

1. Introdução

No âmbito do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário ministrado pela Universidade da Beira Interior, mais precisamente no 2º ano, surge a disciplina de Estágio Pedagógico que contempla a prática pedagógica nas escolas, sob orientação do Professor Doutor Júlio Martins. Esta prática visa a articulação dos conhecimentos adquiridos no decorrer do 1º ano com a realidade escolar, desenvolvendo competências, tanto no domínio pedagógico-didático, como no domínio social e relacional. A organização curricular está definida no Decreto-Lei n.º 74/2006 de 24 de Março, no Capítulo III, que refere entre outros aspectos que “é conferido o grau de mestre aos que demonstrem capacidade para integrar conhecimentos, lidar com questões complexas, desenvolver soluções ou emitir juízos (...), incluindo reflexões”. (Anexo 1)

Na introdução do Decreto-Lei n.º 43/2007 de 22 de Fevereiro, que é aquele que regulamenta este mestrado, são definidas as condições necessárias para a obtenção da habilitação para a docência valorizando “de modo especial, a dimensão do conhecimento disciplinar, a fundamentação da prática de ensino na investigação e a iniciação à prática profissional” (Anexo 2). Relativamente à iniciação da prática profissional, aprofunda a justificação “consagrando-a, em grande parte, à prática de ensino supervisionada, dado constituir o momento privilegiado, e insubstituível, de aprendizagem da mobilização dos conhecimentos, capacidades, competências e atitudes, adquiridas nas outras áreas, na produção, em contexto real, de práticas profissionais adequadas a situações concretas na sala de aula, na escola e na articulação desta com a comunidade.”

Esta prática profissional a que vulgarmente se designa prática ou estágio pedagógico foi organizado sob a forma de grupos de trabalho, constituídos por três elementos, e sorteados pelas escolas com as quais existia um protocolo de cooperação. O meu grupo de trabalho é constituído por mim, pelo meu colega e

marido Sérgio Figueiredo e pela minha colega e amiga Cristiana Rocha. A escola destinada para o estágio foi a Escola Secundária Quinta das Palmeiras, com a Professora Orientadora Dina Rodrigues.

Desde cedo que definimos como aspecto imprescindível para o nosso trabalho, a acção docente responsável. Trabalhamos com seres humanos, e por esse motivo a nossa intervenção não poderia ser descuidada ou negligente. Todavia, também o factor Autonomia foi um pilar bastante forte, que permaneceu como liberdade, ainda que controlada, de sugerir ou criar novas situações de aprendizagem. Todas estas situações eram pensadas e reflectidas, sendo que as críticas surgiram como o produto da ponderação em grupo e conseqüente construção de conhecimento. Assim, saliento este último objectivo que dirigiu o trabalho desenvolvido.

No sentido de dar cumprimento aos objectivos, o presente relatório será o verbalizar de experiências e sentimentos, de forma consciente e objectiva, sabendo à partida que jamais conseguirá transmitir a amplitude real deste estágio.

Este estágio pedagógico teve a duração de um ano lectivo (2009/2010) e reuniu a Definição de Objectivos, a Leccionação, a Intervenção/organização de Actividades não lectivas e a participação activa em reuniões de Direcção de Turma de Ensino Básico e Secundário. Todos estes aspectos irão ser abordados no neste relatório, ao longo dos diferentes Capítulos assim designados. Em todas as actividades desenvolvidas tentei ser sempre bastante responsável e profissional nas funções que me eram atribuídas, procurando corresponder às exigências da profissão docente.

Termino esta introdução com uma referência a Maria Inês Cardoso e ao seu trabalho desenvolvido no âmbito das práticas pedagógicas e dos seus intervenientes, que demonstra bem a amplitude e a responsabilidade. Ela afirma que o estágio é fundamental no processo de formação nomeadamente no que diz respeito ao conhecimento orientado da realidade escolar, de tal modo a que os “novos profissionais se sintam parte integrante de toda a instituição educativa” (2009, 110).

2. Definição dos Objectivos

2.1 Objectivos do Estagiário

Durante a experiência de estágio, fui simultaneamente professora e aluna. Considerando que esta experiência já não era novidade para mim, penso que de uma maneira geral foi ao encontro das expectativas que desenvolvi no decorrer do 1º ano curricular deste mestrado.

A minha formação inicial advém de um curso de Professores do Ensino Básico, pelo que esta situação de estágio já não teve tanto impacto para mim, como para outros colegas. Além disso, também o facto de já leccionar na área do desporto me proporcionou alguma “bagagem” para encarar este desafio, tão desejado, de forma menos nervosa e emotiva.

Neste sentido, os propósitos desta formação foram ao encontro da minha vontade em aprofundar os conhecimentos na área do Desporto e da Educação Física e desenvolver competências para a leccionação. Todavia, estes aspectos podem ser entendidos como objectivos se considerarmos “objectivo” como Maccario (1984, 13), “o aspecto final, o alvo, a intenção, isto é, tudo aquilo que tende para uma acção (...) supõe a vontade de alcançar um determinado objectivo, de dar uma direcção à acção pedagógica”.

O facto de conseguir aplicar os conhecimentos adquiridos, em contexto escolar, de forma progressiva, orientada e apoiada por um profissional com conhecimento e experiência, ficando no final com a habilitação para intervir no ensino, são aspectos que também determinaram as minhas escolhas.

Um outro objectivo oferecido por esta prática pedagógica relaciona-se com a possibilidade de desenvolver a capacidade de direcção e orientação educativa,

tendo em conta as competências inerentes ao processo de ensino-aprendizagem, no domínio dos métodos e técnicas de ensino, assim como da observação e da avaliação. Deste modo, penso que conseguirei pôr em prática os conhecimentos científico-pedagógicos que aprendi ao longo de toda a formação curricular, seleccionando e concebendo diversificadas situações de aprendizagem criativas, diversificadas e fomentadoras de metodologias activas.

