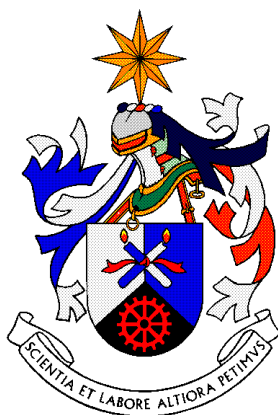


UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Faculdade de Ciências Sociais e Humanas

Departamento de Ciências do Desporto



Estágio Pedagógico

Relatório de Estágio com vista à obtenção do Grau de Mestre em
Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Marcela Marques Rodrigues

Covilhã e UBI, Junho de 2010

UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Faculdade de Ciências Sociais e Humanas

Departamento de Ciências do Desporto

Estágio Pedagógico

Relatório de Estágio com vista à obtenção do Grau de Mestre em
Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Marcela Marques Rodrigues

Orientação:

Professor Doutor Júlio Martins

Co-Orientação:

Doutor Carlos Elevai

Covilhã e UBI, Junho de 2010

Índice

1.Introdução.....	4
2. Definição de objectivos	5
2.1) Do estagiário	5
2.2) Da escola	6
3.Metodologia.....	6
3.1) Amostra.....	6
3.2Planeamento	9
3.2.1Alterações de planeamento referente ao 10º CD.....	15
3.2.2 Alterações de planeamento referente ao PASOC.....	16
3.2.3. Recursos	16
3.2.3.1 Recursos Humanos.....	16
3.2.3.2 Recursos Materiais.....	16
3.2.5 Aspectos positivos e aspectos negativos	22
4. Direcção de turma.....	23
5. Actividades desenvolvidas para a escola	24
6. Conclusões.....	29
7. Recomendações	30
8. Bibliografia	32
9. Anexos	33

1.Introdução

O presente relatório crítico surge como a última etapa de uma longa caminhada, iniciada no “longínquo” mês de Setembro de 2009, sendo realizado no âmbito da cadeira do Estágio pedagógico do 2ºano do Mestrado de Ensino da Educação Física para o ensino básico e secundário da Universidade da Beira Interior (UBI).

Procurei, desta forma, elaborar o balanço de todas as tarefas que efectuei ao longo do meu Estágio Pedagógico, realizado na Escola Secundária Frei Heitor Pinto, sob a orientação do Dr. Carlos Elavai e do Professor Júlio Martins.

Este relatório é, assim, uma síntese e uma breve reflexão de um período exaustivo, mas muito produtivo, não só porque me permitiu experiências de aprendizagens constantes, como também um contínuo convívio com Alunos e com professores experientes, algo que nunca antes tinha vivenciado.

Este relatório será organizado por partes, para uma melhor compreensão do trabalho feito, entre as quais: objectivos, metodologia, direcção de turma e participação na escola.

2. Definição de objectivos

2.1) Do estagiário

Antes de iniciar o presente ano lectivo, as hesitações e incertezas relativamente à etapa do curso que estava prestes a começar eram muitas, acompanhadas também de uma grande curiosidade e motivação para enfrentar este novo desafio. Do ponto de vista pessoal, sentia-me entusiasmada dado que, ia ser posta à prova e confrontada com a realidade de ser professora.

Apesar de já me congratular pela licenciatura em Ciências do desporto, meta atingida em anos transactos, sentia constantemente uma sensação de insatisfação e de sede de colocar em prática um conjunto de conhecimentos adquiridos num contexto teórico mas nunca testados em contexto ecológico no que a mim diz respeito.

Senti o estágio como etapa passível de momentos e “montanhas” de experiências e de docência em situações efectivas, rodeadas por um ambiente aprazível e enriquecedor, apoiado por meio de orientação de professores capazes, permitindo a construção de novas assimilações com bases mais sólidas na busca do conhecimento.

Na minha forma de perspectivar o estágio, é um processo de aprendizagem indispensável a um profissional que deseja estar preparado para enfrentar os desafios de uma carreira docente, uma vez que o estágio nos proporciona a oportunidade de assimilar a teoria e a prática, aprender as peculiaridades e contrariedades da profissão e com isso conhecer a realidade do dia-a-dia.

Pessoalmente, sou daquele tipo de pessoas que prefere a aprendizagem por meio da experiência. Acredito que retenho e consolido melhor aquilo que aprendo com a prática em detrimento do que leio e ouço. Após esta experiência espero poder afirmar com certeza e clareza que foi uma aposta onde são indiscutíveis os benefícios e vantagens. Confio que as aulas em sala de aula ensinar-me - ão conceitos e teorias que me serão necessárias e fundamentais como futura profissional.

2.2) Da escola

- Promover o sucesso escolar, melhorando a média global de transição, por ciclo, em 5% (no triénio).
- Reconhecer o mérito e a excelência.
- Combater a indisciplina, o absentismo e o abandono escolar, através da diminuição, no triénio:
 - Do número de participações;
 - Do absentismo;
- Colocar o abandono no triénio:
 - Abaixo de 1% no básico;
 - Abaixo de 5% no secundário
 - Abaixo de 30% nos CEF e nos profissionais (atendendo à ausência de referencial e às características específicas dos alunos deste tipo de cursos).
- Promover um bom ambiente e a solidariedade
- Promover a visibilidade da Escola

3. Metodologia

3.1) Amostra

No ano lectivo 2009/2010 foram atribuídas ao nosso orientador de estágio três turmas para leccionação sendo o 10º CD, o 10ºE e uma turma do 10º ano do curso Profissional de animação sócio-cultural. No entanto o meu trabalho foi somente desenvolvido nas turmas de 10ºCD e PASOC uma vez que ao 10ºE o orientador leccionava uma disciplina teórica (PDR) que se encontrava fora do âmbito do estágio pedagógico.

Embora as duas turmas estejam inseridas em ensinamentos diferentes (profissional e científico-humanístico) é importante fazer referência que ambas as turmas apresentam o mesmo tempo de escolaridade, pois uma das turmas pertence ao 10º ano de escolaridade e a outra ao 1º ano de um curso profissional. Neste sentido, é de esperar que os alunos das duas turmas tenham vindo todos do 9º ano o que lhes deveria conferir um nível idêntico de execução.

Apesar do que foi dito atrás ser verdade, temos de considerar que os alunos não provêm todos da mesma escola nem o seu contacto com as modalidades foi o mesmo, bem como há alunos com retenções. Desta forma, os alunos não apresentam todos o mesmo nível e, por esse facto, este documento deve ser ajustado aos alunos em questão.

