



**Universidade Técnica de Lisboa**  
**Faculdade de Motricidade Humana**

# **Relatório Final de Estágio Pedagógico**

Realizado na Escola EB 2,3 D. Fernando II, com vista à  
obtenção do Grau de Mestre em Ensino da Educação Física  
nos Ensinos Básico e Secundário

Orientador de Estágio:

Professora Ana Cristina Tavares Soares Severo

Orientador de Faculdade:

Professor Acácio Manuel da Silva Gonçalves

João Tiago Lucas dos Santos Cardoso

2013

## **Agradecimentos**

À professora Ana Severo, pela dedicação, empenho, paciência, paixão com que sempre procurou levar-me o mais próximo possível para um grau de excelência em todos os momentos deste processo. Devo deixar também uma palavra de agradecimento pela compreensão demonstrada durante todo o ano letivo, pela forma como procurou ajudar a solucionar problemas profissionais ou pessoais.

Ao professor Acácio Gonçalves, por ter sido um bom contributo em todas as oportunidades, pela sinceridade com que criticou, pela forma constante com que me fez chamadas de atenção no sentido de me ajudar a encontrar o melhor caminho, a melhor via para atingir o fim a que me propus.

Aos meus colegas estagiários, Gonçalo Simões, Pedro Coelho, pela amizade, pelo apoio, por nos suportarmos mutuamente ao longo deste ano, tal como tinha ocorrido no ano transato, sem dúvida alguma, a melhor opção que tomei, foi ter constituído um grupo convosco. Foi determinante o equilíbrio que encontramos entre trabalho e diversão, mesmo nos momentos de maiores apertos, para sempre “Dead Combo - ai que vida”.

A todos os amigos, das mais diferentes esferas sociais, desde os mais dinossauros até aos mais recentes, aos mais presentes e aos mais distantes, aqueles que me ouviram, e aos que não tiveram oportunidade, com especial atenção para os que são para mim exemplo de excelência académica e profissional, e que me deram alento e alguma inspiração ao longo deste período, Pedro Tunes, Tiago Paiva Filipe e Rui Damas, e aquele que foi o meu maior suporte ao longo de todo o meu percurso académico, Pedro Silva.

A Joana (Bô), companheira de vários anos, nos melhores e nos piores momentos, pelo apoio prestado durante todo este período, tal como no ano anterior, por me mostrar de forma incessante o melhor que há em mim, por me mostrar que mesmo desmotivado, só faltava uns meses para cumprir com este objetivo, da melhor forma possível, buscando sempre a excelência. Pelo apoio, pela paixão, pela amizade, pelo amor dedicados, um agradecimento muito especial.

À família, por me permitir desde há muitos anos percorrer o caminho para alcançar o meu sonho, pelo apoio e estabilidade que me permitem ter. Por em determinados momentos me fazerem sentir único e especial, e me fazerem acreditar que vou lá chegar, que vou mostrar o meu real valor.

A todos, muito obrigado!

## **Resumo**

O objetivo do presente relatório é analisar o processo de estágio pedagógico em Educação Física, desenvolvido na Escola EB 2,3 D. Fernando II, Sintra, no ano letivo de 2012/2013.

O estágio decorreu num agrupamento de escolas em adaptação a uma nova realidade, num núcleo dinâmico com mais dois professores estagiários.

Considero que evolui significativamente na área da organização e gestão do ensino e da aprendizagem, em todas as suas dimensões. A elaboração do projeto de investigação permitiu-nos concluir que o excesso de peso e a obesidade infantil são problemas a combater na escola. O trabalho nas áreas da participação da escola resultou na dinamização de duas ações de intervenção distintas, para além do desporto escolar e outras atividades. A relação com a comunidade e as atividades anteriormente referidas foram fundamentais para compreender as funções do professor fora do contexto sala de aula.

Como conclusão, reconhece-se que a reflexão crítica sobre todas as situações foi a base para o trabalho realizado.

Numa reflexão final, enfatiza-se o estágio como uma experiência formativa por excelência, considerando a sua estrutura, o seu objetivo e as finalidades da Educação Física.

**Palavras-chave:** Aluno; Aptidão Física; Atividade Física; Educação física; Ensino-Aprendizagem; Escola; Estágio Pedagógico; Finalidades Educação Física; Professor; Reflexão.

## **Abstract**

The purpose of this report is to analyze the pedagogical internship in Physical Education at Escola EB 2,3 D. Fernando II, Sintra, during the academic year 2012/2013. The internship took place at a group of schools currently adapting to a new reality, along with two other intern teachers.

I believe I improved significantly my skills regarding planning and management in the areas of teaching and learning. The development of the research project allowed me to realize that childhood overweight and obesity are problems we need to address in schools. The work related to participation in school consisted in two different actions, besides school sports and other activities. The relationship with the community and the previously referred activities were critical to understand the role of the teacher outside the classroom.

As a conclusion, the critical reflection about all circumstances was the basis for the work developed during the internship.

In a final reflection, the internship can be seen as the model training experience, considering its structure, objectives and the purposes of Physical Education.

**Key words:** Student; Physical Aptitude; Physical Activity; Physical Education; Teaching-Learning; Schools, Pedagogical Internship; Purposed of Physical Education; Teacher; Reflection.

## Índice

Introdução.....	1
Caracterização e Contextualização.....	2
Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem.....	5
<i>Planeamento</i> .....	5
<i>Avaliação</i> .....	9
<i>Condução do Ensino</i> .....	16
Área 2 – Inovação e Investigação Pedagógica.....	28
Área 3 – Participação na Escola.....	34
Área 4 – Relação com a comunidade.....	39
Planear em grupo e cooperar.....	41
Relação entre áreas.....	45
<i>Área 1 e Área 3</i> .....	45
<i>Área 1 e Área 4</i> .....	47
<i>Área 2 e Área 3</i> .....	48
Reflexão Final.....	50
Referências Bibliográficas.....	54
Anexos.....	56

## **Introdução**

A elaboração deste documento surge no âmbito do mestrado em Educação Física dos Ensino Básico e Secundário, da Faculdade de Motricidade Humana pertencente à Universidade Técnica de Lisboa.

Este relatório permite realizar de forma reflexiva um balanço sobre os objetivos do projeto de formação referente às três etapas, procurando analisar os aspetos mais relevantes, positivos e negativos, projetando as seguintes etapas, assim como, anos letivos posteriores.

Neste sentido, as quatro áreas definidas pelo guia de estágio pedagógico são contempladas.

O projeto de formação assume um papel determinante na construção de um melhor profissional de docência, o mesmo permite orientar todo o processo de formação de um professor estagiário, permitindo avaliar a prestação de um professor desde o nível mais micro (dentro da sua própria aula) até a um nível mais macro (sistema educativo). A elaboração de um projeto de formação para um professor deve seguir uma lógica progressiva e consistente, desta forma são definidas prioridades de formação e as respetivas necessidades do formando, a curto, médio e longo prazo.

A elaboração deste relatório segue uma estrutura lógica, primeiramente haverá espaço para uma caracterização e contextualização da escola e da turma que leciono. Seguidamente irá prosseguir-se uma análise crítica e reflexiva da formação nas diferentes áreas (interligando-as) do estágio, identificando as opções tomadas, justificações e sugestões para melhorar ao longo das três etapas, assim como, perspetivando anos letivos posteriores.

## **Caracterização e Contextualização**

O Mega Agrupamento de Escolas do Monte da Lua situado no Concelho de Sintra é constituído pela Escola Secundária Santa Maria (sede), duas Escolas Básicas 2,3, a D. Fernando II, e a de Colares, contempla ainda dez escolas de 1º ciclo e dez jardins-de-infância.

A Escola Básica EB 2,3 D. Fernando II foi a instituição que me acolheu enquanto professor estagiário, onde ocorreu uma constante reformulação e reestruturação em termos de gestão e administração, procurando melhorar a articulação vertical entre ciclos de escolaridade devido à constituição do Mega Agrupamento Escolas Monte da Lua. Sendo este aspeto fundamental para um melhor funcionamento dentro da escola, e na sua relação com as restantes pertencentes ao Mega Agrupamento. Neste sentido foram necessárias várias reuniões entre os diferentes grupos de Educação Física com o intuito de se obter uma maior aproximação nas formas de trabalhar das diferentes escolas, desde o planeamento, definição de objetivos por ciclos, matérias prioritárias, critérios de avaliação, com o objetivo de maximizar a aprendizagem dos alunos, compreendendo que os mesmos iriam passar das Escolas Básicas para a Escola Secundária, os objetivos deviam ser discutidos para que se encontre a melhor solução. Esta união permitiu às diferentes escolas aprenderem umas com as outras através da partilha de conhecimentos e experiência dos diversos professores. A união das diversas escolas resultou numa série de adaptações que foram surgindo ao longo do ano letivo, no sentido de alcançar a uniformização de processos. Estes momentos foram uma ótima experiência para mim enquanto professor estagiário, na medida em que me foi permitido estar presente nessas mesmas reuniões, compreendendo um pouco melhor o que se discute nas mesmas, tendo sido “obrigado” a pensar e refletir sobre as opções pedagógicas e metodológicas tomadas pelas escolas presentes.

No que se refere aos alunos e Encarregados de Educação, a opinião que construí tem por base maioritariamente a minha experiência direta com a turma da qual fui responsável, e da partilha de informação e acontecimentos com diversos professores da escola. Considero que os alunos desta Escola são na grande maioria alunos não problemáticos, bem formados, com o comportamento adequado, existindo uma minoria que procura fugir às regras da escola, com comportamentos de risco, de consumo de álcool ou tabaco, e risco de abandono escolar. Quanto aos encarregados de educação (EE), difere bastante, no caso da minha turma, existiram problemas com um EE, todos os outros tiveram sempre um comportamento adequado ao longo do ano letivo. Segundo o

Projeto Educativo da Escola, trata-se de uma escola com alunos provenientes de diferentes extratos sociais e económicos, existem alunos que vivem em instituições, outros que vivem com família mas sem acompanhamento, outros que têm o acompanhamento necessário.

No que se refere ao grupo de educação física da escola em que realizei estágio, a maior parte dos professores têm muitos anos de serviço, sendo essa experiência uma mais-valia para a minha formação. O clima existente entre os vários professores de educação física não é o mais positivo, não existindo uma cooperação satisfatória entre todos, aspecto que causa algumas dificuldades no trabalho dentro do grupo. Nas atividades realizadas ao longo do ano letivo não existiu uma relação próxima com os professores do grupo, não tendo existido qualquer tipo de colaboração por parte dos mesmos.

A turma que lecciono é do 7º ano, formada por alunos provenientes de diferentes turmas, alguns já tinham reprovado (alguns mais do que uma vez), outros são alunos com bom aproveitamento no passado, quatro alunos com necessidades educativas especiais distintas e que fizeram parte da turma por um período diferente, somente dois (Narayan Ladmichand, Hugo Serrano) cumpriram o ano letivo por inteiro, sendo que o último só realizou noventa minutos semanais, o Armando Botelho fez parte da turma até metade do 2º período, e o João Gonçalves entrou na turma quando faltava sensivelmente um mês para terminar as aulas, tendo o seu processo chegado à escola quando faltavam quinze dias para terminar o ano letivo. Do ponto de vista do planeamento, condução e avaliação, a experiência com estes alunos foi bastante enriquecedora, pois têm diferentes problemas, défice de atenção, compreensão, concentração, dificuldades de aprendizagem, de memorização, dificuldades de leitura, por forma a combater estas dificuldades tive de criar várias situações distintas para melhorar a aprendizagem de todos, principalmente na forma como comuniquei com os mesmos, como realizei instrução, os feedbacks que para eles direcionei, foram sempre diferentes e com especial atenção pelas suas necessidades, dando um exemplo, o Narayan é um aluno que não consegue estar concentrado, calmo e quieto por um período que exceda um minuto, como tal, sempre que falei com este aluno ou que dei instrução para o grupo a que ele pertencia, tive de o fazer de forma mais concisa, comunicando de forma mais atrativa e motivante, para o conseguir “agarrar”.

Todos estes aspetos definem a turma como sendo formada por um grupo heterogéneo, em termos de aprendizagem, de capacidades motoras, o que desde cedo



obrigou a um planeamento sensível a estas condições. A turma é caracterizada em termos de comportamento e empenho como pouco satisfatória, maioritariamente por situações de mau comportamento, falta de educação, pouco pontuais, sendo que ao longo do ano letivo, esta tendência foi combatida, tendo existido uma melhoria muito significativa, não só na EF, assim como, nas restantes disciplinas, principalmente no que se refere aos comportamentos de indisciplina, e situações de falta de educação para com os professores.

Outra dificuldade na gestão da turma, no equilíbrio dentro da mesma, e da construção de uma ideia e sentimento de que devem funcionar como um grupo, foi o facto de ao longo do ano terem saído e entrado diversos alunos, ao todo saíram quatro alunos, três no final do 1º período, e outro a meio do 2º período, no que se refere às entradas, foram quatro, três alunos ao longo do 2º período, e o último no 3º período.

A realização do teste sociométrico permitiu concluir que dentro da turma existia inicialmente um grupo de três alunos que eram maioritariamente preferidos pela turma, contrariamente existia um grupo de três alunos que de certa forma eram rejeitados. Para além disso, a vivência das primeiras aulas permitiu-me perceber que não era ainda um grupo. Estes dados permitiram planear de forma específica com o intuito de melhorar esta situação. Neste sentido, existiu um trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo nas minhas aulas, no sentido de aproximar os alunos.

## **Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem**

### ***Planeamento***

Considero que a avaliação inicial foi cumprida de forma bastante satisfatória de acordo com o protocolo de avaliação inicial (PAI), tendo em conta o contexto da turma (caracterização) e os recursos espaciais (condicionantes) e temporais disponíveis. As condições climatéricas foram condicionantes na medida em que existem algumas matérias (e.g. patinagem) que só podem ser lecionadas nos espaços exteriores.

Como aspecto a melhorar, considero que deveria ter dado mais tempo a determinadas matérias e tarefas, contrariamente a outras, ou seja, fui mais rápido e eficaz em algumas matérias que esperava necessitar mais tempo, e vice-versa. Esta situação ocorreu pela pouca experiência no momento de planear, pois considerei em algumas situações que por exemplo uma aula de noventa minutos seria suficiente para avaliar os alunos na modalidade de futebol, algo que no início do ano foi impossível realizar, contrariamente ao que ocorreu no final do ano letivo, pela capacidade de observação, pelo conhecimento da matéria em questão e pela forma utilizada para registar os dados recolhidos durante a aula.

No início do 2º período, e durante o mesmo, com a entrada e saída de alguns alunos, foi necessário realizar avaliação inicial para esses mesmos alunos. Pela experiência adquirida no 1º período, consegui ser mais eficaz na recolha de dados referentes à avaliação inicial destes alunos em todas as matérias, não só pelo melhor conhecimento das mesmas, assim como, por conseguir observar e registar de forma mais eficaz. A minha capacidade de prognosticar para estes alunos foi melhor também, pela experiência do 1º período, que me permitiu perceber que alguns alunos pouco capazes, mas com uma grande motivação e vontade de aprender podem facilmente melhorar, comparando por exemplo com alunos mais aptos mas menos empenhados.

