



Índice Relatório Final de Estágio

1. INTRODUÇÃO	2
1.1. Caracterização Estágio Pedagógico	2,3 e 4
2. DEFINIÇÃO DE OBJECTIVOS	4
2.1. Expectativas e Objectivos por Parte do Estagiário	4,5
2.2. Expectativas e Objectivos Iniciais da Escola	5,6
3. METODOLOGIA UTILIZADA	7 e 8
3.1. Caracterização da Amostra	8 e 9
3.2. Reflexão à Caracterização da Amostra	9 e 10
4. PLANEAMENTO ANUAL	10 e 11
4.1. Reflexão sobre outras Actividades	12
4.2. Planeamento a Curto Prazo	13
4.3. Planeamento a Médio Prazo	14
4.4. Planeamento a Longo Prazo	14
5. RECURSOS HUMANOS	15 e 16
6. RECURSOS MATERIAIS	16
7. DIFICULDADES SENTIDAS	16
7.1. Estagiários	17
7.2. Alunos	17 e 18
7.3. Professores de Educação Física	18
8. ASPECTOS POSITIVOS E NEGATIVOS	18
9. CONCLUSÃO	19
10. RECOMENDAÇÕES	20, 21 e 22
11. BIBLIOGRAFIA	23
11. ANEXOS	25 a 62



1. Introdução

No presente ano lectivo de, 2009/2010, realizei o Estágio Pedagógico, inserido no 2º ciclo de Estudos, complementando a licenciatura, em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, na Escola Secundária com 3º Ciclo do Ensino Básico do Fundão (ESF). O grupo de Estagiários foi composto por Ricardo Igreja, Luís Festas, Frederico Dias e Nuno Rodrigues, sob as orientações do Dr. Francisco Daniel Cruz Borges, docente do quadro de nomeação definitiva da Escola. Existiu ainda neste estágio pedagógico, a co-orientação do Prof. Dr. Júlio Martins, pelo Departamento de Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior.

1.1 Caracterização e funcionamento do Estágio Pedagógico / Funções a Desempenhar

Para este ano lectivo, as condições em que se realizaram os Estágios Pedagógicos, necessários para completar a profissionalização de professores de Educação Física, sofreram profundas alterações definidas, pelo Departamento de Ciências do Desporto, da Universidade da Beira Interior (U.B.I). O conhecimento correcto destas alterações por parte de todas as instituições envolvidas, professores orientadores e alunos estagiários, só foi possível já com o ano lectivo 2009/2010 a decorrer.

Devido a este facto, houve a necessidade de reunir todos núcleos de estágio, alunos estagiários, respectivos orientadores das Escolas e orientadores da U.B.I, com o objectivo de discutir, analisar e reflectir sobre as principais linhas orientadoras para o funcionamento do Estágio Pedagógico e a definição das funções a desempenhar por todos os intervenientes neste processo.

Desta reunião, concluiu-se que a definição do funcionamento do Estágio Pedagógico seria de certa forma autónoma, tendo por base as características e dinâmicas estabelecidas em cada escola e as perspectivas adoptadas por cada orientador das Escolas onde se realizaram os estágios.

Posteriormente, em reuniões com o orientador de estágio Dr. Francisco Daniel Cruz Borges, definiram-se as principais linhas orientadoras relativas ao funcionamento do Estágio Pedagógico e as funções que iríamos desempenhar durante este ano lectivo.



Devido ao facto do grupo de estágio ser composto por quatro alunos, optou-se numa fase inicial por proceder à observação de aulas de modo a formular análises sobre variáveis, inerentes ao processo de ensino, e numa fase posterior, de atribuir uma turma a cada grupo de dois estagiários. As turmas faziam parte do horário do orientador de estágio e foram atribuídas consoante as necessidades, disponibilidades e interesses de cada aluno estagiário. Através deste processo ficou definido que os alunos Nuno Rodrigues e Ricardo Igreja ficariam responsáveis pela orientação da turma do 12º CT3 e a turma do 12º CSEAV, seria orientada pelos alunos Frederico Dias e Luís Festas. Foram também ao longo do ano atribuídas outras funções, para os alunos estagiários como a orientação de actividades do Desporto Escolar (DE), actividades de relação com o meio, produção de materiais para aulas de substituição da ESF, planeamento de Unidade Didácticas, organização de Torneios Escolares, dinamização da “Janela do Desporto Escolar”, processos da avaliação dos alunos, assessorias a direcções de turma, e participação nos concelhos de turma.

A indefinição e falta de informação relativamente ao papel dos limites de intervenção e responsabilização dos alunos estagiários, por parte da U.B.I, colocou, numa fase inicial, os primeiros problemas relativamente às funções que poderíamos desempenhar. Apesar deste problema, estabeleceu-se que os alunos ficariam inteiramente responsáveis por todo o processo de ensino/aprendizagem das turmas que lhes foram conferidas, isto porque, compreendeu-se que só nestas condições faria sentido a realização de um estágio pedagógico que permitisse uma formação consistente e útil dos alunos estagiários. Seria um processo em que o Dr. Francisco Borges assumiria um papel “secundário” perante os alunos das duas turmas, mas orientando, em todos os aspectos e em termos evolutivos, a intervenção dos alunos estagiários no contexto escola / professores / turma / alunos.

Para garantir as condições para uma formação consistente, que possibilitasse a compreensão da realidade vivida no sistema educativo e tendo em conta o problema ao nível dos limites de intervenção dos alunos estagiários anteriormente referido, foi proposto pelo orientador de estágio que participássemos nos espaços de discussão, análise e decisão ao nível dos departamentos, grupos, directores de turma e conselhos de turma, que fazem parte da estrutura organizacional – escola. Assim, foi possível tomar conhecimento dos vários factores que envolvem a estruturação de projectos curriculares, projectos de escola, planeamento e proposta de actividades para o ano lectivo, processos de avaliação e identificação de problemas nas diversas dimensões deste



contexto escolar, equacionamento de hipóteses de resolução desses problemas e operacionalização de estratégias de intervenção.

2. Definição de Objectivos

Percebendo que o estágio Pedagógico, deverá dotar os alunos, de uma capacidade crítica, para que com instrumentos conceptuais, possam solucionar problemáticas dentro do contexto Escolar, foi desde início, e por minha própria motivação, desde a conclusão da licenciatura, que seria necessário continuar a investir na minha formação através de um segundo ciclo de Estudos dentro da mesma área de intervenção. Isto porque, considero que toda a lógica e estruturação deste Mestrado, permitem uma oportunidade ao nível das competências necessárias, que possibilitam aumentar o conjunto de opções profissionais e a construção de uma carreira nesta área.

“... na formação permanente dos professores, o momento fundamental é o da reflexão crítica sobre a prática. É pensando criticamente a prática de hoje ou de ontem que se pode melhorar a próxima prática.” (Freire, P; 1996:39)

2.1 Expectativas e Objectivos Iniciais por Parte do Estagiário

Numa fase inicial, pensava que o Estágio Pedagógico funcionaria como um espaço importante para construir uma estruturação metodológica, de acordo com o trabalho que tinha realizado ao longo da licenciatura, desse um suporte conceptual, operacional e consistente, a um processo de ensino/aprendizagem num contexto escolar.

Porém, considero de elevada importância todo o processo de formação que vivi e senti ao longo da licenciatura, que me permitiu adoptar uma perspectiva, durante todo o processo de estágio, em que mais do que observar, foi por intermédio de interpretações, de um pensamento crítico, da compreensão, análise e reflexão sobre os diversos fenómenos e a *“... sua relação dialéctica com os contextos, numa perspectiva dinâmica e evolutiva ...”* que entendi o estágio pedagógico, como um meio para intervir, dentro das limitações impostas, identificando problemáticas relacionadas com o contexto escolar, equacionando hipóteses de resolução de diferentes problemas neste contexto, compreendendo que estratégias adoptar, com o objectivo de resolver esses problemas. (Bases programáticas, Curso Ciências do Desporto, UBI 2004).



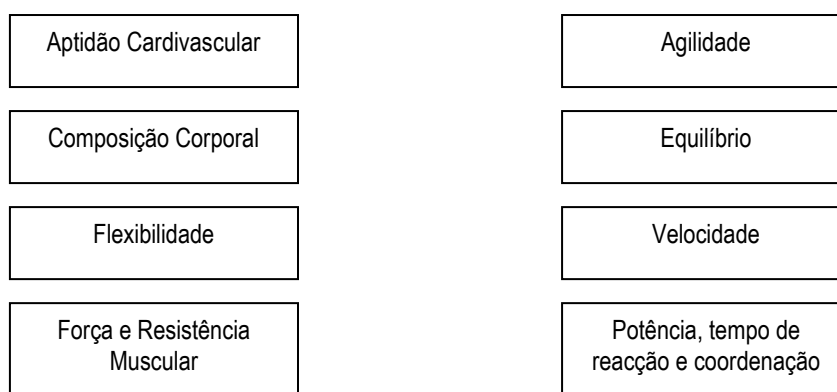
O principal objectivo da minha parte, foi no fundo criar um instrumento de suporte de vida, numa oportunidade única onde possa explicar, justificar opções, e concepções que foram adoptadas ao longo dos últimos “doze semestres”. Através deste ciclo de estudos que agora finda, surge a possibilidade de explicitar, através de uma reflexão crítica, o equilíbrio que se procurou manter entre as linhas orientadoras e as muitas condicionantes, em todo o processo de Estágio, – desde o planeamento de todo o ano lectivo até ao planeamento e orientação das aulas –, por parte do orientador de estágio e pelas próprias características e influências directas do sistema educativo.

2.2 Expectativas e Objectivos Iniciais da Escola

O ano lectivo 2009/2010, foi marcado, pelo plano de contingência da Gripe A, o que fez com que o planeamento e a organização fossem alterados, em relação a anos anteriores. Exemplo disso foi o facto de existir um conjunto de modalidades nucleares que não foram abordadas este ano, como é o caso da Ginástica. O grupo de Educação Física definiu então um conjunto de objectivos para este ano lectivo que incidiram fundamentalmente em:

- Desenvolvimento das Capacidade Motoras condicionais e coordenativas (Utilizando a bateria de Testes do Fitnessgram);

- Aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física com base em:



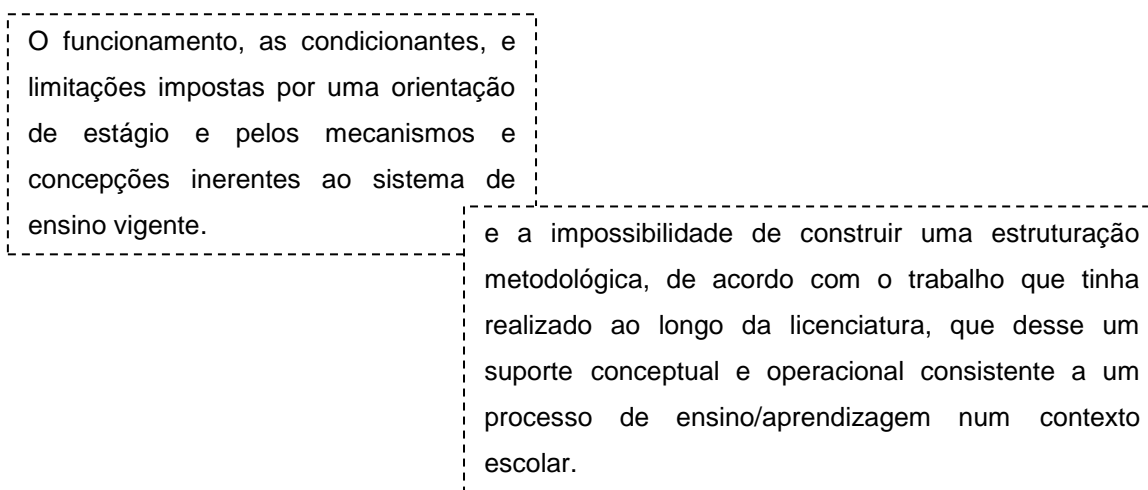
Esquema 1: Relação da Aptidão Física/Saúde e Habilidades Desportivas

Fonte – Educação Física 10º,11º,12º Anos



- Desenvolvimento de Competências ao nível de actividades físicas desportivas como o Andebol, Basquetebol, Futsal, Voleibol, Corfebol, Atletismo, Badminton, Danças Sociais, etc.

Vemos então que na relação entre objectivos pessoais e objectivos do Grupo de Educação Física, defino uma problemática. Pois a equidistância na definição dos dois grupos de objectivos iniciais pressupõe uma lógica de funcionamento na qual sempre me baseie e onde procurei estabelecer um equilíbrio entre:



Esquema 2: Definição da Problemática entre Objectivos Iniciais e Objectivos Escolares

Esta relação permite, simultaneamente, equacionar um conjunto de problemas e questões que se colocam hoje, relativamente ao papel da Educação Física no contexto Escolar. Pelas directrizes resultantes da primeira reunião do grupo de Educação Física da ESF, constatou-se que, o planeamento anual consistia na definição de um conjunto de actividades desportivas, que seriam abordadas nos diferentes anos de escolaridade consoante os seguintes factores: material disponível, limitações temporais, para a utilização dos espaços físicos, interiores e exteriores, do pavilhão e condições climatéricas. Da mesma forma que foram definidos os tempos disponíveis, para as quatro rotações existentes, para a utilização dos espaços interiores e exteriores (ver anexo 1 – Planificação, a Médio Prazo 2009/2010).

Assim cada unidade didáctica está demarcada temporalmente, definindo assim o “estudo” de cada modalidade. Vemos também que as rotações provocam por vezes a prática de uma modalidade, mais do que uma vez num ano, podendo as turmas, ter 17 aulas de Badminton, 15 de Voleibol, e 8 de Andebol. Uma distribuição mais homogénea e acordando limites temporais, de acordo com as necessidades das turmas, é um factor a equacionar no



planeamento. Estamos assim perante um planeamento anual onde as necessidades dos alunos, são deixadas para segundo plano, e onde se reduz a definição de objectivos por partes dos professores.

3. Metodologia Utilizada

Como suporte à tomada de decisão dentro deste tipo de contexto, utilizou-se diferentes instrumentos que possibilitam a prática efectiva das modalidades, como:

- A planificação anual onde os alunos sabem, as rotações existentes, durante os períodos lectivos e quais as modalidades a abordar;
- A Programação de Unidades didácticas definidas pelas rotações dos espaços físicos disponíveis;
- A contextualização da Educação Física, num contexto actual, percebendo e identificando tendências;
- Análise e caracterização das turmas para a orientação;
- Caracterização da Escola;
- Relação Existente com o meio envolvente/alunos/Escola;
- Gestão dos Espaços Físicos;
- Organização de outro tipo de eventos;
- Definição de critérios de Avaliação, que foram definidos em reunião departamental, sendo:



Actividades Físicas (Saber Fazer) - 75%	Aptidão Física (Saber Fazer) - 15%	Conhecimentos (Saber) - 10%
A – Actividades Físicas A1 – Atitudes e valores (Saber Ser/Estar) 15% (3 valores) A2 – Matérias 60% (12 valores) Constituem objecto de avaliação as actividades físicas desportivas seleccionadas de acordo com o Programa Nacional e pelo Departamento de Educação Física. A classificação atribuída nesta área será feita com base no nível de interpretação do aluno nas diferentes matérias.	B – Aptidão Física 15% (3 valores) – Constitui objecto de avaliação a Bateria de testes indicada no Programa Nacional, onde o aluno pode encontrar-se: Abaixo da Zona saudável, Dentro da Zona Saudável ou Acima da Zona Saudável.	C – Conhecimentos 10% (2 valores) – Constituem objecto de avaliação os conhecimentos relativos aos processos de elevação e manutenção da aptidão física e à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais no seio dos quais se realizam as Actividades Físicas.