Em baixo é apresentado uma lista com os nomes, idades e proveniência dos alunos. Note-se que são apresentadas três turmas, mas como as duas turmas do científico-humanístico têm aulas em conjunto, podem considerá-las como uma só.

Turma 10° C

Nº	Nomes	Idades	Proveniência	Observações
1	Andreia Bento	15	Escola Básica Integrada de S. Domingos	
2	António Pinto	14	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
3	Carolina Costa	14	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
4	Catarina Sequeira	15	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
5	Daniel Pais	14	Escola Básica 2/3 do Tortosendo	
6	João Henriques	16	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
7	Maria Miguel	15	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
8	Maria Marcos	15	Escola Secundária Quinta das Palmeiras	
9	Rafael Presa	15	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
10	Tatiana Vodincear	17	Escola Secundária Quinta das Palmeiras	
11	João Fazendeiro	16	Escola Secundária Quinta das Palmeiras	Transferência 2º Período

Turma 10° D

Nº	Nomes	Idades	Proveniência	Observações
1	Alice Martins	15	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
2	Ana Santos	15	Escola Secundária Quinta das Palmeiras	
3	Anaís Rodrigues	15	Escola Básica Integrada de S. Domingos	
4	Beatriz Barata	15	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
5	Brigite Saraiva	15	Escola Secundária Quinta das Palmeiras	
6	Bruna Conceição	14	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
7	Diana Ferreira	15	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
8	Flávia Romano	15	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
9	Francisco Silveira	15	Escola 2/3 Pedro Álvares Cabral - Belmonte	Melhoria
10	Gustavo Podão	15	Escola Secundária Campos Melo	
12	João Gomes	15	Escola 2/3 Pedro Álvares Cabral - Belmonte	
15	Marco Moreira	16	Escola Secundária Campos Melo	

16	Maria Tinalhas	15	Escola Secundária Frei Heitor Pinto
17	Pedro Rebelo	17	Escola Básica 2º e 3º Ciclo do Paúl
18	Vera Pinto	16	Escola Secundária Frei Heitor Pinto
19	Ana Beatriz	14	Escola Secundária Frei Heitor Pinto

Como pudemos concluir das tabelas, a junção das duas turmas da área científico-humanísticos dá uma total de 27 alunos, sendo que a maioria pertence ao sexo feminino (17 raparigas contra 10 rapazes). A média de idades destas duas turmas é de 15,11, com os alunos a terem um intervalo de idades compreendido entre os 14 e os 17 anos. Também é possível confirmar pelas tabelas que muitos alunos são provenientes de outras escolas, muito embora a maioria seja proveniente da Escola Secundária Frei Heitor Pinto (como foi referido anteriormente, é de esperar que estes sejam os alunos com um processo escolar mais parecido e, conseqüentemente, com um nível mais idêntico).

Profissional Animação Sócio Cultural I (PASOC)

Nº	Nomes	Idades	Proveniência	Observações
1	Ana Azevedo	18	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
2	Ana Matos	17	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
3	Bruno Farias	17	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
4	Catarina Pinheiro	16	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
5	Cecília Dias	18	Escola Básica 2/3 do Tortosendo	
6	Cristiana Vaz	16	Escola 2/3 Pedro Álvares Cabral - Belmonte	
7	David Vinhas	17	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
8	Débora Rodrigues	17	Escola Básica 2º e 3º Ciclo do Paúl	
9	Filipa Vaz	16	Escola 2/3 Pedro Álvares Cabral - Belmonte	
11	Joana Martins	16	Escola Básica 2/3 do Teixoso	
12	João Loução	18	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
13	Liliana Candeias	17	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
15	Maria Paulino	19	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
17	Sara Gaspar	15	Escola Básica 2/3 do Teixoso	
18	Tiago Borges	15	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
19	Vânia Esteves	16	Escola Básica 2/3 do Teixoso	
20	Rafaela Moreno	16	Escola Secundária Quinta das Palmeiras	
21	João Lopes	18	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	
22	Vasco Castro	19	Centro de emprego – curso tecnológico	
23	Guilherme Moura	17	Escola Secundária Frei Heitor Pinto	

Através da observação da tabela correspondente ao curso profissional, podemos concluir que a turma é constituída por 20 alunos, dos quais 35% (7 alunos) pertencem ao sexo masculino e 45% (13 alunos) pertencem ao sexo feminino.

Relativamente às idades dos alunos, verificamos que temos idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos de idade e a média encontra-se nos 16,9.

No que se refere à proveniência dos alunos, verificamos que uma grande quantidade de alunos no ano anterior estudou em escolas diferentes, o que significa que os alunos tiveram aprendizagens diferentes nos seus percursos escolares.

3.2Planeamento

A **análise dos Programas**, quer do Ministério da educação, quer da adaptação feita pelo Grupo de Educação física, da escola secundária Frei Heitor Pinto, enriqueceu e possibilitou que a minha actuação como Professora fosse mais consciente, mais organizada e mais estruturada, sendo esta reflexão o ponto de partida para a planificação de todo o processo ensino - aprendizagem, que foi realizado ao longo do ano lectivo 2009/2010.

A criação de um **documento regulador** dos conteúdos e competências a transmitir aos alunos da escola Frei Heitor Pinto, por parte do grupo disciplinar faz na minha opinião todo o sentido uma vez que, hoje cada vez mais nós futuros professores sentimos que a realidade das nossas escolas e dos nossos alunos não está ajustada à realidade das exigências contidas nos programas elaborados pelo Ministério de Educação.

As opções ao nível do **plano Anual de turma** foram decididas e definidas tendo por base as opções tomadas pelo núcleo de educação física, que elaborou um documento com os objectivos/competências e conteúdos adequados à Escola Secundária Frei Heitor Pinto a partir da análise dos programas nacionais e, tendo em conta as condições da escola, o material existente, as características dos Alunos entre outros, para cada nível de escolaridade.

A reflexão conjunta com o Núcleo de Estágio e orientador permitiu conhecer as opiniões de ambos e possibilitou numa primeira fase o esclarecer de algumas dúvidas existentes, facilitando a minha integração no sistema Educativo.