A análise dos dados recolhidos após a avaliação inicial (AI) permitiu planear as unidades de ensino de acordo com a especificidade de cada uma das três etapas, integradas no plano anual de turma, de forma coerente, na medida em que são definidas diferentes tarefas para diferentes grupos de nível. Segundo Rosado (2003), o período de avaliação inicial (AI) deverá permitir “obter informação acerca de quais os alunos e matérias críticas, orientar a formação de grupos de nível, definir as bases da diferenciação do ensino e decidir, assim, sobre quais os objetivos anuais, quais as prioridades formativas, quais os objetivos prioritários e quais os objetivos secundários”. A

definição de tarefas propostas para os alunos de forma evolutiva e progressiva permite uma aprendizagem lógica e coerente, assegurando uma maior eficácia da mesma.

Devo procurar obter mais conhecimento sobre determinadas matérias a abordar antes de proceder ao planeamento das sessões, no sentido de propor uma lógica de progressão facilitadora de aprendizagem em todos os momentos. Existiram situações em que ocorreu o inverso, como foi o caso da aprendizagem de alguns elementos gímnicos, nas quais nem sempre defini situações facilitadoras de aprendizagem em alguns elementos, caso do rolamento à frente saltado. Contrariamente à ginástica, as modalidades coletivas foram aquelas em que tive menos dificuldade em planear, pela experiência profissional em futebol, e pela paixão que sempre tive pelas mesmas enquanto aluno.

Os planos de unidade de ensino foram definidos com objectivos pedagógicos específicos, através de critérios de êxito para os exercícios, utilizando diferentes estratégias, utilizando os diferentes momentos de aula, a instrução, demonstração, questionamento e feedback variado. Sempre que necessário, foram realizadas adequações das tarefas pretendidas, no sentido dos alunos conseguirem concretizar com sucesso as tarefas, para que dessa forma pudessem atingir os conteúdos de aprendizagem definidos.

A realização dos balanços de unidade de ensino, permitiram-me evoluir na elaboração das mesmas, graças a uma reflexão constante e a diversos momentos de discussão sobre as minhas opções. A compreensão de que determinadas matérias necessitavam de mais tempo de prática, pois a aprendizagem não era tão eficaz como esperado, a redefinição de objetivos, pois por vezes coloquei mais objetivos do que a turma estava capaz de garantir, uma melhor definição de critérios de êxito, entre outros aspetos que senti uma melhoria constante ao longo do decorrer do ano letivo.

As aulas ao longo de todo o ano letivo foram politemáticas, tendo sido um grande desafio para mim, na medida em que estar concentrado em duas, três matérias distintas é muito exigente para o professor. Segundo Rosado (2003), a este tipo de aulas estão associadas diversas vantagens. Em primeiro lugar, facilitam a distribuição das aprendizagens no tempo, a aquisição e a retenção dos conteúdos e a otimização da gestão dos recursos. Em segundo lugar, este tipo de sessões contribui para uma maior motivação dos estudantes e promove um maior *transfer* entre diferentes modalidades.

Por vezes as estratégias de ensino não foram bem definidas, planeadas, pois nem sempre garanti que os alunos estivessem todos em tempo potencial de aprendizagem, por diversos motivos, tais como, tarefas complexas para os alunos, grupos de trabalho com alunos menos empenhados juntos. Estes aspetos foram considerados ao longo do 1º Período, com o intuito de serem melhorados, algo que se demonstrou positivo, graças a uma reflexão constante sobre as estratégias definidas.

No sentido de dar continuidade à evolução existente no 1º período, foi necessário manter uma atitude de constante reflexão e procura de novas estratégias de ensino, assim como, uma melhor definição de objetivos pedagógicos específicos a atingir por parte dos alunos. Procurei de forma mais consistente informar os alunos (instrução) sobre o que se pretendia para cada exercício, referindo os critérios de êxito, utilizando palavras-chave, repetindo, questionando e demonstrando sempre que necessário. A utilização de imagens, os desenhos no quadro, a diversificação de feedback foram alguns dos métodos que modifiquei e melhorei. Neste sentido os alunos passaram a saber o que era pretendido em cada tarefa, no que se deviam focar para alcançar o sucesso.

As diferentes estratégias encontradas surgiram de muitos momentos de reunião com o núcleo de estágio onde se debateram as decisões tomadas, a justificação das mesmas, procurando sempre encontrar uma solução melhor. Foi necessário ao longo do ano procurar informações em diversos temas através da leitura de bibliografia, maioritariamente para rever conteúdos abordados na licenciatura.

A elaboração das unidades de ensino, atendendo às diferentes etapas de planeamento, incluídas sempre num nível macro (plano anual de turma) tiveram um papel muito importante na medida em que permitiram definir, projetar objetivos pedagógicos para cada momento do ano letivo, perspetivando a natural evolução pretendida nas diferentes modalidades. Os objetivos pedagógicos permitem ao professor definir critérios de êxito, que serão exigidos em determinadas tarefas propostas que permitam alcançar esses mesmos objetivos, por exemplo, criar uma situação de exercício critério, ou sob forma jogada, em que se permite trabalhar a desmarcação, definindo diferentes critérios de êxito a vários níveis, técnico, como realizar o passe, tático, para onde o aluno se deve movimentar (desmarcar), psicológico, quando o deve fazer. A evolução existente nos diferentes alunos e diferentes grupos de nível ao longo do ano letivo obrigam o professor a refletir sobre a definição desses mesmos objetivos para as etapas e unidades de ensino seguintes, tendo sido necessário realizar várias vezes adaptações, por ser necessário mais tempo para determinada matéria, em prol de outras. Segundo o Programa Nacional

de Educação Física (Jacinto et al, 2001) considera-se possível e desejável a diferenciação de objetivos operacionais e atividades formativas para alunos e/ou subgrupos distintos, para corresponder ao princípio metodológico segundo o qual a atividade formativa (...) deve ser tão coletiva quanto possível e tão individualizada (...) quanto necessário. Neste sentido, procurei definir objetivos de acordo com as necessidades e nível de aptidão de cada aluno, ou grupo.

A realização dos balanços das unidades de ensino foram determinantes ao longo de todo o ano letivo, na medida em que me permitiram de forma consistente, coerente e atempada, realizar uma reflexão sobre as minhas decisões, e o resultado prático das mesmas, posteriormente essa reflexão permitiu-me discutir com colegas estagiários, professores orientadores, que me ajudaram a encontrar novas soluções para as dificuldades encontradas. Neste sentido consegui ajustar e adequar as minhas opções procurando melhorar as propostas de tarefas realizadas à turma, o que se notou de extrema relevância nos diferentes grupos de nível, ou seja, a necessidade de propor diferentes exercícios, com diferentes critérios de êxito, o mesmo ocorreu com maior frequência para os alunos com necessidades educativas especiais (NEE), embora tenha sido mais preocupante a forma como comunicava, instruía e dava feedback aos mesmos.

O plano anual de turma, um documento que “integra a organização, o acompanhamento, a avaliação, as estratégias de diferenciação pedagógica (...), objetivos, estratégias, conteúdos e meios que concretizam o projeto educativo anual para uma turma em particular” (Rosado, 2003). Serviu de base para a elaboração de cada etapa de planeamento (avaliação inicial, aprendizagem e desenvolvimento, revisão e consolidação), assim como, as respetivas unidades de ensino e o que foi lecionado em cada uma delas, no sentido de garantir uma unidade coerente, na medida em que no final de cada unidade de ensino realizei um balanço que me permite de forma mais objectiva analisar se o plano anual de turma está a ser cumprido, e a que alterações deve ser sujeito. No final de cada etapa de planeamento realizei uma reflexão individual, e posteriormente em conjunto com o núcleo de estágio que me permitiu compreender os aspetos positivos e negativos das minhas opções, por forma a reunir um maior número de informações que me permitiu tomar decisões acertadas sobre a etapa seguinte.

Para além das atividades físicas, da aptidão física, a área dos conhecimentos também fez parte do planeamento anual de turma, e das respetivas unidades de ensino, existindo vários momentos de instrução sobre diversos conhecimentos, e posterior questionamento.

As atividades de aprendizagem que se referem aos conhecimentos (...) deverão ser consideradas no processo de planeamento, desejavelmente, de forma integrada nas aulas de EF.

(Jacinto et al, 2001)

Aspeto a melhorar no futuro, passa por realizar atempadamente todos os balanços, referindo casos específicos, sugerindo novas soluções, para que a seguinte unidade ou etapa tenha em conta essa mesma reflexão, isto não aconteceu na passagem da 1ª unidade de ensino (UE) para a 2ª UE.

Ao longo do ano letivo (após as duas primeiras unidades de ensino) cumpri com os prazos de entrega de balanços e de unidades de ensino, o que me permitiu retirar conclusões pertinentes para a construção das seguintes, melhorar o planeamento, a definição de objetivos e consequentemente melhorar a dinâmica das aulas.

### **Avaliação**

A avaliação inicial seguiu o Protocolo de Avaliação Inicial (PAI), definido pelo grupo de EF da Escola, com participação dos professores de EF da mesma, e anteriores professores estagiários. O PAI define os objetivos e características da avaliação inicial, a metodologia de observação e o registo de dados, contemplando as atividades físicas e a aptidão física. Para cada matéria (coletiva ou individual) estão definidos os critérios de êxito que o aluno deve cumprir, realizar corretamente, que permitem definir o nível do aluno desde não introdutório até avançado, estabelecendo sempre a possibilidade de se atribuir parte de determinado nível (NI – Não Introdutório, PI – Parte Introdutório, I - Introdutório, PE – Parte Elementar, E- Elementar, PA – Parte Avançado e A - Avançado), por exemplo, parte introdutório, significa que o aluno realiza mais de metade dos critérios de êxito do nível introdutório. Esta adaptação foi realizada pelo grupo de EF devido às características dos alunos da escola. Através do PAI procurei avaliar de forma objectiva todos os alunos em todos os momentos, procedendo a registos durante as sessões, utilizando critérios de êxito específicos para cada tarefa.

O objeto da primeira etapa de trabalho com a turma, no começo do ano letivo, é a avaliação inicial, cujo propósito fundamental consiste em determinar as aptidões e dificuldades dos alunos nas diferentes matérias.

(Jacinto et al, 2001)

Segundo Carvalho (1994) os objetivos da AI são: (1) conhecer os alunos em atividade; (2) apresentar o programa de EF para o ano; (3) rever aprendizagens anteriores; (4) criar um bom clima de aula, ensinar/aprender ou consolidar rotinas de organização e normas de funcionamento; (5) avaliar o nível inicial dos alunos e as suas possibilidades de desenvolvimento no conjunto de matérias de EF; (6) identificar alunos críticos e as matérias prioritárias; (7) recolher dados para definir as prioridades de desenvolvimento para a 2ª etapa e para orientar a formação de grupos; (8) identificar os aspetos críticos no tratamento de cada matéria; (9) recolher dados, para que todo o grupo de professores possa elaborar ou ajustar o plano plurianual de EF, estabelecendo metas para cada ano de escolaridade. Dos acima referidos, só defini cinco para desenvolver durante a primeira etapa, os objetivos número 1, 4, 5, 6 e 7.

O balanço que faço da minha avaliação inicial é positivo, embora considere que foi a área em que tive mais dificuldade, pois tal como referi anteriormente errei no planeamento, definindo por vezes pouco tempo para avaliar determinada matéria, em outros casos foi o inverso, dei tempo a mais. A minha capacidade de realizar grupos de nível que facilitassem a avaliação inicial também não foi a melhor, ou seja, o facto de ter alunos menos aptos com mais aptos dificultou a observação. O roulement e o material disponível na escola dificultou um pouco a tarefa na medida em que certas matérias só podem ser realizadas em determinados espaços, por exemplo, a patinagem, que foi realizada tardiamente pelas condições climáticas adversas por só se poder realizar no exterior, e quando foi realizada, tínhamos poucos patins. A minha capacidade de observar não foi a melhor na AI, assim como, a minha capacidade de registar dados durante a aula, de forma objetiva e sem perder o controlo da turma. O principal aspeto a melhorar no que se refere à avaliação inicial, consiste em melhorar a minha capacidade de análise e observação da execução de tarefas propostas, em todas as matérias. Para além deste aspeto, senti também muitas dificuldades em escrever, tomar notas, no decorrer da aula, por serem as primeiras aulas, em que estava mais focado no controlo da turma, organização e disciplina. Considero que os professores estagiários não estão aptos a realizar a AI logo no início do ano letivo, a experiência é quase nula, e a tarefa é muito exigente, talvez a melhor solução seja com a colaboração dos restantes estagiários e professora orientadora.

Após a experiência de um ano letivo considero que evolui bastante na capacidade de observar e avaliar, pelo maior conhecimento dos conteúdos a abordar, maior domínio das matérias, mas também pelo que a própria experiência permite, conseguir de forma

mais eficiente perceber o nível de execução dos alunos. No que se refere à capacidade de realizar registos, consegui facilmente executá-los no final de cada aula, mas perspetivando uma situação em que tenha somente quinze minutos para iniciar outra aula, quer isto dizer, sem tempo para me sentar e tomar notas, debatemos várias vezes com o núcleo de estágio, por forma a alcançar a melhor solução até agora encontrada (após várias experiências), realizamos uma ficha tipo, onde para determinado critério de êxito preenchi com letras: I (insuficiente), S (suficiente), B (bom), MB (muito bom).

Segundo Onofre (1996) as dificuldades na área da organização devem ser solucionadas antes das referentes à avaliação das aulas, à área da instrução, clima ou disciplina. O autor afirma que “sem criar condições para que o professor tenha, e sinta que tem, o controlo organizativo da aula, não vale a pena insistir no desenvolvimento da sua capacidade de preparação, apresentação e controlo das aprendizagens dos alunos”.

No final da AI os alunos ficaram a conhecer as matérias prioritárias e os objetivos a atingir no final do ano letivo, assim como, do 8º ano, para a aptidão física e atividades físicas. Jacinto et al (2001) indicam que o professor deve identificar as matérias em que os alunos têm maiores dificuldades e sobre elas focar mais atenção em termos de tempo e tratamento, no sentido de aproximar o nível da turma ao nível dos objetivos definidos para esse ano de escolaridade.

A área dos conhecimentos não chegou a ser avaliada na fase inicial, não respeitando as indicações de que a AI deve incidir sobre as três áreas da extensão da disciplina (Jacinto et al, 2001). O mesmo ocorreu por falta de tempo para avaliar tudo a que me tinha proposto, por razões apontadas neste relatório.

No final da AI não houve oportunidade de reunir com o restante grupo de EF para confrontar os dados obtidos nas diferentes turmas, realizamos essa comparação e discussão de dados entre o núcleo de estágio, o que no meu caso foi positivo pois existiam mais turmas de 7º ano a serem lecionadas pelo núcleo de estágio, uma pelo professor estagiário e as restantes pela professora orientadora.

No decorrer do ano letivo foi necessário realizar avaliação inicial aos alunos que entraram na turma, a mesma realizou-se durante as aulas, decorrendo as mesmas sem alterações ao que estava previamente definido, ainda assim, consegui avaliar os alunos, sentindo uma maior facilidade na observação e atribuição de níveis nas diferentes matérias, creio que pela experiência do 1º período, assim como, pelo facto de serem menos alunos a observar pela primeira vez.



Segundo Dias e Rosado (2003), a avaliação formativa deve ser entendida como um instrumento para detetar as dificuldades e êxitos dos alunos no decorrer do processo de ensino-aprendizagem e servir de base para adaptar as decisões do ensino às necessidades dos estudantes.

