

UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Faculdade de Ciências Sociais e Humanas

Departamento de Ciências do Desporto

Relatório Final de Estágio Pedagógico

Relatório Final de Estágio com vista à obtenção do Grau de Mestre em Ensino de Educação Física no 2º e 3º Ciclos.

Dr. Mário Jorge Cartaxo Santos

Orientação:

Professor Doutor Júlio Martins

Coordenadora de Estágio:

Professora Ana Paula Pereira

Covilhã e UBI, Junho de 2010

Agradecimentos

- ✓ À minha família que esteve sempre a meu lado pelo apoio e incentivo em todo o meu percurso académico;
- ✓ Ao grupo de estagiários de educação física pela amizade, apoio, companheirismo e ótimas experiências que partilhámos;
- ✓ À minha orientadora de estágio Prof. Ana Paula Pereira, pela ajuda, paciência, sugestões e diversão que engrandeceram o meu trabalho e estágio;
- ✓ Aos Professores do Departamento de Educação Física pelos bons momentos de aprendizagem, discussão e diversão.

Índice

I – Introdução	5
II – Definição de objectivos	5
a) Do Estagiário.....	5
b) Da Escola.	6
III – Metodologia	7
a) Amostra (nº de alunos / turmas).....	7
b) Planeamento Curto /Médio / Longo Prazo.	8
c) Recursos Humanos.....	11
d) Recursos Materiais.....	11
e) Dificuldades sentidas (estagiários / alunos / outros professores).....	23
f) Aspectos positivos e negativos.	24
IV – Outras actividades.....	25
V – Conclusão	27
VI – Recomendações.....	28
VII – Bibliografia.....	30
VIII – Anexos.....	31

I – Introdução

Este relatório de estágio surge no seguimento do 2º Ano de Mestrado de Educação Física em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

O estágio começou no dia 2 de Setembro de 2009 e terminou no dia 15 de Maio de 2010 na Escola EB 2 e 3 do Teixoso - Covilhã. Este estágio contava com quatro Professores Estagiários, Mário Santos, Ricardo Cunha, Rui Morcela e César Silva. Neste ano pudemos sempre contar com a ajuda e colaboração da nossa orientadora de estágio a Professora Ana Paula Pereira.

Foi durante este ano de estágio que tive oportunidade de aprender o que é leccionar no ensino básico, perceber as principais dificuldades de um docente, de lidar com os alunos de uma forma directa, de participar em inúmeras actividades ao nível escolar, de me relacionar com outros docentes e não docentes, com auxiliares de acção educativa e todas as pessoas que directa ou indirectamente intervêm na Escola.

Como objectivo fundamental deste estágio seria a aquisição de competências necessárias para a leccionação da disciplina de Educação Física, de completar a minha formação com a real interacção com o mundo escolar e também evoluir a nível profissional.

Posto isto, mais adiante aprofundarei todos os conteúdos e áreas abordadas durante o estágio pedagógico.

II – Definição de objectivos

a) Do Estagiário.

- ✓ Aprofundar conhecimentos científicos de âmbito geral e específico, ministrados no 3º Ciclo, no âmbito do exercício profissional exigido ao professor de Educação Física do ensino básico e do ensino secundário;
- ✓ Desenvolver e/ou aplicar de modo original novos conhecimentos científicos de âmbito geral e específico, nomeadamente em contexto de investigação;

- ✓ Mobilizar conhecimentos e evidenciar competências na compreensão e resolução de problemas, em novas situações, em contextos alargados, multidisciplinares, ainda que relacionados com a sua área de estudo.
- ✓ Analisar situações e contextos, tomar decisões, resolver problemas e avaliar implicações das decisões integrando conhecimentos, com sentido de responsabilidade ética;
- ✓ Comunicar conhecimentos, raciocínios e conclusões, de forma clara, objectiva e rigorosa, tanto a especialistas como a não especialistas;
- ✓ Manifestar competências necessárias à aprendizagem autónoma ao longo da vida.

b) Da Escola.

Os objectivos da Escola Básica do 2º e 3º Ciclos do Teixoso segundo o seu Projecto Educativo passam por “...garantir um instrumento de grande utilidade para identificar as diversas situações da vida escolar, organizar as respostas mais adequadas e adaptar as estratégias mais convincentes para tornar a realidade pedagógica numa dinâmica humana, criativa e funcional, onde a comunidade educativa possa responder aos desafios que lhes são exigidos, podendo assim levar a cabo a nobre tarefa que aceitou realizar, enquanto educador.

Num mundo onde as transformações acontecem a um ritmo veloz, a Escola tem que estar cada vez mais preparada para enfrentar os novos desafios que vão surgindo, para poder compreendê-los e enquadrá-los, no sentido de possibilitar uma sadia evolução de todos os agentes de ensino, assim como da comunidade na qual está inserida.

Os novos problemas que se vão colocando às escolas, o surgimento de um conjunto de novos valores, que conduzam ao desenvolvimento de novas atitudes e ao processamento de novos papéis, a responsabilização para uma consciência de cidadania, abrem um novo capítulo na acção educativa.

Por sua vez, a acção educativa tende cada vez mais a ser uma interacção, desempenhando a escola um papel moderador entre todas as partes que integram uma comunidade educativa.

Justifica-se, pois, um Projecto Educativo através do qual se possa, delinear um plano de acção, apurar as necessidades mais urgentes, propor os objectivos que se considere mais importantes ou discutir um conjunto de temas no âmbito da actividade educativa.

