo, o estudante estagiário é o construtor do seu próprio conhecimento, desenvolvendo as habilidades necessárias à tomada de decisão nas diferentes questões que surgem no quotidiano. Esta mudança de perceção, através da problematização de uma determinada realidade, e do choque dos seus paradoxos, implica um novo confronto do homem com a realidade. Implica admirá-la na sua totalidade: vê-la de “dentro” e, desse “interior”, separá-la nas

suas partes e voltar admirá-la, ganhando assim, uma visão mais crítica e profunda da sua situação na realidade que não condiciona (Freire, 1996).

Posto isto, chegámos a um ponto fundamental durante todo o ano de estágio, a crítica e a reflexão. Ao longo deste ano o estagiário deve assumir uma postura crítica e reflexiva sobre as suas intervenções na escola, porque só deste modo vai conseguir perceber aquilo que realizou, se foi bem ou mal e as possíveis soluções para corrigir esse erros e melhorar também os aspetos positivos. Para percebermos melhor a importância desta posição, Rosado e Mesquita (2009) consideram que, a reflexão sobre a prática não se deve cingir, exclusivamente, aos conteúdos de natureza técnica mas também, e não menos importante, ao desenvolvimento pessoal e social dos formandos concretizando na capacidade de aprender a partilhar ideias, de aceitar as diferenças, de desenvolver valores morais, de valorizar a boa prática desportiva, etc.. A construção de um estilo pessoal é um dos requisitos para se ser expert, potenciado pela prática reflexiva (Rosado e Mesquita, 2009).

Em suma, não podemos ficar apenas na parte do “ouvir”, “saber como se faz”, “saber quando aplicar”, é necessário ir para o terreno e vivenciar a experiência fantástica que é trabalhar com crianças, sobretudo, Ensinar. Sem nunca esquecer, obviamente, relacionar a teoria com a prática.

3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

De forma a entendermos e enquadrarmos a nossa prática profissional é importante deslocarmo-nos até à raiz da sua conceção para que nos seja possível compreendê-la e delimitá-la.

Um dos departamentos do Governo de Portugal é o Ministério da Educação e Ciência, dirigido atualmente pelo Ministro Nuno Crato, que tomou posse a 21 de Junho de 2011. Este Ministério tem como funções a definição, a coordenação, a execução e a avaliação das políticas de educação, do ensino básico ao ensino superior, e da ciência. É ainda responsável pela qualificação e formação profissional (Governo de Portugal, 2013).

A Educação determina o futuro do país e deve gerar igualdade de oportunidades para as gerações do nosso futuro. Os bons resultados surgem com determinação e rigor, sendo fundamental a cooperação entre os pais, professores e alunos que culmine num ambiente de trabalho favorável que tenho como objetivo a exigência. O Governo assume a educação como um serviço público universal e defende os princípios do esforço, disciplina e autonomia. Ou seja, tem como grande finalidade instruir e formar os indivíduos para que sejam capazes de ganhar a sua própria vida (Governo de Portugal, 2013).

A concretização do direito à educação é conseguida por um conjunto de meios que fazem parte do sistema educativo português. Este por si próprio procura responder às necessidades que resultam da realidade social, contribuindo para o desenvolvimento pleno e harmonioso da personalidade dos indivíduos, incentivando a formação de cidadãos livres, responsáveis, autónomos e solidários, valorizando a dimensão humana no trabalho (Assembleia da República, 2005).

O sistema educativo português engloba a educação pré-escolar, a educação escolar (ensinos básico, secundário e superior) e a educação extraescolar. Toda esta organização pode ser melhor entendida pela figura 1 (Ministério da Educação – Gabinete de Estatística e Planeamento da Educação [GEPE], 2013).

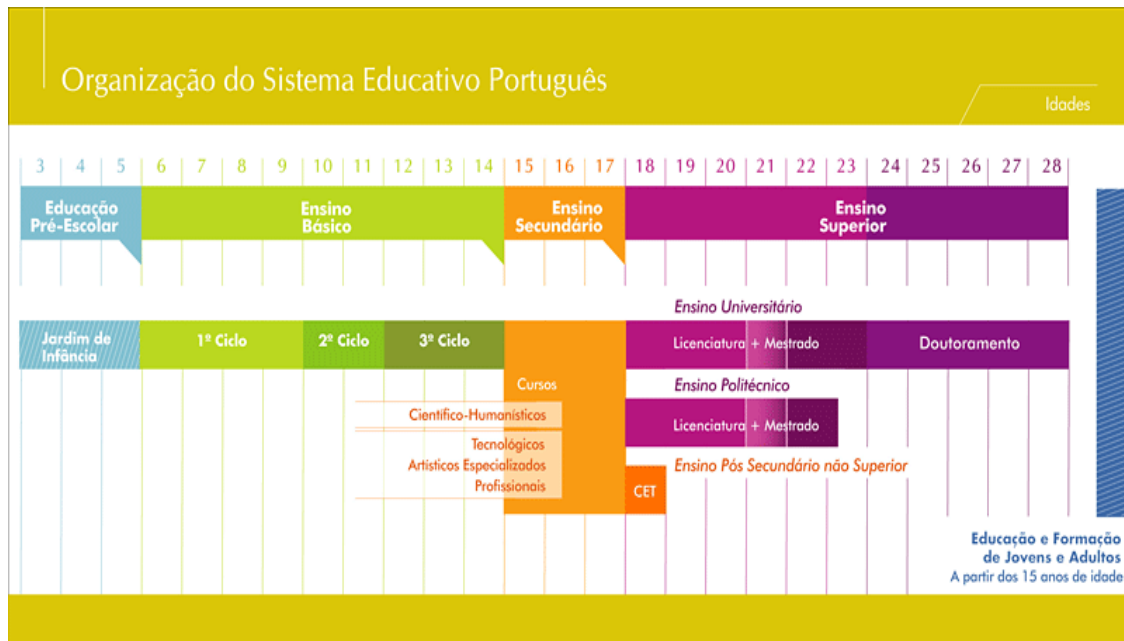


Figura 1 – Organização do Sistema Educativo português (Ministério da Educação – GEPE, 2013)

Transversal a todos os anos do ensino básico e secundário aparece a área curricular de Educação Física. Pretende-se que nesta área se melhore a aptidão física dos alunos, elevando as suas capacidades físicas de modo harmonioso e adequado às suas necessidades. Pretende-se promover a aprendizagem dos conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção das capacidades físicas e assegurar a aprendizagem de um conjunto de matérias representativas das diferentes atividades físicas. Somando a isto tudo, tem ainda como ambição promover o gosto pela prática regular das atividades físicas, aprofundar a compreensão da sua importância como fator de saúde e estimular a criação de hábitos, atitudes e conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas sociais no seio das quais se desenvolvem as atividades físicas. Concluindo, busca-se o desenvolvimento multilateral do aluno, tornando-o apto a procurar a atividade física por si próprio de forma saudável (Ministério da Educação e Ciência, 2013).

3.1.Contexto legal e institucional

O “Estágio Profissional visa a integração no exercício da vida profissional de forma progressiva e orientada, em contexto real, desenvolvendo competências profissionais que promovam nos futuros docentes um desempenho crítico e reflexivo, capaz de responder aos desafios e exigências da profissão.” (1)

O EP da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto está inserido no 2º Ciclo de Mestrado do Ensino da EF nos Ensinos Básico e Secundário mais concretamente nos 3º e 4º semestres e é constituído pela Prática de Ensino Supervisionada e pelo Relatório Final de EP, sendo a níveis superiores enquadrado por determinadas exigências legais e institucionais. Mais concretamente o funcionamento do EP obedece aos princípios decorrentes das orientações legais do Decreto-lei nº43/2007 de 22 de fevereiro que especifica as condições de obtenção de habilitação profissional para a docência institucionalmente. Os documentos que estruturam e limitam o EP são, o Regulamento Geral dos segundos Ciclos da UP, o Regulamento Geral dos segundos ciclos da FADEUP e o Regulamento do curso de Mestrado em Ensino de EF.

De referir que o Regulamento da Unidade Curricular do EP informa que a PES acontece inserida num núcleo de estágio, com a orientação de um professor(a) cooperante pertencente à escola cooperante e um professor(a) orientador(a) da Faculdade. O Professor Cooperante acolhe e orienta um grupo de três a quatro estudantes – estagiários (núcleo de estágio) durante um ano letivo, cada qual assumindo uma das turmas do professor cooperante. O professor orientador, por sua vez, tem a função de encaminhar os alunos pela aprendizagem, apoia-los e esclarece-los. Desta forma, todo o percurso do estudante estagiário é supervisionado pelo(a) Professor(a) Cooperante e acompanhado pelo(a) Professor(a) Orientador(a).

Neste quadro, cabe ao Estudante - Estagiário exercer um conjunto de tarefas a realizar ao longo do ano sendo estas definidas pelos documentos

orientadores do Estágio e pelos professores orientadores. Assim a PES contempla quatro áreas de desempenho: Área 1 – “Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem”; Área 2 e 3 – “Participação na Escola e Relação com a Comunidade”; e Área 4 – “Desenvolvimento Profissional”

3.2. Contexto funcional

3.2.1. Caracterização da Escola Secundária de Valongo – A “minha escola”

Ainda antes de iniciar o EP, especialmente a PES, foi necessário escolher a escola onde iria percorrer a última etapa desta longa caminhada subordinada à formação inicial. Coloquei como primeira escolha a Escola Secundária Rodrigues de Freitas, tinha boas referências de colegas anteriores e situa-se no centro da cidade do Porto. Contudo, estava longe de ficar aqui colocado, fiquei na 23ª posição, na Escola Secundária de Valongo. Desconhecia por completo a localização da escola, as instalações, que colegas poderiam ficar a estagiar comigo, a cidade era nova, ou seja, em qualquer escola tudo iria ser novo, mas nesta ainda muito mais porque não possuía nenhum tipo de feedback de um outro colega.

Torna-se importante perceber o que é a escola enquanto uma instituição, e recorrendo ao dicionário percebemos que é o estabelecimento de ensino, constituída por um conjunto formado pelo professor e os seus discípulos (Dicionário Priberam da Língua Portuguesa).

Segundo Ezpeleta & Rockwell (s/d, citados por Dayrell, s/d) a escola é um espaço sociocultural, disposto numa dupla dimensão. Institucionalmente, por um conjunto de normas e regras que procuram unificar e delimitar a ação dos sujeitos, e quotidianamente, por uma complexa trama de relações sociais entre os sujeitos envolvidos, incluem alianças e conflitos, imposição de normas e estratégias individuais ou coletivas e transgressão de acordos.

Torres (2008), vê a escola como um *entreposto cultural*, isto é, um espaço onde as culturas se cruzam, cruzamentos de metamorfoses quotidianas

de poder e de conflito, de relações diferenciadas entre atores escolares e educativos. A realidade escolar é socialmente construída e, portanto, em permanente estado de reconfiguração cultural.

Se pesarmos bem todos estes fatores que os autores enumeram e pensarmos na complexidade então que é o meio escolar, estamos em condições de afirmar que a minha atuação só poderia ser completa e global.

A ESV é a escola pública do Ensino Secundário com 3º ciclo do Ensino Básico que serve a população estudantil da cidade de Valongo e das freguesias de Campo e de Sobrado, do concelho de Valongo. A sua localização na Área Metropolitana do Porto atrai ainda alunos dos concelhos de Paredes e Gondomar.

Foi criada pelo Decreto-Lei nº 260-B/75 de 26 de Maio, substituindo a Secção de Valongo da Escola Técnica de Ermesinde, a funcionar desde 1 de Outubro de 1972. Tem instalações próprias na Rua Visconde Oliveira do Paço, desde o ano letivo 1986/87. Passaram dois anos sobre a constituição do Agrupamento de Escolas de Valongo. Com muito trabalho, a direção da ESV acreditou, partilhou objetivos, discutiu ideias, procura constantemente melhorias,... Aprende, desaprende, reaprende. Passo a passo, conseguiu construir um território educativo que pensa, interage, sente... E hoje, o Agrupamento de Escolas de Valongo é uma realidade! É constituído por 6 escola, a ESV (escola sede do agrupamento), as escolas básicas do 1º ciclo da Balsa, do Campelo, de Fijós, de Paço e por fim, a básica do 2º e 3º ciclo de Sobrado.

O agrupamento no ano letivo 2012/2013 é frequentada por 2346 alunos em regime diurno: 93 turmas mais 7 grupos do pré-escolar e funciona ainda em regime noturno com cerca de 120 alunos distribuídos por 4 turmas. O leque de idades oscila entre os 12 e os 69 anos. Nos cursos de Educação e Formação de Adultos (EFA) a média de idades é de 30 anos. Os alunos são maioritariamente portugueses, porém há alguns de nacionalidade brasileira, suíça, francesa, lituana, ucraniana, moldava, angolana, guineense, cabo-verdiana, australiana e chinesa.

Em termos curriculares a escola oferece as seguintes opções formativas:

Cursos Diurnos

- Ensino Básico
 - 7º, 8º e 9º anos de escolaridade;
 - Cursos de Educação e Formação ao abrigo do Despacho Conjunto nº 453/2004, de 27 de Julho: Pastelaria/Padaria.
- Ensino Secundário
 - **Cursos Científico-Humanísticos**
 - Ciências e Tecnologias;
 - Ciências Socioeconómicas;
 - Línguas e Humanidades.
 - **Cursos Profissionais**
 - Técnico de Turismo;
 - Técnico de Análise Laboratorial;
 - Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos;
 - Técnico de Eletrotecnia (10º ano) Eletrónica, Automação e Computadores;
 - Técnico de Comércio (10º ano).
 - Técnico de Marketing (11º/12º ano)

Cursos Noturnos

- Ensino Básico
 - Curso de Educação e Formação de Adultos com dupla certificação.
- Curso de Educação e Formação de Adultos.
- Centro de Novas Oportunidades.

Relativamente aos espaços para a realização do ensino da EF, inicialmente pareceram apropriados, no entanto, com o decorrer das aulas apercebi-me de pormenores que fazem alguma diferença e que dificultam pontualmente o planeamento e a realização do ensino. A escola apresenta três espaços para a realização das aulas de EF e ainda uma sala de expressões

dramáticas, na figura abaixo é possível visualizar o esquema da escola. O espaço principal é o Pavilhão Polidesportivo (G), possui as dimensões de um campo de Andebol, uma arrecadação principal que serve também de sala para possíveis aulas teóricas, uma segunda arrecadação com material novo e para uso no exterior e balneários. Possui ainda uma grande ferramenta de trabalho nos dias de hoje, um projetor de imagem colocado numa das extremidades do pavilhão. Este espaço é dividido em três, de forma acolher 3 turmas em simultâneo. Surge então o primeiro aspeto negativo, o planeamento das aulas foi um aspeto ao qual tivemos sempre muita atenção, porque em turmas grandes e em algumas modalidades é necessário espaço para a prática, então foi necessário encontrar soluções para rentabilizar ao máximo o espaço. Desde trocar com professores que se encontravam no exterior, até realizar aulas por estações onde uns realizavam observação, outros condição física e os restantes o exercício pretendido para a modalidade em questão. Um outro aspeto negativo relativamente ao pavilhão é que quando chovia, criava-se humidade no piso e em alguns casos, ocorria infiltrações de água no teto que naturalmente molhavam o piso. Foi uma situação à qual tivemos muita atenção porque considerámos perigoso e poderia mesmo afetar a integridade física dos alunos. Como tal adaptamos os exercícios das aulas retirando os que solicitavam movimentos mais bruscos para os mais estáticos para evitar escorregar e em algumas alturas não utilizávamos mesmo essa área do pavilhão.



Figura 2 – Esquema da Escola Secundária de Valongo

O segundo espaço é no exterior (F), possui 4 tabelas de basquetebol, balizas de andebol e tem as dimensões de um campo de futebol de sete. Tem como grande aspeto negativo o facto de o solo ser em cimento e em caso de queda os alunos correm mais perigos de se lesionarem.

O terceiro espaço (H) é ao lado do Polidesportivo, possui duas balizas de andebol, duas tabelas de basquetebol e tem as dimensões de 15x30/40 metros. Possui também o solo em cimento.

Por fim, temos a sala de expressões dramáticas situada no pavilhão E, estando equipada com sistema de áudio e vídeo, possuindo desta forma excelentes condições para a prática de dança.

A grande crítica que faço à escola é o facto de quando nos deslocamos dos pavilhões das salas de aula para o Pavilhão Polidesportivo não temos nenhum abrigo coberto, ou seja, em dias de chuva por vezes era complicado para os alunos e mesmo para os docentes atravessar aquele espaço a céu aberto de cerca de 300 metros. É sem dúvida alguma uma lacuna que a escola deveria solucionar.

No que respeita ao plano anual de atividades (PAA) o grupo de EF da ESV, participa e dinamiza as seguintes atividades:

- Semanas FitnessGram -> Alunos do ensino Básico e Secundário;
- Corta-mato escolar -> Alunos ensino Básico e Secundário;
- Torneio Futebol Cursos Profissionais e CEF`s -> Alunos Cursos Profissionais e CEF`s da ESV;
- Ações de sensibilização Suporte Básico de Vida -> Alunos ensino Secundário;
- Congresso Juvenil Escolar do Agrupamento Valongo -> Alunos ensino Básico e Secundário;
- Atribuição de Menção de Mérito Desportivo e Artístico -> Alunos ensino Básico e Secundário;
- Passeio Desporto Escolar -> Alunos do Desporto Escolar;
- Rastreio de Indicadores de condição Cardiovascular -> Professores, técnicos apoio ação escolar e Pais e Encarregados de Educação do Agrupamento de Escolas de Valongo;
- Torneio de StreetBasket -> Alunos ensino Básico e Secundário;

- Torneio de Voleibol -> Alunos ensino Básico e Secundário;
- Torneio de Futebol -> Alunos ensino Básico;
- Torneio Badminton -> Alunos ensino Básico e Secundário;
- Torneio Andebol -> Alunas ensino Básico e Secundário;
- Dia da Educação Física -> Alunos do ensino básico da Escola EB 2,3 de Sobrado;
- Caminhada/Passeio BTT/ Gincana da Prevenção Rodoviária Valongo/Sobrado -> Comunidade Escolar do Agrupamento das Escolas de Valongo;
- Atividades físicas e desportivas para as escolas do 1º ciclo do Agrupamento de Escolas de Valongo -> Alunos das Escolas de 1º Ciclo do Agrupamento de Escolas de Valongo.

3.2.2.Caracterização da turma - conhecer a minha turma

Neste Capítulo 3 relativo ao enquadramento da prática profissional não podia faltar a referência e breve análise ao grupo que mais marcou o meu EP e quem sem dúvida alguma mais o enriqueceu, a minha turma. Mas como é que isto aconteceu? Sorteio? Escolha minha? Eis a questão que irei responder nas próximas linhas.

O Professor Cooperante deu-nos liberdade para escolhermos a turma que mais se adequava a nós, a que preferíamos, a que possivelmente pelo pouco contacto que obtivemos com eles pudesse gostar mais de algum de nós. Então o processo decorreu da seguinte forma: Na primeira semana de aulas o Professor Cooperante lecionou as aulas e nós observámos as 4 turmas, na semana seguinte usamos o sistema de rotatividade de forma a cada um de nós liderar as 4 turmas. Após este período de observação e contacto prévio, o núcleo de estágio reuniu e escolhemos então cada uma a sua turma sem qualquer tipo de problema.

A minha opção recaiu na turma CT1 do 11º ano, do Curso de Ciências e Tecnologia, era composta por 32 alunos, sendo que apenas 24 estavam inscritos na disciplina de EF. Destes, 17 são do sexo masculino e sete do sexo

feminino. Contudo, no segundo período, uma das alunas mudou de turma e deixou de realizar as aulas de EF. A média de idades no início do ano letivo era 16,3 anos. As minhas aulas eram as terças-feiras à tarde e às sextas-feiras de manhã (2 blocos de 90 minutos). Mas porquê a escolha esta turma? Esta turma desde os primeiros momentos me despertou enorme interesse, eles são cheios de energia, maioritariamente rapazes, alguns com o peito um bocado exposto ao perigos que esta idade ainda não conhece, mas o desafio da turma ser considerada pelo núcleo de estágio “complicada” levou-me aceitar. São alunos faladores é verdade, mas considero possuidores no geral de uma aptidão para o desporto muito boa e penso que bem estimulados e motivados para as tarefas seria uma turma que me dava fortes probabilidades de ter prazer a lecionar as aulas, esse era o meu objetivo sempre que planeava uma aula e sempre que pisava o pavilhão para dar início à mesma.

Não realizei nenhuma ficha para recolher dados a fim de caracterizar a turma, fui à reunião do conselho de turma e a diretora da mesma forneceu-me os dados recolhidos por ela e que nas próximas linhas apresentarei.

Relativamente à situação de emprego dos pais apenas 2 estão desempregados, enquanto que em relação as mães o número de desempregados sobe para 4. Contudo, é de notar que 14 pais possui um curso superior e 11 pelo menos o ensino secundário.

No que diz respeito aos familiares com quem vivem os alunos, verifica-se que na maioria, o agregado familiar circunscreve-se apenas ao pai, mãe e irmão/irmã. Apenas dois alunos vivem só com a mãe e um com o tio. No que concerne ao número de irmãos podemos verificar que 32,1 % (9 alunos) da turma não têm irmãos, 50,0 % (14 alunos) têm apenas um irmão e 17,9 % (5 alunos) têm 2 irmãos.

O Encarregado de Educação assume uma importância acentuada na educação do aluno, uma vez que tem como função, entre outras, monitorizar o seu desempenho dentro e fora da escola. Posto isto, 82,1 % dos casos (23 alunos) a função de Encarregado de Educação é desempenhada pela mãe, em 7,1 % dos casos (2 alunos) é o pai que desempenha essa função, em 7,1% (2 alunos) é o próprio e em 3,6 % (1 aluno) é o Tio.

Nenhum dos alunos teve qualquer problema de saúde grave, apenas 5 alunos referiram possuir problemas de visão, 3 têm problemas de alergias, 1 tem asma e 1 tem instabilidade rotuliana. Das respostas ao modo como se deslocavam para a escola e conseqüentemente para casa, a maioria dos alunos diz viver relativamente perto da escola por pertencerem ao concelho de Valongo: 12 alunos demoram cerca de 5-10 minutos a chegar à escola fazendo-o a pé, 9 fazem-no de autocarro demorando entre 10 a 20 minutos e 4 deslocam-se de carro, demorando cerca de 5 minutos.