Tabela 1: Tabela de Distribuição de Percentagem de Avaliação

3.1 Caracterização Metodológica da Amostra

A Escola Secundária c/ 3º Ciclo do Ensino Básico do Fundão, situa-se numa zona do interior do país, onde ainda se identifica alguma actividade rural. Ao longo dos anos e sobretudo desde Abril, de 1974, que a região da Beira Interior, têm vindo a sofrer diversos desenvolvimentos, o que beneficiou os cidadãos residentes nessa área, com acessos, desenvolvimentos da Industria e desenvolvimentos económicos, o que alterou os principais meios de subsistência rurais, tidos num passado não muito distante. Vemos por isso que a maior parte da formação académica dos encarregados de educação dos alunos da turma se situa nos graus de 12º ano e licenciatura para as mães dos alunos e de Licenciatura e 9º Ano para o país dos alunos (Ver Anexo 2 Plano Curricular de Turma/Parcial). O número dos que acompanham regularmente e activamente, em conjunto com os professores, todo o processo de formação do educando na escola é bastante significativo (tendo como indicador a participação dos mesmos em sessões de contacto com o director de turma e reuniões entre director de turma e encarregados de educação). Alguns alunos provêm, de aldeias concelhias envolventes e utilizam diferentes meios de deslocação até à escola. A turma do 12º CT3 é composta por 26 alunos, 11 alunos do sexo masculino e 15 do sexo feminino, sendo que apenas 18 (12 raparigas e 6 rapazes) frequentam as aulas de Educação Física. Não existem casos de necessidades educativas especiais, mas que no entanto



é necessário existir alguma preocupação nas aulas de Educação Física devido a problemas de saúde como:

Aluno	N.º	Problema
Adriana S. Quelhas	1	Miopia / Rinite Alérgica
Ana Rita Gonçalves	2	Visão
Diogo Gonçalves	11	Miopia
Guilherme Freches	13	Visão
Juliana Rodrigues	17	Alergias
Mariana Caetano	18	Alergia ao Níquel
Sérgio Santos	22	Miopia
Tamara Santos	23	Visão
Vanessa Garcia	25	Alergias

Tabela 2: Tabela de Identificação de Problemas de Saúde da Turma

Numa análise geral, os alunos desta turma, não apresentam qualquer problema comportamental, não existindo também, problemas ao nível das relações entre os próprios. Registou-se alguma competitividade ao longo do ano pelas, classificações escolares, existindo períodos, mais difíceis de controlar, em termos emotivos e de pré-disposição para as aulas. Não existindo porém qualquer comportamento disruptivo da turma demonstrado durante o ano lectivo. No entanto identifico de um modo geral que:

- Apesar do empenho e motivação demonstrados durante todo o ano lectivo em questão, existem alunos que necessitam de ter uma tendência mais participativa nas actividades como o caso da aluna nº 3 Ana Serra, o aluno nº11 Diogo Gonçalves, a aluna nº 17 Juliana Rodrigues, e a aluna nº 25 Vanessa Garcia.

3.2 Reflexão à Caracterização Metodológica da Amostra

Identificando e percebendo a definição de possíveis relações que se podem estabelecer entre a caracterização da turma e os problemas identificados, procedo ao tratamento de variáveis com base na seguinte tabela:



Problemas no contexto escolar	Possíveis consequências no processo ensino / aprendizagem
Nível de formação escolar em alguns encarregados de educação.	Alteração de alguns tempos disponíveis para o cumprimento de objectivos de estudo fora do horário escolar; Outro tipo de exigências relacionadas com os objectivos dos alunos que têm como objectivo, a sua formação académica;
Uma grande parte dos alunos provém das aldeias envolventes e utilizam diferentes meios de transporte para a escola.	Diminuição dos tempos disponíveis para o cumprimento de objectivos e de estudo fora do horário escolar; Aumento da dificuldade em participar noutras actividades, fora do horário escolar que contribuam para a sua formação (Ex. Desporto Escolar)

Tabela 3: Tabela de Análise entre Problemas no contexto Escolar e possíveis consequências

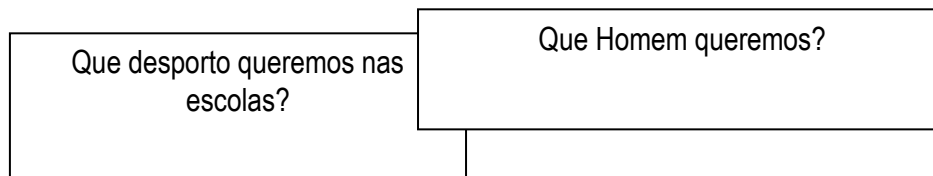
4. Planeamento Anual

Perante o planeamento definido pelo grupo de Educação Física, e de uma maneira coerente que dê um suporte necessário à aquisição de competências por parte dos alunos, deveremos primeiramente identificar e perceber que alunos constituem a turma. Vemos que no concelho do Fundão a ESF, apresenta-se, como a única entidade de ensino secundário, pelo que é necessário, uma sólida identificação de componentes do ensino. Como problemática ao planeamento, temos o pavilhão Municipal do Fundão onde decorrem as aulas da ESF, o qual têm, que ser dividido com a Escola João Franco, o que apresenta um factor organizacional bastante complexo. A este tipo de planeamento está aliada, e através dos programas de Educação Física em vigor, uma definição de modalidades a desenvolver em cada ano como, 2 modalidades colectivas, 1 Individual, 1 Dança e 1 de Raquetes, ficando as modalidades alternativas definidas consoante os espaços disponíveis. Como o esquema de rotações está definido temporalmente, poderá acontecer limitações temporais que não permitam consolidar as competências necessárias para o correcto desenvolvimento dos alunos na relação com o jogo. Para além de que estamos perante uma disciplina onde se diagnostica, analisa e avalia, com maior peso, a capacidade do aluno em realizar um conjunto de gestos técnicos de cada actividade desportiva. Separadamente e com menor importância é diagnosticada, analisada e



avaliada a compreensão e identificação das preocupações que o aluno deverá ter na realização dos “gestos técnicos”.

Será que, a reflexão e análise crítica não serão também uma prática? Será que existe prática sem reflexão? Será o Homem, no seu dia-a-dia, é um ser que se movimenta separadamente das suas sensações, reflexões, análises e decisões? Nesta reflexão surge dois grandes grupos de questões:



Esquema 3: Perspectiva de uma Nova Componente na Formação dos Alunos

Ficou decidido também que durante os dois primeiros períodos lectivos, os alunos pertencentes à turma do 12º CT 3, ficariam sujeitos à aplicação da bateria de testes do Fitnessgram (Testes de Aptidão Física), com a finalidade de quantificar a avaliação da condição física dos alunos. É neste tipo de contexto que existe uma Educação Física, nas escolas que se fundamenta principalmente nas saídas motoras do aluno.

De todo o modo existe um planeamento anual (ver anexo 1, planeamento a médio prazo), para a turma, que apresenta um conjunto de competências gerais, competências específicas e conteúdos a abordar durante o ano lectivo. Assim teremos uma educação Física nas Escolas planeada de acordo com os espaços disponíveis para as aulas, tirando ênfase às principais necessidades dos alunos e termos de aquisição de competências. De acordo com Almada, Fernando (Abril, 1994:1) *“Planear é prever para poder não só prover a tempo, os meios e os instrumentos, mas também para poder programar as acções que possibilitam o desenvolvimento de estratégias com uma intencionalidade”*.

Assim neste planeamento foram considerados, os recursos materiais, humanos, caracterizadores da comunidade escolar, permitindo um ajuste à realidade da escola. No planeamento contemplado foram identificados objectivos, a análise dos programas em vigor pelo Ministério da Educação, a avaliação diagnóstica em todas as modalidades abordadas, regulamentos das aulas de Educação Física, atestados médicos e identificação cronológica das diferentes unidades didácticas a leccionar.



4.1 Reflexão sobre outras Actividades do Planeamento Anual

Durante o ano lectivo foram sendo definidas no Plano Anual de Actividades (PAA), do Grupo de Educação Física, um conjunto de Actividades onde o grupo de Estágio participaria de forma activa. Estas Actividades ao longo do ano foram:

- Torneio de Badminton Escolar;
- Concentrações de Badminton;
- Preparação de uma Caminhada para a Comunidade Escolar;
- Mega – Salto e Mega Sprint (Fase Escola / Fase Distrital);
- Corta Mato Escolar e Corta - Mato Distrital;
- Preparação do Rally Paper da ESF;
- Responsabilização do Grupo de Estágio pela aplicação da Bateria de Testes do Fitnessgram;
- Dinamização da “Janela do Desporto Escolar”;
- Acompanhamento de Alunos com NEE noutras modalidades;

Tabela 4: Actividades do PAA

O grupo de Educação Física, propõe um conjunto de actividades a serem realizadas primeiramente na escola, com o objectivo de identificar e quantificar os melhores alunos para representarem a escola nas fases distritais e nacionais. São actividades que parecem inalteráveis no planeamento, às quais parece estar subjacente uma certa rotina e hábito na sua realização, não existindo espaços de análise e reflexão relativamente à sua pertinência, os seus objectivos, contributos e consequências no contexto escolar. Como referência a esta discussão, identifiquei claramente que a lógica da realização do Corta-Mato Escolar e Provas do Mega Salto e Mega Sprint, deverão ser alteradas, pois a fraca adesão, de alunos para a realização desta prova é um indicador, da necessidade de reestruturação deste processo. A promoção deste tipo de eventos, e a atribuição de regalias a alunos, como a melhoria das classificações escolares, poderia ser um factor determinante para o sucesso deste tipo de eventos, onde mais do que participar, seria necessário ter boas prestações para que pudessem melhorar as suas classificações (Ex. os primeiros cinco lugares serão avaliados com maior percentagem nos valores e atitudes, pelo Fair Play, e sua prestação).



4.2 Planeamento a Curto Prazo

Numa forma funcional de curto prazo, verificou-se fundamentalmente a necessidade de produzir planos de aula para que o processo de ensino-aprendizagem decorresse de uma forma eficaz, evitando situações de carácter não controlado. Desta forma de programação senti algumas dificuldades no início, sobretudo pela escolha de exercícios adequados aos limites da turma. Partindo deste tipo de planeamento (ver Anexo 3, Ex. planeamento a curto prazo) a inclusão de objectivos de aula, descrição pormenorizada de tarefas, tempos de cada sessão, tarefas, estratégias e critérios de êxito, foram sendo controlados e melhorados com a prática lectiva. Balizando a intervenção pedagógica dentro dos limites da actuação, nesta fase do planeamento foi equacionado um conjunto de variáveis (ver Ex. Anexo 4, relatório 25-02-2010) pelas quais o núcleo de estágio foi formulando as suas estratégias de ensino com base em:

- **Estruturação do Plano de Aula;**
- **Organização e selecção de exercícios;**
- **Posicionamento do Professor;**
- **Tempos de Instrução, Organização e Transição;**
- **Feedback's;**
- **Comunicação/Transmissão;**
- **Aprendizagem / Evolução / Empenho dos alunos;**
- **Clima / Disciplina;**
- **Densidade Motora.**

Através deste tipo de análises conseguimos perceber aspectos positivos e negativos, onde teremos que melhorar de acordo com um conjunto de regras estipuladas. O planeamento a curto prazo foi sendo, sempre, revisto ao longo do ano, uma vez que existiu abertura e responsabilização por parte dos estagiários que foram assistindo às aulas uns dos outros (ver Anexo 5 Ex. relatório de assistência aula 03-11-2009).

De considerar também nesta fase do planeamento foi a preparação antecipada do material, o que de início não era uma consideração, com isto as aulas começaram a decorrer o mais naturalmente possível. A turma mostrou-se sempre disposta a realizar as acções pretendidas tal como o clima de aula.



4.3 Planeamento a Médio Prazo

O planeamento a médio prazo foi conseguido, pelo definido nas unidades didácticas, pois criou a base para a actuação dos planos de aula com a identificação de processos representativos de diferentes situações das modalidades. Em cada unidade didáctica, fez-se um enquadramento da modalidade onde se definiram a população alvo da Unidade didáctica, uma breve síntese histórica, a caracterização dos recursos disponíveis, os domínios Sócio-Afectivo, Domínio Cognitivo, Domínio Psico-Motor, uma estruturação metodológica para controlar a prescrição da actividade, composta por avaliação diagnóstica, formativa e sumativa, a condição desportiva dos alunos, o domínio apresentado nas regras e regulamentos da actividade, os conteúdos técnicos da actividade, as diferentes fases do plano de aula, aquecimento, fase propriamente dita e retorno à calma, a sequência e extensão de conteúdos, com tabelas de planeamento de aulas segundo competências, progressões pedagógicas para complemento do programa e outro tipo de estratégias das Unidades Didácticas.

4.4 Planeamento a Longo Prazo

O planeamento a longo prazo é identificado e definido a cada ciclo de estudo (2º ciclo, 3º ciclo e secundário). Considera-se assim as modalidades a abordar, quais as alternativas, que se pode ter, os níveis em que os alunos conseguem apresentam maior ou menor facilidade na aquisição de competências (ver anexo 6). Mais uma vez a condicionante de ter tempos definidos para, a abordagem a diferentes modalidades, poderá não ser, um factor benéfico para os alunos. Pois será que uma turma de 10º ano que tenha um nível elementar na relação com a actividade de Badminton, inicie a sua prática e seis aulas depois tenha que trocar para outro espaço, fique com os instrumentos necessários para que possam tomar decisões na actividade? Será que as 6 aulas são suficientes? Que avaliação realizamos da sua aprendizagem? Que competências ganharam os alunos, tendo por base um planeamento deste tipo?

Vemos que por este tipo de factores, não poderemos ter uma definição de espaços e de tempo previamente definida para uma turma. O ideal seria adoptar um planeamento com um espaço para cada turma por onde o material da escola, pudesse rodar, criando assim uma ligação para uma evolução mais próxima e orientada para os limites da turma.