É necessário não esquecer que o Projecto Educativo não é um documento acabado, pois nele o ponto de chegada é simultaneamente ponto de partida. Que este seja o ponto de partida de um percurso ascendente.”

III – Metodologia

a) Amostra (nº de alunos / turmas).

No início do ano lectivo foi proposto pela nossa orientadora a leccionação da disciplina a duas turmas 8ºA e 9ºA, como existiam 4 Professores Estagiários dividiram-se nas duas turmas, Professores Estagiários Mário Santos e Ricardo Cunha foi atribuído o 9ºA e aos restantes Professores Estagiários foi atribuído o 8ºA. Sendo assim vou começar por caracterizar a amostra, a turma do 9ºA.

Esta turma é constituída por 21 alunos, 10 do sexo masculino e 11 do sexo feminino. Para um melhor conhecimento da turma criamos também um documento de caracterização da turma¹. A turma é bastante heterogenia, alunos com mais facilidade de adaptação a diferentes contextos, alunos com maior ou menor potencial, alunos introvertidos e outros extrovertidos e assim sendo permitiu-me adaptar às necessidades de cada um e evoluir a minha capacidade de leccionação e adaptação a diferentes situações. Nesta turma está presente um aluno com necessidades educativas especiais (NEE), o que me obrigava a uma atenção redobrada e a outro tipo de aula para com esse aluno, nunca tinha leccionado a alunos com estas necessidades, e mais uma vez foi uma experiencia única e muito enriquecedora para mim.

A leccionação a esta turma foi bastante positiva, a relação que mantive com eles foi muito importante para o bom funcionamento das aulas. Tentei sempre encontrar um equilíbrio entre o distanciamento e a proximidade para com os alunos. Entrava em diálogo constante com eles no sentido de melhorar a aprendizagem dos alunos,

¹ Ver anexo caracterização da turma 9ºA

procurava também sempre que necessário resolver algum problema da turma ou aluno, reforçava positivamente quando mereciam mas também punindo quando necessário.

Em termos globais foi com imensa satisfação que leccionei a disciplina a esta turma.

b) Planeamento Curto /Médio / Longo Prazo.

Este foi o ponto em que tive maiores preocupações, uma vez que, o planeamento das aulas é de extrema importância e fulcral para o bom funcionamento das mesmas.

- **Planificação Anual das Aulas² (Longo Prazo)**

Todo este planeamento vai de encontro e respeita sempre o Programa Nacional de Educação Física referente ao 9º Ano de Escolaridade. Para este planeamento tivemos em conta também a caracterização da turma, após uma reunião com a nossa orientadora, estabelecemos quais as Unidades Didácticas a leccionar, de acordo com as preferências da turma, da orientadora e dos estagiários. Também procuramos leccionar modalidades diferentes ou que a turma nunca tinha vivenciado como o caso do Beisebol e Triplo Salto no Atletismo. Tivemos também em conta o Plano Actual de Actividades onde outras actividades estavam presentes e que os alunos iriam participar como: “Compal Air” (basquetebol), “Tag Rugby” e assim optamos por leccionar essas Unidades Didácticas um pouco antes da data dessas actividades de forma a pudermos treinar os alunos para esse efeito. Ainda neste ponto tivemos em conta as diferentes épocas do ano visando as condições climatéricas, como por exemplo as modalidades que pressuponham maiores tempos de paragem não as realizar na época de Inverno devido às baixas temperaturas.

As modalidades denominadas colectivas, foram administradas duas por um Prof. Estagiário e 3 pelo outro estagiário (andebol, futsal, “Tag” Rugby, basquetebol e voleibol). Nas de confrontação directa, um leccionou Badminton, ficando ao outro atribuído o Ténis. No atletismo foram divididas as modalidades e por fim, em relação à ginástica, um orientou a ginástica de solo e outro a ginástica de aparelhos.

² Ver anexo 2 Planificação anual

- **Planeamento de Unidade Didáctica³ (Médio Prazo)**

Para um melhor funcionamento e organização de cada Unidade Didáctica a leccionar elaborava sempre um Planeamento de Unidade Didáctica. Este documento assenta num método de diagnóstico, prescrição e controlo.

Este planeamento contém o número de aulas que vão ser leccionadas, a duração das mesmas, a data das aulas, a função didáctica das aulas (ex: Avaliação Diagnóstica/leccionação/assimilação) e por fim os conteúdos a abordar em cada aula.

Estes planeamentos foram alvos de pequenos ajustes, dependendo da Avaliação diagnóstica a que os alunos eram sujeitos no início de cada Unidade Didáctica e da sua evolução nas mesmas. Estes permitiam um processo gradual e estruturado de leccionação, de exigências da modalidade e que se traduzia numa melhoria da organização e objectivos a atingir para cada aula e Unidade Didáctica.

O início do planeamento com a unidade didáctica de basquetebol também foi escolhido através de alguns parâmetros:

- Modalidade culturalmente conhecida e que pode despertar interesse em todos os alunos;

- Permite o conhecimento da turma e dos seus alunos numa modalidade que à partida não levantasse contestação e que a pré-disposição para a modalidade fosse elevada pela maioria;

- Permite o reconhecimento da turma como um todo e o comportamento desta face a actividades de cooperação e coordenação em equipa que deve ser um dos propósitos fundamentais da disciplina para o cumprimento do objectivo inclusivo a que se propõe a escola.