No que se refere à avaliação formativa contínua, houve uma evolução muito satisfatória, pois na 1ª etapa só realizei avaliação formativa através do meu feedback (FB), do questionamento nas aulas, fichas informativas sobre comportamento e empenho nas aulas, demonstração de dados resultantes da avaliação inicial aos alunos, referentes à aptidão física e às atividades físicas e por último a autoavaliação de final do 1º período. Da 2ª etapa em diante mantive os mesmos métodos, acrescentando os momentos de autoavaliação no final de cada unidade de ensino (a partir da 4ª UE), desta forma consegui compreender qual a percepção dos diferentes alunos em relação à sua prática no decorrer das aulas, posteriormente informei-os sobre o facto de estarem próximos ou distantes da avaliação do professor. Existiu ainda oportunidade no decorrer da 2ª etapa, de os alunos realizarem avaliação uns dos outros, através do estilo de ensino recíproco, através da construção de uma ficha informativa, defini alunos responsáveis pela observação de execução dos colegas, tendo os mesmos que preencher uma ficha informativa de critérios de êxito, (“faz”, “não faz”), foi uma boa experiência, permitindo aos alunos perceberem o que é avaliar, quais as dificuldades, e ao mesmo tempo consciencializarem-se da execução do gesto técnico a que eram propostos. Para mim, foi uma boa oportunidade de perceber que a avaliação formativa é extremamente importante e que devo ser criativo na busca da melhor forma de a realizar, podendo interliga-la a outros aspetos determinantes, tais como, a responsabilização de determinado grupo de alunos por lhes ser proposto realizarem observação dos colegas, neste caso, levou a uma maior aproximação entre os mesmos. No processo de avaliação contínua, poderia ter realizado a autoavaliação em cada aula sobre o empenho e comportamento dos alunos, embora tenha procurado insistir no FB sobre essa componente no final de cada semana de aulas.

A autoavaliação no final de cada UE permitiu-me compreender quais eram os alunos que sabiam o nível em que estavam nas diversas matérias, desta forma, consegui falar com eles em momentos de instrução inicial ou final da aula, dar feedbacks que permitissem que os alunos compreendessem se a opinião que tinham criado sobre o seu nível de execução estava a ser a mais acertada ou não. O processo de autoavaliação requer que estejam preenchidas algumas condições (...) que são a explicitação dos

objetivos de aprendizagem e, também, a clarificação dos critérios de avaliação (Dias e Rosado, 03).

A autoavaliação só pode existir na sua plenitude se os alunos entenderem em que patamar estão na sua aprendizagem, onde podem chegar e o que têm de fazer para o atingir (Black et al, 1998).

A avaliação formativa baseia-se no princípio de que todos os alunos podem evoluir e implica uma participação ativa e reflexão de todos os envolvidos no processo de ensino-aprendizagem, professor e estudantes (Assessment Reform Group, 1999).

Perspetivando uma próxima situação em que necessitarei de realizar avaliação formativa, considero que devo inicialmente construir um projeto de avaliação formativa, definindo um objetivo para cada unidade de ensino, assim como, por etapas, desta forma, poderei com maior objetividade avaliar os alunos, englobando todas as matérias, definindo quais serão as matérias prioritárias a avaliar. Neste sentido, a posterior realização de um balanço dessa mesma avaliação em cada unidade de ensino permitiria ajustar a forma como a estava a realizar, assim como, dar continuidade à avaliação em determinada matéria em prol de outra. O estilo de ensino recíproco como forma de avaliação formativa pareceu-me uma ótima opção, de extrema responsabilização dos alunos, fazendo-os sentirem-se parte de um processo complexo e de extrema importância.

O planeamento das aulas, os objetivos pedagógicos, os critérios de êxito, os momentos de instrução e os FB's utilizados foram constantemente pensados e refletidos com o intuito de promover uma melhor aprendizagem dos conteúdos, que mais tarde foram sempre questionados, durante a aula, ou no teste escrito no final de cada período. Considero que quanto ao questionamento deveria (desde início do ano letivo) ter encontrado uma forma mais eficaz de registar as respostas dos alunos, colocando por exemplo uma nota para os alunos questionados em cada aula, teria conseguido ser mais objetivo.

A capacidade de observação e de registo do nível de execução dos alunos em cada tarefa foi determinante para que no momento seguinte do planeamento pudesse tomar decisões mais eficazes do que seriam as matérias prioritárias, sendo esta uma preocupação da avaliação inicial, definidas através da atribuição de nível a cada aluno, e posteriormente valores (0 a 5) a cada nível, NI – 0 pontos, PI – 1 ponto, I – 2 pontos, PE

– 3 pontos, E – 4 pontos, após essa atribuição, realizei o somatório de pontos em cada matéria, as de menor valor foram consideradas prioritárias.

A AI permitiu-me também realizar o prognóstico para cada aluno da turma, através da aptidão de cada um, mas também, da vontade e capacidade de aprender, se adaptar a novas situações, e ao que era pretendido pelo professor.

O meu conhecimento sobre os conteúdos de cada matéria, mais especificamente, os critérios de êxito de cada tarefa deveriam ter sido em alguns casos mais específicos, melhores e que permitissem realizar uma observação mais eficaz e conseqüentemente, uma avaliação mais correta. Por ter sentido que esta tinha sido uma lacuna, procurei melhorar neste aspeto ao longo de todo este ano, através da partilha de informação da professora orientadora e de uma busca por informação e conteúdos temáticos em diversas referências de literatura.

Os resultados da avaliação inicial foram utilizados para definir grupos de nível e objectivos para cada um deles, sendo que em casos que os alunos estavam em grupos inadequados, por falha na AI, rapidamente existiu um ajuste nesses mesmos grupos, desta forma, consegui rapidamente contornar essa situação, ainda assim, é um aspecto muito importante, a melhorar. No decorrer do ano letivo, o ajuste dos grupos de nível foi discutido, analisado e efetuado, por diversos fatores, maior evolução de alguns alunos, contrariamente a outros, avaliação inicial menos conseguida, colocar alunos exemplares, líderes e muito aptos com os menos aptos, para que conseguissem ajudar os colegas a melhorar, a entrada e saída de novos alunos, e as melhorias ou não na relação entre pares.

A avaliação formativa permitiu-me estar em constante reflexão e ajuste das tarefas e objectivos definidos para os diferentes grupos de nível, logo, para os diferentes alunos. A rápida aquisição de determinados conhecimentos práticos e teóricos (e.g. rolamento à frente no plinto), ou por contrário, maior necessidade de tempo de prática para determinadas tarefas (passe e recepção no futebol) obrigou a realizar ajustes no planeamento de unidades de ensino.

Através do questionamento, momentos de instrução e do feedback procurei de forma constante garantir que os alunos recebiam informação pertinente vindas do professor, no sentido de perceberem o que estava garantido, o que deveriam trabalhar mais e menos, exemplo disso, a ficha informativa entregue no final de cada unidade de ensino, informando os alunos e encarregados de educação (E.E.) sobre o empenho e

comportamento dos mesmos. Outro exemplo é a ficha informativa sobre os exercícios prioritários de aptidão física para cada aluno, que está sempre presente na estação de aptidão física.

O trabalho que realizei para a aptidão física, poderia e deveria tê-lo realizado para as atividades físicas, para que os alunos soubessem (por exemplo) que elementos gímnicos no solo deveriam trabalhar mais durante a aula.

De acordo com os procedimentos de avaliação sumativa definidos pelo agrupamento a que a escola pertence, os alunos foram avaliados nas diferentes áreas, aptidão física, atividades físicas, conhecimentos e atitudes.

Os testes de aptidão física foram aplicados à turma no final de cada período por forma a verificar a alteração existente após o trabalho realizado nas aulas.

No que se refere às atividades físicas, no final de cada período, houve um reajuste nos dados recolhidos no momento da AI, no sentido de verificar onde os alunos melhoraram, e se mudaram de níveis (NI, PI, I).

Quanto aos conhecimentos, para além do teste, os alunos foram avaliados pela sua capacidade de resposta durante as aulas em vários momentos de questionamento, e sobre várias matérias. Os alunos com necessidades educativas especiais (NEE), exceto o Narayan não realizaram teste, foram somente avaliados por questionamento, por dificuldades de compreensão, a ler e a escrever.

As atitudes foram avaliadas pois no final de cada aula existe registo do comportamento, empenho e pontualidade dos alunos. Essa mesma avaliação contém um item para a assiduidade nas aulas.

Segundo o PNEF, um aluno para ser considerado apto e obter classificação positiva na disciplina de EF, deve obter um nível satisfatório nas três grandes áreas a avaliar, Aptidão Física, Atividades Físicas e Conhecimentos. A escola adota um sistema de percentagens por cada área, 50% para as Atividades Físicas, 25% para a Aptidão Física, 10% para os Conhecimentos e 15% para as Atitudes (comportamento, pontualidade, assiduidade). Este sistema é adotado à vários anos, por forma a permitir que os alunos atinjam com maior facilidade o sucesso escolar nesta disciplina. Este assunto foi e continuará a ser debatido nas reuniões do Mega Agrupamento, onde os diversos grupos de EF estão presentes, com o intuito de encontrar a melhor solução para o bem comum. Na minha opinião, creio que o sistema das percentagens deve ser

mantido, embora os diversos grupos devam procurar funcionar como um só, tentando combater esta forma de avaliar, para tal acontecer, parece-me ser de extrema pertinência o combate ao fraco ensino na disciplina principalmente nos 1º e 2º ciclo, pois os alunos chegam ao 3º ciclo com grandes dificuldades a vários níveis.

No decorrer do ano letivo melhorei bastante no registo de dados sobre o questionamento, empenho e comportamento dos alunos durante a aula.

O registo de nível de aptidão nas várias tarefas, objetivos a alcançar nas diferentes matérias foi mais eficaz nos últimos dois períodos, pelo facto de ter sentido necessidade de construir fichas de recolha de dados mais simples e mais fáceis de preencher durante as aulas. O mesmo foi conseguido com a colaboração dos colegas de estágio e professores orientadores.

### ***Condução do Ensino***

Siedentop (1983), citado por Onofre (1995), identifica as quatro dimensões de intervenção pedagógica: (1) dimensão instrução, onde se engloba o feedback, a introdução das atividades, as demonstrações; (2) dimensão organização, relativa à gestão do tempo, espaços e materiais, à formação de grupos e às rotinas de funcionamento da aula; (3) dimensão disciplina, relacionada com as medidas de promoção e/ou controlo do comportamento dos alunos e a (4) dimensão clima, que contempla a relação professor-aluno, aluno-aluno e aluno-tarefa.

A utilização de diferentes estilos de ensino em diferentes momentos de aula, e mesmo durante diferentes unidades de ensino está relacionada entre outros aspetos com o controlo da turma existente por parte do professor. Procurei garantir um planeamento adequado no que se refere à forma de ensinar, de acordo com o que era e é o meu objectivo, aumentar o nível de responsabilidade dos alunos. Neste sentido, procurei de forma progressiva aumentar o grau de liberdade concedida aos alunos, sendo que para uns demorou mais tempo do que para outros, tendo em conta o nível de aptidão dos mesmos, mas principalmente, o empenho e o comportamento. Desta forma adoptei estilos de ensino diferentes para cada grupo de trabalho, e sempre que os alunos me demonstravam que não estavam ainda prontos para tanta liberdade e que não tinham capacidade para tomar decisão, reduzi essa mesma liberdade, explicando-lhes o porquê e referindo a importância de serem responsáveis pelos seus comportamentos, e suas decisões.

O estilo de ensino mais utilizado foi por tarefa, exceto no aquecimento e na parte final em que utilizei o estilo de ensino por comando, maioritariamente. Existiram também situações mais pontuais em que o estilo recíproco foi utilizado, maioritariamente pelos capitães de grupos de trabalho.

No início do 2º período senti que a turma estava com um comportamento menos apropriado, menos empenhados, com rotinas de trabalho não satisfatórias. Nesse sentido, foi necessário aumentar o grau de responsabilização dos alunos, demonstrando várias vezes que o empenho do 1º período seria necessário para continuarem a evoluir e a melhorar, e que só dessa forma conseguiriam obter melhores classificações no final do período.

Como forma de combater essa tendência procurei estar mais próximo ainda de todos os alunos, preocupando-me em conhecer melhor cada um deles, a perceber quais as suas necessidades, criando uma relação de confiança e responsabilização mútua, fazendo-os sentir que são elementos muito importantes com papel ativo no processo ensino aprendizagem.

A definição de novas tarefas, mais motivadoras, ajudou-me muito a conseguir “agarrar” novamente o grupo. Segundo Rosado (1990) a organização de aulas interessantes e adequadas ao nível de desenvolvimento dos alunos é um importante fator de promoção da disciplina e, ao não conseguir fazê-lo, os problemas surgiram.

A utilização do estilo de ensino recíproco foi uma boa experiência e opção, pois torna os alunos mais responsáveis e conscientes.

Ao longo do 2º e 3º período fui permitindo cada vez mais espaço aos alunos, permitindo por vezes que escolhessem os grupos de trabalho, que tarefas pretendiam realizar, de acordo com aquilo que são as suas maiores necessidades. Oliveira (2001) citando Brito (1986) refere que os alunos ao estarem já familiarizados com as tarefas da aula e ao saberem de antemão quais os grupos com que iriam trabalhar, organizaram-se mais rapidamente diminuindo os tempos de espera e transição entre exercícios, um fator preponderante para a diminuição de episódios de indisciplina e comportamentos de desvio.

Para uma próxima experiência creio que devo manter este tipo de trabalho, dependendo também do grupo que encontrar, pois acredito que através da motivação do professor, dos alunos, de uma maior responsabilização de todos, assim como, a

percepção de direitos e deveres de cada um, embora arriscado, possa ser uma mais-valia para o futuro destes alunos, quer na educação física, quer noutras disciplinas, até mesmo fora da comunidade escolar. Considero arriscado na medida em que o espaço permitido pode ser aproveitado com comportamentos de risco ou inapropriados ao espaço sala de aula.

A instrução e o feedback tiveram um papel determinante na forma como orientei as atividades durante a aula, no sentido de ajudarem a que os alunos compreendessem o que lhes era pedido.

Na instrução, quer inicial (início de aula), quer no momento prévio a um exercício, existiram vários aspetos com os quais me preocupei, e procurei constantemente melhorar. Desde a disposição dos alunos, o local onde era feita a instrução (variando de acordo com os espaços), o tempo dedicado à mesma, a linguagem utilizada, a preocupação em utilizar linguagem correta, mas de fácil compreensão para os alunos, critérios de êxito bem definidos, palavra-chave, por último, mas talvez a mais determinante durante o ano letivo, a demonstração, quer de alunos quer do próprio professor. Onofre (1995) afirma que é importante garantir que os alunos percebam a relação entre os objetivos da aula e a sua organização, e que a ligação entre o trabalho realizado numa sessão e aquele previsto para as sessões seguintes deve ser clara para os estudantes. Onofre (1995) afirma que para que um período de transmissão de informação tenha sucesso é necessário garantir que os alunos estão atentos e concentrados e que ficam sem dúvidas acerca da atividade a desenvolver na aula.

A demonstração parece-me ter sido o aspecto mais importante, no qual tive de me focar mais, em que procurei melhorar, passei a pensar previamente que aluno devo escolher para demonstrar, e quando devo ser eu a fazê-lo, verifiquei que independentemente de uma boa explicação, a imagem vale muito, simplifica muito a tarefa aos alunos, pois criam uma ideia e uma imagem do que é pretendido, sendo também mais fácil corrigir, demonstrando os principais erros cometidos. Segundo Onofre (1995) relativamente à forma como é comunicada a informação, sugere-se que o professor privilegie a modalidade visual utilizando para o efeito as demonstrações (...).

