

O Final de uma Caminhada

Relatório de Estágio Profissional

Mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

Relatório de Estágio Profissional com vista à obtenção do 2º Ciclo de Estudos conducente do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, ao abrigo do Decreto-Lei no74/2006, de 24 de março, na redação dada pelo Decreto-Lei 65/2018, de 16 de agosto e o Decreto-Lei no 79/2014 de 14 de maio.

Orientadora: Professora Doutora Paula Queirós

Carla Raquel Azevedo Almeida

Porto, setembro de 2022

Ficha de catalogação

Almeida, C.R.A. (2022). O Final de uma Caminhada. Relatório de Estágio Profissional. Porto: C, Almeida. Relatório de estágio profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL, EDUCAÇÃO FÍSICA, APRENDER, ENSINAR.

Dedicatória

Dedico este relatório de estágio em primeiro lugar a mim própria, uma vez que fico contente passados 28 anos de ter ingressado na faculdade e não ter terminado na data que era suposto, consegui-lo realizar agora quase com 50 anos foi um feito do qual me orgulho.

Dedico aos meus filhos que foi por causa deles que decidi voltar a estudar e terminar o que não estava acabado, para conseguir realizar uma mudança para melhor na minha vida e poder proporcionar-lhes uma vida mais estável, não sei se vou conseguir ou não, mas a minha intenção será sempre essa.

Dedico aos meus pais porque sei que era um sonho que eles tinham, de me ver com o curso concluído. Demorou, mas foi. Acreditem que não foi nada fácil para mim este percurso nesta altura da minha vida, espero que fiquem orgulhosos de mim.

Agradecimentos

Agradeço a todos que de alguma maneira contribuíram para a minha caminhada até aqui, desde a família, professores, serviços administrativos, colegas e todos os que fizeram parte deste processo.

O meu muito obrigado a todos.

ÍNDICE

Dedicatória	i
Agradecimentos	iii
ÍNDICE	v
Resumo	ix
Abstract	xi
1. Introdução	1
2. Enquadramento biográfico	3
2.1. Quem sou eu?.....	3
2.2. Entrada na faculdade	3
2.2.1. Em estágio	4
2.2.1.1. A escola de estágio	4
2.2.1.2. Expectativas do estágio	6
2.2.1.3. O grupo de estágio.....	6
2.2.1.4. A realidade do estágio.....	7
3. Enquadramento.....	9
3.1 As minhas características enquanto professora	9
3.2. As características dos meus alunos	11
3.2.1 Como turma.....	11
3.2.2. Como alunos	11
3.2.3. As suas expectativas enquanto alunos (questionários elaboradosno início do ano letivo)	12
4. Enquadramento da prática profissional	13
4.1. A função da educação física na escola	13
4.2. Objetivos da educação física na escola	17
4.3. A minha perceção	17

4.4.	A percepção dos alunos.....	18
4.5.	A educação como ação de educar ou educar	19
4.6.	A modernização da sociedade e as mudanças no comportamento dosalunos....	20
5.	Realização da prática profissional.....	23
5.2.	Planeamento Anual	24
6.1.	Unidade didática.....	25
5.4.	Plano de aula	26
5.5.	Avaliação.....	28
6.	Conclusão	29
	Referências Bibliográficas	31

Resumo

Este documento designa-se relatório de estágio e pretende ser o descrever deste ano letivo e de todas as experiências de ensino e aprendizagens que decorreram ao longo do mesmo. Por isso mesmo, serão apresentadas ao longo do presente relatório algumas destas experiências e os ensinamentos que com estas vêm, este estágio trouxe de novo ao meu percurso académico inúmeras situações que só um estágio numa escola poderia trazer, isto porque, todos os dias são trazidas novas situações das quais o professor deve perceber e se necessário resolver consoante o que lhe é apresentado. Trata-se de um estágio diferente no sentido em que cada dia pode trazer uma nova surpresa e não é algo que se planeia e decorre como idealizamos, a experiência na Escola secundária de Rio Tinto fez-me perceber que dar aulas não se trata de uma profissão monótona, mas sim numa profissão desafiante e que me faz querer aprender e ensinar cada vez mais a mim mesma. Sendo por isso, detalhado ao longo do relatório a forma que este estágio foi enriquecedor e o prazer que foi acompanhar as turmas que me foram atribuídas e conseguir realizar a partir disso o presente relatório. Tendo em conta que este estágio serviu de amostra para o que a profissão que estudamos exige, tendo sido possível observar os comportamentos que na teoria aprendemos, e que na prática podemos finalmente observar e sentir de perto o que realmente, eu, tanto ambicionava, ensinar. De acordo com isso, são descritas ao longo deste relatório todas as realidades e dificuldades que existiram no decorrer do mesmo, servindo de base para o início da profissão de docente, podendo refletir no mesmo todos os pontos cruciais que serão necessários ter em conta ao longo do meu percurso daqui para o futuro.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL, EDUCAÇÃO FÍSICA, APRENDER, ENSINAR.

Abstract

This document is called an internship report and is intended to describe this school year and all the teaching and learning experiences that took place throughout it. For that reason, some of these experiences and the lessons that come with them will be presented throughout this report, this internship has brought back to my academic path countless situations that only an internship in a school could bring, because every day they are brought new situations that the teacher must understand and, if necessary, resolve according to what is presented to him, it is a different stage in the sense that each day can bring a new surprise and it is not something that is planned and takes place as we idealized, the experience at the secondary school in rio tinto made me realize that teaching is not a monotonous profession but a challenging profession that makes me want to learn and teach myself more and more. Therefore, it is detailed throughout the report how this internship was enriching and the pleasure it was to accompany the classes assigned to me and to be able to produce this report from that.

Bearing in mind that this internship served as a sample for what the profession we are studying requires, and it was possible to observe the behaviors that we learned in theory, and that in practice we can finally observe and feel closely what I really wanted to teach. Accordingly, throughout this report, all the realities and difficulties that existed during the course of the report are described, serving as a basis for the beginning of the teaching profession, and may reflect in it all the crucial points that will need to be taken into account throughout. of my journey from here to the future.

KEYWORDS: PROFESSIONAL INTERNSHIP, PHYSICAL EDUCATION, LEARNING, TEACHING.

1. Introdução

Ao longo do ano letivo em que foi realizado o estágio profissional do qual aborda o presente relatório foi um ano letivo que a nível pessoal me fez desencadear reações e sentimentos que me fizeram crescer e perceber que cada etapa deve ser levada de forma calma e com a intuição que tudo pode ser alcançado. Enquanto estagiária consegui, ao longo do tempo, perceber que este estágio se tornou em algo muito mais sério e desafiante do que apenas um estágio profissional. Este, além das experiências e ensinamentos que me permitiu vivenciar e agora passar para o papel, através deste relatório, fez-me entender o porquê de ter escolhido a educação física, tornei a sentir o porquê de ter optado por este curso. Senti, durante este estágio, que estava no sítio certo.

É possível ao longo do presente relatório analisar a função, explicando e refletindo, de forma crítica e apoiada, todo o processo de ensino e aprendizagem que ocorreu durante o meu estágio profissional na escola secundária de Rio Tinto e na escola EB 2/3 de Baguim do Monte. Este é o fim de um ciclo de estudos através do qual começamos a construir a nossa identidade profissional. O estágio foi constituído com um núcleo de estágio de 4 elementos e a orientação e supervisão de uma professora orientadora e um professor cooperante. A organização deste documento por capítulos é:

- Introdução
- Enquadramento biográfico
- Realização da prática profissional

Em suma, é possível ao longo da leitura do documento, além de perceber de uma forma pessoal o que foi o estágio para mim, ainda, constatar informação investigada de acordo com o necessário para detalhar os assuntos que envolvem tudo o que é preciso para o bom funcionamento de lecionação de aulas de educação física.