Dado que a escola não é uma instituição separada da realidade e que as aulas não são completamente independentes da comunidade escolar, como último objectivo defino a promoção de “bons” relacionamentos com todos os intervenientes no processo educativo, com o intuito de partilhar experiências, aprender e criar ou restabelecer laços de amizade. O sentido de restabelecer laços de amizade prende-se com o facto de já ter sido aluna na escola e de agora regressar novamente com outro papel, encontrando bastantes agentes educativos nesta comunidade que influenciaram o meu percurso escolar. Neste sentido e por experiência própria, considero que a inter-relação entre todos os elementos que integram a comunidade escolar, tal como a relação destes com a comunidade educativa, é um aspecto preponderante e para o qual a acção educativa deverá contribuir. Maccario (1984, 10) defende esta opinião afirmando que “... cabe ao educador centrar na sua posição correcta os objectivos do seu trabalho, sem esquecer que estes estão ao serviço de algo que ultrapassa a própria escola para se inscrever no fenómeno social global.”

2.2 Objectivos escola

Cada vez mais a escola é o local onde o professor deve contribuir para o desenvolvimento das capacidades no aluno, não só a nível físico como também a nível cognitivo, sócio-afectivo e moral, independentemente da disciplina ou área de estudo que lecciona. Assim, estimular o desenvolvimento global é maximizar e rentabilizar as potencialidades dos alunos. Todavia esta situação só é possível se definirmos objectivos muito precisos e alcançáveis por eles.

O Grupo Disciplinar de Educação Física da Escola Secundária Quinta das Palmeiras, descreveu, na Planificação de Educação Física (Anexo 3), nomeadamente nas Bases Programáticas, palavras de ordem como “descobrir-se”, “desenvolver-se” e “ultrapassar-se” que deverão orientar o desenvolvimento dos alunos. Neste contexto, está definido o caminho a seguir e como refere no mesmo documento “teremos que agir com intencionalidade, gerir variáveis para que o investimento se torne rentável para todos.” (Planificação de Educação Física, 1).

“Agir com intencionalidade” significa definir objectivos possíveis de atingir por todos. Para tal, há a considerar os meios disponíveis bem como os condicionamentos prováveis, de modo a tornar os objectivos definidos exequíveis. Todavia, está ainda definido na Planificação do Grupo Disciplinar de Educação Física, no capítulo destinado aos Objectivos, que se prende que “todos os alunos sintam necessidade de encontrar soluções e desejem evoluir.”. Assim, são cinco os grandes pilares da intervenção no ensino da Educação Física nesta escola.

A Comunicação é o primeiro e a base de todo o ensino. É sem dúvida através dela que estabelecemos relações com os outros e com o meio, desenvolvendo-nos e promovendo o desenvolvimento dos outros.

A Responsabilidade/Organização surge como o segundo apoio, sustentador dos objectivos, uma vez que se conhecermos a realidade e os alunos, conseguimos

fomentar situações simples e acessíveis e em simultâneo responsabiliza-los pelas suas aprendizagens.

Outro pilar e relacionado com o anterior, prende-se com a Cooperação/Interacção, que está na base das aprendizagens. Tal como refere o documento da Planificação, no capítulo dos Objectivos “promover o confronto para que ambos melhorem e aprendam a importância do esforço conjunto.” (2009, 2).

Neste enquadramento, a Resolução de Problemas insere-se também nas bases da intervenção no ensino, no sentido de desenvolver nos alunos a capacidade de argumentação e decisão, perante diferentes situações problemáticas colocadas intencionalmente.

Como último pilar definido pelo Grupo Disciplinar de Educação Física, encontramos a Aventura, como não podia deixar de ser. O que se pretende é que o aluno seja capaz de comunicar, organizar, interagir e resolver problemas, sempre com a responsabilidade necessária para encarar os desafios ao longo da sua vida.

2.3 Objectivos do Programa de Educação Física

Para o Ensino Básico são definidas competências de orientação para a disciplina de Educação Física, de onde saliento uma que me parece que faz referência a diferentes aspectos perfeitamente adaptáveis e que continuam a ser trabalhados ao nível do Ensino Secundário. O “percurso escolar obriga à aquisição de competências em diferentes domínios e matérias próprias da Educação Física, num claro sinal de ampliação das experiências motoras vividas, de modo eclético, tendo como pano de fundo a perseguição constante da qualidade de vida, da saúde e do bem-estar.” (Abrantes, 2001, 219). Sem sombra de dúvida que esta competência é transversal e que pode ser definida para qualquer nível de ensino.

No sentido de continuar o trabalho desenvolvido no decorrer do 3º Ciclo e tendo em conta o Programa de Educação Física do Ensino Secundário “prevê-se igualmente que, em cada escola, o Grupo de Educação Física e os professores estabeleçam um quadro diferenciado de objectivos, com base na avaliação formativa, peça metodológica fundamental para a adequabilidade dos programas a cada realidade particular” (Programa de Educação Física, 2001, 8). Nesta linha orientadora, o Grupo Disciplinar de Educação Física da Escola Secundária Quinta das Palmeiras evidenciou quatro princípios fundamentais para o Ensino Secundário, que vão ao encontro do Programa de Educação Física:

“- A garantia de actividade física correctamente motivada, qualitativamente adequada e em quantidade suficiente, indicada pelo tempo de prática nas situações de aprendizagem, isto é, no treino e descoberta das possibilidades de aperfeiçoamento pessoal e dos companheiros, e numa perspectiva de educação para a saúde;

- A promoção da autonomia, pela atribuição, reconhecimento e exigência das responsabilidades que podem ser assumidas pelos alunos, na resolução dos problemas de organização das actividades e de tratamento das matérias;

- A valorização da criatividade, pela promoção e aceitação da iniciativa dos alunos, orientando-a para a elevação da qualidade do seu empenho e dos efeitos positivos da actividade;

- A orientação da sociabilização no sentido de uma cooperação efectiva entre os alunos, associando-a à melhoria da qualidade das prestações, especificamente nas situações de competição entre equipas, e também ao clima relacional favorável ao aperfeiçoamento pessoal e ao prazer proporcionado pelas actividades.”