No que concerne à elaboração das **Unidades didácticas**, penso que, estas são pertinentes, pois surgem da necessidade de basear a minha actividade em objectivos precisos, na tentativa de poder transmitir a matéria aos Alunos de forma sistemática. Na globalidade, creio que, as unidades didácticas constituem unidades fundamentais e integrais do processo pedagógico e apresentam aos professores e alunos, etapas claras e bem distintas do ensino - aprendizagem.

A elaboração destes documentos, permitiu-me lembrar e até mesmo adquirir novos conhecimentos teóricos e didácticos sobre as diferentes modalidades.

Importa referir ainda que, ao nível das unidades didácticas estas não foram entendidas como fechadas, tendo sido sujeitas a modificações, com vista a ajustes que melhorem eficazmente a aprendizagem dos Alunos.

Já no que respeita à **leccionação** propriamente dita e por decisão do orientador a nossa integração na escola e nas respectivas turmas seria feita de forma progressiva e com aumento do grau de complexidade como de seguida irei evidenciar.

No primeiro período estando pré definido que a unidade didáctica a ser leccionada era a modalidade de ginástica começámos por em conjunto (estagiários e orientador) estabelecer que, a melhor estratégia seria o orientador dirigir as aulas, no entanto, com participação activa dos estagiários no controle das diferentes estações montadas para a aprendizagem dos conteúdos.

Mais para a frente, era então chegada a hora de darmos um passo em frente no nosso trabalho como estagiários, o que corresponderia a termos a responsabilidade de planear programar e leccionar três aulas, duas delas à turma de científico humanístico (10ºCD) e uma ao curso de décimo ano de animação sócio cultural da modalidade de ginástica.

E aqui, tal como de certa forma esperava, senti alguns problemas neste domínio, entre os quais, nas primeiras aulas por mim leccionadas, tive algumas dificuldades em comunicar com os alunos, ou seja, em transmitir as ideias do que era pretendido em cada exercício. Senti que era necessário repetir as explicações dadas. Penso que possa ter sido pela ansiedade que possuía nesta altura, por estar perante uma situação nova, num contexto diferente, pela responsabilidade de estar no processo de formação dos alunos que tinha à minha frente, pela grande exposição a que estava sujeita e também

por estar sob um processo de avaliação, uma vez que estava a ser observada quer pelo orientador de estágio, quer pelos meus colegas estagiários.

Outra das lacunas que senti, foi ao nível do conhecimento científico, isto é, a minha prestação foi fortemente condicionada por não dominar algumas das valências da ginástica. Tal situação poderá dever-se a alguma pobreza de conteúdos práticos da licenciatura que frequentei nos anos transactos, no entanto, procurei resolver a situação tão breve quanto possível recorrendo para isso ao meu orientador, Professor Carlos Elavai.

Chegado o segundo período, seria de esperar que uma maior responsabilidade e exigência fosse “debitada” a nós estagiários, de forma também a aferir a nossa capacidade como únicos responsáveis pela leccionação de uma turma.

Posto isto, durante este período coube-me a mim leccionar o módulo de dança e três aulas consecutivas da modalidade de voleibol ao curso profissional de animação sócio cultural e leccionar 6 aulas consecutivas (distribuídas por 6 blocos de 45 minutos) da modalidade de atletismo nomeadamente o triplo salto à turma 10^oCD.

No que diz respeito ao módulo de dança, abordei dois estilos diferentes, o step e o chachacha pois entendi que deveria dar conhecimentos distintos ainda que menos profundos sobre esta temática.

Esta modalidade teve grande aceitação por parte dos alunos. As meninas demonstram na sua maioria uma predisposição natural, no entanto, foi uma agradável surpresa constatar que os alunos do sexo masculino demonstraram sempre grande empenhamento e motivação ao realizarem as tarefas propostas. Apesar de existirem pequenos momentos de desmotivação, devido a não alcançarem determinado gesto/movimento.

Eu, pessoalmente até por nutrir um gosto especial pela modalidade penso que as aulas decorreram de forma bastante divertida e positiva permitindo aos alunos aumentarem o número de vivências neste domínio, apesar de reconhecer que tive alguma dificuldade em escolher quais os estilos e conteúdos a abordar, justificado pelos factos de que se por um lado não existia nenhum documento oficial que evidenciasse quais os conteúdos que deveriam ser transmitidos aos alunos, por outro sentia-me limitada pelo número de aulas que teria disponível para a aprendizagem dos alunos.

No entanto, é de referir que pude contar com a colaboração e disponibilidade do orientador que, me foi auxiliando na definição de critérios, durante este percurso. Chegamos à conclusão que tínhamos de dar mais peso a originalidade, ritmo e coordenação em detrimento da técnica.

No que diz respeito as restantes modalidades abordadas, penso que as minhas maiores falhas estiveram ao nível da transmissão de feedback e ao nível do domínio científico demonstrado.

Ao nível da transmissão de feedback assumo que como estagiária tive a tendência de corrigir pela negativa ou seja, senti a necessidade de corrigir os erros de modo a demonstrar ao orientador que estava atenta e detectava todos os potenciais erros dos meus alunos, no entanto, fui-me esquecendo que os alunos aceitam mais facilmente uma correcção positiva do que negativa.

Acho que para estas potenciais falhas serem ultrapassadas são fundamentais as reuniões pós aula que acontecem com orientador e colegas estagiários uma vez que, nessas reuniões expunha-se o que foi sentido, obrigando o estagiário a reflectir sobre o que foi realizado, colocando os problemas sentidos durante a aula e justificando estratégias e atitudes.

Uma outra alteração e função desempenhada por mim que surgiu este período foi a elaboração e transmissão de uma apresentação teórica ao nível dos conteúdos referentes a modalidade de atletismo, mais especificamente triplo salto, podendo com isso proporcionar aos alunos mais uma forma de potencial aprendizagem. Esta situação gerou-me alguns problemas, nomeadamente na representação motora e visual do gesto uma vez que, como não tinha qualquer vivência na modalidade não evidenciei grande domínio.

No terceiro período e no seguimento das dinâmicas pré estabelecidas no período antecedente, coube ao núcleo de estágio ficar responsável por todas as aulas da disciplina de educação física à turma de 10ºcd referente à modalidade de basquetebol e dar continuidade na leccionação do módulo de voleibol à turma de 10ºano do curso profissional de animação sócio cultural.