Por fim atendemos à rotação dos orientadores nas unidades didácticas e tivemos em conta a não repetição do “tipo” de modalidades alternando os colectivos com confrontação directa e individuais.

³ Ver anexo 3 exemplo de Planeamento de Unidade Didáctica

- **Plano de Aula⁴ (Curto Prazo)**

Este plano de aula assenta especificamente num material de suporte que nos permite seguir, reger e atingir os objectivos delineados para essa mesma aula.

Este plano de aula é composto pelas considerações gerais da aula (ex: nome do Professor, nº de aula, numero de alunos, turma a leccionar, instalações, duração da aula, sumário, material necessário, data e hora...), fase preparatória da aula (chamada, exercícios de aquecimento), fase principal da aula (exercícios mais importantes que visam atingir o objectivo principal da aula) e fase final ou de retorno à calma (sessão de alongamentos e relaxamento muscular, esclarecimento de dúvidas).

Em cada fase acima enunciada, estas compreendem diferentes parâmetros como: Objectivos operacionais que será no fundo a base do que irmos abordar; Estratégias e organização do exercício, que visa o nome, explicação, estrutura/organização e objectivo do exercício; Objectivos comportamentais e componentes críticas, que contempla a descrição do comportamento dos alunos, critérios de êxito e erros mais frequentes; e finalmente o tempo parcial e total do exercício e da aula.

Para cada Unidade Didáctica o Plano de aula assentava em diferentes objectivos:

- **Avaliação Diagnóstica⁵:**
 - Esta fase assenta numa abordagem mais generalizada em termos de realização dos exercícios de modo a diagnosticar quais os principais problemas ou dificuldades dos alunos e em que nível de aprendizagem a turma se encontra referente à Unidade Didáctica em questão.
- **Leccionação, assimilação⁶:**
 - Realizado o diagnóstico da turma, nesta fase direccionamos as aulas para o cumprimento dos objectivos principais da modalidade, aquisição de conhecimentos e assimilação dos conteúdos a abordar.
- **Avaliação Sumativa⁷ ou domínio das competências da modalidade:**

⁴ Ver anexo 4 exemplo de Plano de Aula

⁵ Ver anexo 5 exemplo de Plano de Aula Avaliação Diagnóstica

⁶ Ver anexo 6 exemplo de Plano de Aula Leccionação e Assimilação

⁷ Ver anexo 7 exemplo de plano de aula Avaliação Sumativa

- Na fase final da leccionação da modalidade, tentamos incidir as aulas o mais próximo do que é o objectivo final (ex: jogo formal ou esquema gímnico final).

c) Recursos Humanos.

Pessoal Não Docente:

Sector	Número
- Pessoal administrativo	8
- SASE	2
- Cozinheiras	4
- Guarda - nocturnos	3
Auxiliar da Acção Educativa	
- 2º e 3º Ciclo	10
Total	27

Pessoal Docente:

Departamento	Número de Docentes
Línguas	17
Ciências Sociais e Humanas	7
Matemática e Ciências Experimentais	16
Expressões	18
Total	58

d) Recursos Materiais.

Ao nível das infra-estruturas, a Escola Básica do 2º e 3º Ciclo do Teixoso dispõe de:

- 8 salas de actividades normais.
- 11 salas de actividades específicas sendo estas:
 - 2 Salas de Educação Visual e Tecnológica
 - 2 Salas de Artes Visuais
 - 1 Sala de Educação Musical
 - 4 Salas de Ciências Experimentais
 - 1 Laboratório de Matemática

- 1 Sala de Informática

e ainda:

- Campo de Jogos
- BE/CRE
- Sala de Professores
- Sala Reuniões
- Sala de Directores de Turma
- Sala de Funcionários
- Conselho Executivo
- Secretaria
- Gabinete do Ensino Especial
- Gabinete de Psicologia
- Unidade de Apoio a MultiDeficiência (UAMD)
- Polivalente
- Refeitório
- Bar de Alunos

Ao nível de infra-estruturas desportivas para a leccionação das aulas de Educação Física a Escola dispõe de: um pavilhão gimnodesportivo; 1 campo de jogos exterior, 4 balneários; 2 salas de arrumações; um gabinete para professores. Agora enunciarei o material que utilizei para a leccionação das minhas Unidades Didácticas.

- Basquetebol:

Designação	Características	Quant.	Estado:	Obs.
Tabelas de basquetebol	Em chapa metálica; medidas: 1,80x1,05m	2	Bom	Fixas no interior do pavilhão
Tabelas de basquetebol	Em fibra; medidas: 1,80x1,05m	2	Bom	Fixas no interior do pavilhão
Tabela de basquetebol amovível oficial	Tabela em vidro acrílico de 12mm; aro basculante; protecções da tabela dianteiras	2	Bom	Interior do pavilhão
Tabelas de basquetebol	Conjunto completo: poste, tabela em chapa,			Campo Exterior