5. Recursos Humanos

No tratamento deste ponto, considero os intervenientes mais directos da escola, como o grupo de educação física, o grupo de estagiários da ESF, e o orientador. Assim os elementos que constituem o corpo docente do grupo 620 (Educação Física) são:

- António Belo (Professor do Quadro de Nomeação definitiva);
- Clara Barbosa (Coordenadora do Departamento);
- Luís Osório (Professor do Quadro de Nomeação definitiva);
- Marco Leite (Professor Contratado);
- Célia Diogo (Professor Contratado);
- Ricardo Martins (Professor Contratado);
- Filipe Ribeiro (Professor Contratado);
- Francisco Borges (Professor do Quadro de Nomeação definitiva e Orientador de Estágio);

O grupo mostra-se bastante competente, onde interage um clima de constante cooperação e auxílio. Através da interacção com todos os docentes tornou-se um grupo coeso, partilhado por um sentimento de partilha e de objectivos comuns. Nas reuniões de grupo departamental, foram sendo sempre discutidas e solucionadas zonas de problema por diferentes ideias, mas que sempre acabaram por ser solucionadas da melhor forma. O orientador de estágio Dr. Francisco Borges teve um papel fundamental e preponderante na coordenação e orientação do estágio pela forma como soube conduzir um processo de ensino através dos seus apontamentos críticos, da sua disponibilidade, e pela passagem da sua experiência pessoal neste contexto, o que fez, com que tudo corresse da melhor forma possível, mostrando sempre uma postura centrada nas nossas dificuldades, que conduziu a um aumento das nossas próprias capacidades. O grupo de estagiários, já acima apresentado, foi um grupo coeso onde para além do normal desconhecimento, inicial, dos colegas de estágio, como pela própria diferença na formação académica, foi inicialmente, visível a estranheza com que nos relacionamos uns com os outros, o que fez com que a pouco e pouco as relações de amizade, como de ambição comum fossem crescendo, sendo hoje uma relação privilegiada que fez com que o estágio decorresse de forma positiva. Para além das normais divergências durante o estágio, que trouxeram discussões úteis, ao aumento das competências de diagnóstico e prescrição nas



actividades desportivas, fomos formando um grupo respeitado, o que se pode ser visto através de alguma competência dentro e fora da comunidade escolar.

O orientador do Departamento de Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior, Prof. Dr. Júlio Martins, mostrou-se sempre disponível em solucionar as problemáticas em questão, onde a sua condução do processo de estágio, nem sempre foi fácil, pelas divergências criadas pelas diferentes perspectivas dos orientadores dos grupos de estágio mas também por algumas rupturas impostas e necessárias para o bom funcionamento do ano lectivo 2009-2010.

6. Recursos Materiais

A escola Secundária c/ 3º CEB do Fundão, dispõe de boas condições para a prática das aulas de Educação Física, existem vários recintos desportivos e diversificados tipos de materiais (ver Ex. Anexo 9 inventário materiais), que permitem uma prática condigna das modalidades, os quatro espaços cobertos, disponíveis para as aulas, são fundamentais para que se consiga efectivamente proceder à leccionação numa zona onde o clima de Novembro até Março, não deixa muita margem para que se consiga praticar ao ar livre. No entanto e como reflexão a este ponto, é útil equacionar que algum material está usado, o que com o manuseamento durante o ano lectivo, poderá ficar em más condições para a sua utilização. Deverá existir estratégias de responsabilização dos alunos, para os cuidados a ter com o material, como a obrigação dos professores controlarem o material após cada sessão. Só assim poderíamos ter efectivamente um controlo das situações que causaram o dano de materiais.

7. Dificuldades Sentidas

Numa fase de viragem, de sentido que os últimos anos tiveram, ou seja, a mudança de função de aluno para professor, existiu períodos diferentes que conduziram a diferentes dificuldades. No entanto estas dificuldades diferenciaram-se de acordo com a evolução e progressão dos estágios. Julgo só ser possível analisar este tipo de factores quando os relacionamos temporalmente. De acordo com, uma série de tarefas desenvolvidas pelos alunos, e sobretudo pela novidade que as tarefas nos trouxeram, existiram momentos, que se sentiu diferentes dificuldades.



7.1 Estagiários

As maiores dificuldades sentidas pelo grupo de estágio, foram sendo lentamente superadas de acordo com os instrumentos conceptuais, que foram sendo transmitidos em diferentes alturas. Numa fase inicial, o que se sentiu com maior dificuldade, foi o relacionamento entre os alunos do grupo de estágio, pois convergia neste ano lectivo, alunos oriundos de diferentes instituições académicas, como Universidade da Beira Interior, Instituto Politécnico da Guarda e Instituto Politécnico de Castelo Branco, o que, para além das diferentes perspectivas, que cada licenciatura conferiu, deixava algumas discussões, conflituosas por não se perceber com que pessoas estávamos a relacionar. Esta dificuldade só foi superada com o funcionamento e com o reconhecimento do lugar de cada um. Para mim a fase de chegada à escola, não foi fácil, pelo receio que vivia de uma não, aceitação no contexto escolar, pois professores com maior experiência estavam a dar-nos orientações, com a quais não sabia o que havia de esperar. Para além disto existia a componente lectiva, diferente daquela, a que estava habituado, ou seja, as leccionações de actividades extra-curriculares. As assessorias às direcções de turma, para além da facilidade de integração que os diferentes professores orientadores, nos deram, foram, numa primeira fase, difíceis, pois não esperava encontrar num contexto escolar, um trabalho, com tanta burocracia e legislação para o tratamento deste tipo de problemática. O correcto funcionamento só foi conseguido com o decorrer do ano lectivo.

7.2 Alunos

Como se trata de uma turma competitiva, na qual, os alunos pertencentes, lutaram activamente, pelo sucesso escolar, julgo que o bom desempenho da função dos estagiários, habituou os alunos, logo desde de início a um funcionamento, regular das sessões. No entanto, numa primeira fase, foi notório alguma estranheza e menor abertura para uma relação que beneficiasse a relação professor/aluno, pois nas assistências às aulas estavam sempre presentes os quatro alunos do grupo de estágio, o que, contabilizando com o professor orientador, faria com que estivessem, cinco professores dentro do espaço da aula. Este processo condicionou alguns alunos que se mostravam menos há vontade com esta situação, o que só foi conseguido com o normal funcionamento do ano escolar. Como os planos de aula estiveram sempre ajustados aos limites da turma foram conseguidos os objectivos definidos,



para uma melhoria significativa, na relação com as modalidades propostas. Beneficiou assim a relação professor/alunos permitindo uma sólida consolidação do acto educativo.

7.3 Professores de Educação Física da Escola

Pela forma, com que me relacionei com os professores, que estão na escola, há já vários anos, via neste factor, uma componente de maior responsabilidade, visto que durante a licenciatura a prática lectiva foi em pequena escala e num contexto muito diferente daquele que existe na ESF. No entanto este tipo de dificuldades, acabou por ser solucionado, pela própria e natural abertura, que caracteriza a comunidade da ESF. A superação deste tipo de receio, contribuiu inequivocamente, para que a confiança, a motivação e a auto-estima, fossem crescendo permitindo, o desempenho digno da função de estagiário.

8. Aspectos Positivos e Negativos

Analisando aquilo que o estágio me proporcionou, durante o ano lectivo, a discussão que refiro analisa o trabalho, desenvolvido pelo grupo de estágio, alunos e professor orientador. A discussão apresentada, será referida na seguinte tabela.

Aspectos Positivos	Aspectos Negativos
Prática Lectiva e Instrumentação de suporte para a tomada de decisão no processo de ensino.	Redução da Disponibilidade, por causa da não remuneração dos Estágios.
Relação com os recursos humanos da Escola, privilegiando o Grupo de Educação Física.	Desconhecimento inicial do processo de colocação dos estagiários.
Acesso a problemáticas escolares, nas relações com directores de turma e Desporto Escolar.	Impossibilidade de criar uma estruturação metodológica de acordo com a licenciatura.
Abertura dos Estagiários para relações de frontalidade.	Impossibilidade de criar espaços de discussão e análise com maior frequência entre as escolas e o Departamento.
Forma como decorreram as diferentes práticas lectivas.	O tempo de assistências a aulas do orientador que diminuiu o tempo de contacto com os alunos e consequente diminuição da prática lectiva.

Tabela 5: Diferenciação entre Aspectos Positivos e Aspectos Negativos



9. Conclusão

Após o conjunto de reflexões que constituíram o relatório final de estágio, é útil perceber, que competências e discussões se tentaram debater. O documento é um instrumento que possibilita a intervenção directa de um futuro professor de Educação Física, sendo essa intervenção direccionada e aplicada de forma real e consistente, permitiu com a sua elaboração a identificação de problemáticas, a definição de estratégias, possibilitadoras de integração de variáveis inerentes ao contexto de ensino. A sua organização abre caminho para a compreender os intervenientes do processo de ensino, nas suas vertentes sociais, psicológicas, ergonómicas, e lúdicas, o contexto onde se insere a instituição de ensino, e sobretudo a manipulação realizada pelo aluno estagiário ao longo do ano lectivo.

Durante todo o estágio pedagógico aconteceu uma evolução significativa de todos os estagiários não só pelas melhorias significativas, na componente lectiva mas também pelo facto saber como e quando actuar nas diversas funções profissionais. No entanto julgo ser necessário em futuros estágios, existir uma proximidade maior entre o Departamento de Ciências do Desporto e a orientação efectuada nas escolas de modo, a melhorar os estágios e a própria formação dos alunos. A criação de espaços de discussão, reflexão e análise durante todo o ano lectivo de Estágio Pedagógico, com maior frequência, com a participação das duas orientações e todos os núcleos de estágio, poderia ser benéfico no âmbito de partilhar, sugerir e equacionar diferentes estratégias de actuação no processo de ensino/aprendizagem.

Principalmente devido às profundas alterações que sofreu, será de extrema importância reflectir um pouco relativamente ao processo pelo qual decorreram os estágios pedagógicos, pois apenas com uma definição precisa, por parte das instituições responsáveis, dos limites da intervenção do aluno estagiário no contexto escolar e em todo o processo ensino/aprendizagem dos alunos podem equacionados e controlados os factores evolutivos dos alunos estagiários. Só assim se assegurará uma rentabilização no processo de formação dos alunos estagiários.

"não existe docência sem discência, ensinar não é transferir conhecimento, ensinar é uma especificidade humana.(Paulo Freire 1996:22)



10. Recomendações

Neste ano de intervenção lectiva, e directa no processo de ensino/aprendizagem, procurei criar situações que solicitassem predominantemente uma reflexão e análise crítica relativamente aos factores a considerar na realização das diferentes actividades desportivas. As saídas motoras (variável acima discutida) funcionam como mais um indicador que, relacionado com outros, dá-nos indicações sobre a compreensão e os problemas que o aluno poderia sentir. Não podendo ser sobre este tipo de factores que a avaliação poderá incidir com maior predominância.

Ao nível do planeamento das aulas, algumas condicionantes também foram definidas por parte do orientador de estágio. O plano de aula seria constituído por três partes: Aquecimento, parte fundamental e retorno à calma/Identificação de Zonas de Problema e apresentação dos objectivos concretizados e melhorias a ocorrer na próxima aula. Verificamos assim que esta definição, que aponta para uma programação a curto prazo não refere:

- Uma perspectiva de diagnóstico/prescrição e controlo para aferir a evolução dos alunos e ajustar o planeamento e a programação das aulas consoante os seus problemas e necessidades;
- Uma concepção de construção de situações de treino consoante os objectivos definidos e ajustados.
- Problematizar, criar espaços de discussão e análise, mesmo através de reuniões entre os estagiários, como foi a preocupação durante todo o ano lectivo, para que fosse possível solicitar uma reflexão, compreensão e consciencialização dos principais factores e variáveis em jogo que nos permitisse movimentar, actuar de um modo intencional na relação com os outros e com todo o contexto em que estão inseridos e do qual fazem parte.

Neste processo de recomendações, importa referir, que não existe testes teóricos para a avaliação de conhecimentos nas turmas do 12º ano. Foi neste ponto que se sentiu a maior dificuldade em estabelecer a ligação entre a perspectiva adquirida na Licenciatura e a componente lectiva da escola, isto porque, se por um lado foi construída uma orientação com o sentido de solicitar uma reflexão, compreensão e consciencialização dos principais factores e



variáveis em jogo que lhes permitisse movimentar, por outro estavam definidos à partida uma série de regulamentos que identificavam de forma orientadora o caminho a seguir.

Nesta perspectiva, centrada nos gestos técnicos e nas componentes físicas dos alunos está a separação da análise e reflexão, que transparece em todo o processo, colocando de lado, uma vez mais:

- Uma componente reflexiva sobre os temas abordados;
- A utilização de espaços físicos de acordo com o identificado na turma;
- Uma definição consistente e fundamentada das competências que se querem avaliar.

Para Sérgio Manuel, *"Um homem ser prático, "Porque ele se reconhece um ser desvalido, necessitado e exposto, um ser que só pode viver, se actua." "O homem não está terminado: é uma tarefa para si e de si mesmo." É um "...ser que se posiciona, que opina, que escolhe, que toma partido, que intervém nas coisas, para transformá-las." (Sérgio, M; 1994:106).*

Urge ainda a reflexão do contexto de ensino passar pela lógica dos clubes escola, pela definição de outro tipo de objectivos que suportem e sustentem o Desporto Escolar. O funcionamento actual do desporto escolar promove actividades de componente facultativa em horários extra-aulas. A lógica para que se construa uma base, que suporte uma reestruturação e organização deste tipo de actividades, deverá passar pelo aumento do número de praticantes através de medidas estatais. Só sensibilizando e criando uma identificação dos alunos com a escola e com as diferentes modalidades abordadas no Desporto Escolar, poderá ser possível o aumento do número de praticantes. A lógica de recomendações será a formação de clubes escolas, que funcionem em horários lectivos, para que possam cativar um maior número de jovens em horário escolar normal, e que possibilite a prática a alunos que morem fora do centro escolar, como no caso da ESF. Tal como nas regiões autónomas da Madeira e Açores, existem professores apenas destinados ao Desporto Escolar, pelo que, poderia aumentar a frequência de presenças a treinos, por parte dos alunos e com isso desenvolver outro tipo de metodologias que permitissem combater, doenças derivadas de uma não prática desportiva, o sedentarismo, e criar outro tipo de competências no Desporto.



Hipótese Criada	Possíveis consequências no processo ensino / aprendizagem
Tal como nas regiões autónomas destinar professores responsáveis apenas pelo Desporto Escolar	Aumento do número de praticantes pela criação dos clubes escola
Colocação do Horário desses treinos nos espaços de horário lectivo, criando uma certa obrigação para a prática desportiva;	Identificação e Consciencialização de um processo de ensino para a prática desportiva
A prática reflexiva através da construção de uma estruturação metodológica, que permita juntar uma prática teórica e pratica.	Aumento do número de competências sobre as diversas temáticas de um processo de ensino.
A possibilidade de ter um planeamento não definido temporalmente, mas de acordo com as competências apresentadas por cada turma	Melhorias das situações hipotéticas de treino, pelo ajuste ao nível dos alunos
A criação de espaços de análise e discussão durante o ano lectivo, para que os grupos de educação física das escolas, possam debater problemáticas relativas à organização e estruturação metodologia de processos de diagnostico, prescrição e controlo.	Possibilidade da criação de uma sistematização ao nível dos processos de ensino e consequente possibilidade de identificar variáveis para a melhoria do processo de ensino/treino.

Tabela 6: Hipóteses para aumento do número de praticantes



11. Bibliografia

ALMADA, Fernando – “A culpa não é do Desporto, uma análise da dialéctica Desporto Contexto” – Edições Faculdade de Motricidade Humana – Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa 1995.