As aulas foram sempre assistidas pelo orientador, no entanto, apenas como observador e avaliador deixando à nossa inteira responsabilidade todo o trabalho de

planificação, leccionação, escolha de exercícios/conteúdos e formas de avaliação. Neste domínio, foi pedido pelo orientador que, tivéssemos a preocupação de antecipadamente, enviar-lhe os nossos planos de aula para que este ficasse enquadrado com o que se iria passar em cada aula.

Esta opção, foi na minha opinião extremamente benéfica, pois permitiu que, mesmo cometendo alguns erros próprios deste período de estagiários, uma melhor compreensão da realidade do nosso ensino, o que futuramente espero se traduzirá por um melhor desempenho no nosso dia-a-dia com as nossas turmas.

Ao nível do basquetebol, foram-me atribuídas as três primeiras aulas de basquetebol que teriam como objectivo principal dotar os alunos das competências básicas e essenciais para a prática da modalidade.

Surgiu no entanto um pequeno obstáculo que foram as condições climatéricas, uma vez que a chuva intensa que se fez sentir fazia com que o espaço disponível para a prática ficasse impraticável. Esta situação, obrigou-me a trabalhar no ginásio 2 (espaço interior) o que acarretava alguns condicionalismos advindos das próprias condicionantes do espaço o que, em última instância fez com que alterasse por vezes o meu planeamento e conteúdo a transmitir.

Ainda referente ao basquetebol, manteve-se a estratégia do período transacto de elaborar, expor e facultar uma apresentação power point sobre os conteúdos inerentes à modalidade de modo a proporcionar mais uma ferramenta de trabalho aos nossos alunos. No entanto, e apesar de serem uma turma empenhada e atenta não surgiram grandes resultados práticos com esta estratégia.

Ao nível do voleibol, e tendo em conta o número reduzido de aulas, a missão de leccionação coube agora aos meus colegas estagiários, no entanto, em conjunto, planeámos e realizámos a avaliação sumativa do módulo que revelou, no geral, uma melhoria de resultados ao nível de conhecimentos.

Já no que concerne à minha prestação propriamente dita e a nível geral, fiquei com a certeza que neste período, consegui finalmente libertar-me de algumas barreiras psicológicas, conseguindo assim estar mais solta nas aulas e estabelecer uma relação mais próxima com os meus alunos, postura esta que se coaduna com aquilo que na realidade quero ser e transmitir.

Não obstante tenho a plena consciência e a noção que muito mais tenho para aprender, sendo o Estágio o principio da minha Formação, a qual irei aprofundar durante a prática Docente.

Relativamente ao **plano de aula**, penso que, este é um contributo fundamental para que o processo de ensino-aprendizagem decorra de modo eficaz e com sucesso, evitando situações de improvisação, isto porque uma aula não planeada pode estar condenada ao fracasso, principalmente quando somos estagiários ou professores iniciantes na carreira docente. Tentei criar planos de aula que pudessem ser sujeitos às modificações necessárias durante a prática, de acordo com o desempenho dos Alunos ao longo da mesma. Deste modo, considero os planos de aula como um guião da minha actuação, podendo no entanto surgir situações imprevistas, que exigirão a improvisação.

Na elaboração destes planos senti algumas dificuldades na escolha dos exercícios mais adequados aos alunos, na previsão correcta da programação do tempo para cada exercício e na forma de explicação e transmissão aos alunos, no entanto, procurei e com toda a disponibilidade demonstrada pelo orientador ultrapassar pouco a pouco essas adversidades.

Outro dos obstáculos a ultrapassar foi no planeamento das aulas daquelas modalidades que nunca tinha vivenciado e conseqüentemente não tinha nenhuma formação didáctica, o que originou mais trabalho de pesquisa e mais diálogos com o orientador da escola.

Para concluir, a **avaliação** surge, no meu entender, como uma aferição da realidade, em relação aos conteúdos a abordar e da evolução dessa mesma condição, tanto para os Alunos como para o Professor.

De facto, o professor tem de ser, e é, frequentemente, responsabilizado pela evolução dos seus alunos, pois a sua evolução é o espelho do trabalho do professor, quer seja no sentido positivo, quer seja num sentido negativo.

Posto isto, facilmente se percebe como é essencial recorrer às diferentes formas de avaliar: Avaliação Diagnóstica, Formativa e Sumativa.

No início de cada modalidade, ora de forma individual ora em conjunto com os meus colegas realizei uma Avaliação diagnóstica, excepção feita à modalidade de triplo salto uma vez que, os alunos nunca tinham tido quaisquer vivências na mesma. Este tipo de avaliação foi extremamente relevante, pois permitiu-me determinar o nível inicial dos Alunos e da turma em Geral, face aos conteúdos a leccionar. Além disso, ofereceu-me informações sobre as dificuldades dos alunos e permitiu classificá-los segundo níveis de desempenho, de modo a realizar um planeamento mais realista e adequado às suas necessidades.

No que concerne à Avaliação Formativa, permitiu obter dados sobre a evolução dos alunos e sobre o meu desempenho profissional, de forma a reajustar o processo de ensino aprendizagem, conforme as necessidades. Esta forma de avaliação foi realizada maioritariamente de uma forma contínua e perfeitamente informal durante as aulas, pelo que se constituiu meramente, mas com toda a importância que se lhe confere, como um instrumento de orientação do processo de ensino-aprendizagem, para mim e para os alunos.

Por fim, as avaliações sumativas realizadas no final de cada unidade didáctica, constituíram-se para mim, como o maior desafio a nível da avaliação, pois tive que qualificar o desempenho dos Alunos na escala de 1 a 20 valores, o que gerou um sentimento de culpa por poder prejudicar algum aluno.

A constituição da grelha de avaliação sumativa, onde se discrimina cada componente de avaliação, que vai desde a prática até atitudes e comportamentos, foi estabelecida tendo por base o documento orientador e regulador dos objectivos e competências bases (pré-definidos pelo grupo de educação física) a adquirir em cada modalidade em paralelo com os conteúdos abordados durante a prática lectiva.

3.2.1 Alterações de planeamento referente ao 10º CD

Em relação à planificação anual para esta turma, tínhamos inicialmente previsto para o terceiro período leccionar a modalidade de Voleibol. Contudo, e por opção do orientador tivemos de alterar a modalidade prevista para a modalidade de Basquetebol. Tal facto ficará a dever-se à possibilidade de podermos acrescentar uma nova modalidade àquelas por nós já vivenciadas.