(Planificação de Educação Física, 8 e Programa de Educação Física, 2001, 9)

Estes princípios estão caracterizados no Programa do Ensino Secundário, tanto nos objectivos gerais, como nas orientações metodológicas. Assim, consideram-se as matérias que fazem parte da composição do Currículo de acordo com as condições apresentadas no Programa Nacional de Educação Física.

O Planificação do Grupo Disciplinar de Educação Física acrescenta ainda que “os aspectos específicos do desenvolvimento (cognitivo, motor e sócio-afectivo) encontram-se relacionados nas actividades características da Educação Física (áreas e matérias), integrando-se quer nas componentes genéricas dos programas, quer nos elementos mais pormenorizados (objectivos por matérias).” (Planificação de Educação Física, 9).

Todavia, considero importante salientar alguns dos objectivos referenciados no Programa de Educação Física comuns a todas as áreas e que foram mais frequentemente abordados nas aulas, pelo que passo a citar:

“1. Participar activamente em todas as situações e procurar o êxito pessoal e do grupo (...);

2. Analisar e interpretar a realização das actividades físicas seleccionadas, aplicando os conhecimentos sobre técnica, organização e participação, ética desportiva etc;

3. Interpretar crítica e correctamente os acontecimentos no universo das actividades físicas, interpretando a sua prática e respectivas condições como factores de elevação cultural dos praticantes e da comunidade em geral.

(...)

5. Conhecer e interpretar os factores de saúde e risco associados à prática das actividades físicas e aplicar as regras de higiene e de segurança.

6. Conhecer e aplicar diversos processos de elevação e manutenção da condição física de uma forma autónoma no seu quotidiano, na perspectiva da saúde, qualidade de vida e bem-estar.

7. 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 flexibilidade, da velocidade de reacção simples e complexa, de execução, de deslocamento e de resistência, e das destrezas geral e específica.”

(Programa de Educação Física, 2001, 13)

Quanto às modalidades obrigatórias, o referido documento de orientação explana os seguintes objectivos:

“8. Cooperar com os companheiros para o alcance do objectivo dos Jogos Desportivos Colectivos, realizando com oportunidade e correcção as acções técnico-tácticas, em todas as funções, conforme a posição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador mas também como árbitro.

9. Compor, realizar e analisar esquemas individuais e em grupo da Ginástica (Acrobática, Solo, Aparelhos ou Rítmica), aplicando os critérios de correcção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.

10. Realizar e analisar provas combinadas do Atletismo (saltos, lançamentos, corridas e marcha) em equipa, cumprindo correctamente as exigências técnicas e do regulamento, não só como praticante mas também como juiz.

11. Apreciar, compor e realizar sequências de elementos técnicos da Dança em coreografias individuais e de grupo, correspondendo aos critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.”

(Programa de Educação Física, 2001, 14)

Por último e no que diz respeito aos objectivos das áreas de opção, o Programa refere os subsequentes:

“12. Realizar com oportunidade e correcção as acções técnico-táticas de 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.

(...)

16. Realizar actividades de exploração da Natureza, aplicando correcta e adequadamente as técnicas específicas, respeitando as regras de organização, participação e especialmente de preservação da qualidade do ambiente.”

(Programa de Educação Física, 2001, 15)

Como já fiz referência anteriormente, penso que é importante salientar estes objectivos, transcrevendo-os do Programa de Educação Física. Eles são o suporte dos currículos, a base das aprendizagens e a partir deles podemos compreender a organização das modalidades ou áreas em dois grupos, com diferentes abordagens: as obrigatórias e as alternativas.

Os objectivos supracitados são respeitantes às áreas obrigatórias dizem respeito às modalidades abordadas durante o meu estágio pedagógico. Ao longo de todo o ano lectivo, trabalhei e reflecti sobre estas áreas, conjuntamente com todos os elementos do grupo de estágio e com a orientadora, inclusive as modalidades que não foram abordadas por mim.

Os objectivos que se referem às modalidades alternativas são apenas dois os que foram especificamente trabalhados na leccionação e relacionam-se com o contexto

onde está inserida a realidade escolar, com os recursos materiais disponíveis e com as preferências dos alunos.

Para além destas matérias, o Programa de Educação Física define também os níveis de especificação e organização curricular, encontrando-se cada conteúdo, especificado em três níveis, que passo a transcrever:

“- Introdutório, onde se incluem as habilidades, técnicas e conhecimentos que representam a aptidão específica ou preparação de base (fundamentos);

- Elementar, nível em que se discriminam os conteúdos que representam o domínio (mestria) da matéria nos seus elementos principais e já com carácter mais formal, relativamente aos modelos de prática e organização da actividade referente;

- Avançado, que estabelece os conteúdos e formas de participação nas situações típicas da actividade referente, correspondentes ao nível superior que poderá ser atingido no âmbito da disciplina de Educação Física.”

(Programa de Educação Física, 2001, 16)

Perante estas especificações podemos concluir que, para além das modalidades já estarem bem organizadas em obrigatórias e alternativas, também cada uma delas, individualmente, está disposta em três níveis de abordagem.

O Programa define ainda que:

“a) no 10º ano, os níveis de tratamento mais elevados estabelecidos até esse ano, nas matérias nucleares (obrigatórias);

b) no 11º e 12º anos, os níveis avançados das matérias nucleares tratados até ao 10º ano e todos os níveis (Introdutório, Elementar e Avançado) das matérias alternativas.” (Programa de Educação Física, 2001, 16).

Desta citação concluo que, no que se refere às modalidades alternativas verifica-se a possibilidade de trabalhar qualquer um dos três níveis ou mesmo os três na mesma Unidade Didáctica, dependendo dos conhecimentos já adquiridos pelos alunos em anos anteriores ou da sua evolução.

Deste modo termino o enquadramento teórico do meu relatório de estágio pedagógico e sigo em direcção ao reconhecimento da amostra e respectiva caracterização.