	aro e rede.	2	Bom	
Tabelas de Basquetebol	Schmidt-Sports World, fibra (1/2lua);1,20mtX0,80; Cesto,aro,rede,poste c/ base (areia),regulável 3 posições-2,10 a 2,85	2	Bom	Compal Air 2005/06,
Aro de basquetebol	Tubo metálico, pintura c/epoxy laranja; 12 anéis p/fixação de rede	4	Bom	STOCK
Redes para aro de basquetebol	Fio de nylon 4mm c/12 pontos de fixação	3X2	Bom Bom	STOCK
Bolas Basquetebol	Gerul Star, nº7	6	Bom	Oferta Ice Tea STOCK
Bolas Basquetebol	Compal Air, nº5 Compal Air, nº7	6 19	Bom Bom	STOCK
Bolas basquetebol	Sunny + Compal , nº5	23	Razoável	
Bolas basquetebol	Conti, nº5; Borracha	8	Razoável	
Bolas basquetebol	Sunny + Compal , nº7	28	Razoável	
Bolas basquetebol	Molten + ..., nº7	28	Razoável	
Bola Basquetebol	Nike Baller, nº7	2	Bom	Sp.Zone Jan2007
Bola Basquetebol	Nike 500, nº7	1	Bom	Sp.Zone Jan2007
Bola Basquetebol	Spalding TF-150, nº7	1	Bom	Sp.Zone Jan2007
Bolas Basquetebol	CompalAir	6	Bom	Stock 2008

- Atletismo:

Designação	Características	Quant.	Estado:	Obs.
Postes de Salto em Altura	Reguláveis	2	Bom	
Elástico para Salto em Altura	3,5m	1	Bom	
Fasquia para Salto em Altura	Metal; 4,0 m	2	Razoável	
Colchão de Salto em Altura	Revestimento em PVC 2,0x1,5x0,40mt	2	Bom	Azuis
Disco Iniciação	Borracha; 0,6Kg	1	Bom	Preto
Disco Iniciação	Borracha; 0,8Kg	1	Bom	Pretos
Bola de Lançamento	2kg; diam:110mm	2	Bom	Pretas
Bola de Lançamento	3kg; diam:110mm	2	Bom	Verdes
Pesos em Ferro	3Kg	2	Bom	
Pesos em Ferro	4Kg	2	Bom	
Barreiras	Altura regulável	6	Razoável	
Testemunhos	Plástico	9+10	Razoável	Cinzentos+amarelos
Testemunhos	Alumínio Competição Vinex	6	Bom	Vermelho,cinza,azul, verde,amarelo,laranja
Fita métrica	10m	1	Bom	
Fita métrica	50m	1+1	Bom	Dez.07
Dardos	Fs-260 – Mousse	9	Razoável	
Dardos Mini-Vortex	Mousse, com som	11	Mau	
Discos	Madeira	5	Bom	
Barreiras	PVC, revestidas c/mousse, reguláveis de 45 a 80 cm	6	Bom	Base lastrada
Blocos de Partida de treino	Alumínio c/patim revestido, superfície anti-derrapante, regulável-comp.54x larg.4, patim 8cm	4	Bom	13/10/05

- Voleibol:

Designação	Características	Quant.	Estado:	Obs.
Postes voleibol	Simples com ganchos, construção em ferro; Para encaixar no chão; Com mangas	2	Bom	verdes
Postes voleibol	Simples, construção em ferro; Para encaixar no chão	4	Razoável	
Protecções de postes	Em espuma revestida			
Bandas para miras/varetas		2	Bom	
Miras/Varetas	Em fibra de vidro	2	Bom	
Redes	Fio polietileno de 2,5mm	3	Razoável	
Rede Voleibol	2mm c/ cabo aço	1	Bom	STOCK Taça Luís Figo
Bolas voleibol	Borracha	20	Razoável	
Bola voleibol	Winner	1	Bom	
Bolas voleibol	Mikasa Spiker Gold; couro	4	Bom	
Bolas voleibol	Molten V58 SL; couro	1	Bom	
Bolas voleibol	Molten V58 SL; couro	1	Bom	
Balões “Overball”	Balão “Ledra Slow Motion Ball”	10	Razoável	Enchem com uma palhinha
Bolas Voleibol	Soft Touch 300	20	Bom	Branca/Laranja
Bolas Voleibol	Couro – T5	2	Bom	Taça Luís Figo
Bolas Voleibol	Soft Volley Kipsta	9	Bom	Nov.06 – azul/branco
Bolas Voleibol	Beach V500 Kipsta	2	Bom	Dez.06-vermelho/laranja
Bola Voleibol	Mikasa VWL 250, couro	1	Bom	STOCK
Bolas Voleibol	Soft Volley	30	Bom	Out.07-Taça Luís Figo

- Ginástica de Solo:

Designação	Características	Quant.	Estado:	Obs.
Colchão de Queda	Cobertura em tecido verde; 3,0x2,0x0,30m	2	Bom	
Tapete de Ginástica	Cobertura em lona verde; 2,0x1,0x0,04m	23	Razoável	
Tapete de Ginástica	Cobertura em PVC verde, superfície anti-derrapante; 2,0x1,0x0,04m	10	Bom	<u>1 Tapete emprestado à Unidade de Multideficiência – sala 18</u>
Carro transporte Tapetes de Ginástica	Com rodas	1	Razoável	
Trampolim Reuther	Modelo “Budapest”- Dim.:1,20x0,60x0,21m	1	Bom	
Trampolim Reuther	Gin 3030 Dim.:1,20x0,60x0,21m	1	Bom	
Bock	Altura regulável 65 a 110cm. Cabeça de 60cm comprimento. Coberto com sintético	1	Bom	
Plinto piramidal em madeira	Com 6 caixas; cabeça forrada a pele; com rodas de um dos lados	1	Bom	
Plinto em Espuma	Com 4 elementos ligados por velcro. Revestimento em PVC e superfície inferior antiderrapante	1	Bom	
Mini-trampolim “Fabrigimno”	Dimensões:112x112cm Zona de salto: 60x60cm, Impulsão: elásticos; Protecções integradas; Ajustável em altura	1	Bom	
Mini-trampolim	Dimensões:120x120cm Zona de salto: 65x60cm, Impulsão: 26 molas de	1	Bom	