3.2.2 Alterações de planeamento referente ao PASOC

Em relação à planificação anual para esta turma, e processando-se a aprendizagem por módulos, foram sendo feitas as alterações em função da situação que se vivia. Em primeira instância e de forma a não prejudicar os alunos, motivada pela ausência prolongada de uma professora da turma, o módulo de actividade física foi antecipado para o decorrer do primeiro período o que, conseqüentemente levou a que terminássemos a prática lectiva mais cedo.

Atendendo às especificidades e características de uma turma profissional foi necessário acrescentar aulas ao módulo de dança de modo a poder avaliar todos os alunos inscritos.

3.2.3. Recursos

Para a construção de qualquer Unidade Didáctica é importante conhecer todas as condições que a escola dispõe para que se possa planear da forma mais eficaz esse mesmo documento. Assim, para a construção da Unidade Didáctica, temos de considerar dois tipos de recursos: os materiais, os humanos.

3.2.3.1 Recursos Humanos

Os recursos humanos correspondem a todos os seres humanos que desempenham uma ou mais tarefas para o funcionamento de determinada aula. Neste caso em particular, os recursos humanos necessários para a aplicação da unidade são os seguintes:

- ☞ 1 Auxiliar de educação (responsável pela manutenção do material e controlo das entradas e saídas nos balneários);
- ☞ 3 Professores estagiários e 1 professor titular (responsáveis pela leccionação da matérias abordadas na Educação Física);
- ☞ 27 Alunos na turma da área científica - humanística ou 20 alunos na turma do curso profissional (principais destinatários das aulas).

3.2.3.2 Recursos Materiais

Em relação aos **Espaços Desportivos** disponíveis para as aulas de Educação Física, temos no recinto escolar, estruturas cobertas e exteriores. O exterior é constituído pelos Campos de Jogos Exteriores A1/B1 onde se encontra a caixa de areia e o campo

de jogos A2/B2, também vulgarmente conhecido por campo de “alcatrão”. Quanto às estruturas cobertas, a Escola possui dois Ginásios (Ginásio I e II).

Características das Instalações

Ginásio I

Características	
GINÁSIO I	➤ Pequena arrecadação para o material
	➤ Marcações de Voleibol - 1 campo
	➤ Marcações de Badmington
	➤ Casa de banho feminina e masculina destinada aos professores de educação física
	➤ Pequena sala do grupo de educação física
	➤ 12 Espaldares fixados na parede



Figura 1 – Arrecadação do material



Figura 2 – Ginásio I

Ginásio II

Características	
GINÁSIO II	➤ Relativamente mais pequeno em comparação com o G1;
	➤ Ausência de marcações, predominante utilizado para aulas de ginástica;



Figura 3 – Ginásio II

Campo de jogos exterior A1/B1

CAMPO DE JOGOS EXTERIOR A1 / B1 e CAIXA DE AREIA	Características
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Piso cimentado e pintado; ➤ Caixa de areia (onde são realizados os saltos e os lançamentos do atletismo); ➤ Marcações do lançamento do peso; ➤ Marcações de andebol/futebol; ➤ Marcações de basquetebol; ➤ Marcações de ténis; ➤ Locais de suporte para redes de voleibol e ténis.



Figura 4 – Campo de jogos A1



Figura 5 – Campo de jogos B1



Figura 6 – Caixa de areia

Campo de jogos exterior A2/B2

CAMPO DE JOGOS EXTERIOR A2/B2	Características
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Piso alcatroado; ➤ Marcação futebol; ➤ Marcações basquetebol;

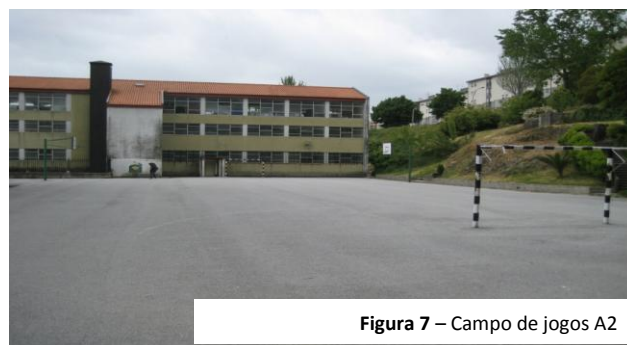


Figura 7 – Campo de jogos A2



Figura 8 – Campo de jogos B2

Todas as instalações desportivas são apoiadas por dois balneários (1 feminino e 1 masculino), ficando estes junto dos espaços interiores.



Figura 9 – Balneário masculino



Figura 10 – Balneário Feminino

Em relação ao **material existente** na escola secundária Frei Heitor Pinto os dados que se seguem foram fornecidos pelo Gestor de Instalações, o Professor José Isaías e serão apresentados apenas os utilizados nas modalidades abordadas.

Material Fixo/ Semi fixo

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO			
		NOVO	BOM	RAZOÁVEL	MAU
Barra fixa	1			1	
Paralelas assimétricas	1		1		
Paralelas Simétricas	2		1		1(**)
Trave alta	1			1	
Trave de aprendizagem	2			2	
Plinto (6 caixas)	1			1	
Plinto de espuma	1		1		
Plinto (inutilizado)	1				1(a)
Cavalo	1			1	
Bock Grande	1			1	
Bock Pequeno	1			1	
Colchões de Quedas	2			2	
Colchões Azuis Grandes	14		9	5	
Colchões azuis Pequenos	12		12		
Colchões Azuis Claros	8		8		
Colchões Verdes Grandes	7			4	3(**)
Colchões Verdes Pequenos	4			2	2
Tapetes de Ginástica	3			2	1(a)
Trampolins Rewter	3		2	1	
Bancos Suecos	9			6	3(**)
Postes de Ténis	2		2		
Postes de Voleibol	2		2		
Postes de Salto em Altura	2			2	
Tabela de Basquetebol	1			1	

(**) – Necessário reparar

(a) - Abater

Material de desgaste

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO			
		NOVO	BOM	RAZOÁVEL	MAU
Bolas de basquetebol	40		15	15	10(a)
Bolas de Andebol	30	20		5	5
Bolas de Voleibol	20	5	10	2	3(a)
Bolas Ginást. Rítmica	50			50	
Arcos Ginást. Rítm. Plást.	27			7	20(**)