3. Metodologia

A metodologia deste relatório diz respeito à intervenção na escola relacionada com a leccionação. Neste sentido, farei seguidamente uma breve referência à amostra e ao seu enquadramento na escola, dividindo a caracterização por turmas. Realizarei, uma análise sucinta do planeamento para cada uma das turmas, finalizando com uma apreciação geral da leccionação. Referenciarei ainda os recursos utilizados e por fim as dificuldades e aspectos positivos que complementam e justificam as decisões tomadas no decorrer da prática pedagógica.

3.1. Amostra

A escola que me recebeu para realizar o estágio pedagógico é uma Escola Secundária da cidade da Covilhã, denominada por Escola Secundária Quinta das Palmeiras, que já conta com 22 anos de existência e 9 anos a receber futuros professores. Esta escola usufrui de um Contrato de Autonomia, assinado com o Ministério da Educação e definido no Regulamento Interno, “de acordo com os princípios estabelecidos no regime de autonomia, administração e gestão, pelo Decreto-Lei nº 75/2008 de 22 de Abril”.

O Projecto Educativo, o Plano Curricular de Escola e o Plano Anual e Plurianual de Actividades reflectem o dinamismo da escola e a sua abertura toda a comunidade. A escola tem parceria com diversas instituições públicas e privadas e desenvolve projectos de nível local, nacional e internacional. A sua cultura passa pela melhoria da qualidade do serviço prestado à comunidade escolar e educativa, proporcionando experiências diversificadas, focalizando-se na formação integral e global dos seus alunos. O seu ideal traduz-se pela frase “Aprender a Ser - Aprender a Aprender ” (Projecto Educativo de Escola).

Está inserida num meio urbano e conta com uma população estudantil no ano lectivo 2009/2010 de setecentos e noventa e quatro (794) alunos, maioritariamente residentes na cidade. Estes encontram-se divididos pelo Ensino Básico nomeadamente 3º Ciclo, com trezentos e oitenta e três (383) alunos, pelo Ensino Profissional, com cinquenta e quatro (54) alunos e pelo Ensino Secundário, com trezentos e cinquenta e sete (357) alunos. Importa salientar para este relatório pedagógico apenas duas turmas do Ensino Secundário, 11º B e 12º C, que foram aquelas que enquadraram a nossa prática pedagógica.

3.1.1 Caracterização da Turma 11º B

A turma do 11º B tem vinte e quatro alunos, todos a frequentar a disciplina de Educação Física, sendo que inicialmente eram vinte e cinco alunos. Verificou-se, no final do 1º período, a saída de dois alunos, um que mudou de escola e outro por mudança de curso, enquanto no 2º período foi transferido para a turma um aluno do Externato Nossa Senhora dos Remédios do Tortosendo. Assim, a turma constitui-se com quinze raparigas e nove rapazes, com idades compreendidas entre os dezasseis e os dezassete anos. Todos os alunos são residentes na Covilhã, à excepção de um que reside em Belmonte. Os alunos da turma vivem com os respectivos pais, sendo que três vivem apenas com a mãe e com padrasto ou outros elementos da família (irmãos e avós). “Os pais dos alunos apresentam de um modo geral, uma situação profissional estável. O nível sócio-económico dos alunos da turma é bastante heterogéneo. As profissões dos pais dos alunos são bastante diversificadas.” (Projecto Curricular de Turma). Há a salientar apenas o caso de uma aluna que beneficia dos Serviços de Acção Social Escolar (SASE), no escalão A. A maioria dos alunos apresenta um percurso escolar gradual, destacando-se apenas um aluno que repetiu um ano lectivo. Relativamente à saúde, os problemas visuais são aqueles que se destacam significativamente nesta turma, pois onze alunos necessitam de óculos ou lentes de contacto diariamente. As disciplinas apontadas por eles como as mais difíceis são fundamentalmente a Matemática, a

Físico-química, enquanto as preferidas são Educação Física, Inglês e curiosamente em terceiro lugar de preferências surge a Físico-química, novamente.

3.1.2 Caracterização da Turma 12º C

A turma de 12º C tem vinte e três alunos a frequentar a disciplina de Educação Física, sendo que existe ainda mais um elemento da turma que não frequenta a disciplina e um outro que foi transferido. Assim, a turma é composta por onze raparigas e doze rapazes, com idades compreendidas entre os dezasseis e os dezanove anos. Dezoito dos alunos residem na Covilhã, três no Tortosendo, um em Alcaria e dois em Belmonte. Os alunos da turma vivem com os respectivos pais, dois vivem apenas com a mãe e com padrasto ou outros elementos da família (irmãos e avós) e um deles vive com o pai e outros elementos da família. “Considera-se que o nível socio-económico da turma é *médio/alto*” (Projecto Curricular de Turma), salientando-se que existe um aluno a beneficiar do escalão A e cinco alunos a beneficiar do escalão B, dos Serviços de Acção Social Escolar (SASE). Ao longo de todo o percurso escolar apenas dois alunos apresentaram retenções e por uma só vez, embora todos os alunos frequentam o 12º ano pela primeira vez, tendo transitado sem negativas. No que refere à saúde, encontramos nesta turma sobretudo problemas alérgicos, num total de sete alunos e com problemas visuais, um total de cinco alunos. As disciplinas referidas pelos alunos como as que têm mais dificuldades são a Matemática, a Física e a Química. Por outro lado, a disciplina preferida por metade da turma é a Educação Física (referida por doze alunos), seguida pela disciplina de Biologia (com nove nomeações).

3.2 Planeamento

É consensual que a autonomia cedida ao professor para a planificação anual é relativa, na medida em que se está sujeito às deliberações conjuntas do Grupo Disciplinar (Cardoso, 2009). Além disso e antes de mais, todos partem de uma programação emanada do Ministério da Educação, que depois de contextualizada será transformada em currículo real.

A composição curricular da Educação Física para o Ensino Secundário está descrita tanto no Programa de Educação Física (2001, 12), como nos Documentos Orientadores do Ensino Secundário elaborados pelo Grupo Disciplinar (Anexo 4), da seguinte forma:

“A. Actividades físicas – actividades físicas desportivas + actividades físicas expressivas, actividades físicas de exploração da natureza e jogos tradicionais populares.