2. Enquadramento biográfico

2.1. Quem sou eu?

Desde cedo que iniciei a minha atividade desportiva, sempre foi minha intenção concorrer à faculdade de desporto e ser professora de educação física. Penso que tenho as características certas para desempenhar a função de docente.

Iniciei o meu percurso desportivo na prática de natação a qual pratiquei até aos 16 anos idade em que me saturei daquela modalidade e decidi mudar. Iniciei nesta idade a prática de remo na qual obtive os meus melhores resultados desportivamente e representei a seleção nacional, tendo disputado diversas provas nacionais e internacionais. Com a prática desta atividade e integrando a seleção nacional obtive o estatuto de alta competição o qual me permitiu a entrada na faculdade de desporto, na qual iniciei o meu percurso académico que me iria permitir lecionar educação física, tal não aconteceu, uma vez que não terminei o curso na data que era suposto, tendo enveredado, pela lecionação de aulas de grupo, musculação, natação e hidroginástica em diversos ginásios. Tendo o curso ficado em segundo plano e conforme mencionado anteriormente, não o terminei. No entanto ficou sempre um vazio, por não ter terminado o curso, com que sempre sonhara. Entretanto a minha vida teve vários pontos positivos e negativos e num desses momentos achei que deveria retomar o que tinha ficado inacabado. Regressando de novo à faculdade para o terminar.

2.2. Entrada na faculdade

Após a entrada na faculdade em 1994, foi tudo novo para mim estava repleta de sonhos e achava aquela data de que os iria realizar. Tal não aconteceu e agora passados vinte e sete anos regressei à faculdade com a intenção de os realizar agora.

As expectativas eram completamente diferentes uma vez que a idade e a experiência de vida eram totalmente diferentes. Continuo a pensar que tenho todas as qualidades para conseguir ser uma boa professora, gosto de lecionar e interagir com os alunos. Agora após o estágio e tendo-o realizado com turma do secundário e do primeiro ciclo, admito que me identifico mais a lecionar o

secundário, não descartando nunca se tiver oportunidade de ficar colocada no primeiro ciclo ou no ensino básico.

Mas, pessoalmente identifico-me mais com os alunos mais velhos. Encaro a escola de uma maneira diferente, uma vez que já tenho filhos não consigo identificar unicamente o papel de professor, mas o de mãe está sempre presente.

Neste sentido tendo frequentado a faculdade em duas alturas completamente diferentes da minha vida, identifico as duas visões que tive e senti. Numa primeira fase com vontade de mudar o mundo e fazer mil e uma coisas diferentes, achando que havia diversas situações que eu não concordava e ia conseguir alterar. Nesta fase continuo com a vontade de fazer mais e melhor, mas tendo plena consciência que não vou conseguir mudar o mundo e sim terei de me adaptar a ele, tentando deixar a minha marca para que os alunos tenham uma boa experiência a nível escolar enquanto são meus alunos, que lhes consiga transmitir a mensagem de que tudo é possível na vida bastando ter força de vontade e que consiga marcar as suas vidas de uma maneira positiva.

2.2.1. Em estágio

2.2.1.1. A escola de estágio

A escola na qual fiquei colocada para realizar o estágio, foi a ESRT (fig.1), a qual faz parte do Agrupamento de Escolas de Rio Tinto nº3.



Figura 1- Escola Cooperante

A mesma está inserida numa zona de grande densidade populacional, o que se traduz num elevado número de alunos.

A escola é relativamente nova e conta com infraestruturas bastante boas. A nível de espaços para a lecionação de educação física é constituída por um pavilhão exterior coberto, no qual existem três campos a serem partilhados pelos diversos docentes, mediante o roulement. Existe ainda um campo interior, uma sala de ginástica, dois campos exteriores descobertos e um campo de ténis. Como pode ser visto na descrição, a nível de recursos espaciais é uma escola com ótimas condições.

A nível de material para a realização e utilização nas aulas, existe o necessário para o normal funcionamento das aulas, tendo todos os alunos acesso a todo o material que seja necessário. Na minha perspetiva, a nível de condições e material é uma escola exemplar, tendo todas as condições necessárias a um bom desempenho e boa lecionação. Uma vez que muitas escolas não possuem os recursos necessários para que os docentes possam lecionar nas melhores condições, tendo de utilizar imaginação e estratégias para conseguir ultrapassar algumas lacunas a nível logístico, o que não acontece de todo nesta escola, situação essa que já é uma vantagem para os docentes que lá se encontram.

Os colegas docentes sempre se disponibilizaram para ajudar no que fosse necessário, bem como o diretor sempre que foi solicitado, para qualquer ajuda que necessitássemos.

A escola dispõe como oferta letiva de cursos de formação regular, assim como cursos técnico-profissionais. Tem como objetivo de “toda a comunidade escolar que esta seja uma escola de referência, pela formação cívica, sucesso académico e profissional dos seus alunos, pela satisfação dos jovens e famílias e pela qualidade do seu ambiente interno e das relações externas. A Escola pretende, ainda, ser referência a nível da educação de todos os cidadãos da sua comunidade, ao longo de toda a sua vida, tendo como objetivo central colocar o desenvolvimento humano no coração do desenvolvimento social.” Assim sendo, entre alguns dos princípios que esta enumera na sua exposição podemos observar os seguintes:

- promover uma cultura de qualidade, exigência e responsabilidade, mediante uma atitude crítica e de autoquestionamento tendo em vista a qualidade dos processos e dos resultados;

- promover o desenvolvimento de valores partilhados e de um clima propício à mudança e manutenção de uma cultura de colaboração ao longo de todo o processo de crescimento;
- valorizar as dinâmicas de autoavaliação, apoiadas por mecanismos externos e independentes (articulação da avaliação externa/equipa externa com a avaliação interna/equipa interna).

2.2.1.2. Expectativas do estágio

As minhas expectativas para este estágio eram enormes, uma vez que o iria realizar passados 20 anos do que era suposto. Encontrava-me num misto de sentimentos, enquadrados com muito nervosismo, mas agora sim, até que enfim que cheguei aqui.

O estágio na minha perspetiva seria para colocar em prática o que aprendi durante a licenciatura, o mestrado, mas no meu caso em específico acrescentar uma experiência de trabalho que pude adquirir durante todos estes últimos anos da minha vida. Queria colocar em prática todas as ideias que tinha concebido na minha cabeça, para as boas práticas letivas. Isto porque o meu objetivo ao realizar o curso de educação física sempre foi lecionar aulas na escola, infelizmente os planos da minha vida foram outros.

Estava igualmente expectante em relação aos alunos, uma vez que a realidade que existe atualmente nas escolas é bastante diferente da que eu tinha memória.

2.2.1.3. O grupo de estágio

A primeiro ver, para mim, o grupo de estágio iria ser um aspeto desafiante, uma vez que os meus colegas têm a idade dos meus filhos e eu não sabia como iríamos interagir com tanta diferença de idade, principalmente a nível de perceção das diferentes situações, uma vez que uma pessoa de vinte anos, não vê as situações de igual forma a uma de cinquenta. Por isso mesmo, pensei que o desafio iria ser maior. No entanto, a realidade foi bem melhor, penso que nos entendemos todos bem.

Obviamente que como em todos os relacionamentos, houve situações boas, outras menos boas, possivelmente agora depois de terminar e olhando para trás, haveria situações que mudaríamos, mas fica a experiência e a aprendizagem para situações futuras.

Como grupo de trabalho não funcionou da melhor forma, uma vez que havia modos muito diferentes de pensar e de encarar as situações, podendo ter havido mais entreatajuda entre os elementos. Conforme já referi, as relações não são perfeitas e a nossa também não o foi.