“Bänfer”, “Aberto”	aço; Protecções laterais; Ajustável em altura			
Espaldar de parede	Em madeira de mogno; 3,0x0,85m	9	Bom	
Espaldar de parede	Em madeira; 2,70x1,0m	2	Razoável	
Banco Sueco	Em madeira de mogno e ferro; 2,70m	2	Bom	
Bolas Ginástica	PVC – 65cm diâmetro	5	Bom	Vermelhas+5 bombas
Bolas Ginástica	Gym Ball Reebok–75cm	4	Bom	Prateadas c/ Bomba de mão
Bolas “canguru”	PVC	6	Bom	3azuis+3vermelhas
Colchão PVC	Tripartido	2	Bom	Azul FCP/verde SCP
Trampolim (Infantário)	Domyos MT200, diâmetro:101cm altura:22cm	2	Bom	Dez.2006
Trampolim	Mousse Gym	1	Bom	Fev.2009
Plano Inclinado	Mousse -240X100X30	1	Bom	Julho 2009

- Futsal:

Designação	Características	Quant.	Estado:	Obs.
Bolas Futebol 11	Borracha	10	Razoável/Mau	
Bolas Futebol 11	Couro Sintético	1	Bom	Azul – (Pele Park)
Bola Futebol	Nº5	6	Bom	STOCK – oferta Ice Tea
Bolas Futsal	Espuma – diam.20cm	20	Razoável	Amarelas/pretas/verdes/azul/rosa
Bolas Futsal	Couro sintético	7	Mau	
Baliza Mini-Foot	1,40 X 1,10 X 0,60m	2	Bom	
Bola Futsal oficial	Mikasa FSC – 62 S	5	Bom	STOCK - Out.2004

Bolas F5	ID 500	9	Bom	Amarelas pele pêssego
Bolas Futsal	Penalty – elektra n°5	4	Razoável	Desporto escolar
Bolas Futsal	“PVC”-Indoor-Kipsta,n°4	2	Razoável	Laranja/azul -Interior
Bolas Futsal	Neptune Size 62-Borracha	15	Bom	Taça Luís Figo 2005/06
Bolas Futsal	Calcetto	8	Bom	Pretas/amarelas-Nov.2008
Balizas Portáteis	The Kage Taktill	2	Bom	Amarelas/pretas c/ saco

- Outro material de apoio:

Designação	Características	Quant.	Estado:	Obs.
Aparelho de Frequência Cardíaca	Heart Monitor 1 C- Polse; 6 Funções	1	Bom	
Adipómetro		1	Bom	Dez.07
Cones de Sinalização	PVC vermelho/branco	10	Bom	4 cedidos noite
Cones de Sinalização	PVC azul	6	Bom	
Cones de Sinalização	PVC amarelo	6	Bom	
Cones de Sinalização	PVC azul	5	Bom	Compal Air 05/06
Cone perfurado ACE	PVC – 40 cm	12		
Marcos de Sinalização pequenos	Borracha: azul/amare/branco/verm	38	Bom	Com sistema de transporte
Marcos de Sinalização pequenos	Borracha: azul/amare/branco/verm	40	Bom	Com sistema de transporte
Marcos de Sinalização grandes	Rígidos com apoio para bastão	24	Bom	

Marcos de Sinalização grandes	Borracha: branco/verm	10+10	Bom	C/ sistema de transporte- Nestum Rugby
Bastões	PVC amarelo	12	Bom	
Arcos pequenos	Secção redonda – 50cm	10	Bom	Amarelos
	Secção redonda – 50cm	10	Bom	Azuis
Arcos grandes	Secção redonda	10	Bom	
Cordas	Nylon	30	Razoável	20 brancas+10 coloridas
Bolas escolares	Borracha	18+6	Razoável	
Kit óculo manual II	PVC		Bom	Várias cores Nov.08
Escada	12 círculos unidos	2	Bom	Nov.08
Compressor	Eléctrico, FTC-313; capacidade 1/8hp-220v	1	Bom	
Bomba	De pé	1	Razoável	Cedida act. noite
Bomba simples	De mão	2	Razoável	
Cronómetro	Escolar electrónico: hora, data, alarme e cronómetro 1/100; permite tirar 2 tempos	4	Bom	1 Compal air 05/06
Cartões de árbitro	Vermelho + amarelo	3+3	Bom	
Braçadeiras elásticas	Capitão	2	Razoável	
Sacos transporte de bolas	Rede amarela	1	Bom	Compal Air
	Rede azul	1	Bom	
		4	Bom	
Saco “D.E.” transporte de bolas	Preto	1	Bom	
Saco Equipamentos	Adidas	3	Bom	2 azul+1 preto
Saco Nestum Rugby		1	Bom	Jan.2009-Preto
Jogo do Craque	Jogo de mesa	1	Bom	
Tochas	Grandes	6	Bom	Arrecadação Prosep