B. Desenvolvimento das capacidades motoras condicionais e coordenativas (Resistência, Força, Velocidade, Flexibilidade e Destreza).

C. Aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da condição física.

D. Aprendizagem dos conhecimentos relativos à interpretação e participação nas estruturas e fenómenos sociais extra-escolares, no seio dos quais se realizam as actividades físicas.”

No entanto, posso dizer que, de um modo geral, os aspectos referidos em A e em B são os mais explícitos e os mais trabalhados. São aqueles que pautam a acção docente, assim como os mais facilmente identificados pelos alunos. Neste sentido, o Programa de Educação Física admite “um regime de opções no seio da escola, entre as turmas do mesmo horário, de modo que cada aluno possa aperfeiçoar-se nas seguintes matérias (conforme os Objectivos Gerais): duas de Jogos

Desportivos Colectivos, uma da Ginástica ou uma do Atletismo, Dança e duas das restantes.” (Programa de Educação Física 2001, 17).

O Grupo Disciplinar de Educação Física desta escola acordou que seriam os professores, juntamente com os seus alunos, a escolher as modalidades colectivas, assim como as alternativas, dependendo dos recursos materiais existentes. Relativamente à opção de Ginástica ou Atletismo acordaram que a primeira seria para todos os alunos de 11º ano e que a segunda modalidade seria abordada maioritariamente pelos alunos do 12º ano.

Tendo em conta todas as determinações organizativas descritas anteriormente e as que já foram nomeadas no Capítulo dos Objectivos e no Capítulo da Amostra, realizámos o Planeamento Anual ou designado Planeamento a Longo Prazo.

O planeamento começou pela dificuldade em distribuir as duas turmas da Professora Orientadora por três estagiários. Após alguma reflexão, foi proposto que se dividisse os três períodos lectivos das duas turmas por nós, para que cada um leccionasse durante um período lectivo, em cada turma. Desta forma, iriam estar dois estagiários a leccionar, um em cada uma das turmas, e o terceiro estagiário estaria a dar apoio na resolução de situações burocráticas, assim como no acompanhamento a uma Direcção de Turma do Ensino Básico. Outra mais-valia desta situação relacionava-se com os próprios alunos, uma vez que assim, existiria apenas uma fase de adaptação, por Período, ao estagiário e ao seu estilo de ensino.

Esta divisão possibilitou ainda que, cada um de nós fosse responsável pelo Planeamento a Médio e Curto Prazo, ou seja, pela planificação e operacionalização das Unidades Didácticas completas. Seguindo os parâmetros definidos pelo Programa, sabíamos à partida, que cada um de nós iria leccionar pelo menos duas modalidades por Período, sendo que, definimos como critério de distribuição das modalidades, o de abordarmos, durante todo o estágio, modalidades diferentes. Com este critério conseguiríamos ensinar quatro a seis modalidades diferentes, ficando desta forma com mais experiência em várias áreas.

Na criação e concepção das Unidades Didáticas foi consensual a realização de avaliações diagnósticas, para uma maior adequação da planificação aos seus destinatários, respeitando deste modo os diferentes níveis de aprendizagem, que nem sempre correspondem aos níveis de escolaridade. Além disso, “o nível de aptidão dos alunos assume, no ensino geral, um valor preditivo importante sobre as aprendizagens realizadas e os níveis de habilidade final atingidos.” (Costa 1995, 19).

Como não podia deixar de ser, o último aspecto a ser esclarecido, e na minha opinião o mais difícil de toda a actividade docente, prende-se com a Avaliação. Como descrito anteriormente a avaliação diagnóstica ficou esclarecida à partida. Quanto à avaliação formativa, ficou definido que seria realizada ao longo das aulas e descrita em relatório de aula. As Grelhas de Avaliação (Anexo 5) foram as definidas pelo Grupo Disciplinar de Educação Física, e contemplaram três dimensões fundamentais: Dimensão Sócio-afectiva (25%); Dimensão Cognitiva (35%); e Dimensão Psicomotora (40%). Considerando que os critérios estão de acordo com os parâmetros definidos no programa, a especificação do Grupo relaciona-se com a divisão das percentagens pelas três dimensões. Analisando cada uma em separado, encontramos na Dimensão Sócio-afectiva quatro itens para avaliar: Pontualidade, Assiduidade, Autonomia e Responsabilidade; na Dimensão Cognitiva temos a Aula, o Trabalho e o Teste; e por fim na Dimensão Psicomotora onde são avaliadas as acções técnico-táticas das modalidades abordadas, mais especificamente.

Depois de organizado o nosso sistema de funcionamento, surgiu então a primeira aula, a mais difícil!

3.2.1 Turma 11º B

A primeira aula com a turma do 11º B foi liderada pela Professora Orientadora e baseou-se nas apresentações, tanto dos alunos como nossas, na programação do

ano lectivo e na eleição das modalidades a abordar. Este sistema de escolha de modalidades era desconhecido dos alunos pelo que, necessitou de explicação mas pormenorizada. As modalidades foram seleccionadas através de sorteio e de acordo com o definido pelo Programa. Assim, decidiu-se abordar as seguintes: Andebol, Basquetebol, Voleibol, Ginástica, Dança e Desportos de Raquetas (Ténis e Badminton). Aparentemente e confrontando as modalidades com o Programa de Educação Física parece existir alguma incoerência. Todavia, esta definição das modalidades vai ao encontro tanto do programa como da Planificação de Educação Física adaptada às reais condições e interesses da escola. Assim, e tendo em conta os objectivos definidos pela escola, nomeadamente “comunicação”, “organização” e “cooperação”, explanados no Capítulo dos Objectivos da Escola deste relatório, uma das exigências prendia-se com o número reduzido de modalidades de cariz individual. Neste sentido, e dado que a área de Dança é obrigatória, que a Ginástica já está pré-definida para o 11º ano pelo Grupo Disciplinar (Anexo 6) e que os Desportos de Raquete foram largamente solicitados pelos alunos, decidiu-se introduzir uma modalidade colectiva para ir ao encontro dos objectivos da escola. Esta foi, então, a razão pela qual foram escolhidas três modalidades colectivas para desenvolver este ano lectivo e nesta turma.