_____. “Análise do Contexto – A Prospectiva nas Actividades Desportivas, Cadernos da Sistemática” nº 4, Edições FMH, Abril de 1994.

COELHO, Olímpio – “Pedagogia do Desporto – Contributos para uma compreensão do desporto juvenil”, 2ª Edição, Livros Horizonte, 2004

DAMÁSIO, António. “O erro de Descartes” 24ª Edição, Edições Europa – América, Lda, Setembro de 2005.

DEWEY, JHON – “A Educação Progressiva” – Aparentamentos Teóricos 2008/2009, Disciplina de História e Teoria da Educação, 2º Ciclo de Estudos em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, Universidade da Beira Interior

FREIRE, Paulo – “Pedagogia da Esperança – Um reencontro com a pedagogia do Oprimido” – Edições Paz e Terra, 1997.

MESQUITA, Isabel – “A Pedagogia do Treino – A formação em Jogos desportivos Colectivos” – Livros Horizonte 2005.

SÉRGIO, Manuel – “Motricidade Humana – Contribuições para um Paradigma Emergente” – Edição Instituto Piaget, Lisboa, 1994.



A n e x o s



ANEXO 1 – Planificação a Médio Prazo

Competências Gerais	Competências Específicas	Conteúdos	Avaliação	Tempo
<p>Mobilizar saberes culturais, científicos e tecnológicos para compreender a realidade e para abordar situações e problemas do quotidiano;</p> <p>Usar adequadamente linguagens das diferentes áreas do saber cultural, científico e tecnológico para se expressar;</p> <p>Usar correctamente a língua portuguesa para comunicar de forma adequada e para estruturar pensamento próprio;</p> <p>Adoptar metodologias personalizadas de trabalho e de aprendizagem adequadas a objectivos visados;</p> <p>Pesquisar, seleccionar e organizar informação para a transformar em conhecimento mobilizável;</p> <p>Adoptar estratégias adequadas à resolução de problemas e à tomada de decisões;</p> <p>Realizar actividades de forma autónoma, responsável e criativa;</p> <p>Cooperar com outros em tarefas e projectos comuns;</p> <p>Relacionar harmoniosamente o corpo com o espaço, numa perspectiva pessoal e interpessoal promotora da saúde e da qualidade de vida.</p>	<p>Cooperar com os companheiros para o alcance do objectivo dos Jogos Desportivos Colectivos, realizando com oportunidade e correcção as acções técnico-tácticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p>	Voleibol	Av. Diagnostica	1º Período 18 x 90'
	<p>Compor, realizar e analisar, da Ginástica, as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correcção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</p>	Basquetebol	Auto-hetero avaliação	9x90'
	<p>Realizar com oportunidade e correcção as acções técnico-tácticas elementares dos jogos de raquetas, garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p>	Ténis	Avaliação formativa	2º Período 6x90'
	<p>Realizar e analisar, do Atletismo, saltos, lançamentos, corridas e marcha, cumprindo correctamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz.</p>	Badminton	Avaliação sumativa	13x90'
	<p>Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais, particularmente, de Resistência Geral de Longa e Média Durações; da Força Resistente; da Força Rápida; da Velocidade de Reacção Simples e Complexa, de Execução, de Deslocamento e de Resistência; das Destrezas Geral e Específica.</p>	Corfebol	Avaliação sumativa	4x90'
	<p>Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da Condição Física de uma forma autónoma no seu quotidiano.</p>	Actividades gímnicas	Avaliação sumativa	3º Período 10x90'
	<p>Conhecer e interpretar factores de saúde e risco associados à prática das actividades físicas e aplicar regras de higiene e de segurança</p>	Futsal	Avaliação Aptidão Física (bateria de testes fitnessgram)	5x90'
		Aptidão Física	Avaliação Atitudes e Valores	Todo o ano
		Conhecimentos	Avaliação Atitudes e Valores	Todo o ano



Universidade da Beira Interior

2º Ciclo de Estudos em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários

17/09 a 13/11	16/11 a 22/02	25/01 a 26/03	12/04 a 08/06
3ª - PAV 3	3ª - PAV 4	3ª - PAV 1	3ª - PAV 2
Badminton	Futsal	Voleibol	Basquetebol
8 x 90'	6 x 90'	8 x 90'	9 x 90'
17/09 a 13/11	16/11 a 22/02	25/01 a 26/03	12/04 a 08/06
5ª - PAV 1	5ª - PAV 2	5ª - PAV 3	5ª - PAV 4
Voleibol	Corfebol	Badminton	Andebol
9 x 90'	8 x 90'	9 x 90'	7 x 90'



ANEXO 2 – Plano Curricular de Turma Parcial

Escola Secundária com 3º Ciclo do Fundão

PROJECTO CURRICULAR DE TURMA

2009/2010

TURMA CT3 DO 12º ANO

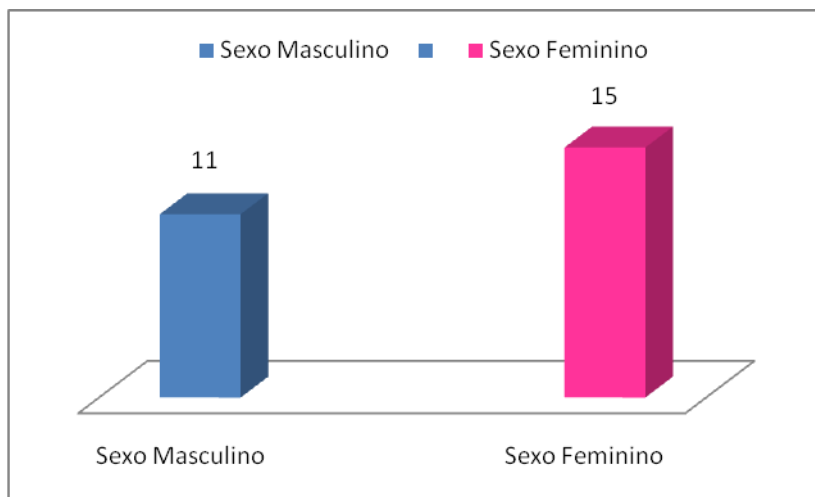
1- INTRODUÇÃO

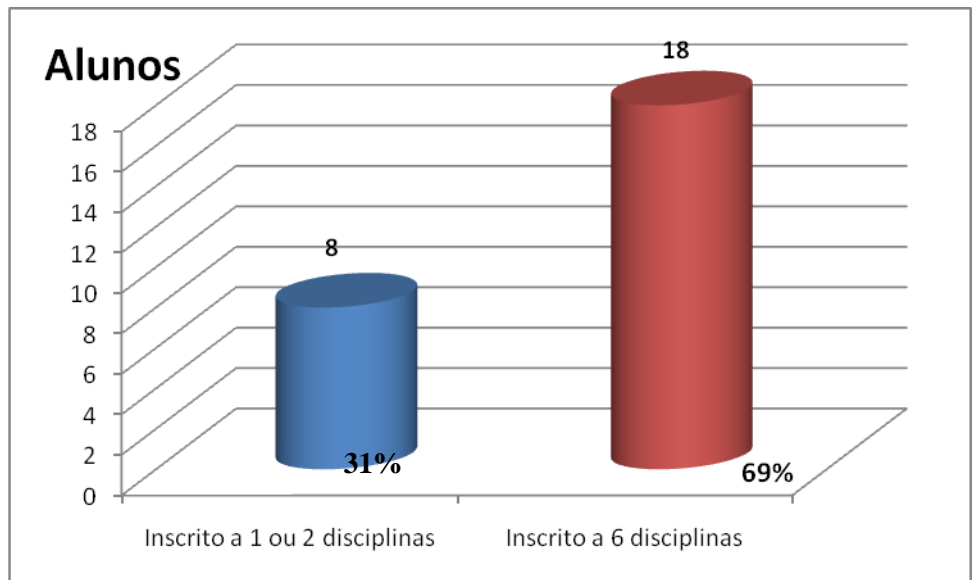
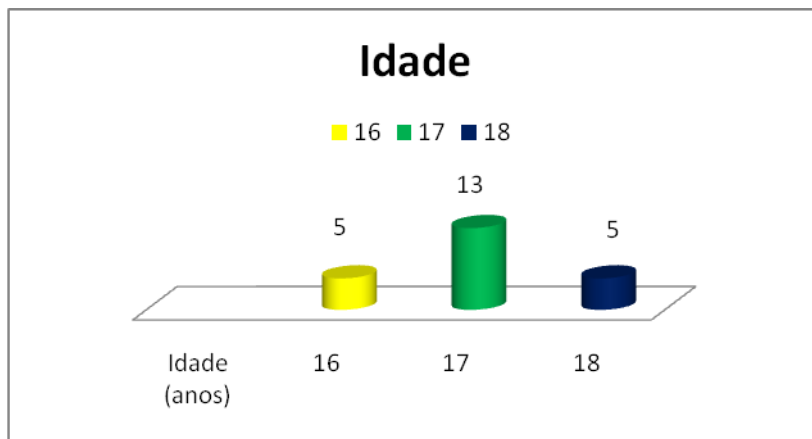
Na elaboração do Plano Curricular, o Conselho de Turma teve presente a grande meta do Projecto Educativo que se pretende alcançar:

“Qualidade das aprendizagens conducentes ao sucesso educativo”

2 CARACTERIZAÇÃO DA TURMA

2.1 ALUNOS

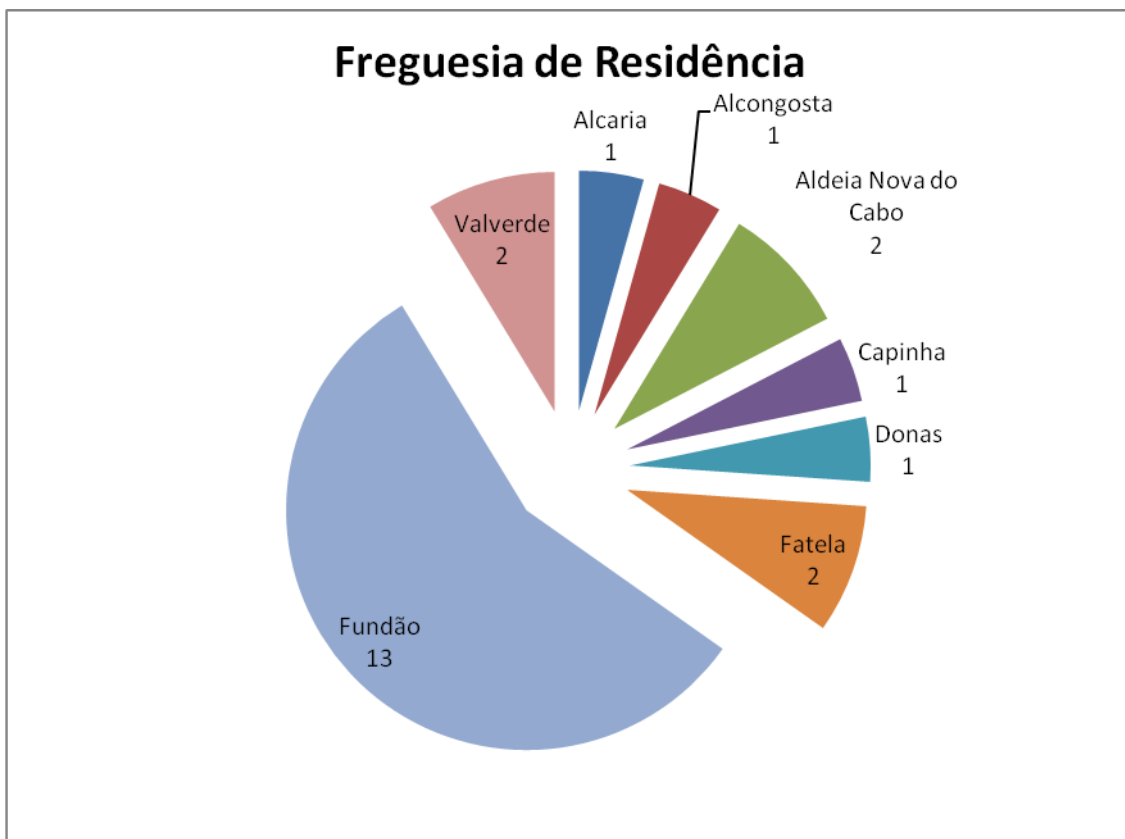






2.2 AGREGADO FAMILIAR

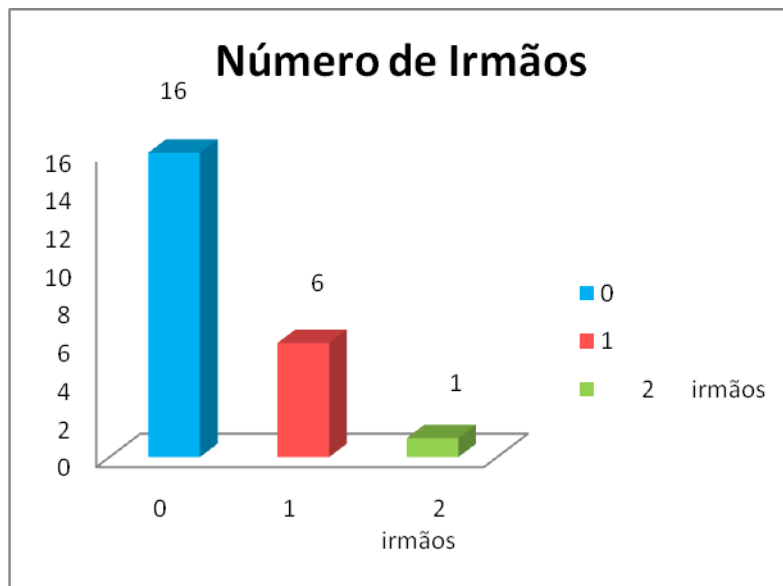
2.2.1 Freguesia de Residência



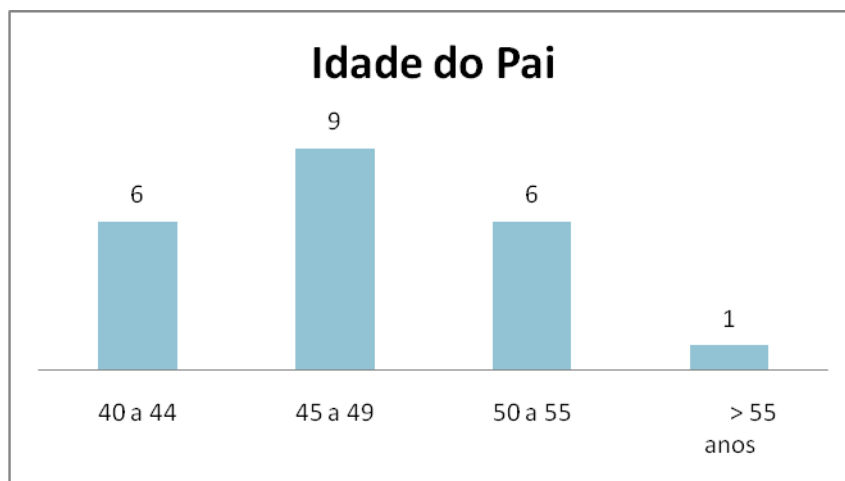
2.2.2 Coabitação (pai, mãe, irmãos, avós, ...)