	Pequenas	17	Bom	
K7 Video	Didáticos/Actividades	10	Bom	
Balança		1	Bom	
Elástico	20m, argolas nas pontas	1	Razoável	
Fita de sinalização	Rolo D.E.	1	Bom	
Sinais de trânsito	Madeira	6	Razoável	
Agrafador		1	Bom	
Furador		1	Bom	
Tesouras		2	Bom	
Quadro giz	Fixo na arrecadação	1	Bom	
Quadros Fixos	Lousa	2	Bom	
Apagadores		3	Bom	
Agulhas/Pipos	Katz	4	Bom	
Fitas “rítmica”	Fitas com bastão em madeira	13	Bom	Várias cores
Carro transporte TV/Vídeo	Com rodas	1	Razoável	
Carros de supermercado	Transporte de bolas	4	Bom	
Dorsais	Em pano, numerados	70	Bom	
Dossiers A4	Desporto Escolar	6	Bom	
	Temático	1		
	Sunny D. 3x3	1		
	Aulas 1º Ciclo	2		
Dossiers A5	Desporto Escolar	3		
Livro Ed.F. + CD Apoio Professor	2º Ciclo	1	Bom	
Pódio	Madeira	1	Bom	
Rádios Walkie-Talkie	Motorola Talkabout T5422	2	Bom	Bateria+Carregador + 2

				capas frontais
Livro Regras de Futsal	Regras Oficiais de Futsala	4	Bom	
Livro Ed.F.	2º Ciclo	1	Bom	+1 na Biblioteca
	3º Ciclo	1		
Manual Ajudas Ginástica		1	Bom	Fotocopiado
Manual Técnico Pedagógico de Trampolins		1	Bom	Fotocopiado
Pedómetro	Géonaut Dista 100+	1	Bom	24/10/05
Medidor da Tensão Arterial	Balance KH 8096	1	Bom	Nov. 2005
Poster Didático	Basquetebol – ataque	1	Bom	Compal Air 05/06
	Basquetebol - defesa	1	Bom	
Apito	Plástico c/ cordão	4	Bom	Amarelo+preto
	Metálicos c/cordão azul	6	Bom	C.Air 06/07/08
Quadro Tático	C/ Caneta, Andebol e Futebol	1+1	Bom	

- Equipamentos:

Designação	Características	Quant.	Estado:	Obs.
Coletes	Numerados	48	Razoável	11vermelhos+6azuis+15a marelos+16 verdes
Coletes	Tamanho Júnior- Kipsta	60	Bom	25verdes+10amarelos+25 vermelhos
Coletes	Tamanho Júnior-	22	Bom	Amarelos
Coletes Penalty	Branco e Vermelhos	5 + 5	Bom	D.E. 2004/05
Coletes “Compal Air”	Verdes e Azuis	25 + 25	Bom	
Coletes “Nestm Rugby”	Azuis + Verdes XL	6+6	Bom	Jan.2009

Equipamento azul/branco Tamanho L	Camisolas	10	Bom	Novo
	Calções	10	Bom	
	Meias brancas	12	Bom	
Equipamento laranja/branco Tamanho M	Camisolas	12	Bom	Novo
	Calções	12	Bom	
	Meias brancas	12	Bom	
Equipamento “Escola Teixoso”	Camisolas brancas	9	Bom	“azuis” pretos almofadados pretas
	Calções verdes	10	Bom	
	Camisolas G. Redes	2	Bom	
	Calções G. Redes	2	Bom	
	Meias G. Redes	2	Bom	
	Meias Jogadores	11	Bom	
Equipamento Verde	Camisolas verdes	10	Bom	1 amarela + 1 cinza pretos
	Calções brancos	10	Bom	
	Meias Jogadores	10	Bom	
	Camisolas G. Redes	2	Bom	
	Calções G. Redes	2	Bom	
	Meias G. Redes	2	Bom	
Equipamento Basquetebol	Camisolas Katz	5M+5XL	Novo	Vermelho-Dez.07

e) Dificuldades sentidas (estagiários / alunos / outros professores).

As principais dificuldades que senti foram no planeamento anual das aulas de Educação Física, visto ser a primeira vez com que me deparava com tal processo.

Na leccionação das minhas aulas no início também senti algumas dificuldades na escolha dos exercícios, uma vez que, não conhecia a turma e logo não sabia qual o nível de aprendizagem que os alunos apresentavam.

Em termos de motivação dos alunos tentei sempre apresentar exercícios diferentes, para que os alunos estivessem sempre predispostos para a sua realização. Também na transmissão de informação e comunicação com os alunos, por vezes o que poderia ser muito claro e conciso para mim poderia ser demasiado complexo para os alunos.

Ainda neste ponto o reajustamento do plano de aula já durante a mesma também foi uma dificuldade inicialmente encontrada, pelo simples facto de alterar o tempo de exercício/aula e/ou número de alunos na aula, isto é, quando os alunos se atrasavam, ou algum faltava já teria de ajustar toda aula.

Estando presente um aluno com necessidades educativas especiais na minha turma foi bastante difícil enquadrá-lo na estrutura e organização de aula de modo a conseguir leccionar a aula simultaneamente a esse aluno e aos restantes colegas. Mas ao longo das aulas consegui superar este obstáculo.

Perante estas normais dificuldades tentei sempre dar o meu melhor, penso que com o evoluir das aulas estas dificuldades foram sendo colmatadas permitindo-me aprender e evoluir como Professor.

f) Aspectos positivos e negativos.