A divisão das turmas, dos períodos e das modalidades, entre nós, atribuiu-me esta turma no 2º Período com as áreas Ginástica e Basquetebol. Comecei por recordar os objectivos das respectivas modalidades e realizar um pré-planeamento destas Unidades Didácticas, vulgarmente denominado por Planeamento a Médio Prazo. Tendo em conta de que dispunha de vinte e três aulas, todas de noventa minutos, tentei dividi-las de igual forma pelas duas áreas, retirando uma para realização do teste e outra para a correcção do mesmo e auto-avaliação. Assim, planifiquei a Unidade Didáctica de Basquetebol para onze aulas, sendo que só foram efectivamente leccionadas nove. Para a Unidade Didáctica de Ginástica planifiquei dez aulas, embora só leccionasse oito. Estas quatro aulas que aparentemente foram “perdidas” estavam programadas para os dias de realização de actividades na escola, pelo que não puderam ser realizadas. Todavia, consegui adaptar a planificação para que os objectivos definidos anteriormente fossem cumpridos.

A distribuição das aulas, de cada modalidade ao longo do período, teve em conta um factor preponderante, a rotação dos espaços. Dado que tinha como objectivo abordar a modalidade de Ginástica, condicionei de imediato todas as aulas em que me foi atribuído o ginásio, sendo que todas elas ainda não foram suficientes. Para colmatar esta situação, planifiquei duas aulas desta modalidade para o pavilhão, contudo deparei-me com outro problema, o reduzido número de colchões disponíveis. Nada que não se resolvesse, com a adaptação do plano de aula a metade do material previamente pensado. Quanto à Unidade Didáctica do Basquetebol, esta foi planificada para as aulas de pavilhão e de exterior, sabendo desde logo que, dada a época do ano em que nos encontrávamos, seriam poucas as efectivamente leccionadas no exterior. Assim, a grande maioria das aulas desta modalidade foram realizadas em meio pavilhão.

Para o Planeamento a Curto Prazo, ou seja, quanto aos planos de aula, eu e os meus colegas de grupo desenhamos um modelo que mantivemos ao longo de todo o estágio. Foi um modelo bastante prático e de fácil compreensão que se adaptou facilmente a todas as aulas criadas por nós. Utilizei-o como instrumento de trabalho, construindo o meu Planeamento a Curto Prazo.

Tentei sempre que possível, promover nos meus planos de aula, situações lúdicas, competitivas e propiciadoras de desafios adequados às características dos alunos. Procurei definir objectivos exequíveis e conteúdos que fossem ao encontro das necessidades e dos níveis demonstrados pelos alunos, correndo muitas vezes o risco de estar a trabalhar no nível elementar e não no nível avançado, como pretendido. Esta situação aconteceu nas aulas iniciais de Basquetebol, sobretudo porque na aula de diagnóstico, identifiquei alguns níveis de execução reduzidos e senti necessidade de “voltar um pouco atrás” para recuperar esses alunos. Este facto foi bastante evidente, não só pelas práticas motoras como também pelos relatos dos alunos, a partir dos quais me apercebi que frequentavam clubes de basquetebol. Assim, a planificação da Unidade Didáctica do Basquetebol foi elaborada com base nessas observações, contemplando o planeamento diversos níveis de execução.

Nas aulas foi necessário efectuar algumas alterações ao planeamento, devido a factores como, as necessidades identificadas nos alunos, as condições climatéricas e o material disponível, que condicionaram a aplicabilidade do plano de aula. Verifiquei que a motivação e o empenho da grande maioria dos alunos eram elevados, nesta modalidade colectiva, e que mesmo em aulas onde as condições materiais não eram as melhores (meio pavilhão), eles continuavam bastante envolvidos nos exercícios propostos e a dar o seu melhor. Com o decorrer das aulas fui avançando nos conteúdos e constatei alguma progressão por parte dos alunos, mas nunca o à-vontade suficiente para caminhar descansada no nível avançado desta modalidade.

A modalidade de Ginástica foi bastante mais difícil de abordar. Sentia da parte dos alunos, um descontentamento a cada início de aula. A falta de aptidão, a falta de vivências ou mesmo o facto de não gostarem desta modalidade por ser individual, eram algumas razões justificativas deste desagrado. Perante esta situação, o meu objectivo para as aulas deixou de ser a realização das habilidades gímnicas para começar a ser a motivação dos alunos para a prática. Eu, em conjunto com a Professora Orientadora, decidimos que deixaríamos a Ginástica de Solo para “segundo plano” propondo a área da Ginástica Acrobática pois considerámos que esta poderia trazer algum desafio e isso motivar os alunos. Tivemos também em linha de conta, o aspecto “modalidade individual”, pelo que propus aos alunos durante a Unidade Didáctica um trabalho em grupo, mas onde era avaliada a prestação individual. Reorganizei a minha Planificação a Médio Prazo e consegui abordar esta modalidade, realizando avaliações contínuas no final de cada aula, onde os alunos demonstravam bastante satisfação por superarem as suas próprias expectativas. Para ser mais fácil, organizei uma serie de imagens de elementos gímnicos e posições de acrobática, que evoluíam gradualmente desde as habilidades gímnicas básicas, como o rolamento à frente engrupado, até às posições de acrobáticas de pares, trios e quadras. Como refere Araújo (2004, 7) “muitos dos elementos gímnicos são de grande complexidade e não estão ao alcance da maioria dos nossos jovens. Há, no entanto, inúmeros elementos que são de dificuldade inferior que podem ser abordados nas escolas.” De modo a

responsabilizar os alunos pelas suas aprendizagens, estimei o espírito crítico e a tomada de decisão, uma vez que lhes dei liberdade para escolherem os elementos que iriam apresentar, sabendo à partida que eles não teriam todos o mesmo valor no momento da avaliação.