Finalizando, todos os alunos possuem computador e todos têm acesso à Internet, a maior parte ocupa os tempos livres a praticar desporto como por exemplo Futebol, Hóquei, Atletismo, Natação e Ciclismo. 5 alunos andam no Ginásio uma na Dança e um no Ténis. Alguns referem ainda, o gosto pela leitura e pela música e há uma aluna que anda nos Escuteiros.

Todas estas informações foram muito importantes para eu começar a conhecer os alunos, mas rapidamente me apercebi de uma coisa em particular, pensei que ia conhecer os alunos mais rápido, contudo fui-me apercebendo que estava enganado. A descoberta foi constante ao longo de todo o ano, cada semana de aulas foi importante para aprender qualquer coisa mais sobre eles e com eles.

Decidi adotar uma postura de líder, com alguma rigidez, o essencial era tentar encontrar o perfeito equilíbrio para melhorar a relação professor/aluno e conseqüentemente o processo de ensino e aprendizagem. Segui um processo gradual que como qualquer outra coisa tem avanços e recuos, fases boas e fases menos boas. Contudo com a ajuda do núcleo de estágio e do professor cooperante consegui resolver os problemas associados à indisciplina e criar um clima de aprendizagem que foi evoluindo ao longo do ano letivo.

3.2.3.O núcleo de estágio – 3 em 1

Se no subcapítulo anterior considerei fundamental no meu EP a turma e a importância foi tao grande que era impossível referir aqueles com quem passei a maior parte do tempo e me ajudaram a superar as fases menos boas

e enalteceram as vitórias conseguidas. O núcleo de estágio. O clima que se estabelece entre os elementos que compõem o núcleo de estágio é um dos aspetos mais influentes no desenvolvimento harmonioso do EP. Confesso, que estava com uma enorme curiosidade em conhecer os parceiros que me acompanhariam ao longo do ano. Felizmente tive a oportunidade de integrar um grupo fantástico constituído pelos professores estagiários, Carlos Pimenta e João Sequeira, e pelo Professor Cooperante José Andrade.

Tal como referi anteriormente, não tinha um conhecimento aprofundado sobre os meus colegas, o Carlos conhecia apenas de algumas saídas noturnas e porque desempenhou funções na Associação de estudantes na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto e por ser membro da Federação Académica do Porto. Todo este currículo fazia antever alguém com competências fortes na área de gestão e que podia ser muito útil na organização de possíveis eventos na escola. O João era uma pessoa completamente estranha e que teria de esperar para conhecê-lo e fazer então uma apreciação.

Desde o início do estágio, que optámos pelo método de delegar funções quando o trabalho coletivo surgia. Foi o método que achámos melhor, de forma a não sobrecarregar nenhum de nós com demasiado trabalho e também porque assim assumíamos a responsabilidade de uns para com os outros.

Tal como referi na breve caracterização do Carlos, na delegação de tarefas tentamos sempre explorar as potencialidades de cada um de modo a que máxima complementaridade surgisse. Só assim conseguimos aumentar a nossa eficácia no cumprimento dos objetivos comuns que assim o estágio nos foi exigindo. Apresentámos sempre muita energia e entusiasmo para o desenvolvimento das tarefas e reconhecemos o contributo de todos, respeitando como é lógico, a individualidade de cada um.

A par destes intervenientes importa salientar o papel que a orientação pedagógica tem neste processo. Segundo Carvalho (2009), o orientador educacional desempenha um papel complexo e de grande responsabilidade e, por isso, é fundamental que este possua uma boa formação, revele personalidade e se mantenha em constante atualização.

Segundo Guerrieri (1976, cit. Por Hynes-Dusel, 1999, p. 186) os estagiários reconhecem o Professor Cooperante como o elo principal de todo o processo de estágio, designando-o “most significant person”, porque passam mais tempo com ele do que com qualquer outro professor.

Estaria a ser mentiroso se não reconhecesse que a disponibilidade e o acompanhamento prestados pelo Professor Cooperante foram uma das chaves principais para o sucesso que eu alcancei. Ter seguido muitas das suas sugestões possibilitou-me melhorar constantemente a prática. Estabelecemos uma relação, confiança, honestidade, empatia encorajamento o que espelhou melhorias significativas no desempenho de todo o núcleo de estágio.

Como sùmula, considero que a partilha de experiências foi fulcral para a minha evolução profissional e pessoal, aspetos que me levam a afirmar que os elementos do núcleo foram fundamentais ao longo deste meu percurso, considerando ainda que sem eles teria sido impossível construir um puzzle tao completo.

3.2.4.O grupo de Educação Física

“...eu ajudo a minha colega e a minha colega ajuda-me a mim...”

“somos pessoas diferentes a construir o mesmo objetivo...é mais tranquilo”

Professores do 2º ciclo envolvidos em experiências de ensino cooperado

(cit. por Morgado, 2004, p. 42)

Cada vez mais a experiência e a investigação exigem cooperação entre professores, sendo que esta se constitui um instrumento fundamental para o desenvolvimento profissional (citado por Morgado, 2004, p. 42). Entendo que a cooperação entre professores que trabalharam juntos em prol de objetivos comuns, constitui uma excelente estratégia para a aquisição de competências, sobrepondo-se ao individualismo e à competitividade.

Sendo assim, segundo Santana (2004), numa profissão tão complexa como a de ser professor, urge trocar experiências e saberes, atenuar inquietações e colocar dúvidas, pois se nos isolarmos ficaremos fragilizados e

empobrecidos profissionalmente, devido à carência de reflexão coletiva. Pegando e também partilhando a opinião deste autor, considero que me entreguei de corpo e alma a este grupo de trabalho, acreditando que ao estabelecer uma boa relação com eles a minha integração na escola seria mais fácil.

Fiquei muito agradado com a forma como o grupo me recebeu, em poucas semanas eu sentia-me verdadeiramente “em casa”. Um aspeto muito importante que contribuiu para esta fácil integração foi o facto de o professor cooperante ter solicitado para ir às reuniões de início de ano, nomeadamente, às dos conselhos de turma e do departamento de expressões. Face à disponibilidade do grupo de EF foi-me possível partilhar experiências, discutir propostas, construir soluções e melhorar o nosso desempenho coletivamente.

O grupo de EF é constituído por 11 professores, 3 do sexo feminino e 8 do sexo masculino.

Em jeito de conclusão considero que os ensinamentos de todos estes intervenientes, contribuiu para melhorar as minhas atuações, colmatar lacunas e essencialmente preparar-me para a docência.

4. REALIZAÇÃO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

"O saber que a prática docente espontânea ou quase, "desarmada", indiscutivelmente, produz é um saber de experiência feito, a que falta a rigorosidade metódica que caracteriza a curiosidade epistemológica do sujeito. Este não é o saber que a rigorosidade do saber e do pensar correto procura.

Por isso, é fundamental que, na prática da formação docente, o aprendiz de educador assuma o indispensável pensar certo, não é um presente dos deuses, nem se encontra nos livros de professores que, iluminados intelectuais, escrevem desde o centro do poder, mas, pelo contrário, o pensar certo que supera o ingênuo tem que ser produzido pelo próprio aprendiz em comunhão com o formador."

Paulo Freire, 1996

O EP representa um processo constante de ação-reflexão, que se torna fundamental para evitar a acomodação do professor e para conseguir alcançar um melhor fazer (Borsoi, 2008). Esta atitude é uma condição essencial para a promoção da evolução, transformando-se num processo de ação-reflexão-ação, no sentido em que se torna possível a alteração na realidade e que a prática fornece elementos para teorizações que podem acabar por alterar a prática primeira (Silva & Krug, 2008).

Foi com as minhas crenças apoiadas neste pressuposto ou linha de pensamento que encarei este ano letivo, experimentava e vivenciava a prática, e depois, adotava uma postura reflexiva, com o objetivo de evoluir e perceber as melhores estratégias para o sucesso da prática profissional.

Posto isto, neste capítulo do relatório, importa analisar todo o meu processo de reflexão, tendo em conta os problemas, as atividades, as dificuldades, as estratégias, a avaliação, o controlo e um infinito de situações que influenciaram e permitiram o desenvolvimento e a realização da prática profissional.

Para percebermos melhor esta realização, é feita uma separação de forma a contemplar as áreas de desempenho previstas no Regulamento de Estágio Profissional, nomeadamente a área I referente à “Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem”, a área II e III respeitante à “Participação na Escola e Relações com a Comunidade”, finalizando com a área IV relacionada com o “Desenvolvimento Profissional” (Matos, 2011b).

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

A área de desempenho “Organização e Gestão do Ensino e Aprendizagem” engloba a conceção, o planeamento, a realização e a avaliação do ensino.

A conceção é fundamental, é a análise que efetuamos, no início do ano letivo, às condições gerais e locais da educação, de modo a enquadrarmos a prática profissional e desse modo agirmos de acordo com os princípios que a regem de uma forma contextualizada.

A seguir à conceção segue-se a fase do planear, o que só se torna possível com um vasto conjunto de conhecimentos gerais relativos à educação e específicos da disciplina. O planeamento processa-se a três níveis: anual, unidade temática e aula.

A realização esta diretamente relacionada com o decorrer da aula com eficácia. É nesta fase que tudo verdadeiramente acontece, é nesta fase que tudo se concretiza e em que é necessário envolver os alunos de forma ativa para que o processo de ensino aprendizagem se concretize. O objetivo principal é a promoção de aprendizagens significativas e desenvolver a noção de competência nos alunos.

Por último surge-nos a avaliação, e deve ser entendida como um elemento que regula e promove a qualidade do ensino e da aprendizagem, e não apenas, uma mera atribuição de uma classificação.

O objetivo máximo do processo de ensino e aprendizagem é construir uma estratégia de intervenção, orientada por objetivos pedagógicos, que respeite o conhecimento válido no ensino da Educação Física (EF) e que conduza com eficácia pedagógica o processo de educação e formação do aluno na aula de EF (Matos, 2011a).

4.1.1.O impacto da escola no estagiário – necessidade da concessão

Estava ansioso para entrar numa nova escola, ia ser tudo novo para mim, não conhecia o contexto da minha escola cooperante até ao primeiro dia. Neste momento foi importante desde logo a companhia e partilha das emoções que estava a sentir com o núcleo de estágio. Esta união inicial foi muito importante para tornar aquilo que era desconhecido em algo mais confortável. Estava consciente que ia ser um ano em que ia estar constantemente a ser avaliado, então tornou-se inevitável idealizar como seria o meu Professor Cooperante. Mas vamos começar pelo início e perceber então como tudo decorreu.

Foi no dia 6 de Setembro de 2012 que pela primeira vez me dirigi à ESV, no sentido de me apresentar ao meu Professor Cooperante (após ter sido convocado por ele), tendo sido também nesta data que fui conhecer as instalações da instituição.

Confesso que neste dia foi fundamental para mim ter o máximo de contacto com o Professor Cooperante, tentei conhecê-lo ao máximo e como é lógico começar a deixar-lhe impressões daquilo que ele poderia esperar de mim. O suporte e o acompanhamento efetuados por ele foram cruciais nesta fase inicial em que tudo era novo e estranho ao mesmo tempo. Foi com ele que fomos conhecer as instalações escolares e para mim as mais aguardadas instalações desportivas. Indicou-nos as várias lacunas, limitações e pontos fortes dos vários espaços, preparando-nos assim da melhor forma para a correta utilização dos mesmos. Com o Professor Cooperante conhecemos também muito do restante pessoal docente e não docente, ficando desde logo com a sensação da grande simpatia e o respeito de todos estes elementos, o que de certa forma para mim transmitiu-me confiança e fez-me sentir parte desta escola, um verdadeiro professor.

Foi ainda com o professor cooperante que começamos desde logo o trabalho, o núcleo de estágio reuniu-se e iniciamos uma análise e reflexão sobre a essência do EP e dos aspetos regulamentares que o compõem. Como me considero uma pessoa curiosa comecei desde logo a inteirar-me de tudo sobre a escola, aproveitando conjuntamente a experiência do professor. Informe-me sobre o funcionamento da ESV e mais precisamente da disciplina de Educação Física, tendo consultado os documentos referentes à instituição, tais como o projeto educativo, o projeto curricular da escola, o regulamento interno e em particular o regulamento e diretrizes do grupo de EF. Foi ainda necessário observar o novo estatuto do aluno (decreto lei nº 51/2012), com o objetivo de perceber os direitos e deveres dos professores e alunos para ajustar o meu modo de atuar na escola aquilo que deve ser legalmente. Como não podia faltar, houve uma consulta fundamental neste processo de concessão, o Programa Nacional de Educação Física, especialmente referente

ao ensino secundário, que acabou por ser consultado ao longo de todo o ano e foi sempre muito importante para ajustar o planeamento à realidade nacional.

Conhecer o meio envolvente, a nível cultural e social também foi importante, realizei alguma pesquisa, mas fundamentalmente no diálogo com o meu colega Carlos que é habitante de Valongo e foi inclusive aluno nesta escola. Revelou-se uma mais-valia na compreensão de mais algumas das variáveis que interferem no processo de ensino.

Estar na posse de todas estas informações permitiu-me compreender mais de perto o que é uma instituição escolar, mas sobretudo, o que realmente é a Escola Secundária de Valongo. Este momento de conceção fez com que conseguisse preparar do ponto de vista teórico a realidade que eu ia vivenciar. Nesta fase inicial do estágio eram de facto muito os aspetos que eu tinha de considerar em tudo que fazia, muita coisa nova e muito trabalho pela frente. O meu professor cooperante passou-me desde logo a mensagem que por mais que me custasse este arranque, ele funcionaria também como o motor para o resto do ano letivo, levei esta mensagem a sério e tentei colocar desde logo o motor trabalhar a todo o gás. Era agora da minha responsabilidade planear, executar e refletir aula a aula, semana a semana, mês a mês, para que pudesse evoluir e tornar tudo mais simples, ou mais facilitado.

Estávamos mesmo no início, mas tudo estava prestes a começar, os corredores absorvidos pelo silêncio de uma escola vazia, ainda sem os seus elementos essenciais, os alunos. A partir do dia 17 de setembro que tudo mudou, e o que antes era uma escola vazia e sem ruído, transformou-se no que é uma verdadeira escola, com rapazes e raparigas espalhados pelos corredores e pátios, de mochila e livros, prontos a começar um novo ano letivo e com a esperança certamente, de um futuro promissor.

4.1.2.Planeamento

“O professor é responsável por tarefas que não pode delegar noutras pessoas nem resolver de outra forma. Desempenha o papel de guia da educação dos

alunos, organiza o processo de educação, conduz e direciona o processo de desenvolvimento da personalidade dos alunos”.

(Bento, 2003, p. 26)

Após a leitura da citação acima apresentada percebemos que o planejamento é fundamental na profissão docente. Se é verdade que um bom plano não garante uma boa aula, também é igualmente verdade que um mau plano o garante menos. Um bom plano assegura, à partida, uma melhor concretização do mesmo, em virtude deste traçar uma direção de ação, conduzindo-a num determinado sentido, o que permite uma monitorização eficaz da ação, por confronto com o que se planeou fazer (Vieira, 1993).

Segundo Bento (2003) a planificação é o elo de ligação entre as pretensões, imanentes ao sistema de ensino e aos programas das respetivas disciplinas, a sua realização prática. É uma atividade prospetiva, diretamente situada e empenhada na realização do ensino que se consuma na sequência: “elaboração do plano; realização do plano; controlo do plano”.

Continuando esta linha de pensamento este autor refere ainda que a planificação é conectar a própria qualificação e formação permanente do professor ao processo de ensino, a busca de melhores resultados no ensino como resultado do confronto diário com problemas teóricos e práticos.

O professor é considerado um agente de ensino que, além de outros papéis, tem a responsabilidade de desenvolver o currículo ao nível micro, ou seja, adequar a sua ação às características do meio social da escola e dos alunos e ao Projeto Curricular da escola, usando como base o Currículo Nacional e os programas das disciplinas (pertencem ao nível macro). Sendo assim, no processo de planificação o professor estará sempre confrontado com o programa de ensino, a população a lecionar (características culturais e sociais influenciam muito), a satisfação em relação às expectativas delineadas pelos alunos, os recursos disponíveis na escola e por fim, as orientações definidas no projeto curricular da Escola (Bento, 2003).

Seguindo esta linha de pensamento facilmente percebemos que a planificação serve como guia fundamental para o professor. Bento (2003)

disserta, ainda, que na planificação são determinados e concretizados os objetivos mais importantes da formação e educação da personalidade, são apresentadas as estruturas coordenadoras de objetivos e matéria, são prescritas as linhas estratégicas para a organização do processo pedagógico. Os objetivos são o elemento chave no que diz respeito à relação entre objetivo, conteúdo e método. Isto deve-se à seguinte exigência implícita no processo educativo: procurar e perseguir sempre ativa, enérgica e de forma pertinente o objetivo.

Deste modo, o processo de planificação abrange uma série de tarefas de procura, seleção, confronto, conceção, formulação e reformulação, tendentes à preparação de um plano de ação, desenhado em papel ou mentalmente, e que procura estabelecer o resultado de um processo de realização de opções pedagógicas. Nesta perspetiva, o significado de planificação envolve qualquer momento no qual é elaborada uma prospeção acerca da forma como a tomada de decisão vai influenciar a prática pedagógica (Vieira, 1993).

Pode-se concluir que o processo de planificação deve estar assente em pressupostos que passem por refletir, debater, e nas tomadas de decisões apoiadas nos alicerces do que se pretende ensinar.

A planificação tem por objetivo prever, definir e criar as condições necessárias a uma correta execução do processo de ensino (Lewy, 1979).

Se pensarmos em tudo o que foi dito anteriormente, conseguimos perceber a importância do processo de planificação e de que forma esse delineamento promove a aprendizagem dos alunos. Planeando adequadamente as nossas intervenções com os alunos a transmissão de conhecimentos vai ser mais segura e certamente mais eficaz.

Desde o início do ano letivo que percebi a importância do planejar, de planejar a vários níveis, tive muitas vezes objetivos e finalidades bem definidos, mas por vezes, por razões ainda desconhecidas por um professor inexperiente como eu, foi necessário ajustar às necessidades que o momento assim o exigia.

Durante este ano letivo foi-me exigido um planeamento a vários níveis: o plano anual, o plano de unidade didática e o plano de aula.

Segundo Bento (1987), os diferentes planos devem ser preparados, inter-relacionados e entendidos como fases ou etapas intermédias indispensáveis para o incremento da conceção e da realização do ensino. Pode-se considerar então que os diferentes níveis de planeamento devem estar relacionados entre si, estruturados de forma lógica e com caráter processual que decorre ao longo de um espaço de tempo.

É fundamental então analisar de forma mais minuciosa cada um dos diferentes níveis.

4.1.2.1. Planeamento Anual

O planeamento anual foi uma das primeiras tarefas que o meu professor cooperante me exigiu aquando início do estágio profissional. O plano anual é, segundo Bento (2003), uma perspetiva global que procura situar e concretizar o programa de ensino no local e nas pessoas envolvidas.

Este documento permite obter qualquer informação, relativamente, à disciplina de Educação Física ao longo do ano letivo.

Inicialmente existiu todo um processo mental de criação, seguido de uma fase de análise realizada a partir de uma reflexão e pesquisa sobre a disciplina de Educação Física. Tive de ter em consideração vários fatores, tais como: as matérias a lecionar, o programa nacional e as necessidades/preferências da turma.

Este é um documento geral para toda a turma e serve como um documento orientador, todos os professores devem-se orientar por ele. Do planeamento anual constam as UD que se pretendem abordar, as matérias a lecionar, a calendarização, bem como o espaço de aula destinado.

Deste modo este documento é organizado tendo em conta a caracterização da turma, o calendário escolar, os objetivos anuais por matéria, os recursos disponíveis, as decisões conceptuais e metodológicas (cargas horárias, UD) e os momentos de avaliação.

O planeamento anual tem como objetivos:

- Orientar o processo de ensino-aprendizagem, de acordo com uma sequência lógica e progressiva;
- Tomar conhecimento dos Programas Nacionais de Educação Física;
- Ter a perceção dos recursos materiais e espaciais disponíveis na escola;
- Definir os objetivos por matéria a lecionar.

Na ESV o calendário escolar define que o primeiro período inicia-se a 17 de setembro e termina a 14 de dezembro, o que resulta em vinte e cinco sessões de 90 minutos; o 2º período inicia-se a 2 de janeiro e termina a 15 de março, vinte sessões de 90 minutos; o 3º período inicia-se a 2 de abril de 2013 e termina a 7 de junho, o que resulta em vinte sessões de 90 minutos.

Quadro 1 – Excerto do Planeamento anual da turma 11ºCT1.

Mês	Abril										Maio										Junho	
Dia	2	5	9	12	16	19	23	26	30	3	7	10	14	17	21	24	28	31	4	7		
Semana	Ter	Sex	Ter	Sex	Ter	Sex	Ter	Sex	Ter	Sex	Ter	Sex	Ter	Sex	Ter	Sex	Ter	Sex	Ter	Sex		
Nº Aula	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59		
Espaço	P	P	E	E	P	P	P	P	P	P	E	E	P	P	P	P	P	P	E	E		
Unidade Didática	AL	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	F	FG	F	F	F	F	AL	
Legenda:	P Pavilhão		E Exterior		F Futebol																	
	FE Feriado		FG Fitnessgram		AL Aula Livre																	

As modalidades abordadas em cada período são definidas pelo grupo de Educação Física, através da Planificação 2012/2013 (Anexo nº1), para não existirem vários anos de escolaridade a abordar a mesma modalidade, devido a questões limitativas de espaços e materiais. Para o 11º ano as modalidades para cada período são: 1º período: voleibol e futebol; 2º período: badminton e futebol; 3º período: futebol.

Apesar desta distribuição o núcleo de estágio reuniu e decidiu o seguinte: o Voleibol foi a primeira modalidade a ser abordada no 1º Período, decidi-mos apenas abordar o futebol no 3º período visto que era transversal em todos. Ou seja, ficou definido apenas a lecionação de uma modalidade por

período com o principal objetivo de favorecer a aprendizagem dos alunos. Ficou assim definido para cada período as seguintes Unidades Didáticas visíveis no quadro nº2.