Desde o 2º período procurei variar as formas de instruir, tentando que se tornassem mais curtas e concisas, utilizando desenhos, ilustrações, auxiliando-me por vezes do quadro. Consegui melhorar bastante, tornando mais eficaz esses momentos.

Na minha opinião, melhorei muito nestas vertentes, graças à opinião da professora orientadora, que me demonstrou a importância de ser preciso, breve e conciso no momento de instrução durante a aula, assim como, que informação deve ser passada nesses momentos, a forma como o faço, e a importância da demonstração, por ter percebido que poderia melhorar muito as minhas aulas, e certamente pela motivação que demonstrei no decorrer das aulas, na condução das mesmas, independentemente do momento ou da matéria a abordar.

Os comportamentos inadequados (...) são mais frequentes nos momentos de espera, de organização e gestão dos materiais e dos espaços, de organização da prática e da escolha dos grupos (Rosado, 1990). Neste sentido, procurei ser eficaz na redução dos tempos de espera nas aulas, tendo sido muito raro isso ocorrer dentro da aula, quase não ocorreram momentos de espera, pois nos exercícios criei sempre forma de todos estarem em prática.

As estratégias de observação e diagnóstico da execução dos alunos das tarefas propostas foram preconizadas no sentido de maximizar os níveis de empenho, aumentado a motivação nos mesmos, tendo em vista uma maior aprendizagem. Neste sentido, foram constantemente definidos critérios de êxito. O feedback interrogativo foi utilizado maioritariamente, em detrimento de simplesmente prescrever ou descrever o que era pretendido. O feedback quinestésico demonstrou-se muito útil, quando se tratou de alunos que permitiam essa aproximação. Por forma a melhorar o clima de aula, e aumentar a motivação, foi uma preocupação constante dar feedback de afetividade positiva, sendo que sempre que necessário, foi também utilizado o negativo.

O principal aspeto que tive de melhorar, e que deverá continuar a ser uma preocupação constante, é o conhecimento mais aprofundado dos conteúdos de cada matéria e tarefas a realizar, pois desta forma poderei melhorar a minha capacidade de observação, assim como, emitir um feedback mais específico, no sentido de referir precisamente o que deve ser alterado para melhorar a execução por parte dos alunos. A experiência parece-me ser um fator essencial para que rapidamente consiga compreender o que devo dizer, a forma como o devo fazer, e o momento ideal para o fazer, com o intuito de melhorar a prática dos alunos.

No decorrer dos últimos dois períodos foquei-me bastante em variar o tipo de feedback, preocupando-me muito com feedback à distância, com feedback individual e com o fecho do ciclo de feedback.



A minha capacidade de observar e analisar o comportamento dos alunos melhorou bastante no decorrer desta etapa por ter sentido que seria um elemento que me poderia ajudar a maximizar a aprendizagem dos alunos. O maior conhecimento das matérias, a experiência do 1º período, o fato de conhecer melhor os alunos, de me ter focado somente em poucos critérios de êxito facilitou bastante essa tarefa.

O ciclo de FB foi uma preocupação constante ao longo de todo o ano letivo, a opinião dos colegas estagiários e da professora orientadora foi determinante na medida em que me fizeram compreender que não estaria a cumprir com o fecho do ciclo, estando a ser prejudicial para a aprendizagem dos meus alunos, nesse sentido, passei a estar bastante focado nesse aspeto.

As estratégias de observação foram melhorando ao longo do ano, desde um 1º período em que dificilmente conseguia observar os alunos, pois estava mais preocupado e concentrado em garantir um bom controlo da turma, até ao 2º e 3º período em que esse mesmo controlo já estava garantido, tornando mais fácil os momentos de observação. Para além deste fator, o meu posicionamento, a forma como me desloquei, a criação de fichas de observação, o meu olhar mais atento a aspetos mais específicos dos critérios de êxito, assim como, o melhor conhecimento dos conteúdos temáticos, foram aspetos muito importantes para melhorar a minha capacidade de observar.

Os procedimentos de prevenção e remediação dos comportamentos inapropriados dos alunos foram surgindo no decorrer de cada unidade de ensino, de acordo com as relações que se foram criando entre os alunos, para além de outros aspetos, tais como, alunos repetentes, alunos menos empenhados, menos motivados, outros mais desconcentrados, alunos com necessidades educativas especiais, entre outros.

Após a caracterização da turma e a avaliação inicial, foi possível criar grupos de trabalho tendo em conta o nível de aptidão dos alunos, assim como, as relações existentes entre os diversos elementos da turma. Este aspeto foi essencial para melhorar o comportamento dos alunos durante a aula.

Independente à caracterização da turma e à AI, existem estratégias de organização da aula que permitem um melhor comportamento e empenho por parte dos alunos. Aspetos como o trabalho por estações, formando grupos de quatro, cinco elementos, grupos separados entre si, permitiram melhorar o controlo da turma. A

utilização de diferentes estilos de ensino permitiu também facilitar e melhorar o controlo da turma.

A constante reflexão sobre o empenho dos alunos na tarefa, os comportamentos fora da mesma, permitiram analisar e definir estratégias ao longo das unidades de ensino, desde a 3ª unidade de ensino, creio que os grupos de trabalho ficaram assegurados, na medida em que deixei de necessitar estar constantemente a controlar todos os grupos, mas somente, de forma mais exaustiva aqueles que sei que são constituídos por alunos com maior dificuldade em estarem em prática, de forma adequada.

A formação dos grupos é um elemento chave na estratégia de diferenciação do ensino. Os diferentes modos de agrupamento (por exemplo por sexos ou por grupos de nível) devem ser considerados processos convenientes, em períodos limitados do plano de turma, como etapa necessária à formação geral de cada aluno.

(Jacinto et al, 2001)

Um dos aspetos que ajudou bastante a promover um maior empenho por parte dos alunos, foi a atribuição de ficha informativa para os alunos e encarregados de educação sobre o empenho e comportamento nas aulas ao longo de um mês de trabalho, tendo sido este o meu primeiro método objetivo e consistente de avaliação formativa, por sugestão da professora orientadora.

O elemento mais importante para manter um comportamento adequado por parte dos alunos, de forma empenhada, com um clima de aula positivo, passou muito pela forma consistente como mantive o meu próprio comportamento. Naturalmente que o facto de me motivar constantemente para as aulas me permitiu conduzir a turma da forma que considero ser a mais adequada. Possivelmente no futuro terei algumas dificuldades, pois manter-me motivado para uma turma, certamente será diferente de o fazer com várias turmas, o que pode tornar-se ainda mais difícil, dependendo do número de alunos de cada turma. Na semana professor a tempo inteiro consegui perceber melhor essas dificuldades.

A valorização de comportamentos adequados é constante, tal como, o inverso, procurei de forma constante demonstrar aos alunos o que ganhavam e perdiam com determinados comportamentos, e que os mesmos eram responsáveis pelo que faziam em cada momento das suas vidas, dentro e fora da aula.

Creio que a responsabilização, o questionamento, a consciencialização e a consistência são conceitos extremamente necessários e eficazes para a promoção de um comportamento adequado de parte a parte. O professor deve ser sempre um exemplo daquilo que pretende para a sua turma e alunos, se sou exigente, competente, trabalhador, não espero nada mais, e nada menos dos meus alunos, esse foi o nosso “acordo”.

No início do ano letivo, mais precisamente no decorrer da primeira unidade de ensino, procurei criar uma relação positiva com todos os alunos, procurando que se sentissem à vontade com todos os elementos da turma, e comigo. Com a preocupação de fazer com que os alunos intervissem mais durante as aulas, que colocassem questões, que tivessem um papel mais participativo e ativo nas aulas, surgiram situações em que senti necessidade de aumentar o tom de voz, para que compreendessem que quando lhes era atribuída alguma tarefa teriam de a cumprir, e que existe um comportamento adequado dentro das aulas, esta abordagem por vezes obrigou-me a que a relação não fosse a melhor.

De forma gradual, comecei a ganhar o respeito dos alunos, e pude voltar a refletir sobre a melhor forma de criar uma relação positiva com eles, ainda mais do que já era. Através da utilização de feedback positivo, de momentos em que mostrei mais o sorriso, em que fui capaz de ser severo com quem o merecia, mas ao mesmo tempo, disponível e bem-disposto para quem também o merecia, a relação com os alunos foi melhorando. A partir da 3ª unidade de ensino, procurei “entrar” mais vezes nos exercícios, jogando durante poucos minutos com os alunos, senti que nesse momento a nossa relação melhorou bastante, senti-os mais próximos. A relação do professor com os alunos deve ser tão personalizada quanto possível e, embora este efeito seja bastante influenciado pela forma como o professor acompanha cada aluno na sua atividade de aprendizagem, ele depende muito da possibilidade de o professor interagir frequentemente com o aluno com base em assuntos do seu interesse direto, em assuntos de índole mais pessoal e em sentimentos e emoções por ele expressos (Onofre, 1995). O mesmo autor defende ainda que o facto de o professor estar atento aos interesses pessoais dos alunos é um aspeto fundamental para garantir um bom relacionamento com os mesmos.

Para além dos aspetos referidos anteriormente, procurei utilizar bastante o feedback positivo, procurando incentivar e motivar os alunos, principalmente nas tarefas em que apresentavam maiores dificuldades, demonstrando-me muito satisfeito, e elogiando de forma quase efusiva, o sucesso dos alunos nessas mesmas tarefas.

Tal como referi anteriormente o meu comportamento com a turma e todos os alunos sem exceção foi o de promover uma relação muito positiva, de motivação, num clima saudável, agradável e que satisfizesse todos. Para que tal ocorresse procurei demonstrar desde muito cedo que as regras não se alterariam, que seria severo com medidas de punição, demonstrando constantemente e de forma consistente que estava atento a todos os tipos de comportamento, questionando, no sentido de os alunos chegarem as respostas pelas suas próprias cabeças.

A relação próxima, quase de amizade foi trabalhada e alcançada com todos os alunos, mais com uns do que com outros, pois de forma natural não tenho empatia com todos. A minha disponibilidade para os ouvir, a minha boa disposição, participação nas aulas, brincadeiras com os alunos levou a construir um clima ainda mais forte e positivo do que na etapa anterior, continuarei a apostar neste aspeto em situações futuras pois para além de ser uma opinião que tinha prévia ao ano de estágio, o mesmo serviu para uma vez mais comprovar que a melhor forma de liderar e de conduzir um processo de ensino-aprendizagem, onde a motivação é um elemento fundamental, é demonstrar-me eu mesmo interessado, motivado, realizar o que faço com prazer e com vontade. Para além da motivação, considero que o fato de ter criado laços de amizade com os alunos, de eles perceberem que para mim foi sempre importante o seu bem-estar, os acontecimentos que foram surgindo nas suas vidas, o estar atento e disponível para os ouvir, permitiu que os mesmos olhassem para mim de uma outra forma, como alguém que se interessa por eles, que olhasse para cada um deles, procurando conhecê-los, as suas necessidades, as suas diferenças, e tudo isso me permitiu definir de uma forma mais conhecedora diversas estratégias de intervenção durante as aulas.

A relação com a turma, e a preocupação em manter um clima de aula positivo foi determinante, e trabalhoso também por um fator muito pertinente, as constantes alterações da turma, a entrada e saída de alunos, pela relação que os mesmos tinham com os restantes colegas, pelos atritos ou empatias que se geram no momento inicial de confronto com uma nova realidade, uma nova turma, um novo professor. Considero que este aspeto me motivou bastante, e me permitiu crescer, evoluir, na relação professor-aluno, aluno-aluno, na reflexão necessária e constante, por forma a manter o melhor clima de aula possível.

Considero que a gestão dos conteúdos das tarefas de aprendizagem tenha sido o elemento mais difícil para mim, no que se refere à condução do ensino, pois requer um conhecimento aprofundado dos conteúdos abordados, sendo algumas matérias mais complexas e difíceis do que outras, como é o caso da ginástica. Para além deste aspeto,

é necessário que o professor consiga observar e reconhecer as dificuldades sentidas pelos alunos na realização da tarefa, para de seguida preconizar ou por em prática situações facilitadoras de aprendizagem.

No caso da ginástica, a ajuda da professora orientadora foi determinante, esclarecendo-nos dúvidas sempre que necessário, e mesmo na ação de formação que tivemos com a mesma, dedicada maioritariamente a situações de aprendizagem de diferentes elementos gímnicos.

Nas restantes matérias, a forma de melhorar esta capacidade de ajustar tarefas segue a mesma tendência, procurar mais informação sobre como melhorar e facilitar a aprendizagem dos alunos. Uma vez mais, a capacidade de observar e analisar o gesto técnico dos alunos é determinante para perceber o que está errado, e onde se deve ajudar. A formação contínua tem um valor extremamente importante no trajeto de um professor, pois somente desta forma o mesmo poderá melhorar, crescer, nas modalidades já existentes, e ainda naquelas que venham a ser criadas.

As matérias coletivas são aquelas onde me sinto mais à vontade no momento da observação, assim como, no momento de reajustar as tarefas, muito pela experiência profissional anterior no trabalho em desportos coletivos com crianças.

No decorrer das aulas senti que melhorei muito neste aspeto, pelo facto de estar atento e disponível para que o mesmo acontecesse, a constante reflexão, a necessidade de observar, analisar, e posteriormente encontrar melhores soluções foi constante. Com alguma facilidade e eficácia fui capaz de alterar no momento de condução de ensino as tarefas propostas, por forma a propor tarefas mais adequadas de acordo com o nível de aptidão dos alunos, e não só, a motivação e o interesse em determinados momentos, assim como outros fatores são muitas vezes determinantes para que o aluno procure ter sucesso e o alcance. Este último aspeto foi e será um desafio enorme e extremamente motivante para mim, perceber se em determinado momento o que proponho para determinado aluno está adequado às suas necessidades momentâneas, sem “fugir” às minhas e suas obrigações definidas no planeamento. Aspetos como o ambiente entre pares na turma, acontecimentos no ambiente familiar são determinantes, na medida em que posso estar a exigir demasiado de determinado aluno num momento especial para o mesmo, por exemplo, não estar em condições psicológicas para eu exigir dele, por acontecimentos menos positivos.

A observação de aulas leccionadas pela professora orientadora, pelos meus colegas professores estagiários, assim como, pela gravação e visionamento da minha própria aula, e feedback recebido por quem me observa nas minhas aulas, permitiram

fazer uma análise de forma reflexiva acerca dos aspetos mais relevantes, positivos e negativos, que possibilitam uma evolução mais eficaz e rápida da minha capacidade de leccionação.

Esta necessidade de observar e ser observado é constante, pois tomei consciência de muitas coisas que por vezes somente um vídeo ou uma pessoa a observar-me me consegue mostrar que certas decisões que tomo poderão não ser as melhores, assim como, pode ocorrer o inverso, verificar que tomei opções muito boas em determinadas situações. Permitiu-me aprender com os meus colegas, gerou discussões bastante construtivas, promoveu uma análise crítica sobre a nossa prestação.

Como aspeto a melhorar, considero que seria importante existirem mais momentos de observação, registando aspetos específicos a pedido do professor observado, no sentido de combatermos algumas situações menos positivas, ou simplesmente para de forma mais objetiva termos conhecimento da forma como leccionamos as nossas aulas, seguidamente analisar os dados recolhidos e promover um momento de análise em conjunto com o intuito de melhorar os aspetos menos positivos, por exemplo, verificar o tempo de empenhamento motor de alguns alunos.