Raquetas de Ténis	50		30	18	2(a)
Testemunhos Madeira	10			10	
Testemunhos Metal	8		8		
Compressor para Bolas	1				1(**)
Bomba de mão p/ Bolas	1			1	
Redes de Voleibol	3		1	1	1(a)
Redes de Futebol/andebol	2			2	
Redes de ténis	1		1		
Marcador de Voleibol	2			1	1(a)
Varetas de Voleibol	2				2(a)
Barreiras	18		10	8	
Pesos Metal Exterior	11		4	7	
Pesos para Interior	2			2	
Cones de sinalização	20 +10		20+10		
Bolas de Ténis	80	30		20	30(a)
Bolas Inic. de Voleibol	2			2	
Arcos Rítm. Compet. (DE)	6		6		
Bolas Rítm. Compet. (DE)	6		6		
Bolas Couro Voleib. (DE)	20		10	10	
Cronómetros	5				5(a)

(**) - Necessário reparar

(a) - Abater

Equipamentos desportos colectivos (Desporto Escolar)

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO			
		NOVO	BOM	RAZOÁVEL	MAU
Coletes	10		10		
Equip. Amarelo/Preto	12		10	2	
Equip. Verde/Azul	6		6		
Equip. Branco/Azul	10		8	2	
Equip. Azul	10		10		
Equip. G. Redes	2		2		

Material desporto aventura (Desporto Escolar)

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO			
		NOVO	BOM	RAZOÁVEL	MAU
Corda Dinâmica 50 m.	1				1(a)
Corda Dinâmica 25 m.	1				1(a)
Corda Dinâmica 25 m.	1				1(a)
Baudriers	4			4	
GriGri	1		1		
Mosquetão PETZL-ATTACHE	1		1		
Mosquetão FADERS	4			4	
Descensores "8" FADERS	3			3	
Cintas Expresso FADERS	2			2	
Mosquetões FADERS RECTOS	3			3	

Mosquetões FADERS CURVOS	3			3	
Corda Estática 40 m.	1				1(a)
Corda Estática 50 m.	1				1(a)
Cintas Tubulares	4			4	

3.2.5 Aspectos positivos e aspectos negativos

❖ Um factor que condicionou o funcionamento do estágio pedagógico foi o facto de não ser remunerado, por esse motivo levou-me a ter que encontrar outras actividades que me permitissem manter alguma estabilidade económica. Estas actividades retiraram-me algum tempo para que me pudesse dedicar a cem por cento ao estágio.

Esta opção acaba por não ser uma escolha tornando-se assim uma necessidade perante o nosso dia-a-dia.

❖ Uma das actividades que desenvolvi fora a leccionação de aulas de actividade física ao primeiro ciclo de escolaridade, em escolas do Concelho da Covilhã, onde tenho à minha responsabilidade três turmas, divididas por diferentes faixas etárias. Apesar não poderem ser equiparadas penso que de certa forma esta experiência contribui também para que progressivamente me fosse libertando e soltando como professora.

❖ Um outro factor marcante e determinante prende-se com as turmas em que leccionei, isto é, apesar de serem turmas pertencentes ao mesmo ano de escolaridade as suas características e especificidades, levam a motivações completamente distintas entre si.

❖ Já o facto de estarmos quatro professores associados às mesmas turmas parece-me um pouco negativo para os nossos alunos. É certo que talvez concorde quando afirmam que é positivo uma vez que experimentam estratégias e metodologias diferentes, no entanto, é maioritariamente prejudicial na minha opinião uma vez que, o mudar constantemente de professor ao longo do ano lectivo acarreta que tenham que adaptar-se constantemente a cada um dos professores.

❖ Outra das lacunas que senti, foi ao nível do conhecimento científico, isto é, a minha prestação foi fortemente condicionada por não dominar um conjunto de vivências práticas das modalidades abordadas. Tal situação poderá dever-se a alguma

pobreza de conteúdos práticos da licenciatura que frequentei nos anos antecedentes.

- ❖ Outro aspecto que foi positivo consistiu no facto de a maioria dos professores da escola, e aqui incluo o Dr. Carlos Elavai, exigirem-nos que os tratássemos como colegas de profissão. Do meu ponto de vista para uma boa, rápida e completa integração no meio escolar é necessário o contributo de pessoas já inseridas nesse mesmo meio, no sentido de criarem novos "laços", novas amizades, novos contactos e convívio necessário a todo o ser humano comunicante. No seguimento do acima referido e verdade seja dita nenhum de nós (estagiários) se poderá queixar de falta de integração por parte de todos os professores da escola secundária Frei Heitor Pinto.
- ❖ Como não poderia deixar de ser, devo salientar que, foi fundamental para nós estagiários e iniciantes no que respeita à prática docente, o nosso Orientador sempre assumir uma postura extremamente correcta e de inteira disponibilidade perante todas as situações que foram surgindo ao longo deste período. Atribuo-lhe por isso, grande parte da responsabilidade pela minha evolução enquanto professora, pelas suas observações pertinentes e sugestões de grande utilidade. Além disso, as suas experiências de vida permitiram-me crescer e ver diversas coisas com outros olhos.

4. Direcção de turma

Neste item e antes de mais será importante referir que ao nosso Orientador de Estágio Doutor Carlos Elavai não foi atribuída qualquer direcção de turma. No entanto, e tendo em conta que esta será uma valência extremamente importante para nós como futuros professores, fui perguntado aos directores das turmas a que demos aulas se permitiam que os acompanhássemos e ajudássemos nas diferentes tarefas que teriam de desempenhar.

Tentei, ao longo destes três períodos lectivos, acompanhar e auxiliar o trabalho do Director de Turma, pois considero de extrema importância conhecer, pelo menos alguns dos processos administrativos do director de turma. Tenho muita tristeza de algumas das vezes não ter podido acompanhar e trabalhar mais com o director de

turma, devido à incompatibilidade de horários. Não obstante, realizei uma Caracterização da Turma partindo dos dados recolhidos no Inquérito Individual do Aluno, preenchido na primeira aula do director de turma e que continham informações relativas a dados pessoais do aluno; transportes; passado escolar; saúde; alimentação e ocupação de tempos livres.

Esta caracterização dá a conhecer aos professores das diferentes disciplinas o perfil individual do aluno. Desta forma, podem preparar o seu trabalho diário com o objectivo de despertar nos alunos uma maior motivação, empenho e interesse pelo estudo para um melhor aproveitamento escolar de cada um dos alunos.

Estas informações foram fornecidas aos diferentes professores da turma na reunião de avaliação formativa do 1º período.