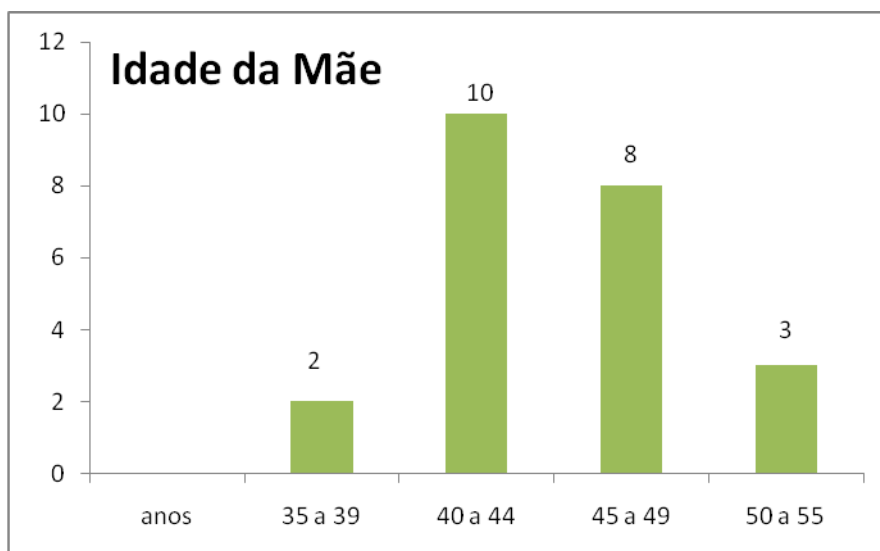
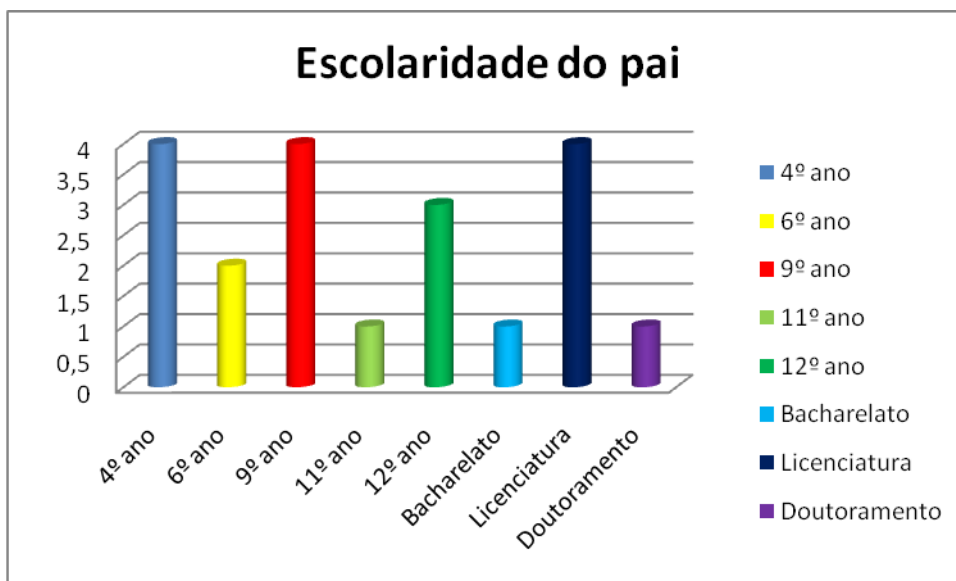
Parentesco	Pais	Mãe	Pai	Avós	Outros
Número	22	2	0	0	0

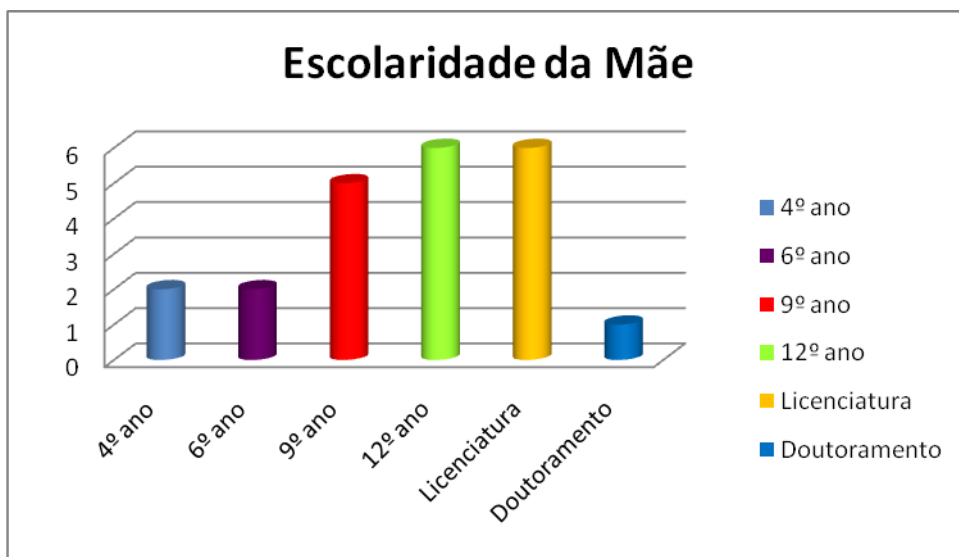
2.2.3 Número de irmãos



2.2.2 Caracterização dos pais:





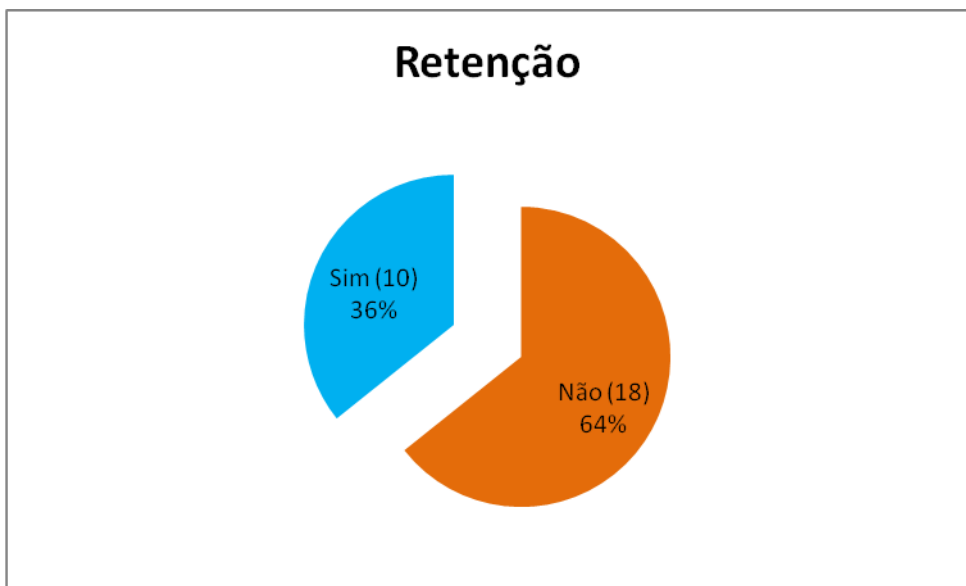
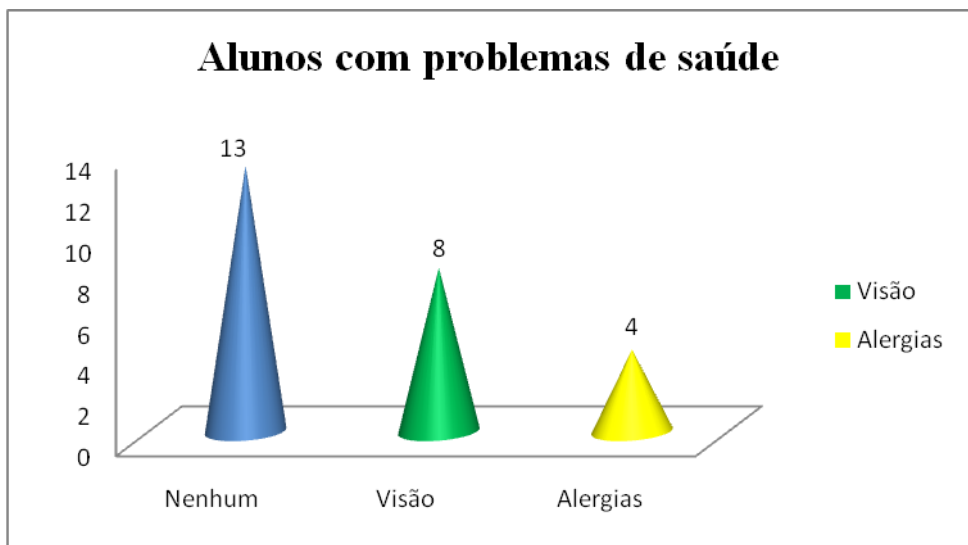


2.2.3 Situação profissional dos pais:

	Pais (Número)	Mães (Número)
Empregado	23	22
Desempregado	0	1
Reformado	0	0

Aluno	N.º	Problema	Precauções a tomar
Adriana S. Quelhas	1	Miopia / Rinite Alérgica	
Ana Rita Gonçalves	2	Visão	
Diogo Gonçalves	11	Miopia	
Guilherme Freches	13	Visão	
Juliana Rodrigues	17	Alergias	
Mariana Caetano	18	Alergia ao Níquel e Problemas de visão	
Sérgio Santos	22	Miopia	
Tamara Santos	23	Visão	
Vanessa Garcia	25	Alergias	
João Oliveira	26	Visão	

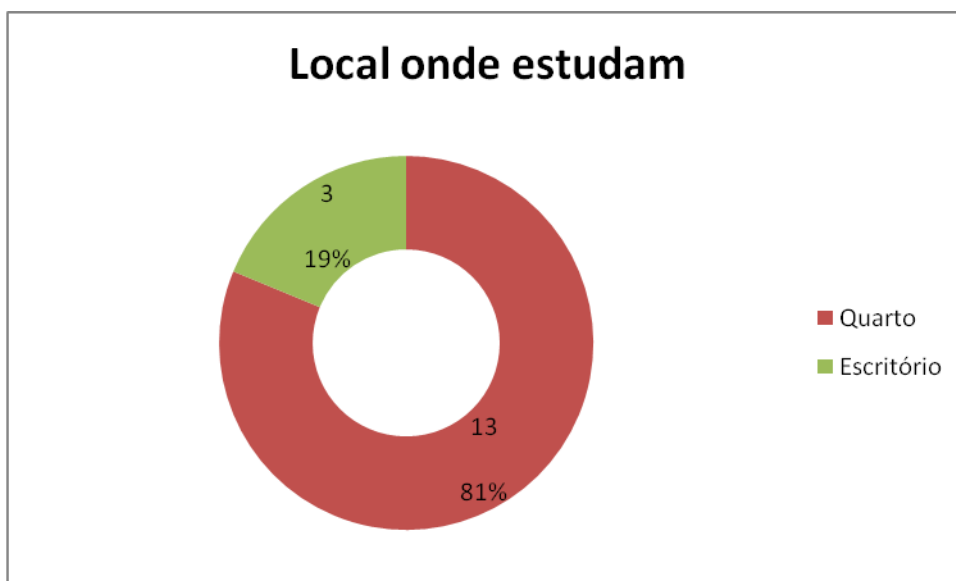
2.3 PROBLEMAS DE SAÚDE



2.4.2 Alunos com disciplinas em atraso:

Aluno	N.º	Disciplina (s)
Ana Sofia	3	Matemática
João Oliveira	26	FQ A

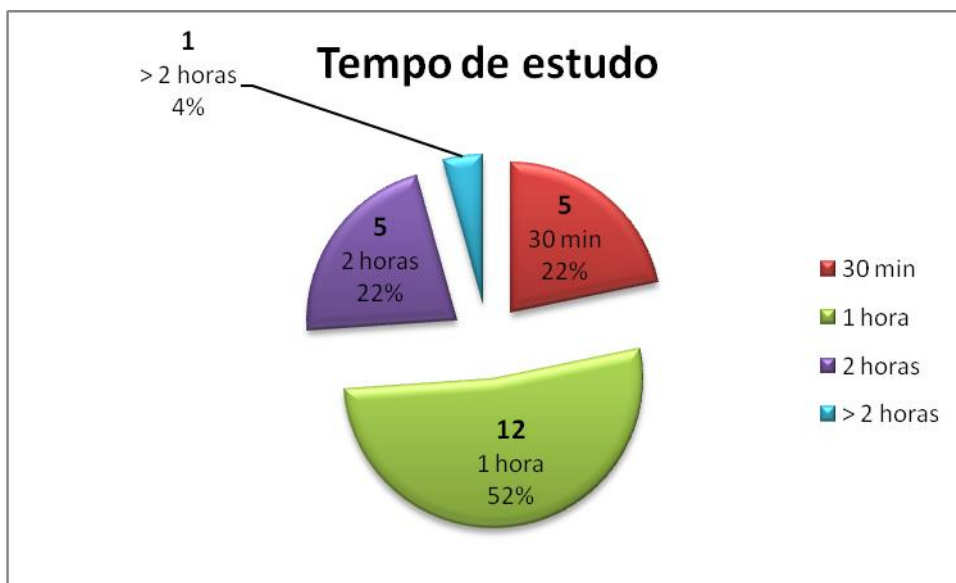
2.4.3 Hábitos e métodos de trabalho



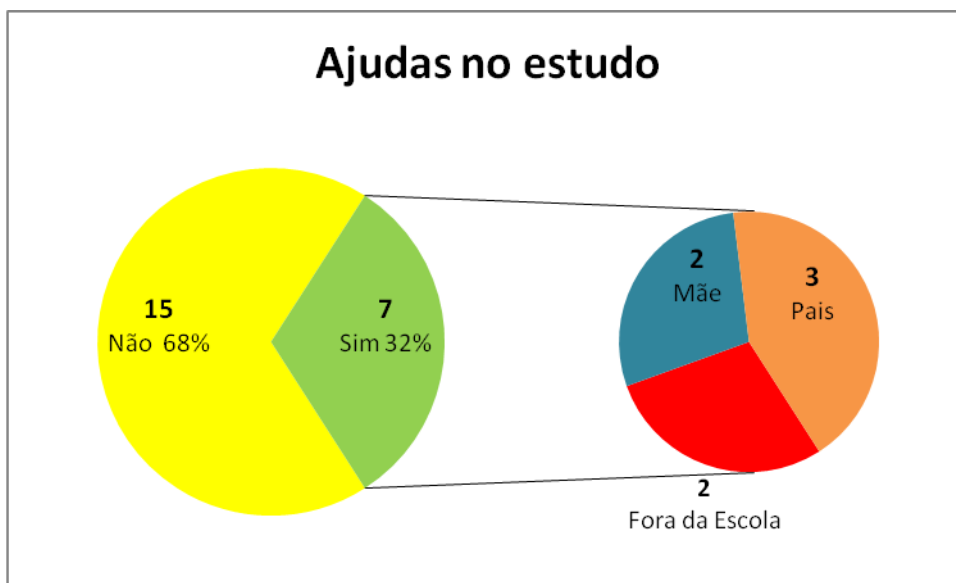
2.4.3.1 Estuda diariamente:

Sim	Todos
Não	Nenhum

2.4.3.2 Tempo médio de estudo diário



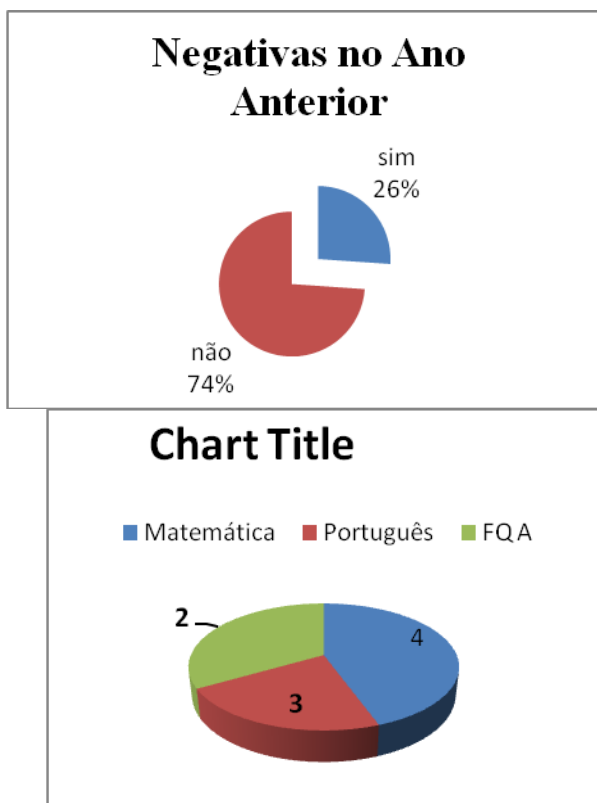
2.4.3.3 Apoio no estudo: Sim 7 Não 15



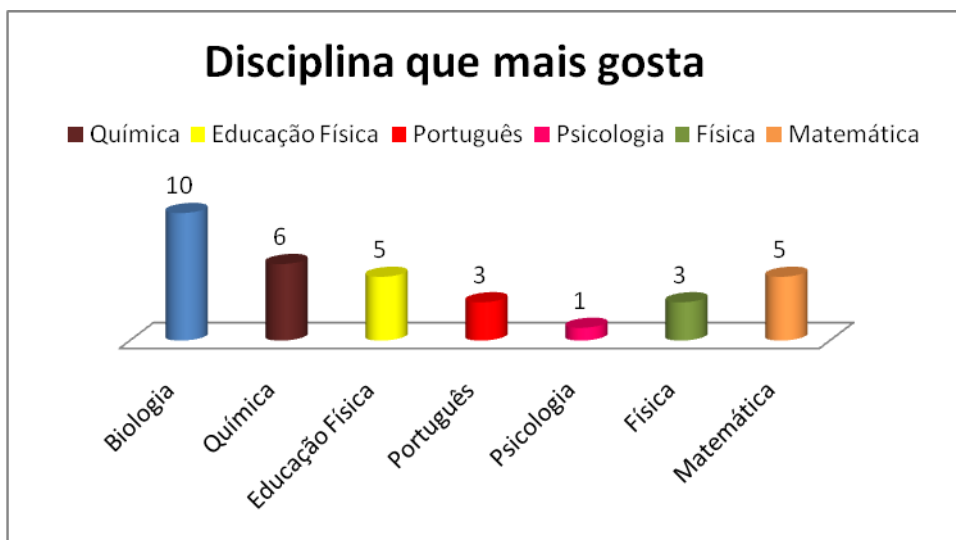
2.4.3.3.1 Local do apoio

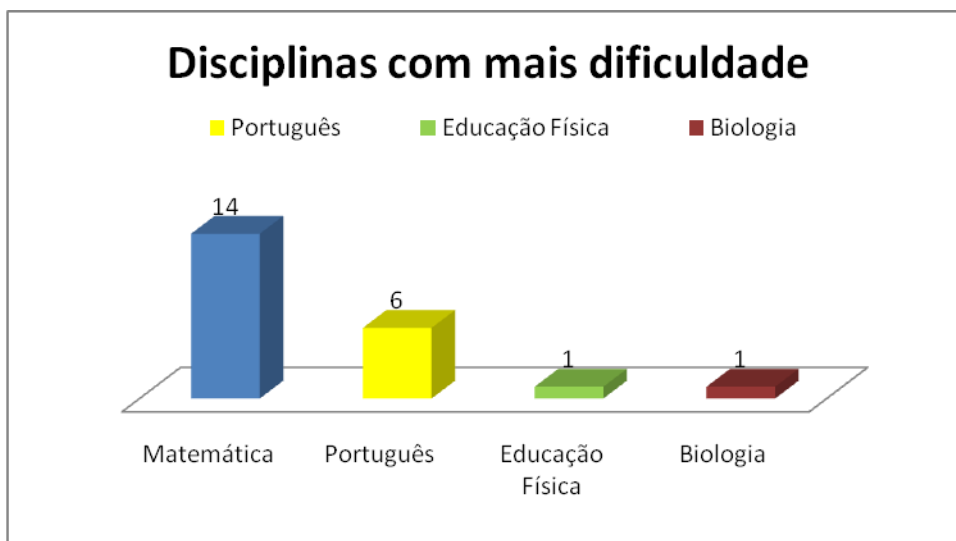
	Casa	Escola	Outro local
Nº de alunos	5	0	2

2.5 Ano anterior



2.6 Motivações, interesses e expectativas



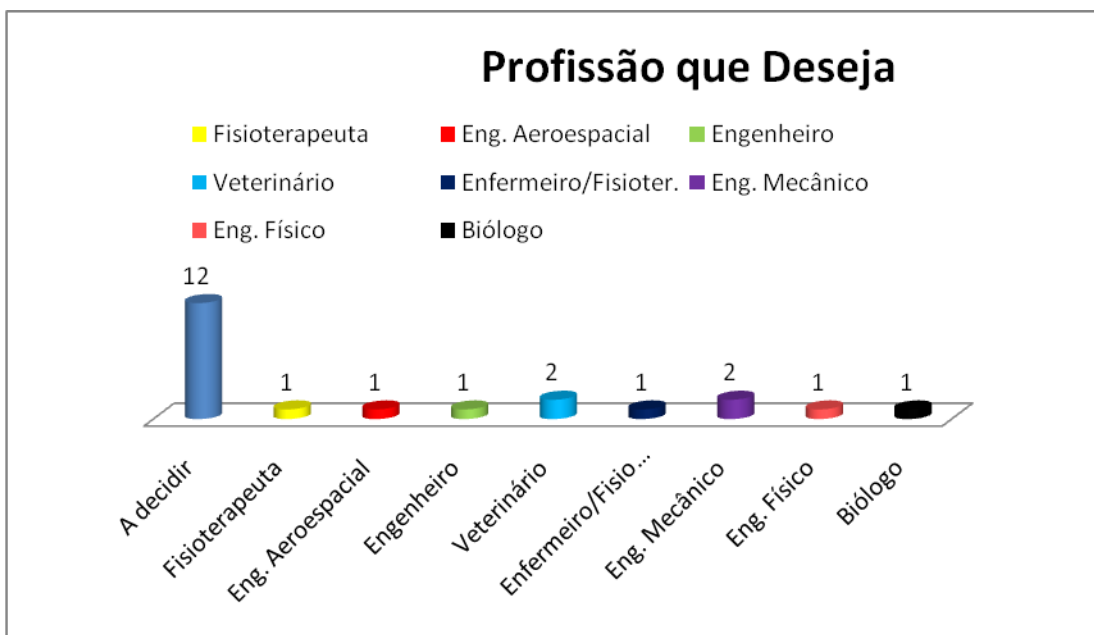


2.7 Factores que na opinião dos alunos contribuem para o insucesso:

Factores:
1ª
2ª
3ª

2.8 Expectativas de futuro

Prosseguimento de estudos: 12º ano: **1** aluno Ensino Superior: **22** alunos



2.9 Ocupação dos tempos livres:

Actividades:	
1ª	Ver TV
2ª	Ouvir música
3ª	Praticar Desporto
4ª	Ler
5ª	Jogar no PC

2.10 Identificação de problemas de integração / relacionamento:

Não existem



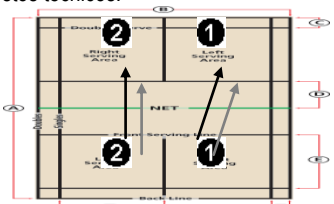
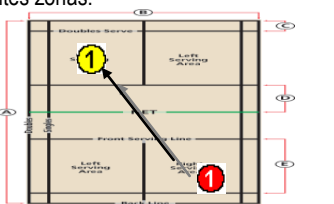
Anexo 3 – Ex. Planeamento a Curto Prazo

Data	Badminton/Conteúdos	Data	Voleibol/Conteúdos
1º Período – 1ª Rotação			
		17/9	Apresentação
22/9	Avaliação Diagnóstica	24/9	Avaliação Diagnóstica
29/09	Corfebol, jogo 6x6	1/10	Unidade Funcional (serviço, recepção, distribuição, ataque); Jogo 6x6 (posicionamento, comunicação verbal)
6/10	Batimentos / Jogo Singulares / Posicionamento e Base	8/10	Unidade Funcional; Jogo formal (ação ofensiva 3:1:2)
13/10	Batimentos / Jogo Singulares / deslocamentos e Base	15/10	Unidade Funcional; Jogo formal (ação ofensiva 3:1:2)
20/10	Jogo Singulares / intencionalidade	22/10	Unidade Funcional; Jogo formal (ação defensiva – 1ª acção)
27/10	Jogo Singulares / Tática jogo rápido	29/10	Organização ofensiva/defensiva; jogo formal
3/11	Jogo Singulares / Tática jogo lento	5/11	Organização ofensiva/defensiva; jogo formal
10/11	Jogo Singulares	12/11	Avaliação Sumativa; jogo formal
Data	Futsal /Conteúdos	Data	Corfebol /Conteúdos
2ª Rotação			
17/11	Avaliação Diagnóstica	19/11	Avaliação Diagnóstica da Modalidade
24/11	Jogo 3x3. Treino Princípios Específicos	26/11	Realização da Milha
15/12	Jogo Formal. Treino de Condição Física	3/12	Treino Condição Física. Situação de Jogo Formal
		10/12	Organização Ofensiva / Organização Defensiva 8x8
		17/12	Jogo Formal 8x8. Treino de Condição Física
2º Período			
Data	Futsal /Conteúdos	Data	Corfebol /Conteúdos
5/01	Exercitação. Jogo Reduzido	07/01	Jogo Condicionado 6x6. Treino Condição Física
12/01	Jogo Formal 5x5. Tática Jogo Rápido	14/01	Jogo Formal 8x8. Treino Condição Física
19/01	Jogo Formal 5x5. Tática Jogo Lento	21/01	Jogo Formal 8x8. Treino Condição Física
3ª Rotação			
Data	Voleibol /Conteúdos	Data	Badminton /Conteúdos
26/01	Unidade Funcional (Serviço/recepção)	28/01	Batimentos / Jogo Singulares / Retorno à Base
9/02	Unidade Funcional, Jogo Formal 3:1:2	11/02	Batimentos / Jogo Singulares / Retorno à Base
16/02	Unidade Funcional, Jogo Formal 3:1:2	18/02	Jogo Singulares / Intencionalidade
23/02	Organização Permutas	25/02	Jogo Singulares Tática / Jogo Lento
2/03	Organização Permutas	4/03	Jogo Singulares Tática / Jogo Rápido
9/03	Unidade Funcional (Gestos Técnicos)	11/03	Jogo de Pares
16/03	Aplicação Fitnessgram	18/03	Aplicação Fitnessgram
23/03	Avaliação Sumativa	25/03	Avaliação Sumativa
3º Período - 4ª Rotação			
Data	Basquetebol /Conteúdos	Data	Dança / Conteúdos
13/04		15/04	Unidade Didáctica Politémica : Futsal, Treino de Coordenações Básicas
20/04		22/04	Unidade Didáctica Futsal. Situação de Jogo Formal 4x4
27/04		29/04	Unidade Didáctica Politémica : Dança – Iniciação a Danças Sociais
4/05		6/05	U.D.P : Dança – Voltas, Compassos, Coordenação Motora
11/05		20/05	U.D.P: Dança – Continuação
18/05		27/05	Avaliação Sumativa
25/05			
1/06			
8/06			



Unidade Didáctica: Badminton	Ano: 12º	Turma: CT3	Data: 04-02-10
Função Didáctica: Continuidade / Exercitação	N.º Alunos: 17	Horas: 10:05 – 11:30	Tempo: 63' min
	N.º Aula U.D.: 2 de 9		Local: PAV 1
	Material: 18 Raquetas, 9 Volantes. Marcadores		

Objectivos: Desenvolvimento da Aptidão Física, Construção da relação com o domínio do volante, Domínio de forças exercidas na raqueta. Desenvolvimento da noção do regresso à base.

Parte	Objectivos Específicos	Conteúdos	T	Estratégias, organização e actividade dos alunos
I N I C I A L (14')	<ul style="list-style-type: none"> - Activação Funcional; - Pré-disposição para as situações de aula; - Prevenção de lesões desportivas; - Solicitação energética aeróbia; - Alongamentos dos grupos musculares predominantemente solicitados; 	<ul style="list-style-type: none"> -Activação neuromuscular; -Situação de Condição Física; - Corrida rápida + Corrida Lenta. 	(1') + (8') + (1') + (3') + (1')	1') Organização Gestão de Expectativas de aula. 8') (1' m Andar + 7' m Corrida) Solicitação de substrato aeróbio para o treino da resistência; 1) Tempo de transição para alongamentos específicos da modalidade como afundo frontais, afundos laterais, complexo articular do ombro. 3') Alongamentos. 1) Tempo de Transição para a situação 2 / com chamadas de atenção para: - Transmissão de Feedbacks da situação anterior; - Objectivos da próxima situação da próxima situação.
F U N D A M E N T A L (42')	<p>SITUAÇÃO 1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Integração da raqueta no esquema Corporal; - Pega de Esquerda e pega de direita; - Consideração de Trajectórias do volante, aprendizagem do domínio de forças na raqueta; - Consideração da parte dominante e não dominante do corpo; <p>SITUAÇÃO 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exercitação de dez serviços. - Serviço Curto e Serviço Longo em Lob. - Treino de Condição Física através dos deslocamentos de à rede e ao fundo do campo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Domínio das diferentes Tecnologias Drive, Clear, Amorti, Lob s/ Deslocamento; - Domínio das diferentes tecnologias c/ deslocamento; - Coordenação e domínio das forças, a utilizar para colocar bolas em zonas perto e longe, utilizando diferentes tecnologias; - Jogo formal de 1x1 em espaço reduzido. - Reforço do suporte muscular; - Treino de força de resistência. 	1' + 20' + 1' + 20'	1') Transição entre exercícios / Explicação funcionamento do próximo exercício; 20') (5' 1+1 paralelo + 5' 1+1 diagonal + 5' 1x1 jogo paralelo + 5' 1x1 jogo diagonal) Situação de 1x1 Cooperativo e jogo condicionado a Lob e clear, para todas as variantes de 1x1, onde os alunos realizam batimentos diferenciando o domínio dos gestos técnicos.  1') Tempo de transição para a situação seguinte c/ gestão de expectativas e objectivos para a situação seguinte. 20') Exercitação de Serviços Curtos (10') e Serviços Longos (10') em jogo de 1 x 1. Solicitando o deslocamento e a resposta à colocação da bola em diferentes zonas. 