As observações realizadas pela orientadora e pelos estagiários, permitiram-me refletir e analisar de forma mais “rica” as minhas aulas, na medida em que quem está por fora observa sempre de outra forma, referindo sempre outros pontos de vista.

Por outro lado, preocupei-me mais em observar os meus colegas, assim como, outros professores, entre os quais a orientadora. Desta forma consegui trazer para as minhas aulas outras formas de estar, de trabalhar, outras tarefas. As minhas aulas conquistaram uma maior variedade de exercícios.

O feedback da orientadora ajudou-me bastante a melhorar, principalmente através do registo de alguns dados, tais como, os meus feedbacks e tempo de prática. Desta forma consegui melhora-los no decorrer das minhas aulas.

Por último, referindo-me à experiência da semana professor a tempo inteiro, considero que foi muito importante na medida em que me permitiu conviver com o trabalho de docentes com muita experiência, extremamente enriquecedora para a minha formação como profissional de docência. Creio que peca por ser somente uma experiência de uma semana. De todo o modo, parece-me que existem aspetos que poderão ser melhorados entre os diversos professores do grupo de educação física, tais como uma maior aproximação da forma de trabalhar entre todos, aspetos de planeamento, condução, regras, avaliação, que permitiriam tornar o processo de ensino-aprendizagem mais uniforme, tendo como principal objetivo a maximização da

aprendizagem dos alunos, evitando o natural choque que sentem sempre que mudam de professor.

Comparativamente com as experiências anteriores, de ser responsável somente por uma turma, consegui perceber a dificuldade que é passar rapidamente de uma turma para outra, tendo um curto intervalo para proceder a alguns registos de aula, desmontar material, mudar de espaço e conseguir deixar para trás o que foi a aula anterior para me focar na seguinte. Ao final de uma semana, senti que o cansaço acumulado torna-me menos paciente, menos eficaz no processo de condução de ensino, assim como, notei que por vezes me esqueci de alguns aspetos que estavam planeados em determinadas aulas.

(Anexo 25 - Balanço semana professor tempo inteiro, p. 6)

O contacto com professores que há muito tempo desenvolvem a prática profissional no contexto real é, segundo Onofre (1996), um importante fator de formação de futuros docentes.

A colaboração entre professores e a comunicação sobre questões associadas ao ensino é de inegável importância pedagógica (Onofre, 1996).

A lecionação de aulas ao 1º ciclo foi também uma experiência extremamente enriquecedora, pois lecionar aulas a uma turma de 1º ciclo, no caso, de 4º ano, foi uma experiência extremamente enriquecedora, que possibilitou compreender a diferença que existe entre dar aulas a este ciclo quando comparado com os 2º e 3º ciclos.

O planeamento foi bastante simples, talvez pela experiência de todo este ano letivo, as matérias são mais simples, e em menor quantidade.

No que se refere à condução de ensino, provavelmente pela experiência profissional que tenho em realizar trabalhos com crianças desta idade, e também pela grande motivação demonstrada pelos alunos em questão, foi muito fácil controlar a turma e realizar as atividades propostas. Notei que necessitam de uma forma de comunicar mais entusiasmada e motivadora quando comparados com alunos mais velhos.

Com sinceridade considero que foi fácil cumprir com esta tarefa, e que considero ter sido aquela em que menos aprendi, no entanto fiquei muito satisfeito com esta experiência, pois consegui relacionar-me com muita facilidade com os alunos da turma, assim como, com a professora envolvida.

Creio ser uma tarefa de extrema importância no ano de estágio, talvez devesse ser realizado por mais tempo, talvez uma aula por semana ao longo de todo o ano letivo.

(Anexo 26 - Balanço Lecionação aulas 1º ciclo, p. 2)





## **Área 2 – Inovação e Investigação Pedagógica**

Alarcão (2001) defende que (...) todo o professor verdadeiramente merecedor deste nome é, no seu fundo, um investigador e a sua investigação tem íntima relação com a sua função de professor.

O tema por nós investigado e trabalhado foi o Excesso de peso e Obesidade na comunidade escolar. O mesmo foi definido por sugestão da professora orientadora, Coordenação da escola, por percebermos que existiam casos de excesso de peso e obesidade na nossa escola, e também por termos a oportunidade de dar continuidade ao trabalho desenvolvido pelos dois núcleos de estágio que nos antecederam.

A obesidade é uma doença crónica que corresponde a um aumento das reservas lipídicas no tecido adiposo (no seu sentido lato) (Padez, 2002). A obesidade é um distúrbio nutricional traduzido por um aumento de tecido adiposo, resultante do balanço positivo de energia na relação ingestão-gasto calórico, que frequentemente leva a prejuízos de saúde (Silva, et al., 2003).

A obesidade é um problema de saúde que afeta os países industrializados, estando associada a cinco das principais causas de morte nas sociedades contemporâneas: a doença cardíaca, alguns tipos de cancros, AVC, a diabetes de tipo II e a aterosclerose (Padez, 2002).

O problema previamente definido pela Coordenação da escola, foi estudado pelo grupo de estágio e apresentado aos professores orientadores. Estudos realizados em sociedades contemporâneas, mais precisamente em Portugal, permitiram-nos perceber que se tratava efetivamente de um problema que deveria ser estudado e abordado. Os estudos realizados na nossa escola por grupos de estágio anteriores reforçaram essa ideia.

O objetivo desta recolha era, definirmos quem e quais os alunos estavam com excesso de peso ou mesmo com obesidade tal como comprova o estudo de Fonseca, et al. (1998) que permite concluir que embora o IMC apresente uma importante variação com a idade e com a maturidade sexual, tem sido considerado como um bom indicador de obesidade em adolescentes. O IMC apresentou alta correlação com as outras medidas antropométricas. Como conclusão deste estudo, os resultados indicam que o IMC é um indicador de obesidade para os adolescentes e apontam a influência familiar e o sedentarismo como principais responsáveis.

Recolhemos dados de IMC de todos os alunos da escola (desde o 5º ao 10º ano), por forma a comparar os mesmos com os dois últimos anos letivos, assim como, referências bibliográficas que permitissem justificar as nossas opções de problemática. O fato da nossa amostra ter sido todos os alunos da escola permitiu que este trabalho fosse extremamente válido. Em 1998 a Organização Mundial de Saúde definiu os intervalos do índice de massa corporal em: magro < 18,5; normal, 18,5-24,9; excesso de peso, 25,0 – 29,9 e obesidade > 30,0 (Padez, 2002).

Para uma melhor classificação dos dados, essencialmente de modo a terem sentido, consideramos determinante a utilização das curvas e tabelas de percentis com o valor de IMC calculado, atendendo à idade da criança. Foram então estipulados os seguintes intervalos:

Baixo peso: Uma criança que esteja abaixo do percentil 5;

Peso normal: Uma criança que esteja entre o percentil 5 e 85;

Excesso de peso: Uma criança que esteja entre o percentil 85 e 95;

Obesidade: Uma criança que esteja acima do percentil 95.

Ainda na revisão da literatura, pudemos concluir que, esta temática, é considerada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como a primeira causa mundial de doença evitável, a obesidade é uma patologia promotora de uma significativa diminuição da esperança média de vida.

Quanto ao nosso país, segundo Costa et al. (2010), Portugal é considerado o sexto país europeu com maior prevalência de obesidade, despendendo cerca de 3,5% do seu orçamento anual no tratamento desta doença.

A redução na prática de exercícios físicos, decorrente da falta de oportunidade de praticá-los de modo regular e da ausência de informações quanto aos benefícios prováveis, associado à modificação qualitativa na dieta, das populações urbanas, com aumento no consumo de gorduras e redução no consumo de fibras, contribuiriam para o aumento da prevalência de obesidade na população (Silva, et al., 2005).

Nas crianças com idade inferior a 6 anos, a obesidade poderá instalar-se devido à obesidade dos progenitores. Crianças com 1 e 2 anos tendo um dos pais obesos,

apresentam geralmente um aumento de risco de obesidade, em comparação com crianças cujos progenitores não são obesos (Campos, et al., ).

O elevado consumo de alimentos ricos em gordura e com elevado valor calórico, redução no consumo de proteínas de origem vegetal, de alimentos ricos em fibras e em vitaminas, associados a um excessivo sedentarismo condicionado pela redução da prática de atividade física e aumento de hábitos que não geram gasto calórico como ver TV e uso de videogames e computadores (Campos, et al., ).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) (World, 1990), a ocorrência da obesidade nos indivíduos reflete a interação entre fatores dietéticos e ambientais com uma predisposição genética. Contudo, existem poucas evidências de que algumas populações são mais suscetíveis à obesidade por motivos genéticos, o que reforça serem os fatores alimentares – em especial a dieta e a atividade física – responsáveis pela diferença na prevalência da obesidade em diferentes grupos populacionais (World. 1990).

O excesso de peso e a obesidade apresentam diferentes consequências negativas para a condição humana, quer sejam físicas, psicológicas, sociais ou económicas (Silva, et al., 2008).

A obesidade tem vindo a preocupar devido ao seu aumento na idade infantil mas essencialmente porque esta, perdura para idade adulta, aumentando conseqüentemente os riscos patológicos, causadores de situações incapacitantes na vida diária e morte prematura (Diabetes Mellitus Tipo II, HTA, Enfarte de Miocárdio e Acidentes Vasculares Cerebrais diversos) (Campos, et al.,).

A rejeição da criança obesa pelos colegas implica menor participação em jogos e, como tal, menor prática de atividade física, ajudando ao desenvolvimento e manutenção do excesso de gordura (Campos, et al.,).

O ambiente escolar influencia o aumento de peso da criança isto porque nos bares escolares existe a facilidade em adquirir alimentos doces e caloricamente densos (Campos, et al.,).

A deteção do excesso de gordura durante a infância é importante, por permitir uma intervenção precoce e evitar a instalação das suas complicações. Quanto mais idade tiver a criança e maior for o excesso de peso, mais difícil será a reversão do quadro existente, pelos hábitos alimentares incorporados e pelas alterações metabólicas instaladas (Silva, et al., 2003).

Para o tratamento de dados, foi necessário, construir uma pergunta de partida que foi: "Quais as variações existentes no peso dos alunos desde o ano letivo de 2010/2011 até ao presente?" , que originou obviamente duas hipóteses de estudo:

A obesidade ou o excesso de peso estão relacionados com a data de nascimento?

A obesidade ou o excesso de peso estão relacionados com o género?

A recolha de dados deu um total de 613 alunos (288 do sexo masculino e 325 do sexo feminino), representando 90% da população estudantil da Escola Básica 2, 3 de D. Fernando II. Os alunos estão inseridos no 2º ciclo e 3º ciclo.

"A medição dos parâmetros antropométricos, ou seja, a medição da altura e do peso de todos os alunos, para determinar o IMC, constitui a primeira fase do projeto".

A altura (m) e o peso (Kg) dos alunos foram aferidos pelo núcleo de estágio da escola, durante a primeira semana de Outubro, nas aulas de educação física, no início ou no final da aula, consoante a disponibilidade do professor da turma.

Quanto à recolha de dados, deveria ter sido sempre o mesmo estagiário a retirar os dados, para minimizar o erro e a validade dos mesmos.

Para a análise estatística foi utilizado o programa SPSS – Statistical Package for the Social Sciences, versão 19.0. Foi utilizada estatística descritiva, através das frequências e percentagens para fazer a comparação dos valores do anos anteriores.

O núcleo de estágio procedeu à caracterização do problema recorrendo a variadíssimas referências bibliográficas, por forma a justificar e identificar a problemática abordada. O trabalho realizado sugeriu também algumas alterações de comportamento quer de alunos, quer de encarregados de educação.

A comparação dos resultados das quatro categorias, que foram comparadas com os anos anteriores podendo constatar que o baixo peso aumentou relativamente a 2010/2011, o peso normal também aumentou, em cerca de 20%, o que é satisfatório. O excesso de peso e a obesidade que eram as nossas categorias de referência, tiveram diminuição de valores desde 2010/2011 até ao presente ano letivo, o que é bastante positivo.

Os dados obtidos demonstram que o trabalho que tem sido desenvolvido na escola tem tido impacto, de todas as formas o mesmo deve manter-se na medida em que continuará a existir uma tendência para se alcançarem piores resultados caso a comunidade escolar, os encarregados de educação e os próprios alunos não tenham conhecimento da importância de ter uma condição física saudável, mais precisamente, ter um peso normal.

(Anexo 21 - Obesidade na Escola, p. 38)

O nosso trabalho propôs algumas sugestões de alteração de comportamento, hábitos de alimentação, estilo de vida nos alunos, assim como, nos encarregados de educação.

Para este projeto ter ainda mais impacto na comunidade escolar, deveria existir continuidade no mesmo, no sentido de se averiguar se as intervenções realizadas este ano letivo levarão a um resultado positivo tal como aconteceu desde os últimos dois anos letivos até ao presente.

(Anexo21 - Obesidade na Escola, p.38)

O projeto ganharia uma maior fiabilidade caso não fossem somente retirados os dados relativos ao IMC, mas realizando testes de aptidão física, da bateria do Fitnessgram, desta forma existiriam mais dados para se compararem.

(Anexo 21 - Obesidade na Escola, p.38)

Após termos terminado o nosso trabalho, realizamos sessões de apresentação para os alunos, dispondo de quinze minutos com cada turma durante as aulas de educação física, onde explicamos o que tínhamos realizado, quais as causas, consequências e o que poderemos fazer para prevenir ou remediar esse tipo de situações, quer no excesso de peso quer na obesidade. As sessões de apresentação para as turmas pecou pelo fato de por vezes termos tido a necessidade de juntar duas turmas, o que levou a que estivessem muitos alunos presentes, tornando-se mais difícil passar a mensagem.

Realizamos também, uma sessão de apresentação para os encarregados de educação, na qual estiveram poucas pessoas presentes. O objetivo dessa sessão foi idêntico à realizada com os alunos, embora com uma abordagem um pouco mais complexa. Os convidados ficaram satisfeitos com a apresentação, utilizamos

questionários por forma a sermos avaliados pelas pessoas que assistiram à apresentação. Creio que cometemos um erro no momento da divulgação, pois deveríamos ter sido mais eficazes, possivelmente insistido mais, poderíamos ter informado os pais através da caderneta do aluno, tal como fizemos, mas com maior antecedência, por forma a sermos nós a entregar as convocatórias em todas as turmas, poderíamos ter utilizado os diretores de turma para contactarem os encarregados de educação. Certamente um aspeto a melhorar para uma próxima ocasião.

### **Área 3 – Participação na Escola**

O meu percurso no desporto escolar foi um pouco difícil no início, por vários motivos, indefinição sobre a modalidade que cada estagiário ficaria responsável, num primeiro momento, depois quando ficou definido, eu fiquei juntamente com outro professor estagiário no ténis de mesa, algo que se verificou mais tarde não ser possível, por último entrei no basquetebol, nesse momento o professor responsável pela modalidade adoeceu, tendo faltado a três semanas de aulas. Nesse momento o desporto escolar nesta modalidade não se iniciou, embora tenham sido afixados cartazes com os horários disponíveis, mais tarde e por sugestão da professora orientadora fiz propaganda direta nas salas de aula, daí surgiram poucos alunos, à experiência e que não voltavam, por último, decidimos alterar a hora para ver se conseguíamos trazer alunos de outras turmas, mais precisamente dos 5º e 6º anos, essa alteração foi positiva inicialmente, pois apareceram alguns alunos, que foram marcando presença regular, o problema foi que não passavam dos quatro, cinco alunos.