Outra das minhas tarefas consistiu em semanalmente executar o levantamento de faltas e inseri-las no programa específico para o efeito.

Apesar de a minha turma ser por norma assídua, fiquei “abismada” ao assistir ao trabalho diário de outros directores de turma que marcavam faltas sistematicamente aos mesmos alunos, o que implicava muito trabalho burocrático tal como endereçar cartas aos encarregados de educação, etc. De facto, não tinha a consciência de que o trabalho de direcção de turma ocupasse tanto tempo extra horário do seu director.

Estar presente em reuniões com os encarregados de educação foi também uma das facilidades que o Director de turma me permitiu, no entanto e devido a situações profissionais extra estágio não pude estar presente. De facto, é com grande pena que não estive presente pois penso que estes são momentos chave para aproximar professores e encarregados de educação e estabelecer relações e pontos de vista que ajudam o trabalho diário de pais e professores nesta dura realidade que é educar.

5. Actividades desenvolvidas para a escola

As actividades que abaixo são referenciadas inserem-se num conjunto de actividades propostas e promovidas pelo núcleo de estágio de educação física da escola Frei Heitor Pinto, no ano lectivo 2009/2010.

Posto isto, será de esperar que neste item os relatórios de estágio possam estar coincidentes, uma vez que as actividades e respectivo relatório foram elaborados em conjunto

Ferramenta pedagógica

No âmbito da cadeira de Seminário I, do mestrado que frequento, propusemo-nos enquanto núcleo de estágio construir uma ferramenta pedagógica que pudesse servir de base, justamente pensando em pessoas como nós (estagiários e professores) facultando e transmitindo conteúdos e conhecimentos que lhes permitam uma maior vontade na leccionação da modalidade de ginástica.

Penso, de uma forma geral, que foi uma actividade que exigiu muito e foi muito trabalhosa a sua elaboração. Todavia, consegui atingir todos os objectivos a que me propus ao desenvolver uma actividade deste tipo. O balanço desta actividade é positivo, tendo sido gratificante constatar que todos os elementos do grupo disciplinar que assistiram à apresentação da mesma gostaram muito e que tudo correu bem. Enquanto grupo de estágio esta actividade foi frutífera, na medida em que também me proporcionou adquirir mais conhecimentos pertinentes que serão úteis ao longo da minha actividade como docente. Assim, possibilitou-me obter experiência neste campo e, principalmente, ter a consciência de como é necessário que projectos deste género sejam concretizados para que possamos manter a nossa leccionação motivante, estimulante e adequada às constantes necessidades dos nossos alunos.

Fun Sport Competition

Esta actividade foi programada e planeada no âmbito do estágio pedagógico realizado por nós, estagiários da escola Frei Heitor Pinto, na área da educação física.

De certa forma, pretendemos com esta actividade efectuar uma mostra das nossas capacidades de organização de modo, a fazer face a um dos itens da nossa avaliação denominado por participação na escola.

Infelizmente e devido a diversas razões a actividade não foi realizada embora toda a parte da organização e programação tenha sido realizada.

Na escola Frei Heitor Pinto, cabe às turmas da opção de desporto a promoção, organização e dinamização de actividades desportivas nos últimos dias de aulas, uma

vez que faz parte integrante da sua avaliação. Esta decisão de certa forma condicionou a possibilidade de êxito da nossa actividade uma vez que perante as actividades existentes, torneio de futebol e voleibol e visto serem actividades bastantes motivantes e apelativas para esta faixa etária., seria natural esperar uma certa redução de interessados na realização da actividade uma vez que os mesmos estariam nas outras actividades.

Ainda assim e porque queríamos igualmente dar o nosso contributo planeámos, programámos e divulgámos a actividade Fun Sport Competicion. Recorrendo à associação de estudantes, rádio e sala dos professores tornámos visível a nossa proposta estabelecendo como data limite de inscrições o penúltimo dia antes da actividade. Para nossa desilusão nenhuma equipa se inscreveu, mais um dos factores justificativos para a não realização da mesma.

Considerando que toda a parte de programação estava feita, decidimos realizar a actividade de forma livre e sem a obrigatoriedade de inscrições. No entanto, a actividade acabou por não se realizar na mesma, desta vez por causa das condições climatéricas.

Desta forma as condições climatéricas desse dia foram desfavoráveis, uma vez que a chuva que se fazia sentir inviabilizava qualquer actividade no espaço exterior da escola, principalmente quando há material envolvido como na nossa actividade.

Perante estas condições, haveria a possibilidade de as actividades serem realizadas nos espaços interiores, no entanto importa realçar que se por um lado o Ginásio I estava ocupado com o torneio de Voleibol por outro o ginásio II não reúne as condições mínimas necessárias para a realização das diferentes estações.

Tendo sido uma actividade do grupo, coube-me a mim pessoalmente desenvolver algumas tarefas para que a mesma fosse exequível tais como: distribuição de cartazes, elaboração da ficha de inscrição, impressão de documentos, intervenção activa na escolha das estações a serem desenvolvidas, entre outras.

A título de conclusão foi com algum desânimo que suspendemos a realização da actividade, no entanto, não achamos que o tempo foi totalmente desperdiçado pois esta situação contribuiu em muito para a nossa formação como futuros professores uma vez que foi uma alerta da forma como se processam as actividades extra aulas.

Esperamos que de futuro possamos corrigir/colmatar alguns dos erros de principiantes que cometemos.

Heitoríadas

A actividade "Jogos tradicionais" esteve associada ao projecto das Heitoríadas 2010 que por sua vez está enquadrada no Plano de Actividades da Escola Frei Heitor Pinto, sendo organizada pelo Núcleo de Estágio de Educação Física.

Considerando, que o clima e o ambiente vivido entre os diferentes agentes educativos e a relação que os Alunos mantêm com a Escola condicionam as aprendizagens, esta actividade pretendeu ser um factor de promoção do sucesso educativo.

É neste sentido, que actividades como esta assumem particular importância, tendo em vista a aproximação de toda a comunidade escolar, ou seja, alunos, Professores e Auxiliares da Acção Educativa da Escola, integrando-os numa actividade que pretende ser cada vez mais atractiva e aliciante.

A actividade dos Jogos Tradicionais foi uma das marcas que o núcleo de estágio do ano 2009/2010 quis deixar na escola Frei Heitor Pinto da Covilhã.