O professor cooperante foi sempre um elo entre o grupo, tentando mediar algumas situações que iam surgindo de modo que tudo se desenrolasse da melhor forma possível. Sempre foi um professor preocupado com o nosso desenvolvimento enquanto alunos e que enquanto docentes nos devíamos sempre empenhar ao máximo.

Foi fornecendo sempre feedbacks de modo que conseguíssemos obter os melhores resultados possíveis, corrigindo inicialmente os nossos planos de aula e mais tarde permitindo a liberdade de irmos descobrindo o caminho que queria percorrer, fornecendo sempre indicações e considerações para assim conseguirmos realizar as nossas aulas do melhor modo possível, sem falhas de maior. Quando as havia fornecia feedbacks para que pudéssemos melhorar e principalmente refletir no que havíamos feito de errado. “Ninguém caminha sem aprender a caminhar, sem aprender o caminho caminhando, refazendo e retocando o caminho pelo qual se propôs a caminhar” (Paulo Freire – O bichinho do saber).

2.2.1.4. A realidade do estágio

O estágio, a meu ver, decorreu dentro do esperado. Senti dificuldades ao nível de conseguir ter tudo organizado atempadamente, uma vez que a minha vida pessoal e profissional me preenchia bastante tempo, e conseguir conciliar tudo foi um esforço muito grande.

Mesmo com todas as variantes acho que fiz um bom trabalho, tendo conseguido, em termos práticos, interagir com a turma da melhor forma possível,

tendo abordado todos os conteúdos que eram propostos e principalmente notando que a turma conseguiu evoluir de uma forma salutar, com alegria, e com interesse da parte deles. Penso que consegui que eles percebessem o que era pretendido e proposto, havendo empenho e esforço da parte dos alunos em cooperar e aprender, executando sempre o que lhes era solicitado.

Senti que não estava completamente à vontade em todas as matérias, denotando que será necessário de futuro realizar um estudo mais aprofundado em alguns pontos. Mas, mesmo assim, não senti que me impediu de lecionar da forma mais correta.

Obviamente que houve aulas que funcionaram melhor que outras, em algumas senti-me frustrada por não conseguir passar a mensagem do melhor modo, no entanto em todas elas senti que ia vencendo uma batalha a cada dia. O estágio deverá ser um momento de superação de obstáculos, de diálogo e de lições em seus fundamentos teórico-práticos. Que cada estagiário encontre sua identidade como professor e seu jeito de caminhar no ensino da Educação Física. Acreditamos que se o curso de formação de professores, quer realmente formar docentes com condições de se inserir nas escolas de modo a propor um ensino significativo, de mudanças nas concepções de cultura e valores para a vida, o estágio deverá ser um trabalho coletivo.

“Se você conhece o inimigo e se conhece a si mesmo, não precisa temer o resultado de cem batalhas. Se você se conhece, mas não conhece o inimigo, para cada vitória ganha sofrerá também uma derrota. Se você não conhece nem o inimigo nem a si mesmo, perderá todas as batalhas” (Sun Tzu – A arte da Guerra).

Penso que com todas as frustrações e vitórias o caminho se fez caminhando, refletindo diariamente em todas as aulas lecionadas, quais foram os pontos negativos, os pontos positivos, o que melhor se encaixa em determinada turma ou aluno e assim ir melhorando de aula para aula.

3. Enquadramento

3.1 As minhas características enquanto professora

“Há um esboço e um projeto de homem à espera de realização. Sei que nem todos podem ser campeões, mas todos podem transcender-se e superar-se, dar e revelar o melhor de si mesmos. Todos podem ser vencedores na corrida por uma forma nova, trocando o menos e o insuficiente, que estão dentro de nós, pelo mais e o suficiente que estão fora de nós. Sim, sou agente dessa troca, dessa permuta e sublimação; ajudo a trocar receios, medos e lágrimas por confiança, entusiasmo e riso, tanto no corpo, como no coração e na alma.”
(Bento, 2013, p.53)

Para Nóvoa (2009) existem 5 características que identificam um bom professor: o conhecimento, a cultura profissional, o tato pedagógico, o trabalho em equipa e o compromisso social. Nesta linha de ideias, conclui-se que um professor deve assumir o papel de transmissor de conhecimentos e valores.

Na minha opinião, enquanto professora sou um ser humano compreensivo, atento, preocupado, mas disciplinador.

Sempre achei de máxima importância perceber e entender cada aluno individualmente, fora do contexto da turma. Uma vez que existem alunos com vivências mais complicadas do que outros e isso poderá afetar ao nível do rendimento escolar, e é obrigação do docente conseguir perceber esses sinais para conseguir obter o melhor resultado de cada um, conseguindo ultrapassar situações menos agradáveis a que os alunos possam estar sujeitos.

Penso também que é função do professor não só ensinar, mas também educar, uma vez que atualmente nos jovens a falta de respeito por todo o conteúdo da escola, no qual estão envolvidos os colegas, os docentes e os auxiliares da escola, existe porque as prioridades foram sendo alteradas e o que antes era visto como normal, atualmente caiu em desuso.

Como um simples obrigado, por favor, com licença, desculpe e todas estas situações deverão ser cultivadas pelos docentes. Devemos ajudar a formar melhores pessoas, os alunos de hoje vão ser os adultos de amanhã, os quais poderão ter impacto na sociedade futura, poderão ter uma mente mais aberta,

mas repleta de gratidão e amor pelo próximo, só assim se poderá conseguir um futuro mais risonho para todos.

Eu continuo a acreditar que os docentes são para além dos pais, os adultos que mais poderão influenciar as crianças no seu processo de desenvolvimento e crescimento, nesse sentido, todo o esforço realizado para além do ensino das próprias aulas é tão importante ou mais formar futuros adultos.

Na minha opinião, não se deve tentar ser “amigo” dos alunos, no conceito de colega, eles deverão estar conscientes que um professor é uma figura que se deve respeitar e que está lá para os ensinar tanto na componente letiva como na pessoal. Devem encarar o professor como uma figura a respeitar, mas que, no entanto, está lá para os auxiliar no que necessitarem tanto a nível académico como pessoal se assim for necessário e se assim for encaminhar ou aconselhar da melhor forma possível.

A minha visão de docente é um adulto que deverá aconchegar os seus alunos para se sentirem à vontade para partilhar o que assim entenderem necessário, mantendo sempre o respeito e educação necessários ao bom funcionamento de uma relação, é igualmente um adulto que além de tudo, tenta fazer com que toda a experiência escolar dos alunos seja o mais positiva possível, tendo sendo atenção a todas as necessidades que os alunos demonstrem.

Obviamente que existem situações em que é praticamente impossível conseguir chegar aos alunos, no entanto penso que num número muito reduzido.

Devo referir que tive alguma dificuldade em conseguir trabalhar com a turma do 5º ano, uma vez que nestas idades é mais difícil conseguir controlar estes alunos, uma vez que eles vêm do primeiro ciclo, ainda não estão habituados a grandes regras, e para eles é também um desafio, uma vez que passam de uma realidade de um único professor para vários. São muitas novas adaptações para os alunos.

Para mim, pessoalmente foi muito desafiante conseguir lidar com as situações de falar com eles várias vezes e eles não estarem com atenção a nada, só queriam fazer “o que lhes apetecia”.

Senti que não era o nível de escolaridade que mais gostaria de lecionar no futuro.

3.2. As características dos meus alunos

3.2.1 Como turma

Na escola Secundária de Rio Tinto a minha turma era um 11º ano, uma turma de 22 alunos, 8 rapazes e 14 raparigas, de um modo geral eram bons alunos a todas as disciplinas e a educação física existiam três, quatro alunos que se destacavam e os restantes eram bons alunos, sendo todos empenhados. Pareciam ter uma boa relação entre colegas, existindo dois alunos mais isolados dos restantes.