Realizamos uma atividade de desporto escolar na nossa escola, defrontando outras duas escolas, num momento em que participaram quatro escolas diferentes. Particpei de forma ativa nessa atividade, tendo de seguida realizado um relatório entregue à professora orientadora e ao professor sobre os aspetos mais relevantes da atividade, em termos de organização, da nossa equipa, aspetos coletivos e individuais, a minha participação e a do professor, tendo como objetivo melhorar esses encontros.

No início do 2º período surgiram algumas alterações no horário previsto para o desenrolar das atividades de desporto escolar, com algumas visitas a diversas turmas de vários anos letivos, no sentido de conseguir angariar alunos para a modalidade. Após as duas semanas iniciais, em conversa com a orientadora, ficou definido que não iria dar continuidade a esse processo, juntando-me assim às sessões já existentes com o professor responsável pela modalidade de basquetebol às quartas-feiras (noventa minutos). Desta forma consegui participar mais consistentemente e consecutivamente nas sessões, embora o planeamento tenha sido definido pelo professor responsável.

Durante o 2º período realizaram-se ainda dois momentos de competição em diferentes escolas, em que realizamos no total quatro jogos.

No 3º período dei continuidade ao trabalho realizado no basquetebol, sendo que pude dar algumas aulas sozinho, com a presença passiva do professor responsável, assim como, lecionar algumas sessões em partilha com o professor, tendo sido

responsável pelo planeamento e condução de ensino com o grupo menos apto (alunos mais novos e menos experientes na modalidade). Existiu mais um momento de competição com outras escolas em que realizamos dois jogos, nessa situação fui eu o responsável pela condução da equipa, fora e dentro dos jogos, tendo sido uma excelente oportunidade para ser avaliado e ao mesmo tempo receber feedback do professor.

O desporto escolar é importante na medida em que permite aos alunos praticar determinadas modalidades num âmbito diferente, mais competitivo, com quadro competitivo ao longo do ano letivo, acrescentando horas extra de prática desportiva na agenda dos alunos. Considero que a dinâmica existente na escola no que se refere ao desporto escolar deveria ser melhor, mais eficaz, a começar pelos horários disponíveis para o desporto escolar, que em nada ajuda a que existam alunos nestas sessões, pois os horários deveriam estar adaptados ao horário das diferentes turmas. Para além deste aspeto considero que os professores responsáveis pelas diferentes modalidades deveriam procurar ser mais coerentes e competentes com o trabalho a ser desenvolvido no desporto escolar, tal como se das aulas tratasse. Na minha opinião o grupo de EF deveria ser mais cumpridor com o que fica definido para as sessões de desporto escolar, combatendo a ideia geral de que o desporto escolar nas escolas não é necessário. Como se pode combater essa ideia quando algumas escolas e alguns professores contribuem para alimentar essa mesma teoria.

O trabalho de ensino está hoje no âmago de um duplo processo de enriquecimento e alargamento das suas tarefas. (...) Alargamento na medida em que é suposto ser o estabelecimento escolar, e não apenas a turma, o lugar de exercício para o professor (Barrère, 2005).

Particpei (assim como os meus colegas de estágio) no mega *sprint* e no corta mato, concebido pelo restante grupo de educação física, contribuí com a minha opinião, algumas sugestões, e de forma mais ativa na implementação da atividade no próprio dia. Com a atividade terminada, reunimos no sentido de referir e discutir aspetos mais relevantes, positivos e negativos, para que em futuras ocasiões as atividades possam ser melhores. No 2º período realizou-se o Compal Air e o corta-mato onde a nossa escola defrontou outras escolas da região. Particpei em ambos os eventos, permitindo-me ganhar alguma experiência neste tipo de situações.

O núcleo de estágio realizou uma ação de intervenção com os alunos do 7º ano, na qual os mesmos tiveram a oportunidade de conviver com os colegas e professores



num ambiente descontraído, diferente, de lazer e prática desportiva. As modalidades praticadas foram o voleibol (tendo sido eu o responsável), andebol (Gonçalo Simões), futebol (Pedro Coelho) e dança (professora convidada). A atividade teve bastante sucesso, os alunos gostaram muito (utilizamos questionário para sabermos a opinião dos mesmos), certamente uma atividade a repetir nos próximos anos, o facto de termos convidado uma professora para dar dança, uma modalidade pouco conhecida pelos alunos acrescentou muito a este momento.

Podemos concluir afirmando que a atividade foi muito enriquecedora para nós, enquanto professores e organizadores de uma atividade com um grande numero de alunos e para os alunos que interagiram com outros alunos que não os seus colegas de turma e realizaram exercícios novos, diferentes dos que costumam realizar no contexto das aulas de educação física. Apontando apenas um aspeto menos positivo à atividade, o da divulgação, conseguimos avaliar a atividade como muito positiva por tudo o que já foi referido anteriormente.

(Anexo 22 - Balanço do Projeto Área 3 – Atividade de Interação entre os alunos, p. 7)

Para melhorar, deveríamos ter conseguido trazer mais alunos, talvez devêssemos ter sido mais eficazes na dinamização da atividade, embora tenhamos falado com os alunos dentro e fora das aulas, e criado cartazes. Conseguimos cerca de um terço dos alunos do 7º ano, também pelo fato de a atividade não ser obrigatória, o que se traduziu num grupo de alunos motivados e extremamente empenhados. Porfírio (2009) citou Góis (2000) referindo que as motivações para o envolvimento dos alunos neste tipo de atividades são diversas e vão desde critérios de saúde e desenvolvimento de relações sociais, e citou Piéron (2002) dizendo que ao gosto pela competição, esta última principalmente para os rapazes.

Para além desta atividade, o núcleo de estágio realizou ainda um colóquio com a participação de um professor convidado da Faculdade de Motricidade Humana, António Rosado. Esta atividade foi direcionada para professores, funcionários da escola, cujo tema abordado foi a gestão e mediação de conflitos, um problema identificado pela direção da escola (em reunião).

Na minha (nossa) opinião esta ação teve bastante sucesso, pois permitiu debater ideias, abordar conceitos e conteúdos temáticos, com a colaboração de um professor catedrático com larga experiência em casos de indisciplina, prática e teórica, pois o mesmo é autor de diversos estudos e artigos deste tema.

O professor António Rosado foi uma enorme mais-valia para este nosso colóquio, no primeiro momento pela colaboração na definição dos temas a abordar, referências bibliográficas e na elaboração da própria apresentação. No segundo momento, na realização da apresentação o professor foi capaz de apresentar as suas temáticas de forma clara e concisa, conseguindo colocar os professores presentes a discutir e interagir connosco, o que permitiu que se criasse um momento de reflexão sobre as orientações metodológicas e pedagógicas dos professores, auxiliares, funcionários, dentro e fora da sala de aula, assim como, da própria escola e ministério da educação. O professor acrescentou muita qualidade e conhecimento a este colóquio, pela sua experiência profissional enquanto professor e investigador.

(Anexo 23 - Balanço Colóquio Gestão e Mediação de Conflitos, p. 4)

O domínio de destrezas pedagógicas diversas, melhorando a qualidade do ensino, contribuem positivamente para a manutenção e o desenvolvimento de níveis disciplinares adequados.

Como procurámos evidenciar, a disciplina é, não só, o resultado da utilização judiciosa de técnicas de modificação comportamental como as que temos vindo a descrever, mas, também, o resultado de um bom ensino, produto da convergência de fatores variados: depende das boas relações afetivas existentes, do bom uso da autoridade, de uma boa organização e planificação do curso, da organização de lições interessantes e adequadas ao nível de desenvolvimento dos alunos.

(Anexo 24 - Gestão e Mediação de Conflitos, p. 38)

Tal como na atividade para os alunos, o número de professores presentes foi o nosso maior problema, talvez não tenhamos aprendido com a fraca dinamização anterior, algo que não concordo, penso que após reunião com direção da escola, e marcação de nova data para este colóquio, por se terem marcado reuniões para o dia que inicialmente estava previsto, o mesmo ocorreu no dia em que se realizou a ação, neste momento não concordámos em adiar, até porque dependíamos do professor que convidamos, e tínhamos prazos a cumprir. Gostaria de notar que não esteve nenhum elemento da direção ou coordenação da escola presente, assim como, não esteve nenhum funcionário, elementos que estavam extremamente interessados, mas surgiu nesse mesmo dia uma ação de formação para os mesmos.

No futuro, teremos (terei) de ser mais forte e eficaz no momento da decisão de data e importância e relevância que o colóquio terá na realidade para a escola, talvez através de um questionário.

A realização deste colóquio foi bastante relevante para a condução de ensino nas minhas aulas, na medida em que realizei um estudo sobre a temática, e que a discussão, a partilha de ideias, experiências me permitiram evoluir na minha capacidade de gerir situações de conflito, que mais tarde, no final do 3º período acabou por ser realmente importante pois tive uma situação conflituosa numa aula, chegando mesmo a agressão física. Nesse momento procurei ter uma atitude ativa mas tranquila, procurando acalmar os alunos, pedi que a aluna em questão se senta-se um pouco para se acalmar, voltando mais tarde para a prática da aula, no final fiquei com os três alunos envolvidos a falar sobre o acontecimento, levando-os à conclusão pretendida, que tinham errado, que não é correto o que fizeram, demonstrando todos eles arrependimento e compreensão sobre o que lhes poderia acontecer numa próxima ocasião.

#### **Área 4 – Relação com a comunidade**

À ideia de que o Sistema Educativo se constitui e organiza em «unidades» (...) opõe-se o conceito da escola como sistema - comunidade educativa. Comunidade entendida como grupo constituído por alunos, professores, pais/encarregados de educação, representantes do poder autárquico, económico e social que, compartilhando um mesmo território e participando de uma herança cultural comum, constituem um todo, com características específicas, com uma dinâmica própria. (Macedo, 1991)

Realizei a caracterização da turma em conjunto com a diretora de turma, tendo em conta os dados provenientes de anos anteriores. Aconselhado pela professora orientadora realizei um teste sociométrico que me permitisse conhecer melhor a turma e os alunos que a compõem.

Um teste sociométrico pode ser utilizado por um professor (...). É simples de aplicar (...) e por seu intermédio descobrir-se-ão muitas coisas acerca das crianças, que nos ajudarão no nosso trabalho com elas. (...) Os testes sociométricos também são de grande utilidade prática porque nos ajudam na orientação de cada uma das crianças em particular. Pode haver no nosso grupo uma criança de quem ninguém goste dum modo especial e que fica sempre excluída. Talvez ela possa ficar ao pé das crianças de quem ela, no teste, disse que gosta – talvez elas consigam fazê-la sentir-se mais à vontade. (Northway, 1999)

Em conselho de turma pude apresentar para os professores os resultados do teste sociométrico, e algumas sugestões sobre o que poderíamos realizar nas nossas aulas por forma a melhorar a prestação dos alunos, maximizando assim a aprendizagem.

No 2º período foi necessário realizar uma reflexão sobre as características da turma pelo facto de terem saído alguns alunos, e de terem entrado outros. A turma ganhou com isso, pois perdeu alguns elementos menos empenhados, interessados e por vezes problemáticos comparativamente com os novos, estes pecam pelo desinteresse e alguns problemas pessoais.

Semanalmente estive presente em reuniões com a diretora de turma no sentido de estar a par das ocorrências dos alunos, assim como, de alguma situação com algum professor da turma. Estive presente em reuniões com encarregados de educação procurando resolver algumas situações menos positivas de alguns alunos.

Particpei em todas as reuniões de conselho de turma, embora a minha intervenção tenha aumentado gradualmente ao longo do ano letivo.

Durante o ano letivo consegui estar mais presente nos momentos de trabalho para direção de turma e nas reuniões com encarregados de educação. Através desta proximidade com o trabalho de direção de turma, da melhor relação com a diretora de turma, consegui estar mais consciente do que se passou com a turma ao longo de todo o 2º e 3º períodos, o que me permitiu assumir uma posição de maior relevância no conselho de turma, e principalmente com a diretora de turma.

No final do 2º período tive a oportunidade de comandar uma reunião de conselho de turma, na qual distribuí questionários sobre a minha prestação, permitindo- receber feedback de quem esteve presente. Correu muito bem, embora para uma próxima oportunidade, dessa feita enquanto DT, deva melhorar o discurso, assim como, conseguir liderar de forma mais eficaz todo esse processo, embora numa situação dessas não tenha ninguém a tentar falar por mim.

Na minha opinião melhorei bastante nesta área no decorrer do ano letivo, tendo-se isso verificado também na minha relação com os alunos da turma, nos momentos em que conversei com eles abordando temas e assuntos de direção de turma, nos quais lhes falei como diretor de turma e não como professor de educação física.

## **Planear em grupo e cooperar**

Ao longo de todo o ano letivo procurei manter uma relação positiva e de cordialidade com todos os colegas da comunidade escolar, desde professores estagiários, professores orientadores, professores do grupo de EF, os de outras disciplinas, funcionários e coordenação. Naturalmente que existiram momentos mais positivos do que outros, com diferentes pessoas, ou até com as mesmas. Antes me referir ao trabalho desenvolvido com outros elementos nas diversas áreas de intervenção do estágio pedagógico gostaria de referir a importância que teve para mim trabalhar com estes colegas de estágio, pois tínhamos já uma relação de amizade, de interesses comuns na vida, que juntando ao fato de termos trabalhado academicamente e profissionalmente em conjunto, se traduziu numa equipa de trabalho, que muito facilitou esta etapa das nossas carreiras académicas. Sinceramente, não consigo encontrar um momento em que não tenhamos trabalhado bem em equipa, com sucesso, de forma eficaz, mantendo uma ótima relação.

Se previamente tinha a opinião de que os colegas de estágio seriam fundamentais para o sucesso do meu ano de estágio, não pensava que os professores orientadores pudessem ser tão importantes, no decorrer do ano letivo fui-me apercebendo e sentindo que a exigência colocada em mim (nós) foi determinante para que nunca abrandássemos o ritmo, que conseguíssemos aprender, “beber” o máximo desta experiência. Em termos práticos, as inúmeras reuniões realizadas com a professora orientadora, a observação das suas aulas, todos os seus feedbacks, discussões, opiniões partilhadas, os avisos, a partilha de conhecimento e ideias, em todas as áreas de intervenção do estágio, fizeram com que a minha aprendizagem fosse muito maior, contribuiu para esse facto, a relação positiva que se foi criando e melhorando ao longo do ano, de respeito, cordialidade, amizade, mas sempre de um profissionalismo exemplar. Segundo Onofre (1996) “A natureza das relações entre o formador e o formando é também um fator decisivo para que a Supervisão possa funcionar melhor. Isto acontece quando a relação (...) se caracteriza por um clima de confiança e expectativa positiva.”