Quando inicialmente nos foi proposto pelo nosso orientador que tivéssemos uma participação activa nas Heitoríadas, ficámos um pouco assustados devido à insegurança de podermos não conseguir construir uma actividade que fosse motivante e entusiasta para todos os elementos da comunidade escolar como: funcionários, alunos e professores, no entanto e perante algumas conversas mantidas após o culminar da actividade foram ultrapassadas todas as nossas expectativas.

Pouco passava das oito e trinta da manhã quando a organização chegou ao local de realização da actividade com o objectivo de efectuar a montagem de todas as estações. Apesar de, ainda pouca gente se encontrar no local, já se ouviram alguns comentários bastantes positivos e animadores perante os jogos propostos, o que fazia aumentar o nosso entusiasmo e expectativa sobre a actividade.

Como seria de esperar, o facto de estarmos num espaço aberto e estando dependentes das condições logísticas e de som existentes criaram-se alguns problemas que ao longo do dia foram sendo ultrapassados, nomeadamente, o som era baixo e não se ouvia em todo o espaço o que provocava atrasos na chegada das equipas, as

condições climatéricas que se faziam sentir obrigavam a uma continua hidratação de toda a comunidade escolar levando por isso a movimentações constantes, entre outros.

No que diz respeito agora à nossa prestação propriamente dita, começámos desde logo a ser postos à prova, isto porque durante o pré teste realizado pela organização nas diferentes estações, o material de uma delas (um par de andas) ficou danificado, impossibilitando que se realizasse esta estação. No entanto não se tornou um grave problema visto que já tínhamos planeado um jogo alternativo para o caso de surgir algum impedimento desta ordem ou outra, que foi imediatamente inserido.

Outra situação crítica com que nos deparamos foi a inscrição de várias equipas no local e dia da actividade, visto termos dado essa possibilidade no próprio regulamento afixado no local. Esta questão obrigou a constantes actualizações das inscrições e respectivos horários mas tirando uma ou outra equipa foi decorrendo tudo dentro da normalidade possível numa actividade deste âmbito. Esta questão poderá ser sentida de dois pontos de vista, isto é, se por um lado se tornou uma dificuldade, por outro revelou-se uma mais-valia na medida em que permitiu integrar um maior número de participantes na actividade.

Quase no fim, resta-nos mencionar com enorme orgulho que ao longo do dia participaram na nossa actividade 30 equipas distribuídas por várias faixas etárias e estatutos (alunos, professores e funcionários), evidenciando constantemente empenho, espírito de equipa e sentido de humor despoletado pelos vários desempenhos, o que permitiu que sentíssemos a sensação do dever e objectivos cumpridos.

6. Conclusões

É com alegria, mas também com nostalgia, que escrevo as últimas linhas, não só por ser o último ano do meu mestrado, mas também porque reflecte um marco muito importante da minha vida, já que é a concretização de um dos meus maiores objectivos.

Acabo este ano de Estágio Pedagógico, com a certeza de que o conjunto de experiências que me foram sendo proporcionadas durante o mesmo não é certamente suficiente para me tornar uma excelente professora, mas é indispensável para me revelar o caminho para que um dia consiga lá chegar. Atingi a maioria dos objectivos com que me tinha comprometido inicialmente, mas a conclusão que retirei no final é que, este foi apenas o primeiro passo de um longo caminho a percorrer. Os progressos que realizei permitiram-me ter a percepção que ainda existe muito a aprender, sempre na busca da melhoria de competências e absorvendo conhecimentos de todas as fontes que me rodeiam.

Para finalizar, expresso aqui o meu agradecimento aos colegas de estágio, ao André e ao João, que com muitos momentos de palhaçada e trabalho, tornaram possível esta concretização pessoal.

É com grande orgulho que encaro todo o trabalho realizado pelo grupo ao longo deste ano!

7. Recomendações

Para concluir, julgo ser de primordial importância dar a conhecer algumas lacunas/dificuldades que senti durante o Estágio Pedagógico e sobre as quais considero ser importante reflectir. Assim, apresentarei algumas sugestões para os futuros Estágios:

- ❖ Um factor que condicionou o funcionamento do estágio foi o facto de não ser remunerado, por esse motivo levou-me a ter de que encontrar outras actividades que me permitissem manter alguma estabilidade económica. Estas actividades retiraram-me algum tempo para que pudesse estar a cem por cento dedicado ao estágio.

Assim, urge encontrar um equilíbrio entre os cortes financeiros e aquilo que se exige a estagiários trabalhadores

- ❖ Atendendo que este, foi um ano de teste ao nível deste mestrado é importante agilizar processos uma vez que de futuro é primordial que desde o primeiro dia do aluno estagiário este esteja ao corrente de quais os critérios da sua avaliação.
- ❖ Penso que teria sido fundamental que houvesse uma maior ligação entre o tipo de trabalhos desenvolvido por cada núcleo de estágio para que, pudéssemos enriquecer de uma forma mais produtiva o nosso leque de conhecimentos e aprendizagens
- ❖ Sendo esta uma das últimas etapas pelas quais o estagiário passa antes de estar apto para ingressar na carreira docente torna-se fundamental que o seu orientador de estágio possa proporcionar todas as valências de um professor, entre as quais direcção de turma, desporto escolar, leccionação e envolvimento em actividades para o meio escolar.

Por último, tenho a referir que, estas sugestões são opiniões minhas, não devendo ser interpretadas de outra forma.

8. Bibliografia

- Dossier de estágio da Escola Secundária Frei Heitor Pinto elaborado pelo núcleo de estágio de educação física do ano lectivo 2009/2010
- Documento regulador fornecido pelo grupo disciplinar, criado para o presente ano lectivo onde são apresentadas competências e conteúdos a transmitir
- Inventário das instalações cedido pelo professor José Isaías
- Regulamento do Estagio pedagógico, documento elaborado para o ano lectivo vigente e proposto pela Universidade da Beira Interior

Informação Online

- Currículo Nacional do Ensino secundário. Competências Essenciais

Disponível em: <http://www.dgidc.min-edu.pt/public/cnebindex.asp>

- Projecto Educativo da Escola

Disponível em: <http://www.esfhp.pt/>

9. Anexos

- Dossier de estágio da Escola Secundária Frei Heitor Pinto elaborado pelo núcleo de estágio de educação física do ano lectivo 2009/2010

Nota informativa: os anexos devido ao seu extenso tamanho foram colocados no cd criado propositadamente para o efeito.