Na escola eb 2\3 de Baguim do Monte a minha turma era um 5º ano.

Nesta turma, a prática da actividade física, na minha perspectiva não era uma actividade que os alunos gostem propriamente. A maioria não se empenhava na aula, notava-se uma falta significativa de desempenho motor e predisposição para a realização de actividade física.

Com a exceção de dois alunos que eram bastante empenhados.

Esta turma tinha também alguns alunos destabilizadores, que condicionava um pouco a evolução da aula em si.

3.2.2. Como alunos

Como alunos, eram na grande maioria empenhados e trabalhadores, existindo um ou outro caso isolado que não o era tanto.

Sempre foram alunos cumpridores, tanto a nível de horário de início de aula, como de presenças, não eram alunos que faltassem a não ser que houvesse alguma justificação plausível.

No fim do primeiro período e início do segundo começou a haver faltas uma vez que o Covid voltou a bastante presente de novo.

No entanto, não se fez notar a nível de prestação escolar, uma vez que esta turma já mantinha um nível de desempenho bastante alto, nas diversas modalidades abordadas.

A nível de aprendizagens penso que foi possível evoluírem, apesar de como disse anteriormente, esta turma já apresentar conhecimentos consolidados das diversas modalidades que foram sendo abordadas ao longo do ano lectivo.

Todos eles eram bem formados e educados, não havendo problemas a nível comportamental.

Estavam com atenção quando era explicado algum conteúdo e tentavam realizá-lo da forma que era solicitado.

Obviamente que havia momentos em que nem todos estavam atentos, que conversavam enquanto era explicado um determinado exercício, que de vez em quando brincavam e paravam em vez de fazerem o que era suposto, no entanto não era constantemente, eram situações próprias da idade, mas quando eram chamados à atenção, voltavam ao comportamento correcto e que era o normal. Nesta turma praticamente todos praticavam desporto fora da escola, poucos eram os que não o faziam.

Situação que conferia à turma uma certa predisposição para a prática do exercício físico.

Os desportos praticados fora eram diversos, desde o basquetebol, andebol, futebol, dança, surf, natação.

3.2.3. As suas expectativas enquanto alunos (questionários elaborados no início do ano lectivo)

No início do ano foram realizados questionários aos alunos de modo que eles pudessem expressar a sua opinião referente às suas preferências e não preferências, relativamente às modalidades que eram abordadas e relacionadas com as características que mais apreciavam e menos num docente.

Após analisar os questionários, a maioria indicou que as modalidades preferidas, seriam basquetebol, futebol e badminton.

As menos preferidas eram dança e ginástica.

Referentes às características preferidas relativamente ao docente, eram ser compreensivo e explicar bem o que era suposto realizarem.

O que menos apreciavam era um docente que gritasse com eles e não fosse compreensivo relativamente às suas dificuldades.

Outra das questões abordadas era se gostavam das aulas de educação física em geral e como esta turma era focada nas notas para entrada para a faculdade, sendo uma turma da opção de ciências, referiram que as aulas de educação física para eles tinham uma função de relaxar relativamente às aulas teóricas.

Para eles a educação física servia como um escape da sua realidade teórica.

As expectativas deles eram que os professores fossem compreensivos com as suas dificuldades e limitações, que fossem meigos nas abordagens que realizassem e não gritassem muito com eles, estas foram as premissas mais relevantes que os alunos mencionaram.

4. Enquadramento da prática profissional

4.1. A função da educação física na escola

A educação física é uma disciplina fundamental a nível escolar, mas infelizmente não lhe é concedido o devido reconhecimento como disciplina pilar. Esta tem por objetivo promover um estilo de vida ativo e saudável para as crianças e adolescentes, tendo por base a prática de exercícios físicos e atividades desportivas na escola em que os alunos estão inseridos. É durante esta aula que, além de serem transmitidos conhecimentos acerca da realização de exercícios e regras sobre todos os desportos podem ainda ser incorporadas atividades que desenvolvam nos estudantes competências sociais, psicológicas, motoras e cognitivas.

Isto porque, habilidades como raciocinar, planear, exercitar a memória e até mesmo compreender mais rapidamente situações do dia-a-dia podem não se encontrar dentro do ramo mais visível da educação física – que são - as habilidades motoras, claro que estas são o aspeto mais desenvolvido, mas ainda

assim, esta aula permite estimular muito mais o corpo humano do que parece. Temos o exemplo da saúde mental, que cada vez mais se vê aliada à prática de exercício físico, se a promoção da educação física começar na escola, como dever da sociedade, podemos garantir um futuro risonho às crianças que um dia serão os novos adultos.

Na aula de educação física deve ser mostrado aos alunos a importância de manter um corpo saudável, e como é que com a ajuda do exercício físico, praticado de forma correta, o corpo humano pode ter uma melhor versão do que um corpo sedentário. Nesse sentido, a Educação Física na escola pretende promover a saúde por meio de atividades físicas, tendo caráter preventivo de diversas doenças provocadas pelo sedentarismo. Segundo o estudo de Oehlschlaeger et al. (2004) uma pessoa é sedentária se a sua prática de exercício físico, na escola ou fora dela, for inferior a 20 minutos por dia e com frequência menor que três vezes por semana. Tornando assim o tempo da aula de educação física uma peça essencial na vida dos estudantes que não têm o hábito ou mesmo a possibilidade de praticar desporto federado, é importante passar à população, desde a escola a programas/ iniciativas que incentivem a vida ativa na parte física, tentando mostrar os benefícios que as atividades físicas proporcionam na vida de uma pessoa, entre os inúmeros podemos nomear os seguintes:

- Assimilação da necessidade de disciplina para o convívio em sociedade;
- Contacto com outras crianças ou jovens através do trabalho em equipa enriquecendo assim as relações sociais;
- Estilo de vida mais saudável, libertando estilos de vida sedentários;
- Confiança nos jovens, na medida em que proporciona uma influência positiva na personalidade, caráter e autoestima da criança;
- Desenvolvimento de habilidades motoras e dos reflexos. A coordenação é melhorada, assim como os movimentos do corpo, o que ajuda no desenvolvimento de uma postura corporal saudável;
- Alivia o stress, melhorando assim a saúde mental;

Por todos os fatores enumerados acima, a educação física não deve ser vista no meio escolar como uma disciplina secundária, não tendo o peso e a

importância que é dado por exemplo às disciplinas de matemática, de português ou de físico química, porque se for bem analisado é tão ou mais importante do que as que foram citadas anteriormente.

A meu entendimento, é através da educação física as crianças poderão aprender a ter uma consciência corporal e física que tão importante será na sua vida futura. E cada vez mais essa situação é pertinente, uma vez que cada vez mais com o evoluir da sociedade as crianças estão muito menos ativas.

Não há muitos anos atrás, as crianças brincavam na rua, jogando às caçadinhas, à bola, ao elástico, o que originava que a predisposição motora fosse bem maior, o exercício era uma constante no dia a dia, era inerente uma vez que as próprias deslocações para a escola e para todo os locais eram realizadas a pé, pela maioria dos alunos.

Atualmente a realidade é completamente diferente, os alunos são muito mais sedentários, muitos deles não praticam nenhum desporto fora da escola, a única atividade física que executam é nas aulas de educação física, o que na minha perceção não é o necessário para uma vida saudável.

Os pais muitas vezes devido às suas atividades laborais, ou mesmo por falta de vontade não se dispõem a transportarem os filhos para os treinos, muitas vezes não querem perder fins de semana para acompanharem os filhos nos jogos ou competições que tenham, não apoiando da forma mais correta a vida desportiva dos filhos, tornando a aula de educação física o único momento em que algumas crianças têm contacto com as modalidades existentes.