A minha relação com os demais professores pertencentes ao grupo de educação física foi positiva, na maior parte dos casos, tendo melhorado naturalmente com o normal decorrer do tempo. Antes de mais, gostaria de referir que o grupo não funciona como um todo, desde cedo percebi isso, existem professores com muitos anos de serviço, pouco interessados e motivados em alterar o rumo das coisas, contrastando com professores com um número de anos de serviço a menos, bastante considerável, sendo que um deles

esteve nesta escola pela primeira vez, lecionando também na Escola Secundária Santa Maria. À parte destas condicionantes, não existe grande empatia entre todos os professores, sendo mesmo possível compreender com facilidade algumas inimizades e conflitos passados. Ainda assim, a minha relação foi de cooperação e colaboração com todos os professores, com maior proximidade do coordenador de EF, também responsável pelo desporto escolar (basquetebol), por esta razão foi a pessoa com quem criei uma melhor relação. Estou ciente de que contribuí (contribuímos) todos para que as atividades da escola (Compal Air, Corta-mato, entre outras), anteriormente referidas, tenham sido um sucesso, procurando participar, cooperar, sugerir e opinar em relação às opções tomadas. O contrário ocorreu quando o núcleo de estágio necessitou de apoio, pois como exemplo posso referir a atividade com os alunos de 7º ano que realizamos, em que nenhum professor de EF esteve presente, aponto também como justificação a nossa fraca capacidade para integrar as pessoas nos nossos projetos, talvez por sermos um verdadeiro grupo, muito unido, e por vezes demasiado fechado. Para além destes momentos, partilhamos ainda várias reuniões, na nossa escola ou em outra, e nesses momentos procuramos intervir e colaborar, mas não ficamos com a impressão mais acertada sobre a importância que foi dada as nossas opiniões. Futuramente creio que devo ser capaz de interagir mais com outros profissionais, procurando criar uma relação mais agradável, de empatia, com o intuito de poder contar com a colaboração de outros, e que sintam o mesmo em relação a mim.

Quanto à relação existente com o conselho de turma, constituído pelos professores das mais diversas disciplinas e pela diretora de turma (DT), considero que a mesma foi agradável e positiva, uma vez mais, dependendo do professor a que me refiro, sendo melhor com uns do que com outros. Ainda assim, parece-me pertinente referir a má impressão inicial que tive em relação a vários professores e até mesmo com a DT, no momento em que realizei uma apresentação em formato Prezi para o conselho de turma, sobre o estudo de turma e o teste sociométrico realizado aos alunos, com o intuito de percebermos melhor a complexidade dos alunos pertencentes a esta turma, partilharmos e discutirmos opiniões, quais as melhores estratégias para abordar as aulas, entre outros aspetos, tendo sido surpreendido pela negativa com o desinteresse geral, o abandono da reunião por parte de alguns professores e pela pressa demonstrada pela DT.

Após ter ultrapassado esse momento, refleti e percebi que só teria uma hipótese, aprender com a situação e perceber como deveria proceder, tendo então definido como prioritário melhorar a minha relação pessoal e profissional com a DT, um pouco por

sugestão da professora orientadora. Neste sentido, passei a estar mais tempo com a DT, a procura-la mais vezes, por diversas vias, tendo feito o mesmo com vários professores, procurei mostrar-me disponível para ajudar, para ouvir, para discutir algumas situações, e isso levou-me a uma maior aproximação com vários professores. Quanto à DT, consigo definir de forma clara um momento em que a mesma me demonstrou interesse na minha pessoa, preocupação comigo, e me fez sentir valorizado, foi quando surgiram problemas com dois encarregados de educação, a partilha desses acontecimentos, a definição de forma de intervenção, e o próprio momento da reunião e confronto com os EE fizeram-me crescer no seio da turma, para alunos, EE, professores, mas acima de tudo com a DT.

No que se refere á coordenação da escola, o sentimento ao longo de todo o ano letivo foi de desinteresse para com o nosso trabalho, mesmo quando dinamizamos as atividades na escola, quer com os alunos, quer com os professores, na minha opinião a escola poderia e deveria ter explorado melhor a existência de um núcleo de estágio na escola, ainda assim, indicaram os principais problemas na escola, obesidade infantil e gestão e mediação de conflitos, temas sob os quais desenvolvemos estudos e posteriores apresentações sobre as principais conclusões a alunos, encarregados de educação no caso do primeiro tema, funcionários e professores no caso do segundo. Gostaria de notar que nenhum elemento da coordenação esteve presente em nenhum destes momentos, tendo as datas sido marcadas com a autorização da coordenação, pior foi ainda o colóquio sobre gestão e mediação de conflitos, em que nesse mesmo dia foi marcada uma ação de formação para os funcionários na mesma hora da realização do nosso colóquio. Estas experiências fizeram-me sentir e aprender que por falta de tempo ou de interesse, determinados projetos podem ter pouco impacto, e que a relação estabelecida com as pessoas responsáveis pela entidade escolar, assim como, todos os possíveis interessados nesse mesmo projeto, possa ser determinante, devo então procurar empatia nesse tipo de situações, falar com as pessoas, apresentar o que se irá suceder boca a boca, procurar as pessoas, demonstrar mais interesse em que estejam presentes, pois este tipo de ações só faz sentido com pessoas presentes.

No geral, considero que em todos os momentos de participação com os restantes professores da escola, nas mais diversas atividades, procurei manter um espírito de cordialidade, companheirismo e respeito mútuo, como meio para atingir uma melhor performance profissional e académica. A capacidade de criticar, ouvir, sugerir, experimentar, chegar a acordo, pareceu-me determinante para conseguir definir este ano de estágio como um ano de sucesso, que certamente me preparou para uma entrada no



contexto escolar como profissional de docência. Desta forma, consegui perceber que diferentes pessoas podem ajudar ou não a levar a cabo determinados projetos, podem ser fonte de inspiração, motivação, ou barreiras por contornar, que o estado da nação, o descrédito generalizado pelos profissionais de docência, o contexto de determinado agrupamento ou escola, a coordenação da mesma, todos estes fatores influenciam bastante tudo o que se pretende realizar, sendo que me restará a hipótese de ser rápido a perceber o meio em que me irei inserir, e perceber que comportamento e atitude devo ter perante determinadas pessoas, nunca descurando o principal objetivo, melhorar e potenciar a aprendizagem dos alunos e o desenvolvimento da escola.

## **Relação entre áreas**

### **Área 1 e Área 3**

O trabalho desenvolvido ao longo de todo o ano letivo na área 1, nas suas diferentes subáreas (planeamento, avaliação e condução), foi determinante para conseguir ser mais eficaz em outras áreas, tais como, a área 3.

Neste sentido, parece-me pertinente explicar um pouco do que senti ter sido uma mais-valia quando iniciei a minha intervenção de forma sistemática no seio do desporto escolar. A condução de ensino foi uma subárea que me ajudou bastante a ter sucesso nesta área, na medida em que as aprendizagens adquiridas no início, assim como, ao longo de todo o ano letivo me permitiram realizar um trabalho mais eficaz nas sessões de desporto escolar. Aspetos como a instrução, o feedback a utilizar, o controlo e gestão de turma, entre muitos outros, me permitiram ter uma melhor intervenção que tornou simples o processo ensino-aprendizagem nesses momentos de lecionação de basquetebol. Na minha opinião o facto de os alunos estarem motivados para a prática dessa modalidade, pela vontade em estar num meio competitivo, facilitou bastante a relação com o grupo, em todos os momentos. Do ponto de vista da minha intervenção na aula, estar focado somente numa modalidade revelou ser mais fácil do que conduzir uma aula, onde abordei em todas as aulas mais de uma modalidade ao mesmo tempo, mas em diferentes estações. Em sentido inverso, creio que a experiência adquirida no desporto escolar me permitiu ter uma melhor intervenção durante a semana professor a tempo inteiro, pois tive os alunos do desporto escolar, que pertenciam desde o 5º ao 9º ano, como tal, consegui perceber a diferença que é lecionar a alunos com idades tão distintas. Outra das vantagens foi uma maior aprendizagem dessa modalidade, que me permitiu ter uma intervenção mais rica durante as minhas aulas.

Quanto ao planeamento, tal como referi anteriormente, não foi definido um plano anual, tendo sido somente realizado plano por unidades de ensino, um pouco sob a necessidade imposta pelo professor responsável, ainda assim, claramente que o planeamento realizado no desporto escolar foi mais simples, por tratar-se somente de uma modalidade, por ter menos alunos do que nas aulas da minha turma. Uma vez mais, o contributo de um planeamento mais exaustivo para as aulas, permitiu-me ser mais eficiente no planeamento das unidades de ensino para o desporto escolar.

Embora não tenha realizado avaliação inicial ou sumativa no desporto escolar, considero que teria sido muito relevante realizar ambas pois as necessidades são as mesmas que nas aulas de EF, exceto que não são atribuídas classificações para passar de ano, mas poderiam ser uma forma mais objetiva de os alunos compreenderem a sua

evolução ao longo do ano. A avaliação formativa contínua foi bastante importante, principalmente através das questões que coloquei aos alunos, o feedback que lhes dei durante a prática e nos momentos finais das sessões, foram um bom contributo para as suas aprendizagens, pois permitiram que os mesmos compreendessem os seus níveis de aptidão, comparativamente com o que se pretendia. Outro dos aspetos, foi a capacidade de observar a execução dos alunos em tarefa, que me ajudou a evoluir, transportando essa melhor capacidade para as sessões de desporto escolar, assim como, para as aulas.

Nas atividades realizadas pela escola, ou fora da escola, tais como, o corta-mato, mega *sprint*, Compal air, entre outras, a minha relação com os alunos, quer fossem meus ou de outras turmas foi bastante simples e acessível, muito graças à experiência que até à data tínhamos adquirido com a relação criada com a minha turma.

Referindo-me à atividade realizada por nós com os alunos de 7º ano, penso que se notou uma relação muito boa com todos, que permitiu conduzir essa mesma atividade com muita facilidade e sucesso, em todos os momentos, desde o início da atividade, as trocas entre estações, até ao final da mesma, não conseguindo eu apontar nenhum aspeto negativo sobre a prestação dos alunos e dos professores estagiários. Naturalmente que o nosso planeamento foi bastante simples e rápido, pois já tínhamos garantido alguma experiência anterior, que foi sempre um bom suporte para este tipo de atividades. Tivemos também a preocupação de realizarmos avaliação, desta feita não aos alunos, mas a nós mesmos, para conseguirmos perceber onde poderíamos melhorar numa próxima oportunidade.

O colóquio realizado sobre gestão e mediação de conflitos foi uma atividade que senti também um forte contributo do trabalho realizado na área 1, principalmente no que se refere à construção do trabalho teórico, respetiva apresentação, e claro, todas as características necessárias para garantir uma boa apresentação oral, usando a linguagem mais adequada e específica, sobre a temática a abordar, não descurando a comunicação verbal e não-verbal. O tema disciplina foi uma mais valia pois retirei algumas ideias, sugestões, experiências de professores com vários anos de lecionação que me permitiram ter uma intervenção mais capaz na gestão de conflitos, que podem surgir tão facilmente numa aula de EF, pelos diversos momentos de exposição e de confronto entre alunos, principalmente nos jogos coletivos.

Embora dê maior ênfase à influência que a área 1 teve sobre a área 3, estou ciente de que se trata de um processo indissociável, na medida em que tudo o que realizei na área 3 teve igualmente influência em todo o processo da área 1 ao longo do

ano letivo, sendo que a maior experiência adquirida nessas diversas tarefas me permitiram ter uma maior capacidade de planejar, ajustar, adaptar perante situação adversas, e acima de tudo sentir uma maior confiança no trabalho que desenvolvi, aumentando a minha autoestima e crença em ser capaz de resolver todas as situações que foram surgindo ao longo das minhas aulas.

#### **Área 1 e Área 4**

Esta relação parece-me ser extremamente importante na medida em que muitas das informações adquiridas através do trabalho realizado para a direção de turma me foram bastante úteis para o planeamento, avaliação e condução respeitante às minhas aulas com a turma.

Começo por referir a importância que o teste sociométrico e a caracterização da turma tiveram na forma como realizei o planeamento, principalmente no momento inicial, em que senti que não conhecia a turma pela convivência com a mesma, mas sim pelos dados prévios que foram fornecidos. Após a avaliação inicial, por exemplo com a definição dos grupos de nível tive a preocupação de colocar alguns alunos em grupos que teoricamente por nível de aptidão não seriam os mais corretos, mas atendendo às relações existentes entre os alunos da turma, me pareceram e mais tarde se comprovaram ser os mais ajustados.

A influência desse conhecimento dos alunos que constituíam a turma influenciou-me ao longo de todo o ano letivo, com a reformulação de grupos que foi surgindo, com a entrada e saída de alunos, todo esse processo foi dinâmico e complexo.

Também o processo de avaliação sofreu algumas consequências dessa mesma dinâmica relacional existente na turma, por forma a ajudar os alunos, e a permitir que os mesmos recebessem o melhor feedback em determinado momento, exemplificando, a Arlete que foi uma aluna que entrou durante o 2º período demonstrou-se sempre muito instável, com uma baixa autoestima, o que procurei fazer foi criar situações de sucesso durante as aulas, procurando maioritariamente feedbacks de afetividade positiva, e até mesmo no momento de avaliação sumativa tive a preocupação de a colocar num grupo com que se identificava.

Segundo Onofre (1996), “Ensinar bem consiste em ser capaz de, nas circunstâncias mais diferenciadas, criar os contextos de aprendizagem mais favoráveis para que todos os alunos, sem exceção, possam aprender”. A condução do ensino foi uma subárea sob a qual estive bastante preocupado tendo em conta os acontecimentos recentes na vida de alguns alunos, procurando criar uma boa relação com os mesmos, criar situações agradáveis, com um bom clima de aula, procurando evitar situações de

conflito, e estar preparado para situações adversas que acabaram por surgir, já no final do ano letivo, mas que senti ter sido muito bem ultrapassadas através do diálogo e da reflexão em grupo. Recordo-me de um momento em que existiu confronto com uma encarregada de educação, e de ter sentido como reflexo desse acontecimento uma relação mais distante com o educando desse EE, nesse momento o que fiz foi falar com esse aluno, procurando explicar que o meu papel de secretário da DT, não poderia ser confundido com a minha função de professor de EF durante as aulas. Nesse sentido, de referir que assim que a minha prestação melhorou no trabalho de direção de turma, e fui estando mais presente nos momentos de trabalho para essa mesma direção, assim como em reuniões com EE, fui procurando ter uma intervenção próxima de um DT, quando encontrava alunos no intervalo, ou até mesmo no final das minhas aulas, o mesmo ocorreu no início e final de cada período, em jeito de balanço, e em outras situações mais específicas.

### **Área 2 e Área 3**

O trabalho de investigação desenvolvido na área 2, sobre o excesso de peso e obesidade infantil, permitiu compreender que embora a escola esteja a melhorar no que se refere ao número de alunos com excesso de peso e obesidade, ainda assim se mantém acima da média das escolas do nosso país, neste sentido, creio que deve ser dada continuidade à realização do mesmo, por forma a perceber se a tendência se irá manter nos próximos anos letivos. Encontro uma relação determinante com o trabalho que deve ser desenvolvido na área 3, de realização de atividades com os alunos, poderia pensar-se e executar-se uma ação de intervenção constante ao longo do ano letivo com os alunos da escola, no sentido de prevenir e remediar situações menos agradáveis quanto ao excesso de peso e obesidade, podendo haver períodos letivos específicos somente para os alunos em situação mais grave, por forma a procurar combater esse excesso de peso, através da prática da atividade física, desenvolvimento pelo interesse ou motivação para praticar determinada atividade física, o próprio desporto escolar poderia ter um papel importante no combate a esta problemática.

Outra das sugestões que deixo, é a de juntamente com o centro de saúde se realizarem ações de formação para alunos, encarregados de educação por forma a sensibilizar as pessoas sobre os graves problemas de saúde que daí advêm, os alunos poderiam ser acompanhados por um médico nesse mesmo centro de saúde, para que existisse um maior controlo sobre a sua alimentação, hábitos de via, e peso.