Constatei que, de uma maneira geral, a grande maioria dos alunos ficava animado com a aula e surpreendido sua prestação, pelo que considero que o nível motivacional foi progressivamente sendo elevado. No final de todas as aulas, verifiquei uma satisfação global com a modalidade de Ginástica e mesmo uma surpresa generalizada perante os bons resultados obtidos. Confrontei os alunos com esta situação, ao que me responderam que superaram as suas próprias expectativas.

A planificação não foi ao encontro dos objectivos propostos no Programa de Educação Física, para esta modalidade e para este ano de escolaridade. Tenho plena consciência que o nível avançado foi uma “miragem” e que o nível elementar foi o trabalhado. Todavia, sei que fiz um grande esforço em tentar adaptar o programa que está por detrás da programação, à realidade que tinha à minha frente e desse trabalho resultou um conjunto de aulas onde os alunos estiveram empenhados e motivados e cujos exercícios propostos eram atingíveis por eles. Penso ter feito a opção correcta, os alunos e não o programa!

No decorrer das aulas tive quase sempre alunos que não podiam realizar actividades físicas, ou por se encontrarem lesionados ou por estarem doentes. Compreendendo que estes alunos fazem parte da minha aula, senti necessidade de os envolver na prática, ajudando-me na distribuição e arrumação do material, assim como na avaliação da prestação dos colegas quer na Ginástica (juizes) quer no Basquetebol (árbitros). Quando nenhuma destas situações se verificava, pedia aos alunos que realizassem um pequeno relatório de aula, escrito, tendo em conta algumas linhas orientadoras enunciadas por mim ou aspectos que eles considerassem importantes para destacar daquela aula

A avaliação desta turma baseou-se na Grelha de Avaliação cedida pelo Grupo Disciplinar, permitindo-me ir ao encontro dos critérios de avaliação definidos pelo mesmo. Na dimensão Sócio-afectiva relacionei os dois primeiros parâmetros (assiduidade e pontualidade) com a tabela de presenças e ou outros dois com as atitudes, nomeadamente com a realização do aquecimento, a preservação e arrumação do material, a entrega de trabalhos nas datas definidas, o cumprimento das regras de segurança estabelecidas, entre outras. Na dimensão Cognitiva, tive em conta o trabalho e o empenho demonstrado nas aulas, os trabalhos escritos solicitados e a classificação final do teste de avaliação sobre a modalidade de Basquetebol. No que refere à dimensão Psicomotora tive em consideração as habilidades motoras das modalidades abordadas, assim como a capacidade de combinações delas com o grupo (a situação de jogo formal, no caso do Basquetebol e no caso da Ginástica a construção de esquemas coreográficos, em grupos, para apresentação – quatro momentos de avaliação).

3.2.2 Turma 12º C

Na primeira aula com a turma do 12º C a Professora Orientadora liderou as apresentações, tanto dos alunos como nossas direccionando o diálogo para a programação do ano lectivo, assim como para a eleição das modalidades a abordar. Estas foram escolhidas pela ordem de preferências dos alunos, dentro dos parâmetros definidos, apurando-se as modalidades de Futsal, Basquetebol, Voleibol, Dança, Desportos de Raquetas (Ténis e Badminton) e Orientação. Se tivermos em atenção só o Programa de Educação Física, as modalidades escolhidas não correspondem aos pré-requisitos identificados no programa. Todavia, esta escolha teve em linha de conta também o definido pelo Grupo Disciplinar de Educação Física da escola, onde está descrito que a modalidade de Atletismo deve ser abordada no 12º ano (Anexo 6). No entanto, a escola não possui as condições necessárias para abordar esta modalidade neste nível de ensino, pelo que foi escolhida uma outra modalidade colectiva, em prol desta, e que fosse ao encontro

dos objectivos da “Comunicação”, “Organização” e “Cooperação”, explanados no Capítulo dos Objectivos da Escola.

Esta turma foi-me destinada para leccionação no 3º Período, com as modalidades que faltavam abordar: Voleibol e Dança. Depois de reler os objectivos definidos pelo Programa e verificar que dispunha de dezasseis aulas, todas de noventa minutos, redigi um Planeamento a Médio Prazo. Destas dezasseis aulas retirei uma para realização dos testes do Fitnessgram, uma para o teste de avaliação e uma de correcção do teste e auto-avaliação. Das treze aulas que restavam, distribuí-as em sete aulas destinadas à modalidade de Voleibol e seis aulas para abordar a modalidade de Dança. Quanto à modalidade de Voleibol, todas as aulas previstas foram leccionadas, enquanto na Dança só foram realizadas cinco aulas, devido à Tolerância de Ponte. Esta situação não impediu, de forma alguma, o cumprimento dos objectivos propostos, pois como foi referida com bastante antecedência, reformulei o todo o Planeamento da Unidade Didáctica de modo a que essa aula não fosse indispensável.

O mapa de rotação dos espaços voltou a ser um documento importante para a organização das aulas, na medida em que a percepção de que tinha metade das aulas no exterior e que tinha duas modalidades para abordar, ambas tendencialmente realizadas no interior, levou-me a pensar muito bem na distribuição que deveria fazer. De modo a ultrapassar esta situação atribuí às aulas de exterior, aulas de Voleibol, recorrendo ao campo de basquetebol para colocação de uma fita em substituição da rede, e ainda duas aulas iniciais de Dança, para as quais escolhi um lugar mais recatado da escola.

Quanto ao instrumento de Planificação a Curto Prazo, foi utilizado o mesmo modelo ao longo de todo o estágio e para todas as turmas.

A actividade física, relacionada coma aptidão física, surgiu na leccionação através da aplicação da Bateria de Testes do Fitnessgram. Esta bateria tem por objectivo a avaliar a aptidão física e relacionar o nível de aptidão e o nível de condição física com as zonas saudáveis, ligadas à saúde. Esta avaliação funcionou elemento

promotor para a actividade física, de forma regular, e ensinou os alunos a avaliar os seus níveis de aptidão física, a interpretar os resultados da avaliação e a planear programas pessoais e motivadores para continuarem a ser activos. (Fitnessgram – Manual de Aplicação dos Testes).