Quadro 2 – Unidades Didáticas e número de aulas da turma 11º CT1

	Unidade Didática	Aulas para cada UD	Aulas por Período
1º Período	Apresentação Fitnessgram Corta-Mato Aula Livre Voleibol	21	25
2º Período	Fitnessgram Aula Livre Semana Aberta Badminton	16	20
3º Período	Fitnessgram Trabalho Teórico Aula Livre Futebol	16	20

Apesar das alterações realizadas no sentido de melhorar o planeamento e evitar possíveis alterações, como é lógico, estes dados não eram inalteráveis, podiam vir a sofrer alterações pontuais caso fosse necessário. A proposta foi aceite pelo Professor Cooperante e na realidade consegui abordar as modalidades de uma forma contínua, e não houve necessidade de ser alterada ao longo do ano.

Gostava de referir que a elaboração deste documento não foi uma tarefa muito complicada. De facto beneficieei de vários fatores para que tal acontecesse. O roulement está muito bem construído, aspeto comprovado pelo facto de nunca ter ficado sem espaço para dar aula. A organização do Grupo de EF é fantástica, as modalidades estão distribuídas de forma a que não haja problemas com material nem com troca dos espaços da aula. E por último, o

Professor Cooperante foi fundamental, ajudou-me muito na realização do planeamento anual.

4.1.2.2. Unidade Didática

Contrariamente ao planeamento anual, o conceito de unidade didática (UD) não era novo para mim, pois já havia sido trabalhado em situações do meu passado recente. Contudo, nunca tinha realizado sozinho uma UD que viesse a ser aplicada, considerando humildemente que muito ainda tinha aprender acerca da construção deste instrumento importantíssimo de trabalho para o professor.

Uma UD não é mais que uma unidade de matéria apresentada no plano anual, ou seja, são planos de amplitude média correspondentes a extensão de cada um dos blocos de aprendizagem considerados nos planos a longo prazo.

A duração de cada unidade depende do volume e da dificuldade das tarefas de ensino e de aprendizagem, de princípios psicopedagógicos e didático metodológico, acerca da organização e estruturação do processo pedagógico do estado de desenvolvimento da personalidade dos alunos (Bento, 2003).

Após estar definido no planeamento anual a extensão e sequência das modalidades a abordar ao longo do ano letivo, a construção da Unidade Didática implica uma maior especificação dos conteúdos de ensino bem como acerca da forma como serão lecionados.

A Unidade Didática (Quadro nº 3) é constituída pelo número de aulas que se pretende desenvolver toda uma modalidade e os conteúdos a ensinar. Este documento abrange toda a informação técnica e tática sobre a modalidade e ainda, toda a informação de todos os ajustamentos realizados ao longo da respetiva modalidade. Ao construir uma Unidade Didática realizamos ainda uma reflexão que explica toda a tabela, o porque de determinado conteúdo ser lecionado na aula x e não na aula y, por exemplo.

As Unidade Didáticas construídas ao longo do ano letivo foram sempre grandes, permitindo-me exercitar mais uma modalidade que o habitual. Digo o

habitual, porque em conversas com colegas estagiários apercebi-me que eu era dos únicos que lecionava uma disciplina por período. Mesmo se recuar até ao meu secundário facilmente me lembro de ter mais do que uma modalidade por período. A construção de Unidades Didáticas grandes permitiu-me aprofundar mais os conteúdos e promover aprendizagens consolidadas pelos alunos, mas por outro lado impossibilitou-me de abordar mais modalidades desportivas.

Quadro 3 – Exemplo de uma Unidade Didática de Voleibol

Meses		Set.		Outubro									
Dias		25	28	2	9	12	16	19	23	26	30	2	
Aulas		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
TÉCNICA	Conteúdos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
	Posição Fundamental	AI	I	E	E	C							
	Deslocamentos	AI	I	E	E	C							
	Passe de frente	AI	I	E	E	E	E	E	E	E	C		
	Manchete	AI				I	E	E	E	E	E	E	
	Serviço por Baixo	AI								I	E	E	
	Remate em suspensão	AI										I	
TÁTICA	Bloco	AI											
	2x2	AI	E	E	E	E	E	E	E	E			
	3x3										E	E	
REGRAS	4X4 (sistema de jogo 1:2:1 + Sistema defensivo 2:2)												
	Conhecer as regras fundamentais, os principais gestos de arbitragem e a história da modalidade	AI	Duplo Toque/Tr transporte	Serviço	Rotação	Invasão de Campo	Falta na Rede						

I/E – Introdução/ Exercitação;	Afinal – Avaliação Final;
E – Exercitação;	C – Consolidação;
AI – Avaliação Inicial;	E/C – Exercitação/Consolidação

As Unidades Didáticas são partes fundamentais do programa de uma disciplina, constituem “unidades fundamentais integrais do processo pedagógico” e ditam aos professores e alunos as várias etapas de aprendizagem, de uma forma clara e distinta (Bento, 2003).

4.1.2.3. Plano de Aula

Construir o plano de aula nem sempre se revelou muito fácil, principalmente numa fase inicial, o meu maior problema na altura era o tempo que demorava a elaborá-los. Tinha alguma dificuldade em definir os objetivos gerais da aula, os objetivos específicos para cada exercício assim como os critérios de êxito. Não era grave, mas por não estar completamente à vontade na realização desta tarefa precisava de muito tempo (às vezes 2/3 horas) para pesquisar informação e exercícios. Tempo este que nesta fase inicial era muito preciso e também necessitava dele para as outras tarefas de estágio.

Contudo, apesar destas dificuldades iniciais, posso afirmar que a evolução que demonstrei no processo de planeamento foi bastante positiva e significativa. Um processo que no início era difícil e longo tornou-se uma tarefa mais fluída que cada vez mais fui desenvolvendo e consequentemente, a riqueza das minhas aulas foi aumentando.

Geralmente existe uma regra geral para a estruturação das aulas de Educação Física, apresenta três partes distintas: a parte preparatória ou inicial destinada à ativação geral e específica dos alunos, na qual eu realizei quase sempre jogos com características semelhantes à modalidade que estava a lecionar; a parte fundamental que é a parte mais importante da aula, ocupa a maior parte do tempo da aula e é a parte onde se pretende atingir os objetivos fundamentais da aula; por último, surge a parte final que tem como principal objetivo o retorno à calma e, em algumas situações, foi utilizada para fazer uma revisão dos conteúdos abordados mostrando aos alunos quais os principais aspetos que necessitam de melhorar, mas também em alguns casos, para transmitir informações importantes à turma (exemplo: o teste escrito e matéria a estudar).

Esta é uma proposta apenas, tal como diz Bento (2003), a estrutura da aula utilizada, dividida em três partes deve apenas, ser entendida como uma das propostas possíveis de construção de uma aula.

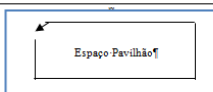
O plano de aula (quadro nº4) é um documento pessoal, ajudou a manter a organização, a não me esquecer de nenhum elemento importante para o

normal funcionamento da aula. Nos meus planos de aula inseri os seguintes domínios: unidade e função didática, nº aula, nº da sessão, local, data, hora, nº alunos, material, objetivo específico e o sumário. O tempo de cada exercício, desde o tempo real ao tempo parcial, ou seja, a hora que o exercício começa a se posto em prática e a duração do mesmo.

É importante salientar que o plano de aula era considera como uma linha de orientação, mas que se tornava flexível e maleável. Esta característica surge para apelar à capacidade do professor em adaptar as tarefas pensadas a priori aos acontecimentos que vão surgindo durante a realização da prática. Bento (2003) salienta que na estrutura da aula de Educação Física deve ser evitado todo o espirito de esquematismo e de formalismo. Bento (2003) refere ainda que existem numerosas propostas de esquema de aula, cada uma delas caracterizadas por esquematizações variadas, mas sem que nenhuma possa afirmar a pretensão de validade universal.

Quadro 4 – Exemplo de um plano de aula de Voleibol.

Professor: Rui Basto		Ano/Turma: 11º-CT1		Data: 16-10-2012	
Local: Pavilhão Polidesportivo da E.S.V.		Nº-de-alunos: 24		Hora: 16h45(50)m-18h15(05)m	
Aula nº: 15 e 16	Sessão nº: 6	Masc: 17	Fem: 7	Duração: 90' (75')	
Unidade Didática: Voleibol	Função Didática: Exercitação	Material: Elástico, 13 bolas voleibol e 14 sinalizadores.			
Objetivo específico da Aula: Exercitação do passe: - contactar a bola acima e à frente da testa; - mãos em concha com os polegares orientados para dentro; projeção da bola através da ação conjugada dos MI/tronco/MS no sentido da trajetória que se pretende imprimir à bola. Exercitação da manchete (Adoção da posição de base média-baixa; Contacto da bola no terço inferior dos antebraços; Projeção da bola através da ação conjugada dos MI/tronco/MS no sentido da trajetória que se pretende imprimir à bola.).					
Sumário nº 15 e 16: Aquecimento (ativação cardiorrespiratória e circulatória e mobilização mio-articular) e força muscular. Exercitação dos conteúdos de Voleibol: Passe de dedos e manchete, jogo de cooperação 2x2 e flexibilidade na parte final.					

Partes da aula	Tempo	Conteúdos	Situações de aprendizagem	Esquema	Crítérios de êxito
Inicial	16.50-17.00 (10')	Chamada e Apresentação da temática da aula	Os alunos sentam-se na bancada e o professor realiza a chamada. De seguida visualizam uma apresentação power point sobre a temática da aula.	Alunos sentados em frente ao professor.	Compreender toda a informação.
	17.00-17.05 (5')	Ativação Geral	Corrida Contínua e mobilização das principais superfícies articulares.		Realizar os 5 minutos de corrida a um ritmo constante.
	17.05-17.10 (5')	Ativação Geral	Jogo dos 10 Passes Com a turma dividida em 4 equipas, cada equipa tenta efetuar 10 passes consecutivos.	Cada equipa divide-se a meio e jogam em coluna, ou seja, frente a frente.	Fazer 10 passes consecutivos sem deixar a bola cair.

Após a lecionação de cada aula realizei sempre uma reflexão sobre os aspetos positivos e negativos, tentando com isso encontrar as melhores estratégias e pensar em como melhorar da próxima vez.

“No exercício da manchete pude observar que a maioria dos alunos tem dificuldades em contactar a bola com o terço medio anterior do antebraço,

originando assim um mau controlo da mesma. Ou seja, o meu feedback tem que ir ao encontro da correção deste erro e a solução passa por consciencializar os alunos para no momento em que fazem a mancha se preocuparem principalmente por realizar uma boa anteverção dos ombros e aproximar os cotovelos, o que automaticamente vai originar uma superfície de contacto nos antebraços praticamente lisa.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº6, 16-10-2012)

4.1.3.Realização

Depois de conceber e planear segue-se a realização, fase onde colocamos em prática tudo o que foi pensado, adquirido e planeado. Contudo, este não é um processo simples e reto. Não chega pôr em prática o que foi planeado, é necessário entender a complexidade de todo o processo, para dessa forma estarmos preparados para antecipar e adaptar-nos às circunstâncias.

Com o decorrer das aulas, mais propriamente do processo de ensino-aprendizagem, defini e ajustei variadas estratégias a respeito das técnicas de ensino. Estas estratégias por mim utilizadas tiveram impacto em mais do que uma dimensão (confiança, gestão e instrução), de acordo com a envolvimento e interligação nos períodos de ensino, pelo que procurei, não só apresentar as estratégias relativas a cada dimensão como, também, demonstrar a influência das mesmas nas restantes dimensões. No que diz respeito ao modo de abordagem das modalidades ao longo do ano letivo foi sempre da base para o topo, estando presente em todas as aulas formas jogadas, assim como formas de jogo reduzido para motivar, dificultar, estimular e facilitar os alunos, de acordo com as tarefas pretendidas. O aspeto competitivo foi algo que também transporte sempre para o interior das minhas aulas.

Tentei sempre nunca relaxar ao longo da aula, para uma maior aquisição de informação, por parte dos alunos é necessário um grande esforço por parte do professor na instrução clara e nos feedbacks a transmitir ao longo de toda a

aula. O objetivo é passar uma mensagem clara para o aluno, sem que cause qualquer tipo de dúvida.

Como é lógico, para alcançar os objetivos propostos para as aulas tive de adotar um modelo de ensino, pretendia que o aluno tivesse experiências satisfatórias, autonomia ao nível dos processos cognitivos, de consciência e de tomada de decisão, favorecendo sempre o desenvolvimento de competências na prática do jogo.

O modelo de ensino que adotei, foi o Modelo de Abordagem Progressiva ao Jogo (MAPJ), um dos vários modelos de ensino abordados no 1º ano de mestrado.

Este modelo desenvolvido por Mesquita (2006) tem a característica de unir num só modelo várias concepções do Modelo de Ensino do Jogo para a Compreensão (Bunker & Thorpe, 1982) e do Modelo Desenvolvimental (Rink, 1993).

Coloquei este modelo em prática por que considero ser o mais completo e por desenvolver a modalidade assentando em três objetivos: reduzir barreiras no desenvolvimento; aperfeiçoar a aquisição de competências; ganhar fidelização ao desporto (Mesquita, 2010¹).

O Modelo de Abordagem Progressiva ao Jogo (MAPJ) tem o objetivo de desenvolver o aluno na sua globalidade, considerado ser uma “formação desportiva, ética e culturalmente fundamentada”, desenvolvendo neste ponto várias dimensões como a motora, pessoal, cognitiva e social (Mesquita, 2010¹).

Realizei vários jogos simplificados (1x1; 2x2; 3x3 e 4x4) com o objetivo de colocar os alunos a pensar estrategicamente, desenvolverem competências e melhorarem nas tomadas de decisão. Por vezes, foi necessário realizar modificações nas situações de jogo formal para “incrementar o fluxo de jogo” ou “educar a atenção na leitura de jogo” (Mesquita, 2010¹). Refiro-me às modificações por representação e modificações por exagero.

Nas modificações por representação alterava o número de jogadores por equipa, dimensões do campo de jogo, estando em condições de afirmar que consegui atingir bons resultados, os alunos mudavam os comportamentos e adaptavam-se facilmente.

Nas modificações por exagero o objetivo era focar atenção dos alunos num determinado conteúdo técnico ou tático de modo a conseguir que eles utilizassem esse aspeto várias vezes durante os jogos. Os alunos sentiam-se confortáveis com esta modificação, porque não alterava o objetivo principal da modalidade e ainda acrescentava mais um objetivo, era aliciante para eles.

Este modelo corresponde a uma intervenção pedagógica no qual pretende abordar o jogo de uma forma progressiva, tendo em conta as capacidades dos alunos de modo a estabilizar e regular os processos alcançados (Mesquita, 2006).

4.1.3.1. O início...

Sexta-feira, dia 28 de Setembro de 2012, tudo teve início... a minha primeira aula.

“confesso que fiquei um pouco ansioso e com enorme vontade de iniciar a lição o mais rápido possível, senti necessidade de ir para a prática; Foi o meu primeiro contacto com eles, o tempo ajudou e houve possibilidade de fazermos aula prática no exterior, ainda bem, porque para foi melhor do que ter de ir para uma sala dar uma aula teórica logo no primeiro contacto com os alunos; São alunos faladores é verdade, mas considero possuidores no geral de uma aptidão para o desporto muito boa e penso que bem estimulados e motivados para as tarefas será uma turma que me vai dar prazer dar aulas, esse é o meu objetivo sempre que planeio uma aula e sempre que piso o pavilhão para dar início à mesma.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº1, 28-09-2012)

¹ Mesquita, I. (2010). *Documentos de circulação interna*. Desenvolvimento curricular (2010/2011). Porto: FADEUP

Na minha cabeça este momento não tinha sido apenas um simples “início”, era na realidade aquilo que eu já ansiava há muito, lecionar, e na verdade marcou-me profundamente. Quando iniciei a aula senti-me realmente

um professor e rapidamente comprovei que tinha escolhido o caminho certo e que este é realmente o futuro que eu desejo para mim.

Nas primeiras aulas o principal objetivo era observar a turma e perceber o seu modo de funcionamento. Fui recolhendo o, maior número de informações, quer através da caracterização da turma, quer pelo que ia observando ao longo das aulas.

De referir ainda, o apoio importante que tanto o Professor Cooperante e o restante núcleo de estágio tiveram nesta fase, deram a segurança e proporcionaram-me o bem-estar ideal para que eu tivesse sucesso.

4.1.3.2. Ganhar a confiança e estabelecer o controlo da turma

Tenho mais ou menos uma noção de todos os professores que passaram por mim enquanto estudante e é fácil perceber que houve muitas mudanças ao longo dos anos. Os métodos de ensino são constantemente modificados, distinguimos facilmente os professores que terminaram a sua licenciatura há mais tempo e verificamos que os métodos de ensino são diferentes. Desde os professores mais antigos até aos mais recentes. O saber ensinar destaca-se muito nesta disciplina e na maneira como se transmite, a exatidão da linguagem e o saber adaptar-se a todas as limitações existentes nos alunos é uma das características essenciais para um bom professor de Educação Física.

Contudo, senti-me sempre bem ao iniciar uma aula, nunca senti nenhum tipo de constrangimento por falar para um grupo desconhecido. Sentia alguma ansiedade aquando do início de uma nova aula e algum receio em não conseguir responder às exigências dos alunos, assim como fazer os ajustes necessários ao meu trabalho de modo a conseguir maiores sucessos por parte deles.

A minha turma tinha transitado toda junta do ano anterior, o meu professor cooperante já a conhecia e sabia quais poderiam ser os alunos mais problemáticos. Naquele momento inicial esta informação por um lado, tranquilizou-me, mas por outro responsabilizou-me, no sentido de que teria de

ser capaz de manter o controlo conseguido no ano anterior. Uma condição essencial para facilitar este processo é conhecer melhor os alunos, os seus interesses e motivações para assim prevenir a ocorrência de determinadas situações mais indesejáveis (Pereira, 2006).

Segundo Sherman, citado por Mendes (1995), as aulas de Educação Física apresentam-se como um dos locais mais propiciadores de problemas de indisciplina, pelo seu tipo de envolvimento menos estruturado e mais aberto. É uma verdade comprovada, na disciplina de EF, há possibilidade de contacto físico entre os alunos e não existem lugares fixos numa secretária, usufruindo os alunos de liberdade para circular pelo espaço. São as decisões tomadas pelo professor que definem as normas de interação na sala de aula e os papéis que tanto o professor como o aluno deve assumir.

Indo de encontro a este pressuposto, foi necessário no início implementar normas e regras para cumprir ao longo do ano. Siedentop & Tannehill (2000) referem que as regras identificam comportamentos e situações apropriadas e inapropriadas que são ou não aceites durante a aula e que devem ser ensinadas aos alunos, dando-lhes tempo para assimilar.

As regras que eu defini foram definidas com base nos meus valores, mas também respeitando o regulamento interno da escola e da disciplina, pois como Siedentop & Tannehill (2000) referem, as regras da sala de aula devem ser coerentes com as regras da escola.

As regras impostas não tiveram efeito imediato como pode ser lido nas primeiras reflexões que realizei:

“Mas a aula começou mal logo desde início, os alunos foram chegando a conta-gotas, tudo começou com um atraso de 7/8 minutos e na apresentação em power point tive que pedir várias vezes silêncio, porque eles estavam muito barulhentos e inquietos; as coisas então começaram a correr mal devido ao comportamento deles, demasiada conversa, pontapés nas bolas contra as paredes e pequenos grupos mais conflituosos foram-se formando; Mesmo usando a rotação as brincadeiras continuaram”

(Excerto da Reflexão da Aula nº3, 02-10-2012)

“... começo-me aperceber que às vezes torna-se difícil que estes alunos iniciem o exercício. Tenho constantemente que chama-los atenção e dar ordem para iniciar o exercício e terminar, se não o fizer eles começam logo na brincadeira.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº7, 19-10-2012)

“Após o aviso da última aula para os alunos terem atenção às constantes chegadas atrasadas à aula vivi com alguma expectativa os minutos que a antecederam. Cedo vim a comprovar que as minhas palavras tinham sido em vão e algo teria que fazer.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº11, 02-11-2012)

Felizmente consegui em poucas semanas controlar a turma, assumi uma postura mais assertiva e os problemas de indisciplina começaram a ser facilmente resolvidos e quando ocorriam eram apenas casos isolados e pontuais. Senti que tinha pouca experiência e tive de aceitar as críticas tanto do professor cooperante como dos meus colegas de estágio. Alias, foi nessas conversas, nas reuniões sucessivas todas as semanas que fui encontrando as soluções para os problemas, portanto, considero todo este processo de crítica-reflexão fundamental para a minha evolução enquanto jovem professor.

A partir do 2º período a turma estava completamente controlada. Os problemas de indisciplina foram escassos nunca tendo sido necessário reencaminhar um aluno para os órgãos disciplinares. Todos os problemas foram resolvidos na hora certa e no seio da turma.

“Em relação aos alunos não podia estar mais satisfeito, chegaram a horas e tiveram um comportamento digno de alunos do 11º ano, estão de Parabéns.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº17, 30-11-2012)

4.1.3.3. Gestão do tempo de aula

Os ganhos na aprendizagem estão diretamente correlacionados com o tempo de prática, pelo que a gestão do tempo de aula é um parâmetro de elevada importância no processo que permite aos alunos progredir e aprender. Posto isto, Siedentop e Tannehill indicam algumas normas orientadoras para melhorar a gestão do tempo de aula: início da aula no horário definido; anunciar a primeira atividade; reduzir os tempos nas transições; utilizar métodos para reunir os alunos que permitam economizar tempo: ensinar e responsabilizar a gestão aos estudantes; clareza nas regras; e manter o controlo da turma, porque a indisciplina reduz o tempo de prática (Siedentop & Tannehill, 2000).