❖ Aspectos Positivos:

- ✓ Leccionar a tempo inteiro;
- ✓ Total responsabilidade por uma turma;
- ✓ Condições óptimas da escola para a leccionação;
- ✓ Autonomia nas decisões em relação aos planeamentos e decisões em relação a turma;
- ✓ Conhecimentos adquiridos ao nível da profissão de docente;
- ✓ Conhecimentos adquiridos ao nível da organização e gestão de actividades com os alunos;
 - ✓ Conhecimentos adquiridos ao nível da organização de acções de formação;
- ✓ Leccionação a alunos com necessidades educativas especiais;
- ✓ Participação em actividades relacionadas com a Direcção de Turma;
- ✓ Participação nas modalidades e equipas do Desporto Escolar;
- ✓ Envolvimento da comunidade escolar;

❖ Aspectos Negativos:

- ✓ Estágio não remunerado;
- ✓ Distância da escola;
- ✓ A disparidade entre os conhecimentos obtidos ao longo da formação académica e a sua aplicação na escola – deficit de prática pedagógica adequada ao ambiente escolar;
- ✓ Condições óptimas da escola para a leccionação;

IV – Outras actividades

Durante este ano lectivo foram inúmeras as actividades em que estive presente, desde a visitas de estudo, saídas para desporto escolas, acções de formação, torneios de diferentes modalidades, reuniões da Escola e direcção de turma, entre outras.

No início todos os Professores Estagiários além das aulas que tínhamos de leccionar também nos distribuimos para outras também importantes actividades. Após experimentação e frequência das diferentes actividades (Hipoterapia, diferentes modalidades do Desporto Escolar) optámos pelas actividades que mais se aproximavam daquilo em que poderíamos realmente ajudar, e também de acordo com a nossa disponibilidade na leccionação das aulas.

Assim sendo eu e o Prof. Ricardo juntamente com a nossa Orientadora de Estágio participámos na direcção de turma do 9ºA. Fiquei ainda como auxiliar da modalidade de Futsal do Desporto Escolar do escalão de Juvenis, juntamente com o Professor Armando Riscado. Estas seriam as que iria acompanhar permanentemente ao longo do ano.

Passando agora para as actividades desenvolvidas no 1º Período e ao nível interno, desenvolvemos o Corta – Mato⁸ Escolar que visava o apuramento para o Corta – Mato distrital, este foi realizado para todos os escalões etários. Decorreu ainda a Comemoração do Dia Internacional do Deficiente – Desporto Diferente⁹, organizámos na nossa escola diferentes estações com exercícios alternativos para alunos com deficiência motoras e mentais, tínhamos também os cavalos utilizados na hipoterapia para esses alunos vivenciarem a experiência de andar a cavalo. Para finalizar as actividades deste período realizámos o “Compal Air – Fase Escola”¹⁰ que consiste em jogos de Basquetebol 3x3, abrangendo todos os escalões etários. O Grupo de Estagiários de Educação Física organizou todo o quadro competitivo e torneio e arbitrou todos os jogos.

⁸ Ver anexo 8 Corta-Mato Escolar

⁹ Ver anexo 9 Comemoração do Dia Internacional do Deficiente – Desporto Diferente

¹⁰ Ver anexo 10 Compal Air Fase Escola

No 2º Período começámos por desenvolver uma acção de formação a nível do concelho da Covilhã sobre o Projecto “Nestum Rugby nas Escolas”¹¹, onde um responsável da Federação Portuguesa de Rugby, deslocou-se à nossa Escola para nos falar e dar a conhecer de uma melhor forma o Rugby e Tag Rugby a nível nacional numa abordagem mais teórica e também numa sessão prática logo depois. Posteriormente participamos no “Compal Air Distrital”¹² realizado na cidade de Castelo Branco, obtivemos bons resultados. Organizámos também o torneio de Tag Rugby – Nestum Rugby nas Escolas – Fase Escolar¹³ este também abrangendo todas as faixas etárias e os alunos correspondendo de forma muito positiva a esta nova modalidade. Durante esta época do ano aproveitámos também a neve da Serra da Estrela para realizar uma Actividade de Sky¹⁴, onde um grupo considerável de Professores e alunos vivenciaram o que é a modalidade de Sky. E por último mas também importante, realizámos a nível escolar o Mega-Sprint e o Mega Salto¹⁵.

No início do 3º Período foi-nos proposta a experimentação de um horário completo (uma semana) de aulas para melhor entendermos e nos aproximarmos da realidade “completa” de um Professor de Educação Física. Para isto todos os Professores Estagiários iriam ser distribuídos nas turmas de todos os Professores titulares de Educação Física da Escola. Leccionei ao 5ºC¹⁶, 6ºB¹⁷, 8ºA¹⁸ e CEF imp¹⁹. Esta experiência foi extremamente gratificante aprendi muito e como são diferentes as aulas leccionadas a diferentes escalões etários. Participamos ainda na Fase distrital do Mega-Sprint e Mega-Salto. Na fase Regional do Nestum Rugby deslocámo-nos à cidade de Anadia para mais uma boa participação dos nossos alunos. E por fim organizei uma Acção de Sensibilização de Suporte Básico de Vida²⁰ para pessoal docente e não docente do Agrupamento de Escolas do Teixoso. Esta acção teve como formador o Sr. André Morais, socorrista do INEM.

