

Escola Secundária c/ 3º ciclo do Fundão

24 De Setembro de 2009

Turma: 12º CT3

Palavras-chave: transição, instrução, empenhamento motor, exemplificação.

Resumo. *Após a orientação do professor Orientador Francisco Borges, 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 interpretação e a percepção de situações ou comportamentos a seguir.*

A aula teve início com a verificação das presenças. De seguida houve lugar para uma curta mas não menos importante reflexão sobre a aula anterior, avaliando de uma forma simples as dificuldades sentidas e o estado físico dos alunos. De uma forma sucinta foram também enunciados os conteúdos e alguns dos objectivos para a presente aula.

Os alunos começaram por realizar corrida contínua alternando com marcha perfazendo no total uma actividade com a duração de 16 min. De realçar a importância desta actividade nesta altura do ano lectivo visto que os alunos iniciaram há pouco tempo as actividades lectivas estando por isso numa forma física mais baixa. Terminado este exercício, os alunos tiveram liberdade para seleccionarem e executarem diversos exercícios de alongamentos.

Passando depois para a parte fundamental da aula foi feita uma avaliação diagnóstica da U.D. de Voleibol. Numa primeira fase o docente Francisco Borges seleccionou exercícios relativamente simples para um trabalho com bola que serviria de aquecimento específico e para uma melhor adaptação a bola.

Os alunos trabalharam aos pares realizando vários tipos de passes:

- ✓ Passe a duas mãos.
- ✓ Passe a uma só mão (alternando mão direita e mão esquerda)
- ✓ Flexão de joelhos, impulsão e passe para cima.
- ✓ Passe com a bola partindo por trás das costas.
- ✓ Passe por cima (gesto técnico do voleibol)
- ✓ Auto-passe seguido de passe por cima para o colega.

Como uma das melhores opções para analisar o nível dos alunos numa modalidade colectiva é o jogo formal, os alunos foram divididos em grupos de 6 e participaram em várias partidas de voleibol passando pelas respectivas posições e aplicando as regras fundamentais da modalidade. Pudemos observar alunos nos mais diferentes níveis o que acontece na grande maioria das turmas devido sobretudo as vivências desportivas destes. Os dados observados nesta aula e sobretudo neste jogo formal são de fundamental importância para a preparação do resto das aulas desta unidade didáctica e vão servir como ponto de partida para o resto do trabalho a desenvolver.

Depois do jogo formal passou-se para o retorno à calma onde os alunos realizaram 2 min de corrida a ritmo moderado, alongamentos dos membros mais utilizados nas actividades anteriores e um curto trabalho de força superior.

Em jeito de conclusão posso afirmar que os alunos tiveram um tempo de empenhamento motor elevado e apresentaram motivação elevada na realização das actividades sobretudo no jogo formal onde se denotou bastante competitividade entre os alunos.