“Houve realmente uma transição muito lenta quando passei para o 4x4, este é um aspeto que a minha turma tem claramente que melhorar, chegam ao local e não iniciam o exercício; Em relação às transições quero acrescentar ainda que no minitorneio decorreram dentro do planeado, não cronometrei, mas senti que não demorei demasiado tempo, tendo em conta que realizei 5 jornadas em 20 minutos e a média de pontos foi acima dos 6/7 pontos por equipa.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº17, 30-11-2012)

Para resolver os problemas nas transições, ou melhor, reduzir os tempos mortos quando alterava de exercícios fui encontrando estratégias adequadas a cada modalidade. A montagem prévia do material e a organização da aula, o mais homogénea possível foram as estratégias mais utilizadas para aumentar ao máximo o tempo de empenhamento motor. Pautei sempre por exigir a pontualidade aos alunos, iniciando quase sempre a aula no horário previsto. A criação de rotinas de início e fim de aula na arrumação do material e a regra de não bater com as bolas no chão nos momentos de instrução, tornou a aula muito mais fluida. Metzler (2000) refere que se no início a criação de regras e

rotinas ocupa algum tempo, no futuro passam a ser executadas brevemente e corretamente.

Para reunir a turma a estratégia melhor era recorrer a uma contagem decrescente com possível penalização física para quem não chegasse dentro do tempo. Siedentop e Tannehill (2000) que a criação de rotinas para reunir os alunos diminui os tempos de transição, evitando comportamentos distrativos que assim podem afetar o normal funcionamento da aula.

4.1.3.4. Capacidade de instrução

Os alunos apenas aprendem aquilo que lhes é ensinado. Ensinar é uma tarefa específica e intencional, sendo que é esta intencionalidade que define o ambiente de instrução (Rink, 1999). Siedentop, citado por Serra (2001) refere que a instrução refere-se aos comportamentos de ensino que constituem o repertório de conhecimentos e competências do professor para comunicar a informação relacionada com a matéria de ensino com qualidade.

Um aluno que seja capaz manter durante mais tempo uma exercitação de qualidade, com uma taxa de sucesso na tarefa elevada e um processamento cognitivo superior será aquele que mais evoluirá ou aprenderá. Assim sendo, é de acreditar que o professor tem que ser capaz de criar o ambiente ideal de aprendizagem, ajustando a exercitação aos objetivos de aprendizagem e a cada aluno. Deve ser um comunicador eficaz, transmitindo apenas a informação necessária para o estudante, dando ênfase à apresentação das tarefas, a explicação, a demonstração, as palavras-chave e o feedback pedagógico (Rosado & Mesquita, 2009).

É errado se pensarmos que existe uma maneira apenas de ensinar Educação Física. Toda a vez que um professor ensina um novo conteúdo, um novo objetivo, para um grupo de alunos diferente tem de alterar a forma como instrui, de modo a permitir a esses alunos aprender com mais prazer e facilidade (Metzler, 2000).

Aquando dos momentos de instrução a passagem da informação é realizada antes da prática, através de explicações e demonstrações, após a

prática realiza-se uma análise ao desempenho do aluno e por fim, durante a prática utilizamos o feedback pedagógico (Silverman, citado por Serra, 2001).

Primeiro de tudo **apresentamos a tarefa**, esta deve incluir uma breve introdução de forma a enquadrar os alunos, definir objetivos, relacionar o conteúdo com outras áreas e aumentar o interesse e a motivação da turma (Metzler, 2000). Pelo facto de possuir um projetor de imagem no pavilhão polidesportivo, no início de cada matéria realizei sempre um enquadramento da modalidade e dos exercícios a realizar na aula.

“A apresentação em power point é um instrumento muito útil para a compreensão dos gestos técnicos e se os alunos se mantiverem atentos e interessados vão recolher os frutos quando passarem para execução na prática; ... expliquei os erros que deviam ser corrigidos por eles no passe e mantiveram-se concentrados na explicação.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº4, 09-10-2012)

No final da aula também é importante aferir sobre o conhecimento adquirido, (Metzler, 2000), com o propósito de rever o essencial das aprendizagens da aula e apreciar o trabalho desenvolvido, preparando a turma para a próxima aula (Rosado & Mesquita, 2009).

“Durante o retorno à calma coloquei questões sobre a matéria aprendida no decorrer da aula. Os alunos foram rápidos e assertivos a responder à maioria das questões, o que para mim é um motivo de satisfação, estiveram atentos e mostram indícios de que estão motivados nas minhas aulas. Como é logico as dúvidas surgiram e prontamente fiz questão de as esclarecer. Por fim, lancei alguns reptos sobre a matéria que iríamos abordar nas próximas aulas no sentido de os manter curiosos até provocar alguma tendência para realizarem pesquisa sobre o tema.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº34, 19-02-2013)

A **explicação/exposição** é o principal meio de transmissão de conteúdos (Leinhardt et al., citado por Serra, 2001). No momento da explicação o professor deve conseguir transmitir ao aluno apenas o necessário e essencial, utilizando para tal efeito, palavras-chave, ou seja, esta explicação deve ser planeada (Mesquita, 1997). Posso afirmar que esta foi sempre uma preocupação minha, era imperial que a minha explicação fosse breve, sintetizada e com a presença de informação indispensável. Caso surjam dúvidas é importante disponibilizar um tempo para as esclarecer (Rosado & Mesquita, 2009).

“... acredito ter conseguido realizar uma explicação perçível e curta sobre o que pretendia transmitir”

(Excerto da Reflexão da Aula nº27, 22-01-2013)

Mas existe algo crucial quando conjugado com a explicação. A **demonstração** é importante no ensino das habilidades motoras, pois permite a visualização por parte do aluno da sua execução (Rosado & Mesquita, 2009). A imagem visual é um excelente auxiliar da comunicação pedagógica, promove a sua motivação, capta atenção do aluno e facilita a memorização e compreensão (Calado, 1994), porque torna menos abstrata a mensagem (Knop, citado por Serra, 2001). O professor deve-se preparar para demonstrar o exercício ou a execução da habilidade em questão, contudo, em alguns casos pode beneficiar do apoio de imagens ou vídeos.

“Estou a sentir-me muito confortável a lecionar esta modalidade. O facto de possuir o projetor permite-me passar as imagens dos batimentos e já alguns alunos me pediram durante a aula para verem o vídeo outra vez. Neste campo considero-me um sortudo, porque sei que muitos colegas meus não possuem este meio auxiliar de ensino e pelo que estou a comprovar é muito útil e fácil de usar.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº24, 11-01-2013)

De um modo ou de outro, ou seja, através da minha demonstração prática ou através da visualização de imagens durante a prática surgiu a necessidade de emitir **feedbacks pedagógicos**.

"No exercício da manchete pude observar que a maioria dos alunos tem dificuldades em contactar a bola com o terço medio anterior do antebraço, originando assim um mau controlo da mesma. Ou seja, o meu feedback tem que ir ao encontro da correção deste erro e a solução passa por consciencializar os alunos para no momento em que fazem a manchete se preocuparem principalmente por realizar uma boa anteversão dos ombros e aproximar os cotovelos, o que automaticamente vai originar uma superfície de contacto nos antebraços praticamente lisa."

(Excerto da Reflexão da Aula nº6, 16-10-2012)

Mesquita (1997) refere que o feedback é a reação do professor à prestação do aluno. Em Educação Física, o *feedback* pedagógico pode ser definido como uma informação concedida ao aluno no sentido de ajudá-lo a repetir os comportamentos motores corretos, eliminar os incorretos e alcançar os resultados previstos (Pieron, citado por Serra, 2011). Uma das dificuldades que as vezes senti foi não conseguir observar o erro. Mas porquê? Porque talvez na minha mente ainda não possuía o movimento bem delineado, logo, estudar e observar a forma correta de o realizar foi sempre o passo seguinte. O Professor deve conhecer o modelo de execução correta, globalmente e analiticamente, saber posicionar-se para facilitar a deteção dos erros e treinar esta capacidade, pois só assim vai conseguir perceber as causas dessas incorreções e posteriormente as corrigir (Mesquita, 1997).

Não é suficiente emitir apenas as correções, estas devem ser de qualidade, a informação a dar deve ser pensada, a forma como se transmite também, bem como, a sua frequência. É importante que o professor apos emitir o *feedback* inicial, espere para ver a execução do aluno e confirme se este conseguiu realizá-lo corretamente, para prescrever de novo se necessário (Rosado & Mesquita, 2009).

Neste subcapítulo analisamos a instrução de forma separada, mas no decorrer da aula é importante que tudo esteja interligado, pois coabitam juntos e influenciam se mutuamente. Esta separação decorreu apenas para melhor percebermos as várias responsabilidades.

4.1.3.5. O Infoponto e a plataforma Moodle

Ainda não passaram assim tantos anos desde a minha saída do Ensino Secundário e ingresso no Ensino Superior. Os tempos vão passando, as escolas vão se modernizando, as tecnologias vão aumentando, e nos dias de hoje, uma escola moderna apresenta todas as condições físicas e tecnológicas aos alunos. A Escola Secundária de Valongo não foge à regra e de uns anos para cá decidiu modernizar-se e entrar na era da informática e tecnologias.

Se nos meus tempos de escola os sumários e as faltas eram registados nos chamados “Livros de Ponto”, nos dias de hoje na ESV esse registo faz-se através do uso de uma plataforma conectada na rede da escola designada “Infoponto”. Tal se passa também com outro suporte online mais conhecido para mim, pois utilizo-o com alguma frequência na faculdade e que se chama plataforma “Moodle”. Estas duas ferramentas de trabalho foram utilizadas por mim e pelo restante núcleo de estágio semanalmente e permitiu-nos desenvolver um trabalho muito mais motivante para nós.

No Infoponto tínhamos a possibilidade de consultar o horário das nossas turmas e aula a aula escrevermos o sumário, bem como marcar as faltas caso existissem. Também era nesta plataforma que no final de cada período registávamos as classificações finais dos alunos. Todos os professores da turma têm acesso ao registro de cada aluno, assim como, o diretor de turma.

Figura 3 – Excerto do Infoponto: Horário do Professor Cooperante

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
1 08:20 - 09:05		Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 12CT2	Cargo Direção de Turma	Cargo O.E.	Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 12CT4		
2 09:05 - 09:50		Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 12CT2	Cargo O.E.	Cargo O.E.	Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 12CT4		
3 10:10 - 10:55			Cargo O.E.	Cargo O.E.	Cargo O.E.	Cargo Direção de Turma	
4 10:55 - 11:40		Cargo O.E.	Cargo O.E.	Cargo O.E.	Cargo O.E.		
5 11:45 - 12:30		Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 12CT4	Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 11CT2	Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 12CT2	Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 11CT1		
6 12:30 - 13:15		Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 12CT4	Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 11CT2	Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 12CT2	Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 11CT1		
7 13:20 - 14:05							
8 14:05 - 14:50							
9 14:55 - 15:40							
10 15:40 - 16:25							
11 16:45 - 17:30		Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 11CT1			Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 11CT2		
12 17:30 - 18:15		Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 11CT1			Aula EDUCAÇÃO FÍSICA - 11CT2		

Figura 4 – Excerto do Infoponto: Sumário do 11ºCT1

Novo Sumário - EDUCAÇÃO FÍSICA - 11CT1 - 04-06-2013

Nº: 127 Data: 04-06-2013 Tempo: 11 - 16:45-17:30 Duração: 1

Escrever Presenças Ocorrências

Sumários

11 - 16:45-17:30 Duração: 1

Unidade Didática de Futebol - Aquecimento, ativação geral cardio-circulo-respiratória e mobilização muscular. Torneio Intra-Turma constituído pelas quatro equipas formadas no início da Unidade Temática. Entrega dos prémios referentes à época desportiva.

Na plataforma Moodle tínhamos a possibilidade de criar uma página da disciplina. Coloquei sempre toda a informação relativa ao trabalho escrito, desde normas de redação, critérios para colocar as referências bibliográficas, prazos de entrega e um fórum de apoio, caso fosse necessário esclarecer dúvidas em horários fora das aulas. Aquando da abordagem de cada modalidade também colocava toda a matéria que servia de apoio para o teste escrito, assim como, os vídeos que passava nas aulas e possíveis resultados de competições realizadas ao longo das unidades didáticas. O teste escrito era realizado na plataforma também, os alunos tinham um fim de semana para o realizar e era constituído por 20 perguntas de escolha múltipla e cerca de 20 minutos para o realizar. Por último, gostava de referir ainda outro aspeto importante, a “cara” da página da turma era alterada todas as semanas, ou seja, todas as terças-feiras mudava a imagem que servia de boas vindas à página. O objetivo era colocar imagens motivadoras relacionadas com o desporto e tornar a página mais apelativa.

Figura 5 – Excerto do Moodle: Página do 11ºCT1



Em suma, queria referir que estas duas ferramentas de trabalho foram extremamente úteis e sem elas a minha experiência enquanto professor tinha ficado mais empobrecida.

4.1.3.6. 3º Período – o alcançar de metas

Apesar da turma estar perfeitamente controlada, não existirem casos de indisciplina, até ao início do 3º período deixei arrastar um problema que devia ter sido solucionado muito mais cedo, os atrasos. Não acontecia sempre, mas de vez em quando um ou outro aluno chegavam atrasados, era algo que estava a falhar nos meus padrões de exigência, queria ter toda a gente a tempo e horas na aula. Outro aspeto que me levou a encontrar novas estratégias para este período foi o facto da modalidade a lecionar ser o Futebol e como a turma era constituída maioritariamente por rapazes muito competitivos, as raparigas principalmente, iam ser alvos de críticas por parte deles. Foi necessário encontrar estratégias de equilibrar a balança.

É importante percebermos que o sucesso das aulas de EF se encontra dependente da forma como estas são abordadas. Para isso, selecionar estratégias de ensino e aplicação de métodos de ensino, implica uma grande

capacidade de conceção/planeamento, uma estruturação cuidada dos conteúdos a desenvolver e fundamentalmente exige comprometimento e uma entrega total do professor aos seus alunos.

Resolvi aplicar aquilo que chamei “meio MED”, ou seja, utilizei nesta unidade didática algumas características do Modelo de Educação de Desportiva, no sentido de combater alguns problemas devidamente identificados e que nas linhas a baixo vou descortinar. O facto de o MED ser uma novidade para a generalidade da turma, levou-me acreditar que a sua aplicação poderia elevar os níveis motivacionais dos alunos, incluir os menos habilidosos e mantê-los permanentemente interessados.

Segundo Siedentop (1994) este modelo de ensino tem como principal objetivo proporcionar aos estudantes experiencias de aprendizagem autênticas, entusiásticas, onde predomine o equilíbrio entre a inclusão e a competição.

Aplicar estas estratégias foi sem dúvida uma experiencia completa e enriquecedora, destaco que os alunos se revelaram muito recetivos desde o inicio e aderiram fielmente a esta medida inovadora no ensino, daí que a sua aplicação tenha sido considerada para mim muito positiva.

Inicialmente comecei por formar quatro grupos de acordo com as classificações obtidas na avaliação diagnostica, o objetivo era formar equipas equilibradas. Cada equipa possuía um capitão que foi escolhido no seio do grupo e desde a primeira até à última aula existiu vários momentos de competição que contabilizaram para um resultado final e apuramento do grande vencedor.

Para combater os atrasos construi folhas de presenças que tinham de ser assinadas por cada um no início de cada aula. Como sempre os alunos tinham 5 minutos para se apresentar, caso não conseguissem chegar a tempo a equipa sofria um ponto de penalização.

“Estou achar muito positivo este sistema de penalização para as faltas de atraso, os alunos têm chegado mais cedo à aula e sinto que as coisas estão muito mais organizadas...; Estou a conseguir manter tudo muito mais controlado, aspeto que me está a manter muito satisfeito e motivado, por outro

lado, estou a perceber que os alunos já encaram o início da aula com muito mais rigor.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº45, 19-04-2012)

Um outro aspeto novo era o aquecimento, no sentido de aumentar a responsabilidade e autonomia decidi que cada grupo teria de preparar e lecionar 2 aquecimentos durante a unidade didática. O plano era enviado com uma semana de antecedência, corrigido por mim e novamente entregue ao grupo. No final da aula os grupos restantes preenchiam uma ficha de estrelas de modo a classificar o aquecimento.

“O aquecimento foi dinâmico, divertido, direccionado para a prática porque conteve bola e um aspeto positivo foi o facto de terem adicionado música, o que na minha opinião é um fator que transmite energia aos alunos.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº44, 16-04-2012)

“...um aquecimento o máximo direccionado com a modalidade que estamos abordar e se possível ajustar o aquecimento aos exercícios e conteúdos que vamos abordar posteriormente. Para finalizar esta parte quero referir que o grupo manteve a turma atenta e conseguiu realizar todos os exercícios a que se propôs, um dos aspetos que mais gostei foi a liderança imposta pelo Daniel Dias e o Daniel Campos.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº45, 19-04-2012)

Um outro problema que consegui resolver foi a desvalorização de capacidades que os alunos com melhor aptidão para o futebol criavam aos alunos menos aptos. Em todas as aulas era atribuído por mim e pelos alunos pontos de fair-play por equipa, quem vencesse somava pontos para a classificação final. Os resultados foram evidentes, os mais fracos foram constantemente ajudados pelos mais fortes, e se no início da unidade didática existiam ainda algumas críticas, no final elas deixaram de existir.

Em suma, importa reforçar que através desta experiência foi possível testar algumas características de uma nova metodologia de ensino, portanto, considero ter melhorado as minhas competências profissionais e pedagógicas, facto este que contribuiu largamente para o aumento do meu campo de intervenção didático-metodológico. A aplicação deste modelo de ensino em turmas que sejam capazes de assumir este compromisso, provavelmente será extremamente lucrativo, desde que os alunos encarem os desafios com seriedade e dedicação.

4.1.4.A importância da reflexão para a realização

Quando pensamos na palavra “professores”, concluímos que trata-se de pessoas, com identidades únicas, com valores, com crenças e características cognitivas distintas. Ser professor é aquela profissão onde se ensina. Quando falamos de alguém que ensina numa escola, colégio, universidade ou em outro estabelecimento de ensino qualquer a palavra “Professor” está relacionada com a docência. As crianças são singulares, as turmas também, os professores idem, então parece-me que existe uma necessidade constante de adaptar a prática à turma e/ou aluno em questão. Isto só se torna possível com um conhecimento crítico e reflexivo que permite ao professor adaptar-se às diferentes realidades.

O conceito de prática reflexiva surge como uma forma dos professores interrogarem as suas práticas de ensino, possibilitando-lhes uma oportunidade para voltarem atrás e reverem acontecimentos e práticas. Só com esta associação da reflexão com o objetivo de melhorar a prática é que é possível o desenvolvimento do professor (Oliveira & Serrazina, 2002).

Segundo Schön (1992) o professor que evoluir tem de ficar confuso. Sem essa confusão é impossível reconhecer um problema que necessita de uma explicação. Conjuntamente com esta confusão está presente a indecisão e a multiplicidade de opções, que obrigam o professor a pensar e a tentar perceber e escolher o melhor caminho a percorrer. A reflexão surge para eliminar a tal confusão instalada, tem como base a vontade, o pensamento, as

atitudes de questionamento e curiosidade, na procura da verdade e da justiça (Dewey, citado por Alarcão (1996)).

A reflexão assume então uma importância elevada porque permite-nos ter noção daquilo que fizemos e do que podemos fazer futuramente, beneficiando no final a ação. Inicialmente analisamos o acontecimento baseando-nos nos conhecimentos já adquiridos, resultado da nossa experiência ou de informação recolhida. Depois desta primeira análise reorganizamos essas referências teóricas. É com esta relação que surge o desenvolvimento das competências do professor, na medida em que este analisa a sua ação com base nos seus conhecimentos e fundamentos, mas procura reorganiza-los para evoluir e melhorar a sua prática (Alarcão, 1996). Mas se pensarmos que a reflexão por si só chega, estamos enganados, ela tem de ter força para provocar a ação e conferir ao professor a oportunidade para este se desenvolver, levando-o a um processo de questionamento e de procura de soluções para que lhe seja possível repensar o seu ensino (Silva, 2009).

Durante este ano de estágio, a reflexão é crucial para entendermos as opções e decisões tomadas e desse modo perceber de que forma a atuação pode ser alterada e melhorada. Se não assumirmos esta predisposição para refletir é impossível ao jovem professor evoluir e aumentar a sua competência. A reflexão é portanto, um instrumento de desenvolvimento do professor, condição indispensável para o docente alterar os seus atos após a aquisição de novos conhecimentos. Os professores adquirem oportunidades para o seu desenvolvimento, tornando-os profissionais mais responsáveis, melhores e mais conscientes (Oliveira & Serrazina, 2002).

Toda a reflexão que realizei este ano não foi apenas sobre aquilo que acontecia nas minhas aulas, mas também, observando a prática realizada pelos meus colegas de estágio e de outros professores de EF da ESV. Posso afirmar que toda esta observação, de diferentes professores e modos de ensinar diferentes permitiram-me retirar ensinamentos para a minha própria prática.

Refletir nem sempre foi fácil e tal como comprova o excerto a baixo, eu próprio fiquei surpreendido quando dei por mim e em vez de estar a descrever a minha aula (tendência das reflexões iniciais) eu realmente estava a identificar os meus problemas e tentava procurar soluções.

“No exercício da manchete pude observar novamente que a maioria dos alunos continua com dificuldades em contactar a bola com o terço medio anterior do antebraço, ou seja, o meu feedback tem que ir ao encontro da correção deste erro e a solução passa por consciencializar os alunos para que no momento em que fazem a manchete se preocuparem principalmente por realizar uma boa anteverção dos ombros e aproximar os cotovelos,...; Tal como referi na introdução desta reflexão, os deslocamentos e a posição base ainda apresentam deficiências, então as minhas correções também devem incidir neste aspeto e sobretudo consciencializa-los que a manchete é um gesto técnico que se faz na zona média do corpo, para receber bolas baixas.”

(Excerto da Reflexão da Aula nº7, 19-10-2012)

Em suma, considero que a prática reflexiva que realizei ao longo deste ano, ajudou-me a corrigir erros, colmatar dificuldades, procurar soluções e melhorar as minhas potencialidades, conseguindo direccionar toda e qualquer reflexão para pensar e preparar as ações futuras.