¹¹ Ver anexo 11 Acção de Formação Nestum Rugby nas Escolas

¹² Ver anexo 12 Compal Air Distrital

¹³ Ver anexo 13 Tag Rugby – Fase Escolar

¹⁴ Ver anexo 14 Actividade de Sky

¹⁵ Ver anexo 15 Mega Sprint e Mega Salto

¹⁶ Ver anexo 16 Plano de aula 5ºC

¹⁷ Ver anexo 17 Plano de aula 6ºB

¹⁸ Ver anexo 18 Plano de aula 8ºA

¹⁹ Ver anexo 19 Plano de aula CEF imp

²⁰ Ver anexo 20 Cartaz da Acção de Sensibilização de Suporte Básico de Vida

V – Conclusão

Durante este ano lectivo e Estágio Pedagógico na Escola EB 2 e 3 do Teixoso - Covilhã, posso afirmar que correspondeu e ultrapassou todas as minhas expectativas, permitiu-me uma maior aprendizagem a todos os níveis, um melhor conhecimento para anos vindouros, instruiu-me e ensinou-me a lidar com diferentes e tão variadas situações, em suma evoluí como pessoa e Professor.

Apesar de estarem sempre presentes certas dificuldades e dúvidas nalgumas circunstâncias este estágio permitiu-me responder de uma melhor forma perante o que surgia. Desde a elaboração de planeamentos, participação e organização em diversas actividades intra e extra-escola e principalmente na leccionação da disciplina de Educação Física.

Não só evoluí a nível individual como também colectivo, com união de equipa, entreadajuda, empenho e colaboração dos meus colegas Estagiários também o meu nível de aprendizagem melhorou e muito.

Foi uma experiência muito enriquecedora e aconselho a todos os futuros professores que vivam esta experiência, que lhes trará muitas alegrias e principalmente conhecimento para a sua vida profissional.

VI – Recomendações

Poucas recomendações tenho a fazer em relação ao Estágio Pedagógico em que participei. Isto porque na minha opinião na Escola EB 2 e 3 do Teixoso será uma das melhores escolas para se realizar um estágio. Desde o conselho directivo, aos professores, aos auxiliares de acção educativa e alunos, todos têm um papel fundamental na escola, é no bom relacionamento entre todos que está a chave do sucesso desta escola.

Todas as pessoas docentes e não docentes nos receberam de forma muito acolhedora, simpática e sempre prontos a ajudar, o que nos permitiu também uma maior facilidade de adaptação à Escola e melhores condições de trabalho.

Ao nível de infra-estruturas que a Escola possui, penso que está muito bem equipada, com pessoas competentes para cada área de trabalho e ensino, com diferentes áreas de intervenção e inúmeras actividades para os alunos e professores participarem.

Também importantes foram os nossos colegas, os Professores de Educação Física sempre dispostos a ajudar, a dar o seu apoio, corrigir sempre que necessário e o mais importante facilitaram completamente a nossa integração na Escola. Penso que nós, Estagiários, também correspondemos com a nossa ajuda e colaboração sempre que possível.

Voltando agora para a leccionação das aulas, estratégias e metodologias a utilizar a nossa orientadora de estágio Prof. Ana Paula Pereira ajudou-nos imenso. Leccionamos as aulas do inicio ao fim e aprendíamos com os nossos erros no final de cada aula a nossa orientadora esclarecia certas dúvidas por nós colocadas e fazia uma breve reflexão das nossas aulas, de maneira também a aprendermos e não voltar a cometer os mesmos erros. Alem das aulas e de forma à nossa integração ser melhor e mais facilmente sucedida a nossa orientadora pediu-nos para participarmos noutras actividades como: Desporto Escolar, Actividades com os alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE) entre outras. Ainda sobre este assunto em todas as saídas dos alunos para diferentes actividades o Grupo de Estagiário de Educação Física era sempre destacado para o acompanhamento destes grupos, vivenciámos diferentes situações, convivemos com diferentes pessoas e acima de tudo aprendemos muito.

Ainda a nossa orientadora como Directora de Turma deu-nos a possibilidade de perceber como se trata dos assuntos de Direcção de Turma, documentos, reuniões, problemas e soluções.

Alem das aulas e actividades desenvolvidas para os alunos esta Escola promove também convívios para os Professores, na minha opinião um excelente forma de manter e melhorar o bom relacionamento entre os Professores.

Em suma, o Estágio Pedagógico da Escola EB 2 e 3 da Escola do Teixoso será um modelo a seguir por todas as Escolas. Foram atingidos todos os objectivos, foram ultrapassadas todas as dúvidas e incertezas existentes num futuro Professor permitindo assim um melhor conhecimento, aprendizagem, integração, tudo aquilo que a formação académica não pode dar.

VII – Bibliografia

Batista, P. Rêgo, L. Azevedo, A. **Em Movimento, Educação Física 7º/8º/9º Anos_3ºCiclo do Ensino Básico**, 2010, Edições ASA, Rio Tinto.

Portal do Agrupamento de Escolas do Teixoso. Acedido a 25/5/2010 e disponível em http://portal.eb23teixoso.rcts.pt/index.php?option=com_content&task=view&id=107&Itemid=183

Bom, L. Costa, F. Jacinto, J. Cruz, S. Pedreira, M. Rocha, L. Mira, J. Carvalho, L. Programa de Educação Física (Reajustamento), 2001.

VIII – Anexos

Anexos

