

Escola Secundária c/ 3º ciclo do Fundão

Quinta-feira 4 De Março de 2010

Turma: 12ºCSEAV

--» *Aula do professor estagiário **Frederico Dias**.*

Palavras-chave: objectivos, avaliação, Testes fitnessgram, Indicadores, aptidão física.

Resumo. *Após a minha orientação, enquadra-se o presente relatório, como forma de análise por parte dos professores do núcleo de estágio. Este relatório tende a ficar cada vez mais complexo e completo ao longo do ano lectivo permitindo uma sólida e concreta aquisição de conhecimentos aos estagiários, para desta forma capacitar os estagiários para futuras orientações escolares. É então feita aqui a análise crítica, através do tratamento de algumas variáveis que possibilitam a identificação de erros ou comportamentos menos correctos e consequente possibilidade de prescrição de soluções.*

Na conjuntura do nosso estágio, não podemos como muita gente pensa, unicamente englobar o acto de leccionar, a nossa função de professor de Educação Física vai muito para além disso. De facto, um dos aspectos mais importantes e possivelmente o mais difícil de realizar, é o acto de avaliar os nossos alunos. Neste sentido, foi nos proposto pelo nosso professor orientador, como forma de preparação, mais uma forma de avaliação, neste caso avaliar a aptidão física dos alunos com a implementação da bateria de testes fitnessgram. Apresenta-se então no seguinte relatório, os principais pontos tratados neste âmbito que permitiram a realização da dita avaliação, neste caso, da realização da milha.

Relatório:

Nesta aula, apliquei a bateria de testes Fitnessgram, para averiguar se o trabalho desenvolvido ao longo deste ano lectivo, ao nível da aptidão física, foi proveitoso. Antes desta aula, eu e todos os elementos do núcleo de estágio tínhamos a noção que os alunos se empenharam e se esforçaram durante as aulas no sentido de melhorar a aptidão física. A aplicação da bateria de testes iria nos elucidar sobre a realidade e a eficácia do trabalho realizado.

➤ *Estruturação plano aula;*

Relativamente a estruturação do plano de aula, penso que tudo estava dentro dos parâmetros visto que o objectivo principal seria a aplicação da bateria de testes. Na fase inicial o importante seria realizar uma activação funcional curta mas que pudesse preparar o organismo para a intensidade das actividades seguintes.

A formação de três grupos de oito alunos previamente escolhidos por mim para a aplicação da bateria de testes era a forma mais simples e eficaz para controlar o número de voltas e o tempo de cada aluno. Desta forma consegui também uma gestão positiva visto não ter perdido tempo durante a aula para a formação dos grupos.

Por isso penso que de forma simples, o plano de aula estava preparado e estruturado para ter uma aula eficaz na aplicação da bateria de testes.

No final, consegui ainda avaliar a flexibilidade do ombro de todos os alunos e ainda trabalhar um pouco a força abdominal.

➤ *Organização/selecção exercícios (níveis, grupos, individual, heterogeneidade, etc...);*

Relativamente a este aspecto, penso que os exercícios foram bem seleccionados e bem interligados. Os grupos de trabalho foram seleccionados anteriormente o que promoveu uma poupança de tempo. A formação de três grupos de oito elementos sendo avaliado cada um dos grupos na realização da milha, facilitou o controlo dos tempos e da distância percorrida, sendo como é óbvio, mais simples controlar 8 alunos realizando desta forma 3 milhas.

➤ *Posicionamento do professor;*

No geral, o posicionamento foi bom, durante a realização dos exercícios tive o cuidado de, sempre que necessário, me deslocar pelo espaço ficando na maioria dos casos de frente para os alunos podendo desta forma observar em simultâneo uma grande quantidade de alunos. Durante a realização da milha, posicionei-me na zona de chegada, controlando desta forma as voltas realizadas pelos alunos, assim como aproveitei para

informar os alunos do tempo já passado a cada volta, o que de certa forma se torna num factor motivador na maioria dos casos.

➤ ***Tempo (instrução, transição, organização);***

Relativamente a este aspecto penso que tive um bom desempenho respeitando de uma forma global os tempos previstos no plano de aula, o tempo de transição foi geralmente curto, sobretudo pela organização e estruturação da aula, o tempo de instrução/organização não foi exagerado. Consegui aproveitar o tempo da melhor forma visto ter conseguido retirar o tempo de todos os alunos, tendo realizado o teste da milha, por três vezes por serem três grupos distintos. Além disso foi feita uma curta análise dos resultados com os alunos e ainda realizado o teste de flexibilidade do ombro.

➤ ***Feedback's;***

Quanto aos feedback's transmitidos, de uma forma global houve alguma preocupação da minha parte em dar alguma informação aos alunos sobre as suas prestações motoras com alguns feedback's ao longo da aula, sobretudo e devido a natureza da aula, transmitindo feedback's motivacionais e temporais em grande quantidade.

➤ ***Comunicação/ Transmissão;***

Utilizei uma linguagem acessível utilizando alguns termos técnicos. Fui sempre audível na transmissão da informação relativamente aos tempos intermédios durante a realização da milha.

➤ ***Aprendizagem/evolução/empenho dos alunos;***

O empenho dos alunos foi, como tem sido, elevado, estes facilitaram o trabalho do professor empenhando-se na execução dos exercícios.

Notou-se uma enorme vontade em melhorar o tempo alcançado no primeiro período. No geral e já como forma de análise aos resultados, pode se concluir que o trabalho desenvolvido em termos de aptidão física neste ano lectivo foi muito positivo visto que a maioria dos alunos melhorou o tempo conseguido no 1º período.

➤ *Clima/disciplina;*

Quanto ao clima /disciplina da aula posso afirmar que foi bom. Consegui ter um clima de trabalho muito positivo e mantive uma disciplina correcta, este trabalho também foi muito facilitado pela turma em questão visto ser uma turma que não causa problemas e onde não se denotam comportamentos desviantes. Além disso os alunos estiveram completamente concentrados e empenhados na realização da milha o que também ajudou a ter um clima bastante positivo.

➤ *Densidade motora;*

No global houve nesta aula uma densidade motora elevada isto devido, como já referi anteriormente, á estrutura da aula que permitiu manter os alunos com um empenhamento motor bastante elevado. A realização da milha permitiu ver alunos a terem uma intensidade de trabalho e de actividade como se calhar nunca tinham tido.

Como forma de *conclusão* a esta análise crítica:

Primeiro referir e sublinhar que esta aula teve um carácter diferente das outras, isto por ser uma aula onde se avaliou a condição física dos alunos depois de um trabalho contínuo durante o que vai de ano lectivo. O aspecto mais relevante e de maior importância desta aula foi sem duvida a nítida melhoria dos resultados dos alunos na realização da milha. Isto faz com que possamos ter uma sensação de trabalho conseguido e é este um dos aspectos de maior relevo na nossa missão como profissionais da Educação Física, ver a evolução dos nossos alunos e neste caso ver e sentir que os alunos desenvolveram trabalho e conseguiram melhorar a sua aptidão física o que irá ajudar no objectivo de melhorar também o aspecto da saúde.