4.1.5.Avaliação

A avaliação é uma temática muito aprofundada na área das Ciências da Educação, existindo bastante informação sobre este campo. A avaliação não é algo exógeno ao processo de ensino- aprendizagem, nem independente das suas componentes que envolvem esse mesmo processo (Moura, 1998).

Ao longo de um ano letivo, realizam-se vários tipos de avaliação, assim como a avaliação diagnóstica, a formativa e a sumativa. As avaliações diagnosticas servem para aferir o nível inicial em que os alunos se encontram; a avaliação formativa, serve para avaliar ao longo das aulas de modo a

perceber a progressão dos alunos; e a avaliação final deve ter em conta toda a evolução do aluno e avalia se ele realiza a tarefa com êxito ou não.

A literatura tem apostado muito neste ponto, pois pretende defender a necessidade de se pensar na avaliação com parte que integra o processo de ensino aprendizagem, e não apenas um ato onde julgamos os alunos.

Ao falarmos de avaliação, rapidamente nos associamos ao rendimento dos alunos como se esta fosse algo que recai, exclusivamente, sobre os alunos, menosprezando os restantes intervenientes no processo de desenvolvimento de um curriculum (Pacheco, 1995).

Ao longo do ano avaliei todas as aquisições de competências dos meus alunos nos diferentes domínios e matérias definidas, sempre contando com ajuda do Professor Cooperante. De acordo com o Departamento de Educação Física os critérios de avaliação estão divididos em quatro grandes áreas: Atividades Físicas (A), Aptidão Física (B), Conhecimentos (C) e Atitudes e Valores (D).

Na área das “Atividades Físicas” o aluno deve utilizar com eficácia as suas ações motoras no sentido de resolver situações problema e conhecer as regras e os princípios organizativos das atividades abordadas, utilizando ambos eficazmente nos exercícios propostos.

Na área da “Aptidão Física” o aluno deve encontrar-se na Zona Saudável de Aptidão Física (ZSAF – bateria de testes Fitnessgram), nomeadamente nas capacidades de força, resistência e flexibilidade.

Na área relativa aos “Conhecimentos” o aluno deve conseguir obter uma aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física. E ainda, uma aprendizagem dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extraescolares, no seio das quais se realizam as atividades físicas.

Por fim, na área das “Atitudes e Valores” o aluno deve possuir eficácia no empenhamento nas atividades escolares. Responsabilidade do aluno no ato Educativo e adequar o comportamento no relacionamento interpessoal e de grupo. Conformidade da assiduidade e da pontualidade com o definido nos diplomas que regem a escola.

Para os alunos que realizam as aulas as percentagens nos diversos itens são: Atividades Físicas (55%), Aptidão Física (10%), Conhecimentos (10%) e Atitudes e Valores (25%). Para os alunos com atestado médico as percentagens são: Conhecimento (75%) e Atitudes e Valores (25%).

Na minha perspetiva, a avaliação é um instrumento muito importante, quer para o professor, quer para o aluno. É através deste instrumento que ambos têm a perceção das suas qualidades/capacidades e que trabalham para se desenvolverem ao longo do ano.

4.1.5.1. Avaliação Diagnóstica

Segundo Ribeiro (1999) a avaliação diagnóstica tem como principal objetivo verificar as novas aprendizagens dos alunos assim como apurar os conhecimentos já adquiridos, por forma a facilitar a orientação do professor no processo de ensino-aprendizagem.

Com o recurso a esta avaliação consegue-se verificar os diferentes níveis de desempenho dos alunos, e de seguida, agrupá-los pelos níveis: introdutório (1), elementar (2) e avançado (3). Sendo assim, para cada uma das três modalidades, sempre que existia, uma variação grande nos dados registados, agrupei os alunos pelos níveis a que correspondiam.

Na disciplina de Voleibol em situação de jogo 2x2, analisei o estado dos alunos relativamente à consciencialização da função recebedor/não recebedor, consecução dos 3 toques e organização de jogo. Posso concluir que perante o observado foi-me possível agrupar os alunos em dois níveis, o 1 e o 2.

Na disciplina de Badminton em situação de jogo 1x1, analisei o estado nos alunos relativamente à consciencialização da função recebedor/não recebedor, consecução dos batimentos e organização de jogo. Posso concluir que perante o observado foi-me possível agrupar os alunos aos pares. O critério utilizado foi juntar os melhores com os melhores e os piores com os piores. Ou seja, a primeira dupla formada são os dois alunos que obtiveram classificação mais alta, os últimos dois são os alunos que obtiveram a classificação mais baixa. Optei por esta metodologia porque é o mais

equilibrado, a dupla como possui o nível de jogo idêntico vai ter o objetivo de melhorar para um superior. Durante as aulas confirmei que foi uma boa estratégia, encontrando mesmo em algumas aulas as duplas mais fracas a superiorizarem-se as mais fortes.

Por fim, na disciplina de Futebol em situação de jogo 5x5, analisei os comportamentos: Aluno com Posse de Bola, Desmarcação / Criação de Linhas de Passe, Pressão sobre o portador da bola, Fecho das Linhas de Passe e a Contextualização dos gestos Técnicos em Situação de Jogo, podendo concluir que perante o observado foi-me possível agrupar os alunos em três níveis, o 1, 2 e o 3.

Para colocar em prática a avaliação diagnóstica realizei, o preenchimento de uma ficha de avaliação (Quadro nº 5).

Quadro 5 – Exemplo de uma Avaliação Diagnóstica de Voleibol

Ficha de Avaliação Diagnóstica – Voleibol – 11º CT1

	Conteúdo	Tomada de decisão		Habilidades Motoras		
		Defesa/Recepção	Ataque	Passe (Distribuição)	Defesa/Recepção	Ataque
1.	Ana Araújo	2	1	2	1	1
2.	Ana Gonçalves	2	1	2	1	1
3.	Ana Ferreira	2	1	2	1	1
4.	Carlos Rocha	2	1	2	2	1
5.	Cláudia Moreira	2	2	2	1	1
6.	Daniel Campos	2	2	2	2	2
7.	Daniel Dias	2	2	2	2	2
8.	Eduard Derega	2	2	2	2	2
9.	Gonçalo Silva	2	2	2	2	2
10.	Henrique Rodrigues	2	1	2	1	1
11.	Joanito Sá	2	2	2	2	2
12.	Juliana Bento	2	2	2	2	2
13.	Júlio Ribeiro	2	2	2	2	2
14.	Luís Ribeiro	2	2	2	2	2
15.	Marina Bento	1	1	1	1	1
16.	Miguel Rocha	2	2	2	2	1
17.	Nuno Santos	2	2	2	2	1
18.	Pedro Paupério	1	1	1	1	1
19.	Ricardo Oliveira	1	1	1	1	1

4.1.5.2. Avaliação Formativa

A avaliação formativa refere-se à “regulação de processos” que são utilizados pelo professor por forma adaptar a sua pedagogia em função dos problemas de aprendizagem dos alunos (Allal, citado por Bloom, 1971). Segundo o autor acima referido, “a avaliação formativa é uma componente essencial na realização de estratégias de pedagogia da maestria ou para a

individualização do ensino”. Para confirmar esta concepção, Ribeiro (1999) afirma que este tipo de avaliação procura determinar a posição de um determinado aluno durante determinada unidade didática, com o objetivo de reter as dificuldades e conseguir encontrar soluções.

Realizei esta avaliação ao longo do ano letivo, mas claramente de um modo menos formal, consegui aos poucos ir me apercebendo das falhas ou dificuldades que os alunos estavam a passar, e desse modo, alterar e reajustar os exercícios durante as aulas sempre que possível, ou em alternativa nas aulas seguintes.

Esta avaliação permitiu-me perceber, quase sempre, se as estratégias que eu estava a utilizar eram as adequadas e se determinado grupo de alunos ou a sua totalidade reagiam bem à sua implementação. Em algumas alturas foi mesmo necessário fazer reajustes nos objetivos e em muitos casos serviu para reforçar aos alunos mais críticos que a estratégia que estava a utilizar era a mais adequada ao momento.

4.1.5.3. Avaliação Sumativa

Segundo Ribeiro (1999), a avaliação sumativa é um processo onde o aluno procura o “progresso” de modo a classificar-se positivamente no fim de uma Unidade Didática, no sentido de pretender avaliar-se a si próprio através da comparação com outras avaliações anteriores e “obter indicadores que permitam aperfeiçoar o processo de ensino”.

Realizei esta avaliação no fim de cada Unidade Didática com o objetivo de avaliar, agora numa situação mais formal, os alunos de modo a obter informações relativas à sua performance em cada modalidade. Refiro-me às avaliações práticas, mas de forma a complementar avaliação, realizei também um teste escrito por período, com carácter de aferir a prestação cognitiva dos meus alunos.

Permitiu-me desta forma, igualmente, saber se os objetivos propostos no início da Unidade Didática, foram ou não alcançados, bem como verificar se o processo de ensino-aprendizagem foi cumprido com sucesso.

Uma das características que o meu modo de atuar teve, foi dizer sempre as classificações aos alunos, nunca fiz comparações nem aceitei que as fizessem porque se um aluno obtém 17 valores e o outro 15 valores, acontece pelo facto de o que teve classificação mais alta ter correspondido aos critérios impostos para esse valor. O grande objetivo de sabermos tudo de uma forma discriminada era precisamente para sabermos onde mais falham, e onde possuem mais dificuldades. Sinto que este aspeto os fez melhorar e o facto que o comprova foram as constantes subidas de rendimento.

Por fim, gostava de referir um aspeto muito importante, levei sempre com muito rigor as avaliações, pois considero um momento que tem de ser justo para os alunos e eles não merecem ser prejudicados por incompetência da minha parte.

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

Nesta área de desenvolvimento pretende-se referir todas as participações que tive na escola durante o ano letivo, enumerando portanto, todas as participações em atividades do grupo de Educação Física, como também as atividades propostas pelo núcleo de estágio. Esta é uma onde considero que o grupo teve um papel interessante, surgiram ideias, propusemos atividades em reuniões de núcleo de estágio, algumas realizaram-se, outras não, mas o importante é que nas que participamos saímos mais enriquecidos e o empenho foi total. Algumas atividades foram realizadas por outros professores que contaram com a nossa colaboração. O objetivo foi explorar ao máximo a escola e tudo o que nos tinha para oferecer, tentamos nos focar nas áreas que na nossa perspetiva estavam mais esquecidas e menos desenvolvidas.

Não posso também deixar de referir nesta área todas as tarefas pré-definidas nas várias reuniões ao longo do ano, tanto ao nível do grupo de estágio, como do departamento e direção de turma.

4.2.1.Reuniões na Escola

Durante o ano letivo foram várias a reunião que estive presente enquanto professor de Educação Física. As reuniões permitiram-me perceber todo o funcionamento da escola, do departamento de expressões, do grupo de educação física, no fundo como é que se organiza todos estes grupos de trabalho.

As reuniões do Conselho de Turma ocorrem três vezes ao longo do ano letivo, no fim de cada período (ocorre mais uma no início do ano, com o objetivo de conhecer a turma e definir objetivos) sendo utilizadas para obter informações sobre os alunos que constituem a turma e proceder à entrega das classificações dos vários professores da disciplina ao diretor de turma. Considerei estas reuniões sempre importantes porque era curioso saber pormenores dos meus alunos nas outras disciplinas, e confesso, que fiquei surpreendido com o comportamento de alguns, pois era muito diferente do que tinham nas minhas aulas.

“Este relatório é referente às reuniões dos Conselhos das Turmas, 11º CT1 (32 alunos), 11º CT2 (33 alunos), 12º CT2 (33 alunos) e 12º CT4 (18 alunos) que decorreram nos dias 12 e 13 de Setembro na Escola Secundária de Valongo; - Análise individual de cada aluno: O 11º CT1 tem alguns alunos problemáticos, mas um destaca-se mais, o 11º CT2 tem duas ou três alunas que quando se juntam em grupo destabilizam um bocado o ambiente na sala de aula. Por fim, o 12º CT4 apresenta uma aluna com nítidas dificuldades visuais e que segundo a diretora de turma acabará por cegar.”

(Excerto da Reflexão da 1º Reunião do Conselho de Turma: 12/13-09-2012)

Relativamente às reuniões do departamento, houve também varias durante o ano, mais precisamente uma por período e nas quais estive presente. Os temas retratados estavam relacionados com todas as tarefas que o departamento pretendeu desenvolver, as organizações dos planos curriculares, programas e os manuais a utilizar durante o próximo ano letivo.

Os temas eram muito diversos e por vezes, quando surgia uma dúvida de algum professor, era imediatamente iniciado esse tema. Confesso que era uma reunião que não me agradava muito, por vezes demorava cerca de três horas, mas apenas levávamos uma a tratar os itens escolhidos pelo chefe de departamento para a reunião, ou seja, o restante tempo por vezes era usado em debates. Alguns interessantes, outros nem tanto, mas faz parte.

Este relatório é referente à reunião do Departamento de Expressões...; A reunião foi dirigida pelo chefe do departamento...; - Esclarecimentos sobre o Agrupamento de Escolas de Valongo: Agora as escolas básicas e a secundária existentes em Valongo pertencem todas ao mesmo agrupamento, com um total de 1381 alunos na Escola Secundária de Valongo e 2346 considerando o agrupamento todo. Esta junção de escolas no mesmo agrupamento vem facilitar a realização de projetos conjuntos entre as escolas, como existem professores que vão lecionar em Sobrado e na Secundária de Valongo, é o ideal para concretizar estas parcerias.”

(Excerto da Reflexão da 1º do Departamento de Expressões: 10-09-2012)

No início do ano letivo participei na única reunião geral de pessoal docente e não docente. Foi realizada pela diretora do departamento no auditório da camara municipal de Valongo. Foi uma reunião importante para a comunidade de Valongo porque era o segundo ano que as escolas deste concelho funcionam como apenas um agrupamento, então, ficou vincado por parte da direção a vontade de melhorar ainda mais a performance educativa unindo cada vez mais a seis escolas que constituem este grande grupo.

“Este relatório é referente à reunião Geral de Professores e Pessoal-não Docente que decorreu no dia 10 de Setembro, pelas 11h00m no Auditório da Camara Municipal de Valongo. Assisti como Professor Estagiário do núcleo de estágio da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP) tendo como Cooperante o Professor José António Andrade. “A reunião foi dirigida

pela Presidente do Agrupamento de Escolas de Valongo dos diretores de turma (Paula Sinde)...

(Excerto da Reflexão da Reunião Geral de Pessoal Docente e não docente: 10-09-2012)

Por fim, tenho que referir as reuniões que na minha perspetiva foram as mais importantes e aquelas que me permitiram evoluir mais enquanto professor, As reuniões do núcleo de estágio. Eram realizadas todas as terças e sextas-feiras de manhã e tinham como finalidade reunir com o Professor Cooperante de modo a ajudar-nos e orientar a tarefa enquanto professores. Após a reunião de sexta, usando o sistema de rotatividade entre os estagiários, realizamos sempre uma ata sobre todos os temas que tinham sido discutidos nessa semana.

“Iniciada a reunião, tomou a palavra o Orientador de Estágio e logo debruçou-se sobre o ponto número um, o Teste escrito a realizar às nossas quatro turmas. O teste foi realizado no moodle, decidimos estruturá-lo com vinte questões de escolha múltipla e com limite de tempo (vinte e cinco minutos). Aproveitámos ainda esta reunião para rever as perguntas e decidir que pontuação atribuir a cada uma delas.”

(Excerto da Ata nº4: 03-12-2012)

Em modo de conclusão, é importante referir a minha satisfação por ter participado em todas estas reuniões obtendo assim um contributo para o meu crescimento profissional. Partilhei ideias, críticas, propostas, justifiquei, argumentei, mas sobretudo, durante este ano senti-me um verdadeiro Professor.

4.2.2.O papel do diretor de turma

“O diretor de turma é o professor que acompanha, apoia e coordena os processos de aprendizagem, de maturação, de orientação e de comunicação entre professores, alunos e pais.”

Marques (2002)

Uma das características do EP é a necessidade de vivenciar o maior número de atividades, cargos e funções, no ambiente escolar, adotando a docência como uma profissão que engloba muito mais tarefas do que apenas a lecionação de aulas. Beneficiei do facto do meu Professor Cooperante estar encarregue de uma direção de turma, possibilitou-me acompanhar e recolher mais de perto informações e dados relativos a esta importante função pedagógica.

O diretor de turma (DT) é um “elemento chave” na relação educativa, uma vez que é a partir dele que se estabelece uma ligação entre todos os intervenientes do processo de ensino-aprendizagem (alunos, professores, pais, funcionários e estruturas de orientação educativa) (Alho & Nunes, 2009).

Durante a minha caminhada neste ano letivo, pude constatar que um DT possui uma tarefa extremamente complexa, pois tem responsabilidades não só na realização de tarefas do foro administrativo (registo de faltas, coordenação de reuniões, entre outras), mas também relacionadas com o domínio humano (conhecer os problemas da turma de acordo com a multiplicidade e particularidades de cada aluno).

Hoje em dia, a profissão “professor” tem como função cada vez mais encarregar-se de burocracias, e por vezes, dá-se pouca importância ao facto de antes do professor está um educador e apenas vemos esta ligação como uma simples relação professor/aluno. O educador só vai conseguir ajudar e educar os alunos, se estiver próximo deles, e estabelecer uma relação de confiança mútua, com convívio diário tem que se assumir uma prioridade. Em alguns casos o DT, para além de “psicólogo” e “assistente social”, tem que

assumir o papel de “substituto de pai e mãe”, para que os alunos com mais carências possam receber afeto e apoio.

Com a experiência que tive, fiquei a perceber melhor a importância que o DT assume ao ser um mediador entre a escola e a família, não se limitando apenas a cumprir o mínimo do que lhe é exigível, a parte humana de cada um influencia muito neste processo. Pude observar vários professores que desempenhavam esta função, a grande maioria possuía um dossier que os acompanhava diariamente ou quando necessitavam de tratar assuntos relativos à turma. Esse dossier contém informações acerca de todos os alunos da turma, como tal uma das minhas funções enquanto auxiliar do meu Professor Cooperante era organizar constantemente toda a informação. Com este trabalho fiquei a conhecer melhor os alunos, compreendia-os melhor e aquando das reuniões com os Encarregados de Educação a comunicação era mais fácil. Contudo, ao contrário de outros DT's, que tinham turmas complicadíssimas, nos tivemos a sorte de estar encarregues de uma turma de 12º ano, com excelentes classificações, sem problemas graves de saúde e em casa, portanto, a nossa tarefa ficou um pouco mais fácil.

Concluindo, ser DT, é orientar individualmente cada aluno, de uma equipa de professor e de famílias, é ser “o eixo em torno do qual gira a relação educativa” (Marques, 2002). Para complementar este pressuposto, toda a sua intervenção deve se centrar na liderança, recorrendo sempre a uma postura democrática (Silva, 2007). Paralelamente lidera uma equipa pedagógica (Conselho de Turma), como tal deve aproximar todos os elementos que a constituem e organizar o planeamento dos projetos de turma.

Apesar de todo este trabalho e dificuldade parece-me a mim ser uma alegria enorme acompanhar o crescimento dos alunos em todas as áreas de ensino, dentro e fora do contexto escolar.

4.2.3.Corta-Mato Escolar

O tradicional Corta-Mato da Escola Secundária de Valongo foi a primeira atividade em que todo o planeamento e conceção ficaram a cargo do nosso

núcleo de estágio e do núcleo do ISMAI. Como tal, ambicionávamos desenvolver um evento em que as coisas corressem bem e a comunidade escolar ficasse com boa impressão de nossa. Esta foi a minha primeira organização de um corta-mato escolar, já tinha participado mas apenas como atleta, o que me dava alguma experiência em saber como decorre mais ou menos a prova, mas não conhecia os bastidores.

Decidi focar a minha análise à realização do evento em dois tópicos, ou seja, vou focar os pontos positivos e os pontos negativos e tentar encontrar a solução ou sugestão para os resolver.

Positivamente considero o seguinte:

- O número de participantes: aumentamos os números de inscritos em comparação com o ano anterior e esta adesão pode originar um maior entusiasmo para os anos posteriores;
- A boa relação entre os dois Núcleos de Estagiários: conseguimos entendermo-nos muito bem os seis e o resultado foi uma divisão de tarefas equilibrada em que todos se empenharam para tudo correr bem;
- Boa organização: a equipa de professores de Educação Física mais uma vez demonstrou que quando organiza algo as coisas correm bem, obtive alguns feedbacks de alguns professores que me disseram que gostaram muito, estava tudo muito bem organizado;
- Boa disposição dos alunos;
- Ninguém se lesionou: quando realizamos uma atividade desportiva sabemos que corremos sempre algum risco, mas felizmente não houve nenhum caso a registar;
- As condições climatéricas foram ótimas.

Negativamente considero o seguinte:

- A contagem de voltas através dos elásticos: é necessário arranjar outra estratégia para contabilizar as voltas, cria-se muita confusão aquando da passagem dos alunos em grande número por esta zona e muitos não conseguem recolher os elásticos todos;

- Perda de Dorsais: penso que acrescentar ao papel autocolante um alfinete a prender os dorsais evitaria que se perdessem pelo caminho e depois é constrangedor porque alunos bem classificados que cheguem sem o dorsal, têm que ser desclassificados;
- A ficha de resultados: necessitávamos de alguma rotina com aquele ficheiro em Excel, o ficheiro estava o excelente, mas se não fosse um professor do grupo de EF que fez um trabalho muito bom ajudar-nos, nós íamos ter problemas em ser rápidos a publicar as classificações.

Pesando estes prós e contras, considero que esta atividade foi um verdadeiro sucesso, fruto de toda a dedicação com que os organizadores se envolveram na sua dinamização e também não podemos deixar de valorizar o empenho fantástico dos alunos. Apenas por terem participado já foi um motivo de orgulho para nós.

4.2.4.Semana Aberta

A Semana Aberta decorre na última semana de aulas do 2º Período. É uma semana cultural, em que este ano o tema principal era a “Cooperação pela Água” e decorrem inúmeras atividades dinamizadas por todos os departamentos curriculares, onde é possível a todo o agrupamento participar. O nosso núcleo de estágio participou, logicamente, nas atividades propostas pelo departamento de expressões e ficamos com a inteira responsabilidade de organizar o **dia do 1º Ciclo** e o **torneio de badminton**.