Dentro das várias ideias que surgiram ao longo do ano letivo, realizamos a ação de atividade desportiva com os alunos, procurando motivá-los para a prática desportiva,

em diferentes modalidades, oferecendo-lhes um dia diferente, na companhia de colegas de outras turmas e de diferentes professores, num clima extremamente agradável e positivo, pois foi esse mesmo o intuito, criar naquelas cabeças a ideia de que mexer o corpo, jogar, brincar, está ligado a saúde, a prazer.

## Reflexão Final

A realização deste ano letivo de estágio pedagógico permitiu-me construir uma nova ideia e opinião sobre o ensino a diversos níveis, macro (ministério de educação), meso (escola) e micro (sala de aula), entre outros elementos. Tal como refere Onofre (1996), a “reflexão sobre ideias ou competências (...) contribui diretamente para o desenvolvimento e consolidação de uma percepção mais concreta e realista sobre as capacidades e potencialidades pessoais”. Com a conclusão do mesmo, considero que evoluí em termos profissionais, académicos, assim como, pessoais e emocionais. Todo o processo decorrido, os trabalhos desenvolvidos, em todas as áreas, as adversidades que forma surgindo ao longo do ano, certamente me tornaram mais resiliente, característica que considero ser determinante para obter uma vida de sucesso a vários níveis na sociedade contemporânea.

Seguidamente, procuro realizar uma reflexão crítica sobre as experiências que este ano de estágio me proporcionou, que me levaram a obter uma perspectiva nova e diferente sobre todo este contexto, e mais especificamente á disciplina de educação física.

O estágio pedagógico foi uma experiência extremamente enriquecedora em várias áreas de trabalho, considero que a forma como está estruturada permite ao estagiário vivenciar uma série de experiências muito enriquecedoras para o seu futuro como profissional de docência, nesse sentido, posso afirmar que o mesmo procura promover nos professores estagiários uma diversidade de experiências que possibilitem alcançar um grau de excelência em todas elas.

Considero que uma das conclusões que retirei desta experiência foi a necessidade de investir na minha formação, de forma contínua. A formação contínua e a aprendizagem da profissão é algo que um professor deverá realizar durante toda a vida (Carreiro da Costa, 1996).

A experiência formativa que desta experiência advém, deve-se não só às diferentes áreas de intervenção, mas também ao facto de o estagiário usufruir, e muito, do professor orientador de escola, em colaboração com o professor orientador de faculdade, como elementos de relação muito direta e próxima, garantindo a necessária supervisão, dos quais se aproximam os restantes professores estagiários, e num nível mais distante os restantes professores do grupo de EF e das restantes disciplinas.

Segundo Onofre (1996) “A supervisão é uma relação sistemática que implica um contacto frequente entre os seus intervenientes. Supõe também um contacto íntimo porque deve sustentar-se numa proximidade e compreensão profunda entre formador e

formando.” O acompanhamento a que o estagiário está sujeito é fundamental para maximizar a sua aprendizagem, pois basicamente não existe nada que o mesmo faça sem receber vários feedbacks de diferentes pessoas sobre as suas decisões, obrigando a estar em constante diálogo, reflexão, procurando criar e recriar novas soluções.

As diferentes áreas de formação permitem ao estagiário compreender a função multifacetada de um professor, não dissociando o professor de EF, do secretário de DT, do professor dinamizador de projetos de investigação ou de ações de intervenção com encarregados de educação, alunos, professores e assistentes operacionais. Ao longo do ano letivo, o professor estagiário tem a preocupação de estar presente em todas essas áreas, procurando cumprir com o que lhe é exigido, procurando o melhor desempenho possível, sem descuidar nenhuma área.

A dimensão de relação com diferentes professores, torna-se numa experiência extremamente enriquecedora, na medida em que o estagiário tem de ser capaz de se relacionar profissionalmente com vários elementos do contexto escolar, sendo que com uns a relação é melhor do que com outros, ultrapassando várias vezes momentos de *stress*, pressão, de muito trabalho, em conjunto com outras pessoas. A colaboração entre professores e a comunicação sobre questões associadas ao ensino é de inegável importância pedagógica (Onofre, 1996).

O estágio proporciona também relação muito próxima com alunos e encarregados de educação, demonstrando assim a importância de um professor ter de ser um ótimo comunicador, com habilidades sociais bastante desenvolvidas, pois a variedade de personalidades, valores, crenças, formas de ser e de estar encontradas nesses alunos e encarregados de educação é infinita, como tal, o professor deve estar muito bem preparado para essa variabilidade.

Fazendo uma passagem pelo que o estágio permite compreender ao estagiário em relação à especificidade da disciplina de educação física, no meu caso construí uma ideia muito forte sobre a importância e relevância tanto das atividades físicas, assim como, da aptidão física, mas mais do que isso, passei a ter de forma mais objetiva, concreta, pela experiência vivida, de que a EF deve ser uma disciplina muito responsável pela transmissão de valores. Neste sentido, considero que as aulas de EF criam um espaço perfeito e harmonioso para que se transmitam, produzam e reproduzam valores sociais e culturais, de combate à discriminação social, como o racismo, a exclusão social, entre outros. O desenvolvimento social e pessoal do indivíduo, do “Eu” que existe dentro de cada ser humano pode e deve ser promovido nas aulas de EF, tais como, o espírito de sacrifício, respeito mútuo, aumentar a autonomia, entre outros. Antes de dar



início ao estágio já tinha esta opinião, no entanto nunca tinha tido uma experiência tão duradoura, com os mesmos alunos, muito diferentes entre eles, provenientes de diferentes contextos sociais, culturais, económicos, e o trabalho que procurei desenvolver de responsabilidade individual, coletiva, desenvolvimento de autonomia, autoconfiança, paixão por si mesmo, entre outros, permitiu-me compreender que através do nosso espaço de aula, através de jogos lúdicos, pedagógicos, de cooperação, de oposição, consegui desenvolver e fazer crescer bastante os meus alunos, sem com isto estar a pensar se os objetivos pedagógicos definidos para determinada aula estavam a ser cumpridos.

Alarcão (2001) não concebe um professor “que não se questione sobre as razões subjacentes às suas decisões educativas, que não se questione perante o insucesso de alguns alunos (...), que não se questione sobre as funções da escola e sobre se elas estão a ser realizadas”. Neste sentido, gostaria de partilhar a minha ideia sobre a preocupação que ocupa a minha mente sobre este desenvolvimento do “Eu” de cada aluno. Considero que a escola, pelo menos aquela em que estagiei se deve preocupar com outros aspetos antes de querer fazer com que um aluno se torne um génio na matemática ou em qualquer outra disciplina, para mais num momento em que a disciplina de EF atravessa uma crise existencial promovida pelas decisões do ministério de educação, principalmente pela sua desvalorização e pelo fato de a classificação atribuída não contar para a média no ensino secundário, parece-me então determinante que a EF ganhe força política pois nenhuma outra disciplina permite de forma tão constante proporcionar momentos em que o aluno possa ser educado, a saber estar, a conhecer os seus direitos e deveres para com a escola e para com a sociedade, que cada indivíduo tenha capacidade de pensar, analisar, refletir por si só, tomar decisões, e arrecadar com as consequências das mesmas. Exemplificando, segundo Rosado (1990), “supõe-se que os alunos devem aprender a respeitar os adultos (professores), a propriedade (materiais escolares e dos colegas), formas apropriadas de interação e competição, hábitos de trabalho e um conjunto de outros comportamentos associados”. Creio que muito antes de se procurar “encher” as cabeças do futuro do nosso país com conteúdos temáticos elas devem estar preparadas para receber essa informação, e saber como tratar essa informação, como armazenar, perceber qual a utilidade da mesma. Aflige-me um pouco que se percam tantas horas a culpabilizar e a rotular determinados alunos quando vários docentes se limitam a cruzar os braços, incrédulos com o que vêm com a chegada de um novo Setembro, que a vontade de mudar comportamentos e atitudes, de criar algo novo e estimulante, tenha ficado alguns anos lá atrás, porque são assim mesmo, ou querem

acreditar que sim, ou pela crise económica nacional, ou pelo ministro da educação e as suas medidas inapropriadas. Incomodou-me e incomoda perceber que o contexto escolar em que estive inserido, está mais atento e disponível para ver os ponteiros tiquetaquear aguardando ansiosamente a hora de saída ao invés de estarem atentos ao que se passa na escola, no recreio, onde se podem ver alunos ter comportamentos menos próprios para um espaço de ensino, e se for o professor “A” a passar são chamados à atenção, mas se for “B” já está tudo bem, não me parece possível educar e ensinar sem coerência. Certamente esta escola terá também profissionais excelentes, ou que procuram sê-lo, não sei se serão em número suficiente para levar a cabo uma transformação constante e necessária na escola, ou se irão “entrar na onda”, ou mesmo que não entrem, será difícil combater alguma incompetência e desinteresse. A escola, enquanto sistema aberto (Macedo,1991), deverá ser, a meu ver, um agente de promoção de cultura e a relação com a comunidade, uma prioridade. É importante para garantir um ensino de qualidade, ajustado à realidade da população envolvente, não só compreender o contexto em que a escola se insere, mas ter uma nele uma participação efetiva.

## Referências Bibliográficas

- Alarcão, I. (2001). Professor-investigador: Que sentido? Que formação? *Cadernos de Formação de Professores*, (1), 21-30.
- Assessment Reform Group (1999). *Assessment for Learning: Beyond the Black Box*. Cambridge: University of Cambridge School of Education.
- Barrère A. (2005). O trabalho em equipa e os riscos da gestão da turma. *Análise Social*, XL (176), 2005, 619-631.
- Black, P., Wiliam, D. (1998). Inside the Black Box: Raising Standards Through Classroom Assessment, *Phi Delta Kappan*, 80(2), 139-149.
- Campos, L. F., Gomes, J. M & Oliveira, J. C. ().Obesidade Infantil, atividade física e sedentarismo em crianças do 1º Ciclo do ensino básico da cidade de Bragança (6 a 9 anos).
- Carreiro da Costa, F. (1996). A formação de professores revisitada: objetivos, conteúdos e estratégias. In F, Carreiro da Costa (Ed.), *Formação de Professores de Educação Física. Conceções, Investigação, Prática* (pp. 9-36) Lisboa: Edições FMH.
- Carvalho, L. (1994). Avaliação das aprendizagens em Educação Física. *Boletim SPEF*, 10/11, 135-151.
- Costa, C. D. & Fereira, M. G. & Amaral, R. (2010). Obesidade Infantil e Juvenil. *Acta Med Port* 2010; 23: 379-384.
- Dias, L.; Rosado, A. (2003). A Avaliação Formativa em Educação Física. In V. Ferreira (Ed.), *Pedagogia do Desporto – estudos 7* (pp. 73-102). Lisboa: Edições FMH.
- Fonseca, V., Rosely, V. & Veiga, G. (1998). Fatores Associados à obesidade em adolescentes. *Revista Saúde Pública*. Rio de Janeiro. Brasil.
- Freitas, T. (2012). Relatório Final de Estágio Pedagógico EB 2,3 Gaspar Correia.
- Guia de Estágio do MEEFEBS (2012-2013).
- Jacinto, J., Comédias, J., Mira, J., Carvalho, L. (2001). Programa Nacional de Educação Física (reajustamento).
- Macedo, B. (1991). "Projeto Educativo de Escola — do porquê construí-lo à génese da construção", *Inovação*, 4 (2-3), p.128-139.
- Ministério da Educação, D.G.I.D.C. (2009). Programa do Desporto Escolar para 2009-2013. Desporto Escolar.

- Northway, M., Weld, L. (1999). Testes Sociométricos – Um Guia para Professores. Lisboa: Livros Horizonte.
- Oliveira, M. (2001). A indisciplina em aulas de Educação Física. Tese de doutoramento, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física – Universidade do Porto.
- Onofre, M. (1995). Prioridades de Formação Didáctica em Educação Física, Boletim SPEF, 12, 75-97.
- Onofre, M. (1996). A supervisão Pedagógica no Contexto da Formação Didáctica em Educação Física. In F, Carreiro da Costa (Ed.), Formação de Professores de Educação Física. Concepções, Investigação, Prática (pp. 75-118) Lisboa: Edições FMH.
- Padez, C. (2002). Atividade física, obesidade e saúde: uma perspetiva evolutiva. Revista Portuguesa de Saúde Pública. 1 (20). 11-20.
- Porfírio, M. (2009). *Desporto Escolar e estilo de vida: Comparação do estilo de vida entre jovens praticantes e não praticantes em actividades do Desporto Escolar*. Tese de mestrado, Faculdade de Motricidade Humana – Universidade Técnica de Lisboa.
- Rosado, A. (1990). A Disciplina nas Classes de Educação Física, *Revista Horizonte*, 7 (38), 47-55.
- Rosado, A. (2003). Conceitos Básicos sobre Planificação Didáctica. In V. Ferreira (Ed.), *Pedagogia do Desporto – estudos 7* (pp. 27-47). Lisboa: Edições FMH.
- Silva, G., Balaban, G., Freitas, M., Baracho, J. & Nascimento, E. (2003). Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças pré-escolares matriculadas em duas escolas particulares de Recife, Pernambuco. *Revista Brasileira Saúde Materno Infantil*. 5 (1). 323-27.
- Silva, K. S. & Lopes, A. S. (2008). Excesso de Peso, Pressão Arterial e Atividade Física no Deslocamento à Escola. Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEF) - Centro de Desporto (CDS), Florianópolis, SC – Brasil.

## **Anexos**

Em CD, formato digital.

### **Índice de Anexos**

Anexo 1 – Plano Anual Turma

Anexo 2 – 5ª Unidade Ensino

Anexo 3 – Balanço 5ª Unidade Ensino

Anexo 4 – Ficha Aptidão Física para alunos

Anexo 5 – Resultados da Avaliação Inicial para apresentar aos alunos (Excel)

Anexo 6 – Avaliação Formativa 5ª Unidade Ensino

Anexo 7 – Ficha Autoavaliação 7ª Unidade Ensino

Anexo 8 – Avaliação Intercalar

Anexo 9 – Avaliação 7º B – 1º Período (Excel)

Anexo 10 – Teste Avaliação 3º Período

Anexo 11 – Ficha de Autoscopia – 9ª e 10ª aula

Anexo 12 – 2ª Ficha de Observação – Gonçalo Simões

Anexo 13 – Lista Presenças 1º Período

Anexo 14 – Apresentação Turmas – Excesso de Peso e Obesidade (Power Point)

Anexo 15 – Apresentação a Encarregados de Educação – Excesso de Peso e Obesidade (Power Point)

Anexo 16 – 2ª Unidade de Ensino Desporto Escolar

Anexo 17 – Projeto Área 3

Anexo 18 – Apresentação Gestão e Mediação de Conflito (Power Point)

Anexo 19 – Relatório 1ª Jornada Infantis Basquetebol (DE)

Anexo 20 – Apresentação Estudo Turma 7º B (Prezi)

Anexo 21 - Trabalho de Área 2 - Obesidade na Escola Básica 2,3 D. Fernando

Anexo 22 - Balanço do Projeto Área 3 – Atividade de Interação entre os alunos

Anexo 23 - Balanço do Projeto Área 3 – Colóquio Gestão e Mediação de Conflitos

Anexo 24 - Gestão e Mediação de Conflitos

Anexo 25 - Balanço Semana Professor a Tempo Inteiro (PTI)

Anexo 26 - Balanço Aulas 1º Ciclo