Por experiência própria sei que não é fácil, sendo necessário abdicar de fins de semana consecutivos ao longo do ano, no entanto penso que esta situação no futuro das crianças será um benefício e não uma perda de tempo. Por isso mesmo, e nessa perspetiva penso que cada vez mais a educação física tem um papel preponderante na vida futura dos alunos, através da qual conseguirão trabalhar mais em equipa, respeitar os colegas e conseguir ter uma vida adulta ativa em termos desportivos.

No entanto penso que a educação física é muitas vezes menosprezada na vida escolar. São elaborados quadros de excelência para os melhores alunos, os

quais normalmente são os bons alunos nas disciplinas teóricas, muitos deles tendo até bastantes dificuldades a nível de coordenação motora, mas infelizmente várias vezes as notas de educação física são subidas para não estragar as médias aos alunos, levando a que o papel da educação física possa não ser levado, como já referido anteriormente, de igual modo às outras disciplinas.

Para mim, isto é uma situação completamente errada, porque os que são bons a nível atlético, não são ajudados nas outras disciplinas para não lhe baixar a média de educação física. Aliás, muitas vezes os atletas de alta competição são prejudicados a nível escolar, por causa do desporto, por o levarem como um trabalho mas fora da escola, na minha opinião a ligação desporto-escola deve apresentar uma dinâmica para sustentar de uma forma saudável a vida do estudante e levando a que este possa ativamente não prejudicar nem a escola nem a prática do desporto que pratica. Sendo assim necessário um equilíbrio onde seja possível existir um sistema de ensino onde o próprio desporto é valorizado e incentivado.

Todo o sistema deveria ser revisto de modo que a educação física, que tem um papel tão preponderante no crescimento de todos os alunos fosse uma disciplina fulcral no sistema educativo. Podendo o desporto escolar ter um papel mais ativo na captação de jovens para praticarem desporto. Porque só tendo uma base muito alargada de praticantes é possível depois conseguir ter atletas de excelência.

As escolas, através do desporto escolar deveriam ter uma ligação mais estreita ou parcerias com os clubes locais para conseguirem encaminhar os alunos que quisessem seguir uma carreira desportiva mais ativa.

No sentido de melhorar toda uma realidade desportiva penso que seria importante ser revisto todo o processo de ensino da educação física, sendo lhe dedicada toda a atenção que a disciplina realmente deveria ter.

Assim sendo, podemos concluir que a escola evoluiu ao longo da sua história, atualmente, é reconhecido que esta tem um papel essencial no desenvolvimento das crianças, tendo uma função social importante, devido à necessidade crescente das famílias compartilharem com instituições os cuidados com os seus

filhos. Tendo ainda uma função política clara pois contribui para a formação dos cidadãos.

4.2. Objetivos da educação física na escola

No meu ponto de vista, os objetivos da educação física na escola serão os de tentar que os alunos tenham a percepção de que uma vida ativa será o melhor que eles podem fazer.

Existem as matérias de ensino que deverão ser cumpridas segundo o plano nacional, através das quais os alunos deverão ficar com conhecimentos técnicos que lhes permitam saber o fundamental de cada modalidade, incidindo em alguns pormenores mais importantes, os quais de ano para ano vão sendo aprofundados, no entanto penso que deverá ir muito além disso.

Na minha visão da escola a educação física será uma alavanca de motivação para a prática do exercício físico, não terão todos de praticar um desporto num clube, (porque muitas vezes isso poderá ser um entrave, por causas económicas), mas poderão correr na rua, poderão realizar exercícios por eles próprios, uma vez que atualmente a internet é possível ter acesso a uma imensidão de exercícios que poderão facilmente realizar sozinhos.

Penso que o professor deverá incentivar o mais possível a prática do exercício físico, tal como a continuidade de toda uma vida saudável.

Na minha visão a educação física atual deverá passar muito mais pelo incentivo à prática desportiva, do que o ensino aprofundado de algumas modalidades uma vez que existem tantas crianças sedentárias, penso que o aprofundamento das modalidades deverá ser realizado em alunos que queiram seguir o ensino vocacionado para a educação física.

4.3. A minha percepção

Conforme referi no capítulo anterior, penso que a educação física atual deverá ser orientada para um condicionamento físico geral, obviamente que os alunos deverão ter conhecimentos sobre as modalidades abordadas ao longo do ano

lectivo, mas deveria ser mais do que apenas modalidades desportivas. Como por exemplo condição física, treino funcional e também terem noções básicas de musculação, relacionadas com os tipos de treino que existem.

Porque a atividade física vai muito para além dos desportos aprendidos na escola e com toda a evolução e mudança que se verificou na sociedade, penso que é importante os alunos terem conhecimentos bem mais alargados sobre a atividade física e todas as possibilidades alargadas que existem de ser praticadas sem serem os desportos convencionais.

Porque, muitos alunos podem não gostar de praticar um desporto relacionado com as modalidades aprendidas, mas poderá ganhar o gosto pela atividade física tendo conhecimento e tendo uma prática experienciada das atividades que atualmente existem.

(...na aula de hoje a qual foi teórica, falamos sobre musculação e os diversos tipos de treinos que é possível realizar. Apesar de alguns alunos saberem e estarem por dentro do assunto a maior parte desconhecia.... No final os alunos acharam interessante ter abordado este assunto e alguns ficaram curiosos em experimentar.) – excerto da reflexão de aula de 24/3/2022.

4.4. A perceção dos alunos

Quando se iniciou o ano letivo, realizei uns questionários aos alunos, para ter algum feedback da parte deles sobre o que mais gostavam e menos gostavam nos professores.

Após ler os questionários, o que mais realçava era a opinião que eles tinham sobre as aulas de educação física, que na sua opinião serviam para descontrair das restantes aulas teóricas que tinham, a maioria sentia que as aulas de educação física eram um escape para as restantes aulas que os “maçavam” com teoria todo o dia, era uma disciplina que na opinião deles funcionava como um escape para o restante horário. Diziam que não lhes agradava que os professores os corrigissem com rispidez e que não ensinassem de novo quando não percebiam. No entanto também não lhes agradava que o professor estivesse constantemente a interromper a aula para efetuar correções. Mediante estas

opiniões e reforçando o que foi mencionado anteriormente é necessário utilizar estratégias para que os alunos se sintam motivados para realizar exercícios, conseguindo adequar a todos os gostos e a verdade é que nem todos os alunos gostam das modalidades lecionadas, podendo acabar por não conseguirem ficar com o gosto pelo exercício, porque muitas vezes as modalidades lecionadas não vão ao encontro dos gostos ou expectativas dos alunos e se isso não se verificar torna-se mais difícil conseguir incentivá-los a realizar atividade física fora da escola.

4.5. A educação como ação de educar ou educar

Para Schön, a prática é um campo de produção de saberes próprios, que deve ser considerado de modo diferenciado ao comumente referenciado no processo de formação de profissionais. Fundamentando-se em Jonh Dewey propõe o aprender fazendo como princípio formador, pois acredita que somente o sujeito, pela própria experiência vivida em conhecer, apropriar-se-á verdadeiramente de conhecimentos. E ainda defende a reflexão como principal instrumento de apropriação desses saberes. Assim, concebendo esse sujeito como um “practicum reflexivo” propõe uma outra racionalidade para o processo de formação de profissionais, pautada pela reflexão na ação, reflexão sobre a ação e reflexão sobre a reflexão na ação, isto é, na epistemologia da prática. Em suma, elabora um sistema de valores que se transforma em critérios normativos para a prática profissional (Serrão, 2006, p.151-152).

Neste seguimento de pensamento o professor deverá realizar uma reflexão na ação, uma reflexão durante a sua prática, o que lhe permitirá utilizar os seus recursos intelectuais de modo a poder utilizar todos os seus conhecimentos que vão sendo adquiridos ao longo de toda a sua formação enquanto aluno e posteriormente no seu papel de professor.