O **Dia do 1º Ciclo**, é uma atividade desportiva que decorre na ESV, destinada aos alunos do 1º ciclo das escolas do agrupamento.

Para que a organização desta atividade pudesse ser preparada com a devida antecedência todos os esforços foram feitos nesse sentido, Assim com cerca de 2 meses de antecedência foram entregues convites a 4 escolas da freguesia, das quais 3 aceitaram participar na atividade. O objetivo foi criar atividades diversificadas; de modalidades diferentes das tradicionais e que proporcionassem novas experiências aos alunos

O método de distribuição dos alunos desenvolveu-se através de 2 circuitos (atividades no pavilhão, roteiro pela ESV), sendo que cada escola estaria em cada um destes circuitos ao mesmo tempo, havendo uma dinâmica de rotatividade que proporcionaria uma manhã preenchida de atividades. Nas atividades que decorreram no pavilhão, foram criadas 5 estações por onde os alunos circulavam, sendo estas o Goalball, o Bowling, Jogos tradicionais, Tração com corda e Uni-Hoquéi. A escolha das atividades foi sem dúvida um sucesso, pois eram diversificadas e ao mesmo tempo divertidas para todas as crianças.

A atividade foi um sucesso, no entanto quem busca a perfeição procura sempre encontrar os fatores negativos, para refletir sobre estes e procurar soluções para que não voltem a acontecer. Na manhã da própria atividade, fomos obrigados ainda a tratar da impressão e organização de alguns documentos para que as escolas tivessem disponíveis durante a atividade, devíamos ter sido mais rápidos a tratar da documentação, mas o balanço final é claramente positivo.

No que diz respeito ao **Torneio de Badminton**, tenho a dizer que se realizou no pavilhão Polidesportivo e foi direcionado para o ensino Básico (7º, 8º e 9º anos) e Secundário.

Ficamos um pouco surpreendidos, com o número de inscrições, não fizemos uma propaganda gigantesca, apenas colocamos cartazes pelos pavilhões e solicitamos aos professores de EF para insistirem com os alunos a inscrever-se. O certo é que obtivemos 312 inscrições, mais 35 que no ano passado

Para que o torneio se desenrolasse a um bom ritmo, cada um dos estagiários tinha uma função específica, que ia rodando, entre criar boletins de jogo, efetuar a chamada, chamar os alunos que iriam jogar em cada momento, colocação das músicas e auxiliar os árbitros, isto porque, a tarefa de arbitrar coube aos alunos que eram derrotados em cada jogo, ficando no campo onde haviam jogado.

Um receio que tínhamos devido ao número elevado participantes era o de não conseguir realizar o torneio todo dentro do tempo disponível, mas a

dinâmica que criámos resultou perfeitamente e foi possível dentro do tempo disponível realizar todos os jogos previstos e entregar no final os prémios. Os prémios foram medalhas para o primeiro e segundo lugar fornecidas pela Escola Secundária de Valongo.

Julgo que o trabalho desenvolvido, foi de grande qualidade, o que permitiu que esta atividade fosse um grande sucesso. Tudo foi possível devido ao grande trabalho que todos nós cumprimos e toda a dedicação que prestamos neste torneio, assim como a antecendência com que começamos a preparar toda a atividade, de forma a ter a capacidade de resolver todos os imprevistos que pudessem surgir.

4.2.5.Sábados Fantásticos

Os Sábados Fantásticos foram duas atividades que decorreram nos dois últimos sábados de Manhã do mês de Março envolvendo crianças com idades entre os 4 e os 10 anos de idade. A primeira atividade decorreu na biblioteca municipal de Valongo e a segunda na biblioteca municipal de Ermesinde. Ambas as atividades foram fruto de uma boa parceria das bibliotecas em questão com a ESV. As duas atividades foram inteiramente desenvolvidas pelo núcleo de estágio da FADEUP, contando ainda com a colaboração do nosso professor cooperante.

Inicialmente desloquei-me às duas bibliotecas para conhecer os respetivos espaços, saber que atividades eram possível realizar e os materiais necessários. Perante os espaços disponíveis, a faixa etária das crianças e com o material disponível na ESV coloquei no planeamento jogos lúdicos para desenvolver a coordenação dos membros inferiores e superiores, jogos de equilíbrio, velocidade de reação, mimica e dança.

Foi com bastante agrado que vi a forma como esta atividade estava a decorrer, o entusiasmo que estava presente era tanto que passava aos próprios pais das crianças que sorridentes observavam os seus filhos. Cada atividade demorou cerca de duas horas, mas a envolvência com as crianças foi

tanta e a proximidade era quase nula que nem eu nem os meus colegas nos apercebemos que o tempo estava a passar tao rápido.

Não vou esquecer estas duas manhãs tao cedo, foram para mim dois momentos muito enriquecedores ao nível do carinho, dos sorrisos, da alegria visível no rosto de todas as crianças que participaram nas atividades.

4.2.6. Ação de Formação – “Construção de Materiais para a prática de atividade física na escola”

A realização desta ação de formação foi um dos momentos mais importantes do nosso percurso, sendo sem dúvida alguma atividade que maior competência da nossa parte exigiu, porque naquele momento fomos formadores para adultos, mais especificamente, professores. Inicialmente tínhamos convidado um professor da FADEUP para realizar a formação, mas era-lhe impossível comparecer na data que pretendíamos. A sugestão imediata dele foi incentivar-nos a realizar nos mesmos (os 3 estagiários) a ação de formação e ajudava-nos na sua preparação. Assim aconteceu, agarramos a ideia e desenvolvemo-la, não com a ajuda desse professor, mas com o auxílio do professor Tiago Cunha.

Desde o primeiro momento que encaramos este desafio com toda a responsabilidade que o mesmo exigia, acreditamos que eramos capazes de promover uma ação que pudesse ser muito útil para quem viesse a usufruir dela.

O principal objetivo da nossa ação era experienciar a construção de materiais desportivos através da utilização de materiais recicláveis tendo em vista uma valorização do ensino da Educação Física, e consequentemente, experimentar modalidades desportivas menos exploradas no quadro de ensino da Educação Física.

Achamos esta temática importante porque devido à grande heterogeneidade dos jovens destas idades, ganha grande importância a improvisação de material. Esta improvisação também ganha pleno sentido por razões afetivas e de segurança pois, quer na iniciação quer nas aulas de

Educação Física, o uso de material de competição pode ser evitado. E finalmente porque entendemos que a ESV possui muitas carências de material para a prática do atletismo.

Utilizamos as instalações da Escola Básica do 2º, 3º Ciclo de Sobrado e durante três horas acolhemos sete professoras do primeiro ciclo do ensino básico. As inscrições foram abertas para todo o agrupamento, mas apenas tivemos quinze inscrições, digo “apenas” porque achava que esta temática fosse suscitar interesse por parte dos docentes. Mais desiludido fiquei quando vi apenas sete professoras. Contudo no final o meu pensamento era outro, estava extremamente satisfeito, criou-se um clima muito próximo por sermos poucos e aquela distância que poderia existir não se notou. Posso afirmar que a formação foi para as professoras, mas eu próprio aprendi algo mais naquelas três horas.

No final entregamos um diploma de participação e um inquérito para mais tarde nos enviarem por e-mail. Os feedbacks foram ótimos e não tenho dúvidas que acertamos em cheio na temática, se fosse amanhã voltaria a realizar o mesmo.

“Agradeço a gentileza. A Formação foi um momento agradável e produtivo. Cumprimentos.”

(Excerto da opinião de um participante)

4.3. Área 4 – Desenvolvimento Profissional

Ao longo dos tempos têm-se verificado mudanças e inovações no modo como as instituições de ensino desenvolvem a formação profissional.

Sendo assim, ao falar do tema “profissão” assume-se como algo contemporâneo, uma vez que novas modalidades profissionais surgem e, ao mesmo tempo, outras passam de “moda” e caem conseqüentemente em desuso. Contudo, a maneira como é desenvolvida a formação profissional integra o conhecimento da ação de forma apetrechar as pessoas de conhecimentos e meios para concretizarem os objetivos pessoais.

Rios (1999) lembra que a competência atualmente requerida vai além da dimensão técnica, do saber fazer, dos conhecimentos, das técnicas e das estratégias.

É nesse sentido que nesta área de desempenho vou apresentar fatores que contribuíram para o meu desenvolvimento profissional, ao longo desta etapa da minha formação inicial. O estágio profissional.

4.3.1. Projeto de Formação Individual

O Projeto de Formação Individual (PFI) foi um dos fatores que fortemente contribuiu para o meu desenvolvimento profissional neste ano de estágio.

O PFI surge no Estágio Profissional, como um documento de apoio ao professor estagiário. O documento serve de guia ao longo do estágio, não como um mapa de atividades, mas sim como um conjunto de dificuldades, problemas e barreiras ao seu desenvolvimento enquanto professor.

Assim sendo, é possível afirmar que ao longo do ano letivo em que se desenvolve o Estágio Profissional, o estudante estagiário começa a sua intervenção já com uma importante linha norteadora. Dizendo de outra forma, constatei que após a realização do PFI, fiquei com uma importante fonte de reflexão acerca das principais dificuldades, tendo-me concedido a oportunidade de trabalhar para as desenvolver ou melhorar ao longo do ano de estágio.

Uma das muitas características deste referido documento, senão a principal é o facto de ser um projeto reflexivo, coloca em questão todas as decisões a serem tomadas. Considero que este argumento é suficientemente relevante para o estudante estagiário encarar o projeto como algo com capacidades para o formar e contribuir para a sua formação profissional.

Outro aspeto importante, é que o PFI assume-se como um verdadeiro ponto de partida para este ano de estágio. É um trabalho muito pessoal, que apela muito e apenas se desenvolve através da reflexão. Devido ao facto de ser um projeto reflexivo caracteriza-o como formador e, assim, com a

capacidade de contribuir para o desenvolvimento profissional do estudante estagiário.

Concluindo, admito que no início desta minha etapa de formação inicial, não percebia que benefícios a realização deste documento poderia trazer para mim, mas ao longo do ano fui percebendo que era um projeto fundamental. Nos dias de hoje considero-o indispensável, pois assume um importante fator regulador meu desenvolvimento profissional enquanto estudante estagiário.

4.3.2. ESTUDO INVESTIGAÇÃO – AÇÃO: Glaucoma: Atividade Física como contributo para o Desenvolvimento Global.

4.3.2.1. Resumo

A pessoa com deficiência visual possui um atraso no seu desenvolvimento motor, em decorrência das poucas oportunidades que elas possuem ao longo da vida. Nesse sentido, sabemos da importância da prática de atividade física para essas pessoas, tendo em vista que ela contribui para o desenvolvimento global da pessoa. Daí que o tema deste estudo é “Glaucoma: Atividade Física como Contributo para o Desenvolvimento Global” e foi realizado no âmbito do meu Estágio Profissional na Escola Secundária de Valongo, sendo especificamente um estudo de caso baseado em observações diretas e sistemáticas. Assim, analisei e avaliei o processo pedagógico e técnico utilizado na modalidade de basquetebol para uma aluna portadora de Glaucoma em 14 sessões de 90 minutos nas aulas de Educação Física da sua turma. Esta análise e avaliação foram realizadas no âmbito de três domínios: motor, cognitivo, sócio afetivo e em situação de jogo. Por fim, registei a sua evolução nos referidos domínios. Numa fase inicial, a aluna revelou grandes limitações e dificuldades nas atividades implementadas nos vários domínios em estudo e, ainda, na integração da turma, visto ser muito tímida. Na observação final, registaram-se progressos a nível do domínio motor, nomeadamente, na

coordenação e na técnica, contudo, na orientação espaço temporal não se observaram alterações positivas. Relativamente ao domínio cognitivo, a aluna apresentou grande desenvolvimento nos conhecimentos da prática de basquetebol. Quanto ao domínio sócio afetivo, aquela passou a ser mais extrovertida no contexto de aula com os colegas e professores. Por fim, na situação de jogo, a sua participação continuou a ser condicionada, porém, foi importante a oportunidade de se sentir útil no seio da turma. Observamos, então, que as aulas de Educação Física, nomeadamente, com a prática de basquetebol, são essenciais para um desenvolvimento global para alunos com deficiência visual e que é importante estes estarem inseridos numa turma regular.

4.3.2.2.Introdução

O presente projeto de investigação é realizado no âmbito do meu EP conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade (FADEUP).

O tema escolhido enquadra-se na prática desportiva por parte de alunos com deficiência visual, nomeadamente, portadoras de glaucoma. Daí, a temática “ Glaucoma: Atividade Física como contributo para o desenvolvimento global”. Trata-se de um estudo de caso de uma aluna do 12º ano, portadora de glaucoma e o objetivo fundamental do estudo era perceber o estado atual da doença da aluna e que estratégias ou meios de integração o professor de Educação Física deve utilizar nestes casos e, assim, visando reduzir as dificuldades da aluna e aumentar as suas capacidades organo-funcionais. O estudo efetuado consta de uma revisão bibliográfica referente ao conceito de Glaucoma, Atividade Física e Inclusão.

Seguidamente, apresenta-se os objetivos e hipóteses do estudo. Posteriormente, no capítulo referente ao Material e Métodos, faz-se uma caracterização da aluna estudada e do contexto em que está a ser objeto de estudo (aulas de Educação Física) e a utilização do método qualitativo, através de um estudo de caso, baseado em observações sistemáticas. Na

apresentação dos resultados, são relatados os registos sistemáticos e interpretação dos resultados obtidos, que servem para fazer uma discussão dos resultados e fazer uma avaliação do desenvolvimento da aluna.

Por fim, é apresentado uma conclusão retirada deste estudo de investigação relativo à prática da atividade física com alunos portadores de glaucoma e a importância da sua inclusão no sistema educativo regular.

4.3.2.3.Revisão Bibliográfica

4.3.2.3.1.Glaucoma

O glaucoma é uma doença caracterizada por alterações específicas do campo visual e da pupila, geralmente, acompanhadas de hipertensão ocular e que se não for tratada a tempo conduz à cegueira.

Nesta deficiência visual, as células e fibras nervosas morrem progressivamente em consequência do aumento da tensão intraocular e, assim, o olho continua a ver a luz mas a transmissão dessa informação para o cérebro está interrompida, e este é a causa principal do dano glaucomatoso (Greve, 1999).

Nas fases iniciais da doença, a função visual continua intacta. Assim, que a doença progride, leva a defeitos visuais na visão do paciente. Antes deste se aperceber dessa perda de visão, ela pode ser detetada pelo oftalmologista. Quando o paciente se apercebe da sua perda de visão, a doença está já num grau avançado.

Glaucoma congênito primário é uma doença autossómica recessiva do olho que, geralmente, se manifesta no primeiro ano de vida e é causado por defeitos no desenvolvimento da malha trabecular e ângulo da câmara anterior. Este tipo de Glaucoma não é uma doença comum. A deteção precoce é imperativa para um bom prognóstico (Almeida, 2010)

Olhos aumentados de tamanho, aumento do número de lágrimas e fotofobia são sinais suspeitos de que a criança terá a tensão ocular elevada. Para medir a tensão ocular em recém-nascidos e crianças é necessário

anestesia geral, é a única forma de medir a tensão ocular sem colocar a criança em sofrimento e evitar blefarospasmo que pode levar ao aumento transitório da tensão ocular. A anestesia geral permite também ao oftalmologista avaliar o disco ótico do bebê/criança.

4.3.2.3.2.Tratamento de glaucoma

O tratamento do glaucoma congénito depende da severidade da doença. Em casos leves a moderados pode-se iniciar o tratamento com a aplicação de gotas oftalmológicas anti glaucomatosas mas, especialmente em casos mais graves, é necessário tratamento cirúrgico para reduzir a tensão ocular.

Existem vários tipos de procedimentos cirúrgicos para reduzir a tensão ocular. Trabeculotomia, goniotomia e trabeculectomia são alguns exemplos. O objetivo de todas estas técnicas é melhorar a saída do humor aquoso reduzindo assim a tensão ocular. Como a tensão ocular pode voltar a subir a qualquer momento é necessário o acompanhamento frequente por parte do oftalmologista nestas crianças (Almeida, 2010). Se a tensão ocular voltar a subir deve iniciar-se tratamento farmacológico ou repetir a cirurgia. O glaucoma congénito está muitas vezes associado a outros problemas congénitos, é importante fazer o despiste de alguns síndromes como por exemplo o de Axenfeld-Rieger, anomalia de Peter, aniridia ou neurofibromatose.

Como foi referido, anteriormente, o glaucoma é caracterizado pela perda de células nervosas. Quando estas células morrem não são substituídas. Isto significa que o dano glaucomatoso uma vez presente não pode ser curado ou revertido.

Os defeitos visuais provocados pelo glaucoma têm início imprevisível e precoce que diminui severamente a qualidade de vida do doente. A tensão ocular elevada é o maior e mais importante fator de risco e todos os tratamentos na atualidade que envolvem a redução da tensão ocular. No doente glaucomatoso o tratamento não se foca na recuperação do campo visual perdido mas sim que o doente mantenha a qualidade de vida e a visão que possui no momento ao longo de anos, protegendo-o da cegueira. Para

além de garantir que o estado geral de saúde do doente seja bom, a redução da tensão ocular é a estratégia de tratamento, ou seja, é o único tratamento para a redução do risco de dano glaucomatoso comprovado.

A terapia farmacológica pode ter efeitos secundários e é comum que durante algum tempo após a cirurgia a acuidade visual seja pior. No entanto, um pequeno decréscimo na qualidade de vida atual do doente é normalmente bem aceite em ordem de atingir menor perda de visão a longo termo.

Segundo Greve (1999) a melhor resolução, é haver uma colaboração entre o oftalmologista e o doente para que as decisões terapêuticas devem ser tomadas, medindo as vantagens e desvantagens, contudo, a decisão final é da responsabilidade do doente.

4.3.2.3.3. Atividade Física

Segundo Gallo et al (1995, p. 36), atividade física é “um dos processos biológicos mais complexos de que se tem conhecimento”, independente de ser “decorrente de uma atividade desportiva ou ligado ao trabalho profissional”, capaz de ser utilizado como um modo capaz de diminuir e até terminar com um processo patológico em vigor.

Atividade Física pode ser definida como todo e qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética (voluntária) que resulta em gasto energético acima dos níveis de repouso (Nahas, 2001). Pode ser utilizada por crianças, jovens, adultos e idosos, que apresente ou não qualquer forma de comprometimento ou dificuldade motora, física e/ou sensorial, fomentando uma qualidade de vida. Segundo Donaldson (2000, p. 409) a prática da atividade física deveria ser uma das principais intervenções para a melhoria da saúde pública, já que pessoas que são fisicamente inativas apresentam duas vezes mais risco de desenvolver doenças coronárias.

A atividade física está associada com uma melhor qualidade no âmbito da saúde e, conseqüentemente, a uma redução de mortalidade. Proporciona, ainda, condições favoráveis nos aspetos psicológicos e sociais das pessoas que praticam regularmente exercício físico. Pois, também pode levar a uma

maior integração social através da inserção num grupo são alguns exemplos dos benefícios sociais ligados à prática regular de atividade física.

Segundo Rosadas (1991) a Atividade Física, por sua vez, adquire importância na sociedade, pois apresenta um amplo leque de opções, na realização dos exercícios físicos, como cria e adapta exercícios para que as pessoas com deficiência física sintam o mesmo prazer que as pessoas ditas “normais” sentem, ao realizar uma atividade física, mas a formação corporal dos indivíduos não é papel apenas do profissional de educação física podendo ser trabalhado com outras disciplinas para se alcançar um melhor resultado na formação do corpo. E um dos locais mais adequados para a realização dessas práticas é a escola, por ser uma grande formadora de opiniões e personalidades, influenciando direta ou indiretamente na formação dos cidadãos.

Segundo Rodrigues (2006) a atividade física adaptada tem por objetivos proporcionar alegria e prazer aos seus participantes. Pois, este autor considera a alegria como o elemento básico e fundamental dessas atividades, proporcionando com que os participantes se sintam realizados em vencer a sua própria deficiência. E a cooperação entre os profissionais de diversas áreas, é de fundamental importância para a melhoria do ensino da atividade física adaptada.

Segundo Pitanga (2004), os exercícios adaptados e a inclusão social são aparentemente temas distintos, mas um completa o outro reciprocamente. Pois, ao falar-se em inclusão é preciso fazer adaptações tanto no aspeto social como no pessoal. Este autor considera que a atividade física adaptada apresenta aspetos positivos, na medida em que os alunos passam a assimilar e a conviver com as suas necessidades. Nesta linha de pensamento, o autor encara a adaptação como “a capacidade da pessoa estar apta a atender as demandas exigidas pela vida”.

A atividade física serve, justamente, como um campo de estimulação, procurando compensar alguns défices, de forma a que os alunos com deficiência, nomeadamente, visuais possam adquirir mais autoconfiança, através do conhecimento do seu próprio corpo, como diz Cutsforth (1969),

citado por Junior e Santos (2007). Para a criança que possui visão normal se desenvolver, necessita de um campo de estimulação cada vez maior, ao invés da criança com deficiência, que deve procurar esse campo de estimulação no seu próprio corpo. A partir daí, começa a descobrir o seu meio ambiente, descobrindo em si mesma o que as outras crianças com visão normal encontram no ambiente: a motivação e o estímulo para realizar qualquer tipo de ação.

4.3.2.4.Objetivos e Hipóteses

Objetivos

Geral: Desenvolver um programa de Atividade Física, orientada em aulas regulares, visando reduzir as suas dificuldades e aumentar as capacidades organo-funcionais da aluna com Glaucoma.

Específicos: - Melhorar a sua noção corporal, lateralidade e amplitude de movimentos.

- Desenvolver os níveis de flexibilidade
- Melhorar a prática de atividade física.
- Desenvolver a integração nas aulas de Educação Física

Hipóteses

Hipótese 1- A atividade física contribui para o desenvolvimento global da aluna com Glaucoma.

Hipótese 2 – O número de aulas despendidas durante este estudo são suficientes para verificar alterações significativas no desenvolvimento global da aluna com glaucoma.