F I N A L (8´)	<ul style="list-style-type: none">- Retorno à calma- Remoção de sub-produtos metabólicos derivados da utilização de regimes mistos;- Alongamentos promovendo a utilização dos grupos musculares predominantemente utilizados.	<ul style="list-style-type: none">- Recuperação activa solicitando os grupos musculares como forma de remoção de substâncias inibidoras de processos metabólicos.- Trabalho motivacional que despoleta os alunos para a próxima aula e sequência do estudo da unidade didáctica de Badminton	<ul style="list-style-type: none">1´+3´+3´+1´	<ul style="list-style-type: none">1´) Tempo de transição para a situação seguinte.3´) Corrida lenta em torno do campo como forma de realizar a recuperação activa.1´) Transição entre as situações3´) Alongamentos condicionados pelo Professor.1´) Identificação de Zonas de Problema / Apresentação dos objectivos concretizados e melhorias a ocorrer na próxima aula.



ANEXO 4 – Ex. Relatório de Aula

RELATÓRIO AULA 25-02-2010 12º CT3

NUNO RODRIGUES

Escola Secundária c/ 3º CEB do Fundão

Palavras-chave: Desenvolvimento da aptidão física, Aferição de resultados, Análise da Flexibilidade de ombros, Zona Saudável de aptidão física.

Resumo.

No seguimento de um trabalho sustentado e sistematizado, conclui o presente relatório, após mais uma leccionação da unidade didáctica de badminton os principais pontos fortes e pontos fracos da aula, assim como se tenta objectivar uma metodologia coerente com as necessidades identificadas da turma. Assim na relação variáveis/indicadores tenta-se perceber que zonas de problema foram encontradas e qual o modo como, foram solucionadas.

1. RELATÓRIO

Devido à leccionação, da quarta aula da unidade didáctica de Badminton, e após a estruturação prévia, tida em conta para a elaboração do plano de aula, deu-se seguimento ao estudo da leccionação, através do relatório de aula onde auxiliado por um conjunto de variáveis tentaremos perceber os processos envolvidos na aplicação da metodologia de aula, como também tentamos analisar, os erros e as dificuldades identificadas pela a actuação dos alunos. Como a turma está a desenvolver competências coerentemente, e de acordo com alguns objectivos estipulados iremos apresentar a análise da aula do dia 18-02-2010.

Mais uma vez para que se possa efectivamente perceber e analisar a aula, irei dividir o documento em quatro fases:

- 1- Fase Principal de Aula – Análise de Variáveis pertinentes, desde os pontos 2.1 até 2.9;
- 2- Fase Fundamental de Aula – Análise de Variáveis pertinentes, desde os pontos 3.1 até 3.9;
- 3- Fase de Retorno à calma – Análise de Variáveis pertinentes, desde os pontos 4.1 até 4.10;
- 4- Resolução das Zonas de Problema Equacionadas – ponto 5.



2. Fase Inicial da Aula

No ajuste referente à aproximação da data de realização da milha, foi nesta fase de aula, justificado a necessidade de aumentar o tempo de corrida de modo a otimizar o sistema aeróbio, de modo a criar nos alunos uma preparação condigna para a realização da milha. Devido às leccionações durante o período lectivo e como se trata de um processo de estudo que vêm sendo trabalhado já desde o início do ano lectivo, foram dadas como expectativas, que todos os alunos da turma em caso de normalidade apresentem uma diminuição do tempo de realização da milha. No seguimento dos objectivos estipulados no plano de aula, são apresentados os conteúdos específicos para além do desenvolvimento da aptidão física, assim:

- 1- Treino e Consolidação de serviços curtos e longos de forma, a que se preparem devidamente para futuras avaliações formativas e sumativas na modalidade de Badminton;
- 2- Aquisição de conhecimentos básicos para as situações de jogo formal, sobretudo a nível postural, a nível da interpretação de indicadores e de conhecimento de regras (através da confirmação de conhecimentos);
- 3- O trabalho de prevenção de lesões desportivas, solicitado através de alongamentos sobre os grupos musculares predominantemente utilizados na actividade bem como, a individualização de um processo de treino de reforço muscular para alguns alunos lesionados como a aluna Daniela Barroso.
- 4- A Preocupação com o trabalho de alongamentos dos membros inferiores (afundos centrais e laterais), e dos membros superiores (complexo articular do ombro e pulsos).

2.1 ESTRUTURAÇÃO DO PLANO DE AULA

Mais uma vez o plano de Aula mostrou-se adequado à turma, onde a sessão decorreu sem grandes variações ao previsto. No entanto como a estratégia de aula abrangia 18 alunos e apenas compareceram 14 existiu a necessidade de uma ligeira alteração ao exercício um. Pelo que a flexibilidade existente mostrou-se útil, pois para além de manter os alunos ocupados dentro dos espaços de jogo, teve também em consideração o contexto de jogo, onde se condicionou, o jogo de singulares ao serviço curto e ao serviço longo onde existia apenas a 1ª, 2ª e 3ª resposta após o serviço (para a situação 1).



2.2 Organização / Selecção de exercícios

Permitindo uma sólida confirmação das aprendizagens da unidade didáctica, pelo que despoleta nos alunos uma evolução da complexidade dos factores em jogo, como acções técnico-táticas do serviço. São pequenos elementos das situações de jogo que vêm sendo repartidos em situações mais fechadas na fase fundamental da aula que permitem a aquisição de competências da modalidade, estratégia esta que vêm sendo aplicada desde o início do período lectivo. No entanto nesta fase de aula existiu a necessidade de enquadrar o trabalho de desenvolvimento de aptidão física durante mais tempo de modo a preparar os alunos para a realização da prova de resistência aeróbia (milha).

2.3 Posicionamento do Professor

Preocupação constante em deslocar-se pelo grupo de alunos sempre com uma postura, centrada no seu trabalho, e optando por estar de frente para os alunos.

2.4 Tempo (Instrução, Organização, Transição)

De modo a que os tempos previstos não fossem excedidos, existiu uma preparação cuidada na abordagem aos conteúdos da aula, o que, correspondeu a um controlo nos tempos das variáveis. Apenas foi alterada a organização da aula, devido à falta de alguns alunos.

2.5 Feedback's

Para que os alunos, mantenham o exercício dentro de limites expectáveis, constituiu nesta fase um aumento de feedback's motivacionais o que fez beneficiar as relações inter-pessoais da turma. Abordagem criada pelo docente, foi balizada para que os alunos percebessem efectivamente o tempo, e a intensidade de esforço que se queria manter até final do tempo de corrida para que fosse, o mais aproximado possível à milha.

2.6 Comunicação / Transmissão

De forma clara e perceptível para esta fase.

2.7 Aprendizagem / Evolução / Empenho dos alunos

Incidu claramente sobre o objectivo de desenvolver a aptidão física, o que foi condicionado pela realização da milha e que teve como interesse a aplicação constante de alguns alunos com



ritmos de corrida mais elevados. Desta forma através da confirmação das aprendizagens da última aula, solicitou-se um claro aumento de rendimento.

2.8 Clima / Disciplina

Dinâmico e Disciplinado, pelo que é normal comportamento da turma, saindo a relação professor/aluno beneficiada.

2.9 Densidade Motora

Existiu na análise desta variável, um aumento considerável da densidade motora, o que se traduz num aumento da velocidade de deslocamento da turma para a optimização do regime aeróbio.

2. Fase Fundamental da Aula

Como se tratava de uma aula com apenas 14 alunos presentes, existiu uma clara necessidade de criar adaptações ao planeado de modo a que o plano de aula se adequasse aos limites da turma.

As condicionantes criadas nas situações de jogo tendo em vista a alteração ao treino de serviços, actuaram de forma positiva na turma, o que levou a uma reorganização do jogo de singulares (paralelo + diagonal + paralelo + diagonal) em:

1- Serviço Curto – Condicionamento da resposta do recebedor em função de Amorti/Encosto/Drive, para a colocação do volante em zonas com maior espaço do campo do adversário;

2- Ao Serviço Longo – Condicionamento da resposta do recebedor em função da colocação do volante em zonas com maior espaço para Amorti/Encosto/Drive;

A jogada estabelecia-se entre Serviço → 1ª Resposta → 2ª Resposta → 3ª Resposta.

Para além do treino de selecção e consideração da colocação do colega, realizou-se também as situações de jogo formal para singulares de maneira a que se considera-se as estratégias tidas em conta na situação, para futuras procuras por parte dos alunos nas situações de jogo formal.

3.1 ESTRUTURAÇÃO DO PLANO DE AULA

Considera-se que a flexibilidade existente para a alteração do plano de aula contribuiu para um aumento da “árvore” de decisões dos alunos na relação com a modalidade. Daí nesta fase a



estrutura do plano de aula estar adequada.

3.2 Organização / Selecção de exercícios

De modo sequencial para que contribua, para o ganho de competências nas situações de jogo, como acima está justificado.

3.3 Posicionamento do Professor

Sempre controlado, obedecendo à descrição efectuada em 2.3. E criando maior rotação por todo o espaço de aula.

3.4 Tempo (Instrução, Organização, Transição)

Devido à flexibilidade necessária para o ajuste das situações aos 14 alunos, os tempos de transição e sobretudo de explicação da 1ª situação da fase fundamental de aula, foram superiores ao previsto, não constando no entanto de factor inibitório para a diminuição da densidade motora da aula.

3.5 Feedback's

Como já vem sendo hábito na abordagem a outras leccionações existiram feedback's:

- Motivacionais individuais;
- Feedback's gerais;
- Feedback's individuais (motivacionais e técnicos) de modo a construir, um reforço positivo sobre as aprendizagens.

Feedback's de ordem técnica com chamadas de atenção para:

- A compreensão de forças aplicadas à raqueta nas fases de preparação, execução e recuperação da raqueta;
- Chamadas de atenção para o posicionamento do servidor aquando a realização do serviço (Gestos tácticos);
- Desenvolvimento da relação entre colocação do adversário e conseqüente colocação do volante em zonas de difícil devolução, obtendo-se um diferencial de tempos favorável ao seu jogo;
- O alargamento das árvores de decisão através de esquemas hipotéticos, como a situação de serviço, 1ª resposta, 2ª resposta, 3ª resposta, para utilização nas situações de jogo formal.



- Colocação espacial dos alunos em função das trajectórias do volante/colocação do adversário.

3.6 Comunicação / Transmissão

De acordo com 2.6. Auxiliada com carácter lúdico para manter a pré-disposição da turma para a aula.

3.7 Aprendizagem / Evolução / Empenho dos alunos

Na sequência da última aula tentou se consolidar alguns Gestos técnicos + Regras + Regulamentos + Gestos tácticos identificou-se que seria útil introduzir condicionantes como:

- As do exercício 1, para um trabalho em que se dote os alunos de instrumentação conceptual para que apliquem em situações de jogo de singulares estratégias, para uma diminuição do seu diferencial de tempo em relação ao adversário;
- A realização do exercício por níveis, isto é, em formato de campeonato de modo a aumentar a competitividade da turma com jogadores a serem seleccionados consoante o número de vitórias ou derrotas para a manutenção de nível competitivos elevados.

Exemplo da estratégia 1:

Daniela Barroso - Empate (E)/Vitória (V)

Miguel – E/D

Sérgio – D/V

Guilherme – V/V

Adriana – V/V

Judite – D/V

Tiago – V/V

Juliana – D/E

Catarina - V/V

Mariana – D/D

Diogo – D/D

Vanessa – D/D

Marli – V/V

Ana Rita – V/V

Perante a apresentação dos resultados, foi necessário condicionar os pares de modo a que jogadores com mais vitórias jogassem contra jogadores com mais vitórias, e jogadores com mais



derrotas jogassem contra jogadores com mais derrotas.

3.8 Clima / Disciplina

De acordo com 2.8.

3.9 Densidade Motora

De acordo com as expectativas tidas em conta no início de aula. No entanto existiu diminuição dessa densidade nas situações de desenvolvimento da aptidão física.

4. Fase de Retorno à calma

De modo a que existisse uma maior pré-disposição para a próxima aula, onde se irá realizar a avaliação da resistência aeróbia através da prova da milha, conseguiu-se enquadrar ainda um exercício de deslocamento solicitando a máxima velocidade em 20 metros.

4.1 ESTRUTURAÇÃO DO PLANO DE AULA

Para além do previsto no plano de aula, foi ainda proposto um exercício antes da fase de alongamentos de carácter motivacional. O que se mostrou adequado, virtude de comportamentos de grande animo por parte dos alunos.

4.2 Organização / Selecção de exercícios

De fácil compreensão e percepção para os alunos.

4.3 Posicionamento do Professor

De acordo com 2.3 e 3.3.

4.4 Tempo (Instrução, Organização, Transição)

Sem grandes alterações ao previsto.

4.5 Feedback's

Identificou-se a necessidade de dar feedback's sobre tudo motivacionais para que a turma mantenha a densidade motora, normal para esta fase de aula.



4.6 Comunicação / Transmissão

De acordo com 2.6 e 3.6.

4.7 Aprendizagem / Evolução / Empenho dos alunos

De referir que o trabalho é apenas de carácter de recuperação de algumas variáveis fisiológicas, de modo a promover o desenvolvimento da aptidão física como a prevenção de lesões desportivas, como de carácter motivacional.

4.8 Clima / Disciplina

De acordo com 2.8 e 3.8

4.9 Densidade Motora

De acordo com 2.9 e 3.9.

5. Análise Pontos Fortes e Pontos Fracos

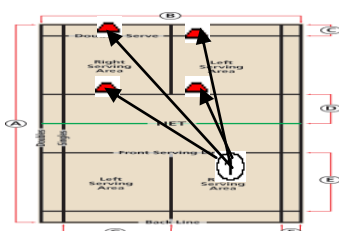
Pontos Fortes da Orientação
<ul style="list-style-type: none">○ Flexibilidade e controlo da aula;○ Alterações rápidas ao plano de aula;○ Posicionamento do professor;○ Clima de Aula;○ Feedback's;○ Comunicação de Conteúdos durante a aula;○ Interação Professor/Alunos;○ Aumento do Rendimento na Fase Inicial da Aula.
Pontos Fracos da Orientação
<ul style="list-style-type: none">○ Aumento de alguns tempos de explicação e transição de exercícios em virtudes das adaptações ao plano de aula;○ Diminuição da intensidade de trabalho para os alunos que estão de fora das situações de jogo formal;

6. Prescrição para Zonas de Problema Identificadas

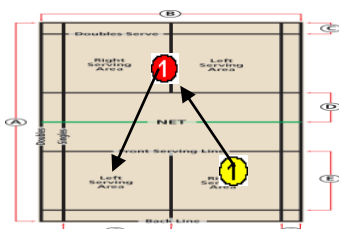
6.1 Para o Problema 1 – Realização do Serviço;

Na necessidade de se alterar o planeamento existiu a condicionante de colocação do serviço de modo a que:

1- A colocação do volante fosse efectuada nos quatro cantos do campo (ver figura 1);



2- A resposta 1ª Resposta ao serviço deveria obedecer ao critério de colocação do volante em zonas de difícil devolução (ver figura 2):



7. Conclusão

Como o trabalho não poderá ser visto repartidamente e analisando as estratégias utilizadas nas últimas quatro aulas, em que se queria treinar e preparar os alunos para o jogo de singulares, foi de facto visível de ocorrerem melhorias nos mesmos na relação com a actividade. Estão assim reunidas e perante o tempo disponível, as condições para que os alunos avancem na sua formação e consigam resolver problemáticas inerentes ao jogo de pares. A instrumentação teórica fez não só aumentar a complexidade do jogo, como também identificou a necessidade de se individualizar cada vez mais o processo de treino. Porém acredito que, no próprio docente, tenham ocorrido melhorias significativas, na condução das aulas da presente unidade didáctica. Encontram-se criadas as condições necessárias para que o futuro seja de sucesso.