Utilizando todas as suas teorias, crenças, conceitos e técnicas irá tentar encontrar soluções para as dificuldades e dúvidas que lhe irão aparecendo ao longo de todo o seu percurso.

O que acontece é que através das situações vivenciadas ao longo de toda a sua vida e através dos conhecimentos adquiridos, com a passagem por

diferentes escolas, alunos diferentes, condições e toda a envolvimento que vai acumulando de ano para ano e da auto reflexão constante que é necessário o professor realizar para conseguir reinventar se de ano para ano, porque todos os anos os alunos serão diferentes e é necessário estar preparado para novas situações, apesar de poderem surgir algumas que ninguém está preparado, tal como aconteceu na pandemia, mas mesmo assim terá de ser abordada como uma nova aprendizagem e necessidade de reinventar todo o sistema.

4.6. A modernização da sociedade e as mudanças no comportamento dos alunos

Segundo FREIRE, (2009a) o poder da conquista da autonomia é todo um processo no qual os indivíduos têm a capacidade de tomar decisões sem serem impostas por outras pessoas ou por forças externas, as quais deverão ser vivenciadas pela própria pessoa e assumir a responsabilidade das decisões que forem tomadas.

Também importante e relevante é a relação entre liberdade e autoridade, cujas implicações são particularmente importantes para a análise da prática pedagógica e da ação do professor que permita a autonomia dos alunos. Essa relação constitui uma das bases para a construção da autonomia e, no entanto, é muitas vezes mal interpretada. De acordo com as interpretações, que incidem sobre as questões educacionais e, mais particularmente, sobre a relação professor-aluno, a constituição do sujeito autônomo seria prejudicada, ou mesmo impedida, pelo exercício da autoridade. Assim sendo, caberia ao professor, a fim de favorecer o processo de construção da autonomia dos seus alunos, simplesmente deixar-se manifestar as suas liberdades. O equívoco desse tipo de compreensão, que situa a autonomia e a autoridade como conceitos contraditórios, centra-se na confusão que muitas vezes se faz entre autoridade e autoritarismo, na expressão desses dois termos como sinônimos de experiências semelhantes.

Atualmente as crianças não estão muito habituadas a ter de se esforçar para conseguir obter alguma coisa que pretendam. Tudo lhes é facilitado pelos pais,

todas as aprendizagens são adquiridas mais tardiamente, uma vez que as crianças são superprotegidas.

As realidades das crianças atuais, são realidades virtuais.

É necessário adotar estratégias que permitam aos alunos despertarem interesse pelas modalidades, conseguindo ter a percepção que o desenvolvimento físico, motor e coordenativo é tão ou mais importante para o seu desenvolvimento futuro, do que todas as realidades teóricas que ocupam o seu dia a dia.

No passado o método mais utilizado era o modelo da instrução direta, o qual centra o processo de ensino aprendizagem no professor.

Este modelo, dada a sua natureza autocrática, confere ao aluno um papel passivo, essencialmente conotado pela reprodução dos saberes transmitidos pelo professor. Mais ainda, as experiências vividas nas aulas tradicionais de educação física, em nada se assemelham ao desporto fora da escola, com unidades curtas, com mudança de equipas em todas as aulas e sem qualquer festividade.

No início dos anos 80, Daryl Siedentop propôs um modelo instrucional e curricular baseado nos valores do desporto, ressaltando a necessidade das aulas de educação física conterem um ambiente de ensino-aprendizagem com características do desporto federado. Os ideais construtivistas e sócio construtivistas enquadram-se neste modelo, que contém estratégias mais implícitas e menos formais no processo de ensino-aprendizagem quando comparado com outros modelos usualmente utilizados no contexto escolar. A usual unidade é substituída por uma época desportiva onde, na qual é solicitado aos alunos maior responsabilidade e autonomia na organização e gestão da atividade. Durante a época desportiva os alunos aprendem não só a jogar, como também a desempenhar diferentes funções, como treinadores, capitães, árbitros, estatísticos, entre outros. Siedentop, denominou o modelo de Educação Desportiva (MED), o qual representa uma nova estrutura curricular para ser utilizada em educação física, aumentando as experiências dos alunos e desafiando as abordagens pedagógicas tradicionais. O MED foi desenvolvido para oferecer experiências desportivas autênticas e educacionalmente ricas para

alunos e alunas no ambiente escolar e tem como principais metas formar desportistas competentes ao nível motor e que lhes seja possível aplicar estratégias e táticas durante a participação com sucesso num jogo, alunos que entendem os valores e tradições do desporto, bem como os seus rituais e regras distinguindo entre boas e más práticas desportivas e adeptos, aqueles que participam de forma a valorizar, preservar, proteger e enaltecer a cultura desportiva. O MED tem sido investigado em dois grandes domínios as estratégias práticas para a sua implementação as estratégias pedagógicas, avaliação, aplicações em diferentes desportos e níveis de escolaridade, bem como o seu impacto educacional. Neste último domínio, a revisão empírica realizada até ao momento aponta resultados revelantes na utilização do MED ao nível do desenvolvimento pessoal e social dos alunos, particularmente no que conta às suas atitudes como a motivação e o empenho e valores como o respeito pelos colegas e trabalho em equipa.

No meu caso específico durante o estágio o modelo de ensino que mais utilizei foi o da instrução direta, uma vez que na minha opinião continua a ser o modelo que para mim mais sentido faz no relacionamento das modalidades.

Realizei a apresentação do MED explicando os métodos de funcionamento e objetivos pretendidos e que deveriam ser alcançados. No entanto só consegui realizar três aulas com este modelo, uma vez que iria ser utilizado na unidade didática de futebol, no entanto uma vez que já foi durante a fase final do segundo semestre e estava a ser intercalado com a unidade didática de ginástica acrobática e na qual os alunos teriam de apresentar uma coreografia em grupo para avaliação, tendo existido também uma visita de estudo ao parque de Serralves, para visualização das esculturas do artista plástico Ai Weiwei, e tendo existido torneios na escola que impediram a realização das aulas, a implementação deste modelo não teve significado impactante nas aulas por mim lecionadas, uma vez que o número de aulas não foi significativo.

Durante a unidade didática de ginástica acrobática utilizei o modelo corporativo, uma vez que estavam a trabalhar em grupo e existiam alunos que praticavam a modalidade ou já tinham praticado, foi mais fácil eles conseguirem ajudar se uns aos outros para conseguirem evoluir e ajudarem se mutuamente.

Nesta modalidade o professor cooperante foi uma grande ajuda, visto que a ginástica acrobática é a sua modalidade como treinador, obviamente que a sua ajuda foi preciosa.

Em resumo penso que com todas as evoluções da sociedade, sejam elas boas ou más, embora eu entenda que no caso da educação física a modernização da sociedade é prejudicial para os seres humanos em geral, uma vez que existe muita preocupação com a evolução da medicina e em serem inventadas curas para as doenças, sendo essa situação muito positiva. Mas, no entanto, a sociedade está a descuidar a prática do exercício como uma situação inerente ao dia a dia, uma vez que atualmente praticamente todas as pessoas se deslocam de carro, não caminham tanto, as crianças não fazem exercício como deveriam e todas estas situações fazem com que a prática da actividade física não seja uma prioridade e seja necessário encontrar estratégias para os alunos se incentivarem pela actividade física, porque não faz parte das suas rotinas diárias.

5. Realização da prática profissional

5.1. Conceção

O Estágio Profissional entende-se como um projeto de formação do estudante com a integração do conhecimento proposicional e prático necessário ao professor, numa interpretação atual da relação teoria prática e contextualizando o conhecimento no espaço escolar. O projeto de formação tem como objetivo a formação do professor profissional, promotor de um ensino de qualidade. Um professor reflexivo que analisa, reflete e sabe justificar o que faz em consonância com os critérios do profissionalismo docente e o conjunto das funções docentes entre as quais sobressaem funções letivas, de organização e gestão, investigativas e de cooperação” (Matos, 2012, p.3).