4.3.2.5. Material e Métodos

Nesta abordagem, seguimos o método de estudo de caso. Um estudo de caso consiste numa análise, de descrição detalhada, que procura compreender de uma forma intensa a sua realidade particular. De acordo com Bell (1997), um estudo caso proporciona uma oportunidade para analisar, de uma forma mais ou menos aprofundada, um problema.

Para André (1997), os estudos de caso são importantes pela sua função heurística, pois oferecem conhecimentos que clarificam o assunto em pesquisa, promovendo avanços na área em estudo e, paralelamente, ajudam a entender a dinâmica educativa.

4.3.2.5.1. Caracterização da aluna

Esta aluna tem 17 anos de idade, frequenta o 12º ano de escolaridade na Escola Secundária de Valongo e pertence a um grupo de alunos que beneficiam de acompanhamento especial. A psicóloga da escola e o professor de educação física trabalham em conjunto com o objetivo de melhorar a prática de atividade física.

Aluna apresenta uma deficiência visual, designada, Glaucoma Congénito Bilateral. Apresenta acuidade visual no Olho Direito reduzida a perceção luminosa e no Olho Esquerdo de 1/11 (um décimo) com a melhor correção. Já foi submetida a múltiplas cirurgias em ambos os olhos e atualmente apresenta um bom controlo na tensão bilateral. Encontra-se sob vigilância médica frequente.

A família da aluna é constituída pelos pais e mais um irmão do sexo masculino, pertencendo à classe baixa. Pode-se considerar uma pessoa independente, no que respeita à sua autonomia pessoal, não necessita de ajuda para realizar as atividades básicas diárias (comer, vestir, higiene pessoal). Um aspeto importante é que devido ao avançar da doença e com a diminuição da acuidade visual, ela resolveu por aconselhamento médico iniciar aulas de braile.

4.3.2.5.2. Procedimentos Metodológicos

Este estudo foi possível graças à minha inserção no núcleo de estágio da FADEUP, ficando definido que a minha intervenção decorreria durante o 3º Período. Gostava de referir ainda, que foram solicitadas as devidas autorizações aos pais, assim como o consentimento da aluna em participar neste projeto.

Antes de por em prática o meu programa, realizei uma adaptação com aluna, durante as últimas duas semanas de aulas do 2º período. O grande objetivo era familiarizar-nos, criando laços de amizade para que o trabalho decorresse de uma forma mais harmoniosa. Posso dizer que pelo facto de a aluna já conviver bem com a sua doença foi muito fácil a nossa aproximação.

Determinei realizar 14 sessões de 90 minutos (duas vezes por semana) durante as aulas de educação física da turma dela. O meu colega de estágio realizava o plano de aula relativo à modalidade em questão, neste caso foi o basquetebol, e eu procedia às respetivas alterações de acordo com o planeamento específico. A seguinte tabela foi construída com base nas principais dificuldades da aluna, de acordo com as capacidades que eu e o Professor Cooperante achámos que deviam ser exercitadas no Basquetebol.

Quadro 6 – Plano de Intervenção Prático

Meses	Abril						Maio								
Dias	5	16	19	23	26	30	3	7	10	14	17	24	28	31	
Aulas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Conteúdo	As	Ca	Ca	Ca	Cvg	Cvg	Cvg	C	C	Or	Or	J	J	Af	
		Técnica													
		Tática													

Legenda	
As	Avaliação sumativa
Ca	Capacidade auditiva
Cvg	Capacidade verbal e gestual
C	Coordenação
Or	Orientação espaço temporal

J	Jogo
Af	Avaliação final

Numa última fase, os dados recolhidos foram tratados e realizamos uma reflexão crítica de natureza qualitativa sobre os resultados obtidos, com o intuito de aferir a evolução/melhoria da aluna e constatar as diferenças na sua caracterização.

Utilizei o método de Observação Direta e Sistemática, onde frequentemente usei o Registo de Acontecimentos com a técnica de Incidentes Críticos. Deste modo, foi possível estudar o comportamento da aluna ao longo das sessões.

Atendendo à natureza peculiar do estudo, optei por uma atitude de observador participante, cooperando de um modo consciente e sistemático no trabalho desenvolvido com aluna. Ou seja, como observador, participei ativamente na ação com o intuito de recolher os dados e simultaneamente, interagir com a aluna.

A observação respeitou dois momentos essenciais:

- Observação Inicial – análise do estado inicial da aluna;
- Observação Final – análise do estado final da aluna e avaliação da caracter qualitativo.

4.3.2.6. Apresentação dos resultados

O presente capítulo tem como objetivo, apresentar e discutir os resultados obtidos após aplicação da minha proposta de intervenção.

Dado que o presente estudo, propõe uma descrição detalhada do desempenho da aluna e atendendo à diversidade da informação, os resultados são agrupados por categorias e apresentadas em três domínios: motor, cognitivo e socio-afetivo; e em Situação de Jogo. No domínio motor, para além da descrição observada recorri a uma ficha normativa, para me auxiliar a melhor descrever aluna. Ainda acrescentar que todo o trabalho desenvolvido nas aulas de basquetebol com aluna foi com uma bola vermelha de gizo.

4.3.2.6.1. Observação Inicial

Domínio Motor

1. Coordenação: Neste campo a aluna demonstra imensas dificuldades, pois considero que a baixa visão originou a perda de coordenação.
 - a. Sempre que se desloca rapidamente no sentido de se posicionar no campo ou com o jogador que lhe vai passar a bola frequentemente tropeça;
 - b. Tem a passada muito curta;
 - c. Os membros inferiores raramente relaxam, encontram-se quase sempre em extensão, o que dificulta o deslocamento;
 - d. Tem dificuldades em distinguir o membro superior esquerdo do direito;
 - e. Raramente agarra uma bola à primeira;
 - f. Confunde-se aquando da receção da bola, recebendo aleatoriamente com a mão esquerda ou com a mão direita a bola, independentemente da sua posição em campo;
 - g. Frequentemente coloca as mãos à frente do rosto para se proteger.
2. Orientação espaço temporal: Neste campo a aluna não possui qualquer noção de como se deve orientar no terreno de jogo
 - a. São poucas as vezes que se orienta para a tabela;
 - b. São poucas as vezes que se orienta corretamente para o colega que vai passar a bola;
 - c. Frequentemente encontra-se de costas para a bola porque não se apercebe da presença dela;
 - d. Dificuldade em distinguir os corredores de jogo e colocar-se num deles;
 - e. Não tem preocupação em orientar os apoios para o alvo.

3. Técnica: Apenas abordamos a receção, o passe e o lançamento porque era os gestos requeridos para o jogo condicionado que aluna aprendeu
- Receção: muitas deficiências técnicas, mãos sobrepostas, receção a um apoio de vez em quando e olhar quase sempre desviado da bola;
 - Tripla ameaça: não sabe o que significa;
 - Passe: movimento técnico melhor executado pela aluna. Apenas algumas incorreções ao nível dos cotovelos e no avançar de um apoio;
 - Lançamento em apoio: pouco êxito na concretização do ponto, lançamento apenas com uma mão e extensão total do corpo.

Estes dados foram recolhidos através de anotações e do uso da seguinte tabela:

Quadro 7 – Registo Inicial do Domínio Motor

Domínio Motor					
Pontos Avaliados		Mau	Suficiente	Bom	Observações
<u>Coordenação</u>	Deslocamentos	X			
	Passada	--	--	--	Muito curta
	Ação membros Inferiores	X			
	Lateralidade		X		
	Receção da bola		X		
	Ação dos Membros Superiores	X			
<u>Orientação Espaço Temporal</u>	Orientação em relação à tabela		X		
	Orientação em relação aos colegas		X		
	Orientação em relação à bola	X			
	Colocação no terreno de jogo	X			
	Orientação dos apoios para o alvo	X			
Técnica	Receção	X			
	Tripla Ameaça	X			
	Passe em apoio		X		
	Lançamento em apoio	X			

Domínio cognitivo

Neste domínio foi possível observar que a aluna:

- Ainda não reconhece o som da bola especial;
- Não esta habituada a orientar-se através da voz dos colegas;
- Não interage com os colegas durante o jogo para solicitar que lhe passem a bola;
- Não levanta a mão alvo para pedir a bola;
- Desconhece muitos aspetos regulamentares do jogo;
- Desconhece noções táticas como o passe e corte, organização ofensiva e defensiva. Isto deve-se ao facto da pouca experiencia em modalidades coletivas, pois apenas realiza educação física há dois anos.

Domínio Sócio afetivo

Neste domínio foi possível observar:

- É totalmente independente;
- Demonstra muita simpatia e vontade de aprender, não se esquecendo nunca de agradecer com um sorriso o facto de a estarmos ajudar;
- É bastante tímida, tem medo de assumir protagonismo porque sabe que possui limitações;
- Tem muita falta de iniciativa, tenta sempre procurar o seu canto onde ninguém dê por ela.

Situação de Jogo

Neste momento a aluna não realiza jogo. Apenas o jogo dos 10 passes e de uma forma muito condicional, no que respeita às regras.

4.3.2.6.2. Observação Final

Domínio Motor

1. Coordenação: Neste campo ocorreram pequenas alterações positivas, principalmente quando o exercício ou situação de jogo era mais lento. A baixa visão é de facto um grande entrave à evolução da aluna.
 - a. Melhorou bastante os deslocamentos nas situações mais controladas dos exercícios, onde os colegas estavam muito condicionados a velocidade de execução diminuía. Quando o ritmo do exercício aumenta ela tropeça mais frequentemente;
 - b. Conseguiu alongar a passada;
 - c. A aluna já flete as pernas, percebeu que se deslocava melhor e também recebia a bola em melhores condições aquando da flexão dos membros inferiores;
 - d. O problema de lateralidade praticamente deixou de existir;
 - e. O número de bolas rececionadas à primeira melhorou consideravelmente;
 - f. Continuou a confundir-se aquando da receção da bola, recebendo aleatoriamente com a mão esquerda ou com a mão direita, independentemente da sua posição em campo;
 - g. A tendência para proteger a cara diminuiu, mas mesmo assim ainda é um uso frequente nas situações mais rápidas.
2. Orientação espaço temporal: Sofreu poucas alterações neste aspeto, continua com muitas dificuldades de orientação e colocação em campo.
 - a. São ainda poucas as vezes que se orienta para a tabela;
 - b. Corrigiu a sua orientação em relação aos colegas. O colega que tinha a bola habituou-se a chamar pelo seu nome e ela automaticamente orientava-se no seu sentido;
 - c. Embora já reconheça o barulho (gizo) da bola, ainda tem dificuldades em perceber onde se encontra. Demora sempre 1 a 2 segundos no mínimo;
 - d. Já consegue distinguir os corredores de jogo, mas continua com dificuldades em colocar-se no seu;
 - e. Orienta os apoios para o alvo. Grande evolução.

3. Técnica: Melhorou consideravelmente.

- a. Recepção: as mãos nunca mais ficaram sobrepostas, recebeu excetuando raras vezes a um apoio (utilizou preferencialmente 2 apoios) e o olhar passou a ser dirigido para a bola;
- b. Aprendeu e aplicou com sucesso a posição de tripla ameaça, principalmente quando seguia as minhas indicações;
- c. Passe: o movimento já era bom, mas conseguiu colocar os cotovelos mais altos, que era o pretendido;
- d. Lançamento em apoio: Começou a lançar com as duas mãos e sucesso na concretização dos cestos aumentou. A distância ideal para executar era a cerca de 3 metros da tabela.

Estes dados foram recolhidos através de anotações e do uso da seguinte tabela:

Quadro 8 – Registo Final do Domínio Motor

Domínio Motor					
Pontos Avaliados		Mau	Suficiente	Bom	Observações
<u>Coordenação</u>	Deslocamentos		X		
	Passada			X	Mais longa
	Ação membros Inferiores			X	
	Lateralidade			X	
	Recepção da bola			X	
	Ação dos Membros Superiores		X		
<u>Orientação Espaço Temporal</u>	Orientação em relação à tabela		X		
	Orientação em relação aos colegas			X	
	Orientação em relação à bola		X		
	Colocação no terreno de jogo	X			
	Orientação dos apoios para o alvo			X	
Técnica	Recepção			X	
	Tripla Ameaça		X		
	Passe em apoio			X	
	Lançamento em apoio		X		

Domínio cognitivo

Neste domínio foi possível observar que a aluna:

- Reconhece o som da bola especial;
- Habitua-se a orientar-se através da voz dos colegas;
- Passou a interagir muito mais com os colegas durante o jogo para solicitar que lhe passem a bola;
- A mão alvo foi uma constante quando pedia a bola;
- Estudou e viu vídeos que lhe forneci com os aspetos regulamentares do jogo;
- Ficou a perceber o passe e corte, mas poucas vezes aplicava. Melhorou a organização ofensiva e defensiva, mas apenas quando ajudada. Teve dificuldades em assimilar os poucos conteúdos táticos que lhe foram pedidos.

Domínio Sócio afetivo

Neste domínio foi possível observar:

- A timidez praticamente desapareceu e passou a ser uma aluna muito ativa na aula. É bastante tímida.

Situação de Jogo

Realizou todas as aulas jogo condicionado. Os colegas não lhe podiam retirar a bola e ela nas marcações podia acompanhar um adversário colocando a mão no seu ombro (guia) e tentar desarmá-lo. As situações de jogo em que participou eram muito paradas e monótonas, mas foi importante para esta aluna ter tido a oportunidade de se sentir útil no seio da turma.

4.3.2.7. Discussão dos resultados

A seguir são apresentados os resultados obtidos nos três momentos de observação deste plano de intervenção, bem como a evolução da aluna portadora de glaucoma nas aulas de Atividade Física.

Inicialmente, são demonstrados e discutidos os resultados referentes à pré observação do estudo. Em seguida, são analisados os resultados obtidos qualitativamente na fase das observações sistemáticas no contexto das aulas de Educação Física. Por fim, são comparados estes mesmos resultados com a pós observação, ou seja, a fase final da investigação.

Na fase da pré observação, na análise prévia da aluna durante o período de familiarização, a aluna demonstrou uma conformação com a sua patologia, conhecia bem as suas limitações e, daí, sentia -se à vontade para falar da sua deficiência visual.

Na fase da observação, ou seja, na aplicação do programa e registo dos comportamentos relativos às categorias a observar, os resultados foram conseguidos através das categorias implementadas e apresentadas em três domínios, como, motor, cognitivo, sócio afetivo e situação de jogo.

Quanto ao domínio motor, a aluna demonstrou grandes dificuldades a nível de coordenação, verificando-se, frequentemente, que esta tropeça, tem dificuldades em dar passadas longas e não consegue proteger-se da bola nem agarrá-la com elevada frequência. As suas limitações neste domínio também estão bem patentes na orientação espaço temporal, pois não tem a noção para onde se deve dirigir no espaço de jogo e nem se apercebe da bola. Por tal, demonstra uma despreocupação em orientar os apoios para o alvo.

Relativamente à técnica, demonstra falta desta na receção da bola e não tem conhecimento do que significa a tripla ameaça. Apenas se verifica um melhor desempenho no passe, contudo, com algumas imperfeições. (Quadro 7). Estes resultados vêm de encontro o que Dias (1995) refere quando realça que a visão desempenha um papel crucial quanto ao desenvolvimento motor. Contudo, os estímulos do mundo exterior desenvolvem a mobilidade das pessoas portadoras de glaucoma.

Relativamente ao domínio cognitivo, a aluna não apresenta conhecimentos das regras do jogo, nem as táticas do mesmo. Além disso, em situação de jogo não reconhece a voz dos colegas no terreno do jogo nem a localização da bola. (domínio cognitivo, pag. 115). Esta pertinência de comportamento deve-se ao facto da aluna não estar familiarizada com a modalidade do basquetebol nem em atividades do âmbito coletivo. Por isso, Dias (1995) refere que deve-se criar oportunidades de participação destes alunos, portadores de deficiência visual, nos jogos coletivos. Mas, como há maior dificuldade de integração nos jogos coletivos, o professor deve criar algumas estratégias, enfim, deve providenciar um envolvimento desafiador, seguro e motivador para estes alunos.

No domínio Sócio Afetivo, os resultados das observações demonstraram que a aluna é independente, contudo, bastante tímida e tem falta de iniciativa (domínio socio afetivo, pag. 116) Este facto deve-se à consciencialização e aceitação das suas limitações, mas, como salienta Cutsforth (1969), citado por Júnior e Santos (2007) em relação ao domínio sócio afetivo, estes alunos, frequentemente, apresentam medo de situações e ambientes desconhecidos, dependência, dificuldade de relacionamento e integração, insegurança, baixa autoestima e autoconfiança. Sem dúvida a educação física é um importante aliado na interação social.

Na situação de jogo, a aluna, nesta fase de observação, não realiza o jogo devido aos seus condicionalismos a nível visual e falta de conhecimento da modalidade de basquetebol. (situação de jogo, pag. 116).

Seguidamente, são apresentados os resultados obtidos aquando da observação final do plano de intervenção. Quanto ao domínio motor, a nível de coordenação, verificaram-se algumas melhorias, nomeadamente, nos deslocamentos nas situações mais controladas dos exercícios, as passadas também se tornaram mais alargadas, já apresenta flexão das pernas, a noção da lateralidade melhorou como também a tendência para proteger a cara da bola. A sua orientação espaço temporal é que se destaca com poucas melhorias, apenas conseguia orientar-se em relação aos colegas.

Quanto à técnica, destaca-se uma grande evolução, pois recebe a bola com êxito, faz o passe corretamente e lança a bola com as duas mãos e, ainda consegue concretizar a grande maioria dos cestos. (Quadro 8). Este facto só prova que a criança ou o jovem portador de necessidades visuais especiais têm absoluta necessidade de descobrir, conhecer, dominar e relacionar o seu próprio corpo com o ambiente e com as pessoas. Somente assim elas se identificarão como seres inéditos, formando o seu "EU", interagindo no ambiente e no seu grupo social. Estes alunos necessitam de ações que permitam construir uma nova postura em relação à sua realidade, superando os limites físicos e estabelecendo um comportamento de interação e integração com as pessoas e o mundo à sua volta (Pitanga, 2004).

A nível cognitivo, a aluna também revelou progresso, pois já reconhece o som da bola, orienta-se através do som dos colegas e passa a interagir mais no contexto do jogo. Isto é notório, visto que a aluna obteve conhecimentos sobre as regras do jogo. Apenas os conteúdos táticos mostraram-se, ainda, deficitários. (domínio cognitivo, pág. 118). Geralmente, no campo cognitivo podemos observar limitação na captação de estímulos e dificuldade na formação de conceitos, contudo, com a implementação de estratégias por parte do professor e a interação com os colegas facilita esse domínio cognitivo.

No domínio sócio afetivo, os resultados foram bastantes favoráveis, pois a aluna já não revela timidez e mostra-se mais segura no que diz e no que realiza. Tornou-se uma pessoa muito dinâmica (domínio socio afetivo, pág. 119). Em relação ao domínio sócio afetivo, frequentemente, estes alunos apresentam medo de situações e ambientes desconhecidos, dependência, dificuldade de relacionamento e integração, insegurança, baixa autoestima e autoconfiança.

Apesar das suas limitações na situação de jogo, este tornou-se muito importante para que a aluna se integrasse na turma de forma saudável criasse empatia pelos colegas e, essencialmente, autoestima e confiança no que fazia. (situação de jogo, pág. 119).

4.3.2.8. Conclusão

Sem dúvida que a atividade física é um importante aliado na interação social, no incremento das funções da inteligência e, principalmente, no desenvolvimento das condições motoras cognitivas e socio afetivas dos alunos portadores de glaucoma. Através da prática do basquetebol, podemos alcançar os 3 domínios e melhorar a qualidade de vida da aluna em estudo. As limitações no desenvolvimento geral da mesma que se apresentam como relevantes, eram mais acentuados no domínio motor. Estas dão-se, não por um défice anátomo-fisiológico inerente à aluna com glaucoma, mas, sim, pela limitação de experiências motoras em diversos níveis.

O objetivo deste estudo teve como finalidade analisar a evolução de uma aluna portadora de glaucoma no seu desenvolvimento global. Esta análise foi concretizada através de um programa de atividade física que abrangia domínios, tais como, motor, cognitivo, sócio afetivo e situação de jogo, no caso de basquetebol.

Foi utilizado o método qualitativo, baseado em observações diretas e sistemáticas nas aulas de Educação Física. Os dados qualitativos obtidos foram de encontro com uma das hipóteses formuladas, hipótese1. Pois, verificaram-se melhorias no desenvolvimento global da aluna através do programa implementado na aula relativo à modalidade do basquetebol nas aulas de Educação Física. Contudo, considera-se que as sessões deveriam ter sido expandidas por um período mais alargado para que, conseqüentemente, a nível de situação de jogo, a aluna conseguisse obter melhores resultados. Sendo assim, a hipótese 2 não foi concretizada.

5. CONCLUSÕES E PERPSPETIVAS PARA O FUTURO

“Curiosidade, criatividade, disciplina e especialmente paixão são algumas exigências para o desenvolvimento de um trabalho criterioso, baseado no confronto permanente entre o desejo e a realidade.”

Mirian Goldenberg

Ao concluir mais uma etapa formativa, apercebo-me do quão proveitoso e singular se revelou o meu EP. Este foi um “palco” privilegiado para a realização dos meus sonhos, onde foi possível desenvolver a minha conceção de ser professor, em contexto real de ensino.

Descobri que a profissão docente não se resume apenas ao transmitir conteúdos específicos, exige educar e formar indivíduos, pois, acima de tudo, o professor deve contribuir para a formação do aluno enquanto cidadão, utilizando as estratégias necessárias e adequadas à sua realidade.

Realmente posso afirmar que ao longo deste ano percebi a importância do planeamento e da reflexão. Passei pela experiência de ter que planejar e alterar no momento as aulas ou porque o roulement estava errado ou as condições climatéricas impediam-me de lecionar a aula no exterior. Senti que se dominar todos os conteúdos que vamos abordar, se conhecer o material disponível e o espaço, torna-se muito mais fácil manter uma turma controlada e proporcionar-lhes um clima propício à aprendizagem. Os alunos são muito exigentes e exigem de dia para dia cada vez mais de nós. Dedicando mais tempo ao processo de planeamento e reflexão, melhorei a qualidade das aulas e consequentemente a eficácia do processo de Ensino - Aprendizagem.