ANEXO 5

RELATÓRIO AULA ASSISTIDA 03-11-09 12º CSECAV

NUNO RODRIGUES

Escola Secundária c/ 3º CEB do Fundão

Palavras-chave: Badminton, Pontos Fortes, Pontos Fracos, Leccionação, Expectativas.

Resumo. *Elaborado com o propósito de analisar criticamente a leccionação, por parte do professor Frederico Dias, aluno do núcleo de estágio da Escola Secundária c/ 3º CEB do Fundão, apresenta esta crítica reflexiva, um meio viável a seguir, para melhoria em futuras orientações da função de professor, permitindo a identificação de pontos fracos e pontos fortes, através de uma análise baseada em variáveis que permitam definir, uma possível estratégia de actuação por parte do docente, levando a um domínio das actividades desportivas no contexto de ensino.*

1. RELATÓRIO.

Fazendo parte integrante do processo evolutivo que os alunos do núcleo de estágio estão a sofrer, o presente relatório, tenta identificar erros, assim como as possíveis melhorias a dotar a leccionação de forma a aumentar o rendimento da aula. Através de um conjunto de variáveis, é então explicitado o modo como funcionou a aula, na perspectiva do observador externo, levando a perceber quais os erros que estiveram presentes, como a condução até possível resolução dos mesmos.

1.2 ESTRUTURAÇÃO DO PLANO DE AULA

A aplicação e estruturação do plano de aula, enquadrou-se completamente, nas necessidades dos alunos da turma, solicitando exercícios, que permitiram treinar alguns pontos menos fortes, assim como alguns domínios que não estão ainda otimizados. A estruturação mostrou-se útil, sendo apenas de referir que os alunos que estão de forma sobretudo na situação de jogo formal, apresentem jogos limitados, pelo pouco espaço existente, assim como pela falta de controlo por parte do docente. No entanto deveria ter existido um maior controlo dessa variável, permitindo:



- Aos alunos estarem em situações de jogo com outro tipo de condicionantes (Ex. Delimitação do espaço entre os dois jogadores, Treino de gestos técnicos como a pega da raqueta direita e esquerda);
- Realizarem outro tipo de trabalho (Flexibilidade, Força, Velocidade) de modo a melhorar a condição física;

1.3 Organização / Selecção de exercícios

Sempre adequados ao contexto de ensino para este nível, no entanto terá que ser considerado como um ponto fraco, pois:

- A extensão na divulgação dos objectivos da aula, assim como o excesso de objectivos gerais, considerados no plano de aula;
- A selecção de exercícios, como na fase de mobilidade articular, alternada com movimentos rotacionais do pescoço, joelho, anca, braço, devendo ser mantida uma ordem que permita aos alunos trabalharem grupos musculares que estão mais perto uns dos outros;
- A falta de consideração do número de volantes que estavam dentro das caixas no início da aula levou a algumas perdas de tempo na aplicação de toda a turma no primeiro exercício;
- A quantidade de alunos que ficou fora da situação de jogo sem realizarem situações específicas de “treino”, pelo que deverá ser equacionado e rapidamente solucionado este tipo de problemática, através do que foi referido no ponto anterior.

1.4 Posicionamento do Professor

Ponto Forte sempre dentro dos parâmetros previstos, retirando sempre os alunos dos focos de ruído do pavilhão e circulando em redor das situações.

1.5 Tempo (Instrução, Transição, Organização)

Como a organização não foi conseguida tão bem como em aula anteriores, os tempos de instrução tornaram-se por vezes muito longos com explicações muito demoradas e pouco perceptíveis, como o caso a explicação do retorno à base (“vai, vem ao meio e volta”). Faltando entre as diferentes situações não só a avaliação das mesmas mas sim os objectivos das situações que a seguir se iriam realizar.

Por último na análise desta variável, apenas dois pontos a melhorar, por um lado as paragens excessivas para correcções técnicas realizando muitas vezes quase, três e quatro paragens com dois ou três minutos de intervalo, podendo dar um feedback mais individual ou geral, no final



permitindo assim que a densidade motora se mantenha dentro de limites aceitáveis. Por outro lado, nas transições entre exercícios, durante a fase fundamental da aula quase nunca reuniu o grupo.

1.6 Feedback's

Ponto forte da orientação, pois foram perceptíveis os feedback's que foram sendo dados ao longo de toda a aula sendo mais no âmbito motivacional. Quer-se tornar melhor a leccionação, pelo que quando se manda sentar ou parar o grupo, os alunos mais afastados devem ser controlados e focados no professor, pois como estão mais afastados tendem a diminuir a atenção sobre aquilo que está a ser dito, uma estratégia de diminuir este tipo de comportamentos poderá passar pelo questionamento de factores do exercício anterior.

1.7 Comunicação / Transmissão

Considera-se um ponto forte pela comunicação aberta e clara para todos, evitando focos de ruído, e proporcionando canais de comunicação efectivos. Apenas de ressaltar a situação acima tratada pela forma como apenas por vezes fala para os alunos que estão mais próximos.

1.8 Aprendizagem / Evolução / Empenho dos alunos

Numa fase inicial, e sobretudo na fase de corrida, era previsível que a motivação para a realização da tarefa fosse menor, no entanto durante toda a aula, apenas diminuiu o empenho nos últimos momentos antes dos alongamentos finais, resultado do tempo total de aula. A aprendizagem foi conseguida através da aplicação e nítida resposta à adaptação a novos exercícios como o caso da "ponte".

1.9 Clima / Disciplina

Esteve sempre dentro de parâmetros aceitáveis para a prática da modalidade, sem grandes sobressaltos que condicionassem a aula. Um ponto forte.

1.10 Densidade Motora

Mantendo-se sempre dentro do limites aceitáveis é considerado como um ponto forte.

1.11 Análise Pontos Fortes e Pontos Fracos



Pontos Fortes da Orientação
<ul style="list-style-type: none">○ Estruturação do plano de aula;○ Selecção de exercícios;○ Posicionamento do Professor;○ Feedback's Motivacionais, Técnicos, Gerais e Individuais sempre oportunos;○ Identificação dos Objectivos e Expectativas.
Pontos Fracos da Orientação
<ul style="list-style-type: none">○ Extensão dos conteúdos da aula abordados no plano de aula;○ Sequência de grupos musculares abordados na fase de mobilização articular;○ Consideração do material da aula;○ Quantidade de alunos que ficaram de forma na situação de jogo formal;○ Tempos muito longos na explicação de alguns exercícios.

2. Conclusão

Como análise a esta leccionação, e constituindo já na segunda fase de leccionações, dos alunos do núcleo de estágio, é notório que o ganho de sensibilidade para o tratamento e posterior controlo das variáveis pelas quais se analisam as leccionações, permitem uma maior evolução e consequente melhoria no domínio das actividades desportivas. No entanto e como o caminho está ainda longe de ser alvejado, considero que o domínio efectivo das modalidades terá de ser reforçado com algum estudo posterior às leccionações.



Anexo 6 – Planeamento a Longo Prazo

ANO LECTIVO 2009/2010				
ANO DE ESCOLARIDADE		10º Ano	11º Ano	12º Ano
Actividades Físicas Desportivas	Jogos Desportivos Colectivos	Futsal	Avançado	2 Modalidades no nível avançado
		Voleibol	Avançado	
		Andebol	Elementar	
		Basquetebol	Elementar	
		Corfebol (alt)		
	Ginástica	Acrobática	Elementar	Nível avançado a Ginástica ou Atletismo
		Ginástica Solo	Avançado	
		Ginástica Aparelhos	Elementar + Parte avançado	
	Atletismo	Corridas	Avançado	
		Saltos	Avançado	
		Lançamentos	Avançado	
	Raquetas	Badminton	Elementar	Avançado
		Ténis (alt)	Elementar	
	Actividades Rítmicas Expressivas	Dança	Elementar	Avançado
Desenvolvimento da Aptidão Física		Todo o ano		
Conhecimentos		Todo o ano		



Universidade da Beira Interior

2º Ciclo de Estudos em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários

ANEXO 7 – Grelhas de Avaliação Formativa

Nº	NOME	Badminton					Voleibol					Corfebol					Futsal								
		Conhecimentos	Serviço	Seleção Gestão Técnico	Execução Técnica	Princípios de jogo	Conhecimentos	Serviço	Seleção Gestão Técnico	Execução Técnica	Princípios de jogo	Passes e Recepção	Ações Ofensivas	Ações Defensivas	Mobilidade / Inte.	Conhecimentos		Seleção Gestão	Consideração Hip. Passe	Procura Combinações	Sem Bola	Tempo Circulação de Bola			
1	Adriana Quelhas	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3,5	3,5	3	3	4		4	4	4	4	4			
2	Ana Rita Gonçalves	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3,5	2,5	3	2	4		3	3	3	3	3			
3	Ana Serra	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	-	-	-	-	-		3	3	3	3	3			
5	Carolina Santos	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3,5	3,5	3,5	4		4	4	4	4	4			
6	Catarina Teixeira	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2,5	2,5	4		3	4	3	3	4			
9	Daniela Barroso	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3,5	3,5	3,5	4		4	4	4	4	4			
11	Diogo Gonçalves	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2,5	2,5	2	3,5		3	3	2	3	3			
12	Duarte Miranda	3	4	3	4	4	4	3	3	2	3	3,5	3	2,5	3	4		4	4	4	4	4			
13	Guilherme Freches	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3,5	3,5	4		3	4	4	3	4			
16	Judite Rosa	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3,5		4	4	3	4	4				
17	Juliana Rodrigues	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2,5	2,5	2,5	3		3	4	3	3	4			
18	Mariana Caetano	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2,5	2,5	2,5	4		3	4	3	3	4			
20	Marli Silva	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3,5	3,5	4		3	4	3	3	4			
21	Miguel Salvado	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3,5	3	3,5	3,5	3,5		3	2	4	3	2			
22	Sérgio Santos	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3,5	3	3	3	4		4	3	4	4	3			
23	Tamara Santos	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2,5	3,5		4	4	3	4	4			
24	Tiago Rondão	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3,5	3,5	3,5	4		4	4	4	4	4			
25	Vanessa Garcia	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2,5	2	2	2	2,5		3	4	3	3	4			

0 - não executa; 1 – executa com dificuldade; 2 – executa; 3 – executa bem; 4 – executa muito bem



ANEXO 9 – Inventário

QUANTIDADE	MATERIAL	OBSERVAÇÕES
9	BOLAS DE BASQUETEBOL	
4	BOLAS DE FUTSAL	
15	BOLAS DE ANDEBOL	
3	BOLAS DE VOLEIBOL	
39	COLETES “VERDES” ESCOLA SEGURA	
36	COLETES “AZUIS” ESCOLA SEGURA	
1	SAIAS RITMICAS VERDES	
4	SAIAS RITMICAS LARANJAS	
13	COLETES VERMELHOS	
4	COLETES AZUIS	
33	SINALIZADORES FLUORESCENTES	
26	CONES	
3	ESTAFESTAS EM ALUMINIO	
3	ESTAFETAS EM MADEIRA	
4	ARCOS EM MADEIRA	
3	PESOS “3 KG”	
3	PESOS “2KG”	



33	Colchões Aptidão Física	Azuis e Verdes
3	Bolas Medicinais 4 Kg	3 cor Tijolo
4	Bolas Medicinais 3 Kg	2 Vermelhas + 1 Verde
3	Bolas Medicinais 2 Kg	3 Verdes
21	Raquetes Badminton	Várias
11	Raquetes Ténis pequenos "S"	
21	Raquetes Ténis grandes "L"	
1	Balde Bolas Ténis	
4	Conjunto 3 x Bolas Ténis (12)	
4	Redes Ténis de Mesa	
11	Raquetas Ténis de Mesa	
1	Raquetas de rede Ténis	
1	Suporte de ténis de Mesa	
1	Elástico para Trampolim	
1	Cama para Trampolim	
1	Par rede Balizas	
1	Rede de Badminton	
3	Sacos Pequenos (rede para Bolas)	



1	Elástico salto em altura	
1	Conjunto completo Boccia (Balde)	
1	Bomba Preta	
1	Bomba Azul e Vermelha	
2	Sacos Primeiros Socorros	
1	Balde c/ Cordas (21 Brancos)	
4	Cordas listadas (amarelo e Vermelho)	
1	Saco c/ 10 Cordas multicores	
5	Bolas Voleibol (Molten)	Por encher
3	Bolas Andebol Novas (Molten)	
5	Bolas Basquetebol novas	Por encher
1	Saco para Bolas (rucannor)	
1	Saco Rede para Bolas	
1	Estadiómetro	
2	Postes de Corfebol	
3	Bolas Corfebol Oficial	
1	1 Bola Corfebl não oficial	
4	Bolas Andebol usadas	



2	Bolas Futsal Mikasa	
2	Bolas Futsal Xsport	
3	Bolas oficiais rugby	
3	Bolas Oficiais Rugby	
5	Barreiras de Iniciação	
3	Arcos oficiais	
15	Arcos de Iniciação	
2	Marcadores de Pontuação	
1	Quadro ardósia pequeno	
1	Quadro Branco Pequeno	
7	Testemunhos	
5	Ponte de Magnésio	3 Vazios
2	Pontes de Ténis e rede	(1)
1	Tripla	
20	Bolas Rítmicas	Usadas
2	Aparelhagens Sony	CMT – EH10
2	Jogos de Cones Bases	Usados
18	Bolas de Voleibol	Usados
19	Bolas de Basquetebol	Usados
2 x 5	Coletes Amarelos	



Universidade da Beira Interior

2º Ciclo de Estudos em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundários

5	Coletes Verdes Claros	
5	Coletes Verdes Escuros	
7	Coletes Vermelhos	
1	Coletes Laranjas	
6	Coletes Azuis	
5	Elásticos Verdes	
6	Pontes de Badminton Brancos	
2	Postes Azuis	
2	Colchões de queda Pequenos	
1	Colchão Fabrigimno	Dima
3	Mesas de Ténis de Mesa Azuis	Necessitam de reparação