Segundo Matos (2012, p.3), o Estágio Profissional, visa a integração no exercício da vida profissional de forma progressiva e orientada, em contexto real, desenvolvendo as competências profissionais que promovam nos futuros docentes um desempenho crítico e reflexivo, capaz de responder aos desafios e exigências da profissão. É também durante o Estágio Profissional, segundo Batista et al (2013, p.44), «que o estudante-estagiário tem a oportunidade de

transformar os 20 seus conhecimentos, no sentido de os adequar às exigências contextuais e concretas da prática».

5.2. Planeamento Anual

“Todo o processo de planeamento deve encontrar o seu ponto de partida na conceção e conteúdos dos programas ou normas programáticas de ensino, nomeadamente na conceção de formação geral, de desenvolvimento multilateral da personalidade e no grau de cientificidade e relevância prático social do ensino. Deve ter em conta o papel da actividade dos alunos no seu próprio desenvolvimento – actividade, consciente, progressivamente autónoma e criativa – assim como a dialética de condução pedagógica (professor-ensino) e de actividade autónoma (alunos-aprendizagem)” (Bento, 2003, p.22).

Quando o professor inicia o planeamento, é necessário realizar pesquisas e refletir como um todo, não só as aulas, mas toda a escola incluindo os espaços disponíveis e atribuídos para as nossas aulas, assim como o material existente e as próprias turmas em si.

Existe o PNEF e o PCEF, através dos quais se pode consultar toda a matéria a ser abordada, nos diversos anos de escolaridade.

A partir dessa análise deve ser elaborado o plano anual, seguido do plano das unidades didáticas e por fim os planos de aula.

Segundo Bento (1987), um dos problemas da planificação e estruturação do processo de ensino e aprendizagem reside na transformação programática do tema «desporto» em matéria de ensino, face às exigências da instituição escolar. No entanto, o objetivo desta planificação também objetiva a descoberta de determinados contextos reguláveis deste processo (Bento, 2003).

Após conhecer e delinear os conteúdos a abordar e de consultar o roulement, bem como o material disponível, outro ponto fundamental deste planeamento foi o perceber as preferências dos alunos. Nesse sentido realizei um inquérito inicial. Através destes inquéritos foi possível conhecer as modalidades preferidas e não preferidas e principalmente quais as características que os alunos mais apreciavam e menos no professor, sendo assim possível agir consoante as suas dificuldades, destrezas, preferências e capacidades.

Na fase seguinte, elaborei os objetivos gerais de cada habilidade motora, não esquecendo a condição física sempre presente nas aulas de 90 minutos, a cultura desportiva e os conceitos psicossociais. Foram focados apenas os objetivos gerais de acordo com as capacidades dos alunos, dado que os objetivos específicos estavam discriminados em cada uma das unidades didáticas.

5.3. Unidade didática

“O planeamento a este nível procura garantir, sobretudo, a sequência lógico-específica e metodológica da matéria, e organizar as actividades do professor e dos alunos por meio de regulação e orientação da ação pedagógica, endereçando às diferentes aulas um contributo visível e sensível para o desenvolvimento dos alunos” (Bento, 2003, p.60).

O planeamento das unidades didáticas teve por base o Modelo de Estrutura de Conhecimento de Vickers (1990). Nesta fase o desafio seria planificar, de forma mais específica, o que era pretendido abordar em cada matéria. Neste documento existem sete módulos, sendo que no primeiro módulo é feita uma análise da modalidade desportiva em questão e respetivos conteúdos a lecionar, distinguindo os prioritários. No módulo dois analisamos o envolvimento: o inventário feito sobre os materiais disponíveis, assim como os espaços que estariam à nossa disposição. No módulo três é realizada a análise dos alunos, referente ao seu nível físico através dos testes de fitness Gram, junto com os resultados da avaliação diagnóstica da modalidade em causa. No módulo quatro continha a sequência e a extensão dos conteúdos planeada de acordo com uma progressão lógica e com o tempo disponível. No módulo cinco e seis, é realizada a definição dos objetivos e a configuração da avaliação. No módulo sete, era consultado em todo o planeamento realizado para as aulas, dado tratar-se do módulo com os exercícios e progressões de ensino que melhor se adequavam aos conteúdos a ensinar.

5.4. Plano de aula

“Este plano conduz então as reflexões anteriores à realização metodológica do ensino e ao balanço das actividades concretas do professor e dos alunos. (...) Tendo em atenção a matéria, os pressupostos dos alunos e as condições de ensino, bem como os dados fornecidos pela análise das etapas anteriores, na preparação da aula tem lugar uma precisão dos seus objetivos (já estabelecidos no plano da unidade); é planificado o seu decurso metodológico e temporal” (Bento, 2003, p 63).

A última etapa de planeamento foi o plano de aula, o documento orientador de cada aula. Este documento era realizado, tendo como base a UD da modalidade em questão. Os planos de aula iniciais eram sempre corrigidos pelo professor cooperante, o qual nos ia mostrando sempre o que poderíamos melhorar de modo a ficar com o plano correto para podermos lecionar a aula da forma correta, aos poucos foi nos permitindo mais liberdade e autonomia na elaboração dos planos de aula, no entanto sempre dando feedback presencialmente durante as aulas, sempre que assim o achava necessário.

Esta autonomia que nos foi sendo permitida servia para podermos refletir sobre os nossos erros, atitudes e fragilidades, obrigando-nos a realizar a reflexão sobre a ação e conseguirmos ganhar habilidades que nos permitam melhorar a nossa lecionação, as nossas intervenções e desempenho.

Uma vez que os desafios nunca acabam, nem com a experiência. Regressam todos os anos, juntamente com diferentes turmas, diferentes alunos e diferentes formas de encarar a vida.

As unidades didáticas abordadas ao longo do ano letivo foram, voleibol, basquetebol, badminton, ginástica acrobática e futebol.

Na turma que me foi atribuída existia uma boa cultura desportiva geral, todos os alunos tinham noções claras das modalidades que foram abordadas e já as tinham abordado nos anos anteriores, nesse sentido as planificações das aulas foram de continuidade e tentativa de melhorar as execuções de cada uma.

As aulas iniciavam sempre com um aquecimento, contendo alguns exercícios específicos de cada modalidade que estava a ser abordada, de seguida eram

realizados exercícios de aperfeiçoamento de técnica e de tática. Sendo realizados feedbacks corretivos ao longo dos exercícios. No final da aula era realizado jogo reduzido da modalidade abordada na aula. Cabe ao professor conhecer a turma, perceber os comportamentos dos alunos durante a demonstração dos exercícios e perceber qual a melhor forma de captar a sua atenção e tornar a instrução clara e perceptível. Agregado à instrução surgem a apresentação da tarefa e os feedbacks. A apresentação da tarefa é o momento de explicação do exercício, que pode ou não ser acompanhada pela demonstração. No caso concreto das minhas aulas, para a demonstração, optava sempre por colocar os alunos que conseguiam fazer o exercício com correção, até mesmo para me salvaguardar nas modalidades em que não me sentia segura na execução técnica ou tática. Entendo que, nestas idades, uma falha no conhecimento ou desempenho do professor pode colocar em causa a sua autoridade na turma. Por essa razão, preferi recorrer sempre à exemplificação com alguns alunos, sendo esta também uma forma de os envolver nas tarefas da aula. Esta estratégia acabou por resultar muito bem, pois os alunos tinham capacidades motoras para exemplificar com sucesso.