Não tenho a menor das dúvidas que uma das “peças-chave” deste meu período formativo foi o Professor Cooperante. A maneira como desempenhou o seu papel de supervisão foi fundamental para que eu melhorasse as minhas capacidades e competências, assim como a minha responsabilidade.

Quando falo da maneira como desempenhou o seu papel, refiro-me ao seu objetivo constante de ter uma postura colaborativa, em vez de autoritária. Ao assumir essa postura, o Professor Cooperante conseguiu estimular o ambiente de trabalho criado, fazendo-me perceber a importância de realizar as

minhas tarefas com o objetivo de aprender mais e não assumir-se apenas com um carácter de obrigatoriedade.

Os aspetos de colocação na aula, transmissão de conteúdos, transição entre exercícios e resolução de problemas de indisciplina também contribuíram de forma fulcral para o meu crescimento enquanto profissional. Quem reparou constantemente nestes pormenores e me foi corrigindo foi o Professor Cooperante. Com estas melhorias na minha performance a relação com os alunos e a transição entre exercícios foi uma evolução fantástica.

O professor Cooperante ajudou-me também a desenvolver uma atitude ativa, de pesquisa e procura constante e que contribuiu naturalmente para ganhar confiança na realização das diferentes tarefas de estágio. Considero que, mais do meu orientador, o Professor José Andrade, ao longo deste importante período da minha vida, foi um amigo.

Logicamente neste processo de formação, existiram outros intervenientes que assumiram um papel fulcral. Estou a referir-me, como não podia deixar de ser, aos “meus” alunos, eles proporcionaram-me aprendizagens muito importantes. Cada um à sua maneira deu um contributo importante neste processo de construção pessoal e profissional.

Foram eles que me conseguiram fazer perceber que o processo de ensino não é nem deve ser algo fechado, sistematizado, como se fosse retirado de um livro de receitas. Fiquei a perceber que cada atividade deve ser orientada para as especificidades de cada turma, pois cada aluno, cada turma, possui uma forma diferente de reagir às situações propostas. Tive várias experiências ao longo das aulas que para mim, o exercício aplicar era fantástico, mas talvez não era o adequado para aquele grupo de alunos.

Aprendi muito com eles, serão sempre *os meus alunos*.

Realmente existiram muitas pessoas que ao longo desta etapa da minha formação inicial foram muito importantes, mas não é possível estar a enumerar aqui toda a gente, contudo, os meus colegas de estágio não podem deixar de contar com a minha referência.

Foi com eles que passei por esta fase extremamente importante da minha vida e formação académica. Acima de tudo são dois amigos que ficam

para minha vida e se pudesse escolher um dia gostaria muito de voltar a trabalhar com eles. Aprendi muito, em parte conseguimos desenvolver um clima de partilha de conhecimentos, de resolução conjunta de dificuldades, quase como se fôssemos apenas um só. Obrigado amigos e até um dia...

Outro aspeto que me ajudou e facilitou a aquisição de conhecimentos foi o facto de procurar constantemente respostas para os meus problemas. Considerava sempre o conhecimento como um processo inacabado, algo que pode sempre crescer e tomar outras dimensões, fez com que a pesquisa desenvolvida ao longo do ano letivo se tornasse predadora, não parando de procurar respostas enquanto não estivesse realizado com o resultado.

Considero portanto que o conhecimento e a formação são processos inacabados e tenho a certeza que a formação não acaba aqui. O Estágio Profissional foi um período de enorme enriquecimento, que me fez olhar o futuro com mais confiança nas minhas capacidades e competências, sei perfeitamente que não atingi o cume da sabedoria, necessito de me formar continuamente.

A minha formação enquanto professor, não termina aqui, após esta profissionalização, ela vai continuar a desenvolver-se. Segundo Alarcão & Tavares (1987), embora a figura da supervisão possa desaparecer, na realidade esta assume uma nova forma designada de “auto supervisão”. Passamos a ter mais autonomia, responsabilizamo-nos pela nossa própria construção e passo a ser ajudado pelos meus colegas, no âmbito do grupo disciplinar. É importante desenvolver um historial de vivências neste campo e estarmos dispostos a enfrentar as exigências da nossa profissão.

Como qualquer docentes, possuo esperança, reduzidas é certo, mas acredito que apesar da educação atravessar momentos difíceis, ser professor é uma profissão nobre que voltara a ser devidamente valorizada e respeitada se conseguirmos mudar a postura da sociedade. O futuro da nossa profissão é uma incógnita, mas também enquanto professores temos de lutar, pois somos os principais responsáveis pela mudança.

Esta passagem pelo ensino foi curta, considero que passei pelo “*meu mundo*”, deixou marcas em mim e a realização deste relatório permitiu exprimir

em palavras aquilo que vivi e senti ao longo deste ano, embora esteja perfeitamente consciente que as palavras por si só não chegam, as memórias que tenho na minha mente jamais serão esquecidas.

6. BIBLIOGRAFIA

- Alarcão, I. (1996). *Formação de professores: estratégias de supervisão*. Porto Editora. Porto.
- Alarcão, I. (1996). Ser professor reflexivo. In I. Alarcão (Org.), *Formação Reflexiva de Professores: estratégias de supervisão* (pp. 171-189). Porto: Porto Editora
- Alarcão, I., & Tavares, J. (1987). *Supervisão da prática pedagógica: uma perspetiva de desenvolvimento e aprendizagem*. Coimbra: Almedina.
- Alho, S. M. D. S. P., & Nunes, C. (2009). Contributos do diretor de turma para a relação escola-família [Versão eletrónica]. *Educação*, 32(2), 150-158. Consult. 3 de Agosto 2013, disponível em <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/848/84812732007.pdf>.
- Almeida, HGD. (2010). Gonioscopy: a proposal of classification. *Revista Brasileira de Oftalmologia*.
- André, M.E. (1997). *Etnografia da Prática Escolar* (2ª Edição). São Paulo: Papirus Editora.
- Assembleia da República. (2005). Decreto-Lei nº 49/2005, de 30 de Agosto. *Diário da República*. 1ª Série – A, nº166, 5122-5138.
- Bell, J. (1997). *Como realizar um projeto de investigação*. Lisboa. Gradiva.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física* (3ª ed ed.). Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. O. (2005). *Políticas Educativas e Sociais no desporto*. (Congresso do Desporto. Porto: Exponor).
- Bloom, B. S. (1971). *Handbook on the Formative and Summative Evaluation of Learning*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Borssoi, B. (2008). *O estágio na formação docente: da teoria à prática, ação-reflexão*. Paraná: Universidade Estadual do Oeste do Paraná. 1º Simpósio Nacional de Educação – XX Semana da Pedagogia.
- Bunker, D., & Thorpe, R. (1982). A model for the teaching of games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 18 (1), 5 -8.
- Caires, S. (1997). *Vivências e percepções do Estágio: Adaptação à instituição e variáveis associadas*. *Revista de Estudios de Investigación en Psicología e Educación*. Galícia.
- Calado, I. (1994). *A utilização educativa das imagens*. Porto: Porto Editora.
- Carvalho, et al. (1994). *Visão subnormal*. Editora da Unicam. Campinas

- Carvalho, H. (2009). O papel do orientador educacional na escola. Webartigos. Consult. 10 de Julho de 2013, disponível em <http://www.webartigos.com/artigos/o-papel-do-orientador-educacional-na-escola/21631/>.
- Cutsforth, T. (2004) O cego na Escola e na sociedade. Brasília: Campanha Nacional de Educação de cegos.
- Dayrell, J. (s/d). *A escola como espaço sociocultural*. Faculdade de Educação da UFMG.
- Dias, M.E.P (1995). *Ver, não ver e conviver. (Livros Secretariado Nacional de Reabilitação, nº6)*. Lisboa: Secretariado Nacional de Reabilitação.
- Dicionário Priberam da Língua Portuguesa*. Consult. 5 Julho 2013, disponível em <http://www.priberam.pt/dlpo/default.aspx?pal=escola>.
- Freire, P. (1983) *Educação e Mudança*. Paz e Terra Eds. Rio de Janeiro.
- Donaldson, L.J. (2001). Sport and exercise: the public health challenge. BR. Journal of sports and Medicine
- Freire, P. (1996) *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. Paz e Terra Eds. São Paulo.
- Gallo, Jr; L et all (1995). Atividade Física: remédio cientificamente comprovado. Editora SESC.
- Gómez, G.R. (1996). Metodologíade la investigación cualitativa. Archidona: ediciones Algibe.
- Governo de Portugal (2013). Sobre o Ministério da Educação e Ciência. Consult. 30 de Junho 2013, disponível em <http://www.portugal.gov.pt/pt/os-ministerios/ministerio-da-educacao-e-ciencia/sobre-o-ministerio-da-educacao-e-ciencia.aspx>.
- Greve, EL. (1994). Glaucoma primário, pigmentos, pseudo exfoliativo, de pressão normal e de ângulo fechado. *Revista Glaucoma*;1:13-4
- Hynes-Dusel, J. M. (1999). Cooperating teachers' perceptions about the student teaching experience. *Physical Educator*, 56(4), 186.
- Lewy, A. (1979). *Avaliação de currículo*. Universidade de São Paulo Eds. São Paulo.
- Marques, R. (2002). *O diretor de turma e a relação educativa*. Lisboa: Editorial Presença.

Matos, Z. (2011a). *Normas Orientadoras do Estágio Profissional do Ciclo de Estudos Conducentes ao Grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da FADEUP*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Matos, Z. (2011b). *Regulamento da Unidade Curricular Estágio Profissional do Ciclo de Estudos Conducentes ao Grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da FADEUP*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Mendes, F. (1995). *A Indisciplina em Aulas de Educação Física no 6º Ano de Escolaridade. Contributo para o Estudo dos Comportamentos de Indisciplina do Aluno e Análise dos Procedimentos de Controlo Utilizados pelo Professor*. Tese de Doutoramento. FCDEF: Porto.

Mesquita, I. (2006). *Ensinar Bem para Aprender Melhor o Jogo de Voleibol*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

Mesquita, I. (1997). *Pedagogia do Treino – A formação em jogos desportivos coletivos*. Lisboa: Livros Horizonte.

Metzler, M. W. (2000). *Instructional models for physical education*. Boston: Allyn and Bacon.

Ministério da Educação e Ciência (2013). Currículo Nacional do Ensino Básico. Consult. 30 Junho 2013, disponível em <http://dgidc.minedu.pt/ensinobasico/index.php?s=directorio&pid=2>.

Ministério da Educação – Gabinete de Estatística e Planeamento da Educação [GEPE], (2013). O Sistema Educativo Português. Consult. 30 Junho 2013. Disponível em <http://www.gepe.min-edu.pt/np4/9.html>.

Molina, R.M.K.O. (1995). O enfoque teórico metodológico qualitativo e o estudo de caso. UFRGS/Sulina. Porto Alegre.

Morgado, J. (2004). *Qualidade na educação: um desafio para os professores* (1ª ed.). Lisboa: Editorial Presença.

Moura, R. (1998). *A avaliação no processo Ensino-Aprendizagem*. Consult. 27 Agosto 2013, disponível em <http://rmoura.tripod.com/evaluation.htm>.

Nahas, N.V. (2001). *Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. Londrina.

Oliveira, I. & Serrazina, L. (2002). *A reflexão e o Professor como Investigador*. Consult. 25 Agosto 2013, disponível em <http://www.apm.pt>.

Pacheco, J. (1995). *Avaliação dos alunos na perspetiva da reforma*. Porto: Porto Editora.

- Pereira, T. (2006). *Percepções e Crenças dos Professores estagiários em relação aos comportamentos de indisciplina na aula de Educação Física*. Porto: T. Pereira. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdades de Desporto da Universidade do Porto.
- Pires, C. (1998). *Estagiar, um verbo irregular*. Noticias Magazine Eds. Brasília.
- Pitanga, F.J.G. (2004). *Epidemiologia da atividade física, exercício físico e saúde*. 2ªed. São Paulo
- Price, A. (1987). *A prática e a supervisão*. K. J. Eltis Eds: Reforma da Educação Australiana. South Pacific Association for Teacher Education. New York: Macmillan.
- Proença, J. (2008). *Formação inicial de professores de Educação Física. Testemunho e compromisso*. Lisboa: Edições Universitárias Lusófonas.
- Ribeiro, L. (1999). *Avaliação da aprendizagem*. Lisboa: Texto Editora.
- Rink, J. (1993). *Teaching physical education for learning*. Mosby: St Louis.
- Rink, J (1999). What do students learn in physical education and how they learn? In M. Pièron & M. Valeiro (Eds), *Diez Años de Conferencias académicas* José Maria Cagigal (pp. 265-287). Coruña: Universidade de Coruña.
- Rios, T. A. (1999). A proposta de educação moral nos Parâmetros Curriculares Nacionais: a ética como tema transversal. Anais do III Encontro Nacional de Educação para o Pensar. São Paulo: Centro Brasileiro de Filosofia para Crianças.
- Rodrigues, D. (2006). *Atividades Motoras Adaptadas: A alegria do corpo são*. Artes Médicas.
- Rodrigues, E. A. G. (2009). *Supervisão pedagógica desenvolvimento da autonomia e da capacidade reflexiva dos estudantes estagiários*. Porto: Eduardo Rodrigues.
- Rosadas, S. C. (1995). *Educação Específica Especial para Deficientes*. 3ªed. Atheneia, Rio de Janeiro.
- Rosado, A. & Mesquita, I. (2009). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução. In. A. Rosado & Mesquita (Eds), *Pedagogia do Desporto* (pp. 69-130). Lisboa: FMH.
- Ryan, G. et al. (1996). *O propósito, o valor e a estrutura da prática do ensino superior: revisão da literatura*. Ensino Médio. São Paulo: Cosac Naify.
- Santana, I. (2004). *Cooperação entre professores*. In Ministério da Educação (Ed.), *Dossier trabalho colaborativo de professores* (pp. 30-33). Lisboa.

Schön, D. (1992). Formar professores como profissionais reflexivos. In A. Nóvoa (Coord) *Os Professores e a sua formação* (pp. 77-91). Lisboa: Publicações Dom Quixote.

Serra, M. (2001). *O comportamento de instrução do professor nas aulas de Educação Física durante a apresentação das tarefas na emissão de feedback: Estudo Descritivo e comparativo abrangendo doze professores da cidade de Maputo*. M. Serra. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Siedentop, D. (1991). *Developing teaching skills in physical education: Mountain View* : Mayfield. 1991.

Siedentop, D. (1994). *Sport Education: quality PE through positive sport experiences*. Champaign: Human Kinetics Publishers

Siedentop, W. & Tannehill, D. (2000). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. 4ª edição. Mayfield Publishing Company.

Silva, A. R. & Krug, H. N. (2008). *A Formação Inicial do Professor de Educação Física: Revisitando os Saberes para o Exercício da Docência*. *Revista Digital: Buenos Aires* 13(121). Consult. 15 de Junho 2013, disponível em <http://www1.efdesportes.com/>.

Silva, M. I. C. d. (2007). *O diretor de turma e a gestão curricular no conselho de turma – conselho ou conflito? Estudo do papel do diretor de turma em contextos sociais distintos na região centro do país*. Porto: Maria Silva. Dissertação de Mestre em Administração e Planificação da Educação apresentada à Universidade Portucalense Infante D. Henrique.

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

Torres, L. (2008). *A escola como entreposto cultural: o cultural e o simbólico no desenvolvimento democrático da escola*. *Revista Portuguesa da Educação*, 21 (1), 59-81.

Veale, A. (1989). *Tornar-se Professor*. ECDC. Porto Alegre: Artmed.

Vieira, F. (1993) *Supervisão – Uma Prática Reflexiva de Formação de Professores*. Edições ASA. Lisboa.

7. ANEXOS

Anexo I – Planeamento Anual do Ensino Secundário



2012/2013

Agrupamento de Escolas de Valongo
Educação Física
Escola Secundária de Valongo



Planeamento Anual - SECUNDÁRIO

Período	1º Período	2º Período	3º Período	Total
Carga Horária	Máximo: 26 aulas Mínimo: 25 aulas	Máximo: 19 aulas Mínimo: 17 aulas	Máximo: 22 aulas Mínimo: 19 aulas	Máximo: 67 aulas Mínimo: 61 aulas
Distribuição da Carga Horária	1 Apresentação 1 Explicação dos trabalhos 1 Reserva/Teste	1 Reserva/Teste 2 Semanas Abertas	1 Reserva/Teste 1 Apresentação trabalhos/Teste	
Fitness Gram	2 Fitness Gram	2 Fitness Gram	2 Fitness Gram	
10º Ano				
Actividades Físicas	Badminton (20-21) Andebol (transversal - exterior)	Ginástica (12-14) Andebol (transversal - exterior)	Andebol (15-17)	Máximo: 52 aulas Mínimo: 47 aulas
11º Ano			Máx: 20 Min:18	
Actividades Físicas	Voleibol (20-21) Futebol (transversal - exterior)	Badminton (12-14) Futebol (transversal - exterior)	Futebol (14-16)	Máximo: 51 aulas Mínimo: 46 aulas
12º Ano			Máx: 20 Min:18	
Actividades Físicas	Voleibol (20-21) Basquetebol (transversal - exterior)	Escalada/Dança (12-14) Basquetebol (transversal - exterior)	Basquetebol (14-16)	Máximo: 51 aulas Mínimo: 46 aulas

Anexo II – Cartaz do corta mato



The poster is for a school cross-country event. It features a central image of two runners on a track. The text is in Portuguese. At the top, it says 'Grupo de Educação Física' and 'Escola Secundária de Valongo'. The main title is 'Corta Mato Escolar'. Below that, it says 'Inspiração vem dos outros.' and 'Motivação vem de dentro de nós.'. The date is '16 de Novembro de 2012'. The times are '9:00h (Abertura da Secretaria)' and '9:30h (Início da Prova)'. At the bottom, it says 'PROVA QUE ÉS CAPAZ!' and 'Inscreve-te junto do teu Professor de Educação Física até dia 09/11/2012'. The level is 'Ensino Básico e Secundário'.

Grupo de Educação Física
Escola Secundária de Valongo

Corta Mato Escolar

"Inspiração vem dos outros."

16 de Novembro de 2012
9:00h (Abertura da Secretaria)
9:30h (Início da Prova)

"Motivação vem de dentro de nós."

PROVA QUE ÉS CAPAZ!

Inscreve-te junto do teu Professor de Educação Física até dia 09/11/2012

Ensino Básico e Secundário

Anexo III – Cartaz do Torneio de Badminton



Anexo IV – Plano da atividade dos sábados Fantásticos**Jogo dos Balões**

Material: Balões

2 a 2 alunos fazem jogo de coordenação de sustentação do balão, sem o deixar cair:

- Na testa;
- Na barriga;
- Nas Costas;
- Lado a lado com a cabeça.

“Bolinha Mandou”

Material: Bolas de Andebol e Ténis

O coordenador da atividade deve selecionar 4 a 20 truques fáceis com uma até três bolas, e que possam ser seguidos ao ritmo da sua voz.

Início sem bolas com exercícios leves de aquecimentos e alongamentos, após isso peço para pegarem uma bola e digo: “bolinha para cima”.

Depois anuncio: “bolinha pro lado”, e por fim, “bolinha para baixo”, todas sem que as crianças efetuem arremessos. É um processo para as crianças acostumarem-se a concentrar num foco e coordenar o movimento com uma voz de comando. Depois começo com técnicas de arremesso dizendo: “bolinha mandou ser jogada para mesma mão” e sigo: “bolinha mandou ser jogada por baixo das pernas”, “bolinha mandou...” À partir disso um infindável mundo de opções surgem, com dinâmicas em duplas, em trios, sempre estabelecendo um diálogo lúdico aliado a prática de técnicas variadas.

Jogo dos Arcos

Material: 10 Arcos

Os arcos encontram-se no espaço, dispostos em forma de círculo, sendo que os alunos se deslocam à volta dos mesmos, ao som da música. Quando esta parar, os alunos, individualmente, terão que se colocar dentro de cada arco.

Jogo do Imita

Turma dividida em grupos de 5 ou 6 alunos (vai depender de quantos tivermos), em fila indiana, circulam pelo espaço existente ao som da música. O primeiro aluno dessa fila realiza um movimento e os restantes terão de imitá-lo. Os restantes grupos ficam sentados ou ajoelhados, numa posição de alerta, prontos para mover-se assim que terminar o som da música. O grupo em movimento deve “virar estátua”, assim que a música terminar.

Ao ritmo da música

Material: Música e Sistema de som

É colocado um CD com músicas de diversos ritmos (hip-hop; brasileira, musica popular, etc). Os alunos que se encontram em frente ao professor, terão que dançar ao ritmo de cada música, adequando os movimentos ao estilo musical, os restantes deverão imitar os colegas.

Anexo V – Cartaz da ação de formação



Anexo VI – Relatório Médico da Aluna Portadora de Glaucoma


CENTRO HOSPITALAR SÃO JOÃO
R. São João
ALameda Prof. Hernani Monteiro
4200-180 PORTO
Tel.: 2255 12119
Cred:

Nº Processo: 82014934

 Fone: _____ Data Nasc: 10/05/19 (17 anos)
 PCT: PORTO 39 30
 4430 WALDO Tel.: 96 0665038

Data de Criação: 07/07/2013 Local: CH SAO JOAO R. SAO JOAO-CE
 Data de Bloqueio: _____ Responsável: _____ Versão: 1.0

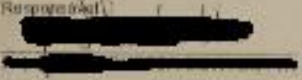
INFORMAÇÃO CLÍNICA

Proveniência: Consulta
 Especialidade da Consulta: C. OFTALM. GLAU.

Informação Clínica

Frequência a Consulta de Oftalmologia - Glaucoma por glaucoma congénito bilateral.
 Foi submetido a múltiplas cirurgias em ambos os olhos com bom controlo tensional bilateral atualmente.
 Apresenta amplitude visual da OD repórte a percepção unidimensional em OD de 1/11 (um décimo) com a melhor correção.
 Manter-se sob vigilância médica frequente.
 A AV que apresenta corresponde ao T.H. com uma desvalorização de 20%.

PORTO, 07 de Janeiro de 2013

Responsável


Procedimento por computador - SNAI (Sistema de Apoio ao Médico)

Página 1 / 1