Na minha opinião o professor deve sempre adequar o discurso às características e necessidades dos alunos de forma clara, entusiasta e o mais sucinta possível. Isto, porque o professor, para além de transmitir o conhecimento tem a função de captar a atenção dos alunos para que eles fiquem atentos do início ao fim da explicação. Para o efeito, é crucial que o professor procure algumas estratégias de transmissão do conteúdo, que vão além das estratégias verbais. Estas estratégias podem centrar-se em analogias, demonstrações, metáforas, manipulação ou até questionamento. Cabe ao professor conhecer a turma, perceber os comportamentos dos alunos durante a exposição dos exercícios e perceber qual a melhor forma de captar a sua atenção e tornar a instrução clara e perceptível.

Obviamente que em algumas modalidades senti mais dificuldade do que noutras e nesse seguimento foi-me mais complicado fornecer tantos feedbacks corretivos.

De modo a rentabilizar o tempo de instrução, tornando-os momentos curtos e claros, optei por organizar e priorizar as informações que pretendia transmitir aos

alunos. Para o efeito, nos momentos de apresentação das tarefas centrava-me na explicação do exercício e no seu objetivo, para, posteriormente, já durante a tarefa, corrigir individualmente ou em grupo os alunos, dando ênfase a algumas componentes críticas através das palavras-chave. Esta medida permitiu-me beneficiar em relação ao tempo de instrução na apresentação das tarefas, mas também me tornou mais interventiva ao longo da aula. Situação que nem sempre o consegui realizar, uma vez que nas primeiras aulas não fornecia tantos feedbacks como seria necessário, no entanto após as primeiras reuniões de núcleo de estágio e enquanto era necessário observar as aulas dos colegas do núcleo de estágio com o professor cooperante, era a “crítica” que mais era referida, levando-me a analisar a minha execução de lecionação, levando-me a refletir e repensar a minha atuação.

Penso que ao longo do ano fui melhorando bastante esta característica, tornando-me muito mais interventiva.

Segundo Fishman e Tobey (cit. por Mesquita e Rosado, 2009), o feedback pedagógico traduz o comportamento do professor face a uma resposta motora de um aluno com o objetivo de modificar essa resposta.

5.5. Avaliação

“A análise e a avaliação ligam-se, em estreita retroação, à planificação e realização. Nenhuma destas três actividades é dispensável, se o professor pretender assumir corretamente as suas funções” (Bento,2003, p.175).

A avaliação formativa, segundo Reuchlin (1974), serve o aluno, fornecendo informação sobre o seu rendimento escolar, proporcionando-lhe orientação, e possibilita ao professor, informação sobre a turma e sobre a produtividade e a eficiência do seu ensino. Ribeiro (1989), afirma também que a avaliação formativa pretende determinar a posição do aluno durante uma unidade de ensino, no sentido de identificar obstáculos e de lhes dar solução.

No meu caso realizei avaliações formativas no início de cada unidade didática, através desta avaliação inicial foi-me possível conseguir avaliar o nível de desempenho no qual os alunos se encontravam e conseguir planear os planos

de aula de acordo com o patamar de aprendizagem em que os alunos se encontravam e ir realizando progressões a partir daí.

Foi realizando anotações relativas ao desempenho e evolução dos alunos ao longo dos semestres, uma vez que na minha maneira de ver não é correto atribuir uma nota só dependendo da avaliação final sumativa.

Existem diversos fatores que poderão influenciar o aluno naquele determinado momento e não corresponder com verdade ao seu desempenho ao longo do semestre.

Penso que não é justo nem correto atribuir uma nota referente unicamente aquele momento específico, e não ser valorizado todo o desempenho ao longo das várias unidades didáticas.

Realizei avaliações sumativas para cada uma das modalidades, no entanto as notas não se resumiram aquele momento específico, mas sim a toda a envolvimento e participação de cada aluno ao longo de todo o percurso letivo.

No final de cada avaliação as notas por mim atribuídas estavam coincidentes na maioria das vezes com as do professor cooperante.

6. Conclusão

Todo este ano de estágio foi um desafio a vários níveis, emocional, mental e familiar.

No entanto serviu para crescer como pessoa e repensar toda a vida e o que ainda está para vir.

A nível de experiência foi muito gratificante e serviu para refletir sobre todo o processo que se iniciou e parou durante tantos anos e atualmente parece inserido noutros moldes. Penso que o estágio profissional é deveras importante, uma vez que nos coloca em contexto real daquilo que nos espera como professores em contexto de escola.

Na minha opinião penso que o curso de mestrado de ensino, deveria ter mais situações práticas relacionadas com a escola, penso que existem vertentes teóricas do curso que se fossem práticas era uma mais-valia.

Toda este percurso serviu para refletir sobre o que é necessário e realmente importante para ser professor e ter plena consciência de que para o ser é necessário gostar daquilo que se faz, não se pode ser professor só pela metade, é imperioso sê-lo por inteiro, senão não vai ser possível lecionar com paixão e gosto pela docência, nem abraçar a profissão por completo. É necessário ser cuidadoso com os alunos, ver para além das aulas do dia a dia, é notória a carência afetiva de alguns alunos e na minha visão é tão importante lecionar e refletir nos planos de aula de modo que estejam adequados à turma e ajustados á realidade daquele próprio dia, porque muitas vezes o que era planejado por diversas razões não poderá ser daquele modo e o professor tem de ter a capacidade de se adaptar no imediato é necessário obter conhecimentos para conseguir uma adaptação imediata ao que for necessário. Mas além de tudo o professor não pode estar na docência só para ensinar a jogar basquetebol, atletismo ou acrobática, tem de ser humano e deverá ser um cuidador, porque as crianças que nos são entregues todos os dias necessitam de ser ensinadas, educadas e cuidadas.

Referências Bibliográficas

- Batista, P; Queirós, P. e Rolim, R. (2013). Olhares sobre o estágio profissional. Porto: Editora Educa
- Bento, J, (1987). Desporto matéria de ensino. Lisboa: Caminho
- Bento, J. O. (1989). Para uma formação desportivo-corporal na escola. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bento, J. O. (2003). Planeamento e Avaliação em Educação Física. Lisboa: Livros Horizonte
- Bento, J. O. (2013). Desporto: Discurso e Substância. Coleção CEAv Esporte; vol. 2.
- Freire, P. (1997). Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra
- Matos, M., equipa do Projeto Aventura Social e Saúde (2003). A Saúde dos Adolescentes Portugueses (quatro anos depois) – relatório português do estudo HBSC 2002. Lisboa: Edições FMH
- Matos, Z. (2012). Normas orientadoras do estágio profissional do ciclo de estudos conducente ao grau de mestre em ensino da educação física nos ensinos básico e secundário da FADEUP. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Nóvoa, A. (2009). Para uma formação de professores construída dentro da profissão. Revista de educación, 350, 203-218.
- Oehlschlaeger, M. H. K. et al. (2004). Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. Revista deSaúde Pública, São Paulo, v.38, n.2, p.157-163.
- Reuchlin, M., (1974). Problèmes d'évaluation. In M. Debesse & G. Mialaret (Eds.), Traité des Sciences Pédagogiques (Vol. 4, 205-236). Paris: PUF.
- Ribeiro, A. C, & Ribeiro, L. C. (1989). Planificação e Avaliação do Ensino Aprendizagem. Lisboa: Universidade Aberta.
- Rosado, A. e Mesquita, I. (2011). Pedagogia do desporto. Lisboa: Ed. FMH.
- Rosado, A. Mesquita, I. (2009). Pedagogia do Desporto.
- Sarroeira, L. Matos, C. Correia, S. Fialho, I. (2012). Avaliação de escolas: olhares numa perspetiva de aprendizagem. Associação da Educação Pluridimensional e da Escola Cultura.
- Serrão. (2006). p.151-152. A formação inicial do professor de Educação Física.