Situações desafiantes que estimulassem a tomada de decisão e procurassem desenvolver nos alunos a capacidade de raciocínio e resolução de problemas, foi o que sempre pautou a minha prestação como professora. Os alunos sabiam disso pois fiz questão de solicitar, logo desde o princípio, a transposição das situações trabalhadas para outros contextos, nomeadamente para situações de jogo formal ou para situações da vida real. Os conteúdos definidos no Planificação da Unidade Didáctica foram ao encontro dos conhecimentos dos alunos, enquanto o planeamento dos objectivos relacionou-se com o programa. Pelas aulas diagnósticas apercebi-me que, ao nível da modalidade de Voleibol, a grande maioria dos alunos demonstrou para além de grandes competências motoras, uma predisposição individual para a prática desportiva, o que facilitou, em larga escala, as aprendizagens. Saliento somente alguns alunos, que se encontravam num nível inferior e, sobre os quais, dediquei um pouco de atenção no decorrer das primeiras aulas. Neste sentido, o planeamento das aulas procurou corresponder aos dois níveis de execução, para que conseguisse por um lado recuperar os alunos com menos destrezas, e por outro continuar a manter os níveis de motivação e de aprendizagem dos restantes alunos. Destaco ainda que, na abordagem à modalidade de Voleibol, quatro das aulas leccionadas foram condicionadas, ou seja os planos de aula aplicados foram construídos com base nos princípios definidos pelo estudo que estávamos a desenvolver, no âmbito da disciplina de Seminário de Investigação II. Os objectivos e conteúdos programados foram os abordados, alterando apenas o estilo de ensino. Todavia, vou aprofundar mais esta situação no Capítulo das Actividades não Lectivas.

Ao longo deste 3º Período, foi inevitável a realização alterações relacionadas com os factores climatéricos, ou com a utilização dos espaços por outras actividades. Assim, verificaram-se algumas adaptações do plano de aula relacionadas basicamente com a mudança ou alteração do espaço. Nenhuma destas mudanças

interferiu no desempenho e motivação dos alunos pois, como refere a literatura e como já foi dito por mim na análise da leccionação da turma anterior, todas as modalidades colectivas estimulam e entusiasma os alunos, levando-os mesmo a manifestações e satisfação espontâneas. São, sem dúvida, estas expressões de satisfação que aumentam o “ego” de qualquer professor e nos dão “força” para continuar a apostar em estratégias ensino inovadoras e criativas. No decorrer das aulas evidenciei uma evolução dos alunos “mais fracos”, conseguindo por este motivo elevar os conteúdos para níveis avançados de execução. Senti que a grande maioria deles gostou dos “novos” conteúdos, e conseguiu atingir os objectivos propostos. Deste modo, fui ao encontro do nível avançado proposto pelo Programa, para este ano de escolaridade.

Quanto à modalidade de Dança, e comparativamente com a modalidade de Ginástica abordada no período anterior, senti à partida bastantes reticências por parte dos alunos. Todavia, existiu um grupo de alunos que manifestou de imediato a sua vontade em aprender a Valsa, para poder dançá-la no Baile de Finalistas. Aproveitei o exemplo destes alunos e de modo a motivar o grande grupo, referi que aprenderíamos a dançar as músicas que eles propusessem. Planifiquei então, uma Unidade Didáctica baseada principalmente no trabalho de grupo, sendo que cada grupo iria trabalhar sobre um estilo de dança, preparando uma coreografia para depois apresentar. Passadas as primeiras aulas e depois de constatar o empenho e a motivação de todos os grupos em realizar coreografias que representassem o estilo escolhido, achei que seria mais enriquecedor, para a totalidade os alunos, aprenderem a dançar todas as coreografias. Neste sentido, alterei a minha planificação e introduzi o ensino das coreografias nas últimas duas aulas destinadas à modalidade. Penso que, de uma maneira geral, os alunos demonstraram bastante entusiasmo e motivação e que se envolveram bastante na construção e apresentação das coreografias, mantendo níveis de atenção e concentração muito elevados, tendo em conta todos os factores de distração inerentes a uma aula desta natureza.

A abordagem desta área foi ao encontro dos objectivos programados para este nível de escolaridade, uma vez que se tratava de uma modalidade alternativa usufruí da oportunidade de trabalhar com os alunos no nível introdutório, elementar e avançado. Para mim, o facto de trabalhar novamente conteúdos que não são os mais apreciados pelos alunos, tornou-se um desafio à minha capacidade para motivar e manter interessados os alunos, criando situações de ensino estimulantes e estimuladoras de novas aprendizagem.

A avaliação desta turma teve como base a Grelha de Avaliação cedida pelo Grupo Disciplinar, organizando-se os critérios de avaliação por três dimensões. Quanto à dimensão Sócio-afectiva comparei os dois primeiros parâmetros (assiduidade e pontualidade) com a tabela de presenças aferindo as presenças, as faltas de material e os atrasos. Os outros dois parâmetros relacionei-os com as atitudes, nomeadamente com a realização do aquecimento, a preservação e arrumação do material, a entrega de trabalhos nas datas definidas, o cumprimento das regras de segurança estabelecidas, entre outras. Na dimensão Cognitiva, tive em conta o trabalho e o interesse demonstrado nas aulas, o trabalho escrito solicitado, no âmbito do estilo da Dança escolhido, e a classificação final do teste de avaliação sobre a modalidade de Voleibol. No que respeita à dimensão Psicomotora tive em consideração as habilidades motoras das modalidades abordadas, assim como a capacidade de combinações delas com o grupo (a situação de jogo formal, no caso do Voleibol e no caso da Dança a construção de coreografias, em grupos, para apresentação). Neste parâmetro da avaliação, saliento um aluno que teve um sistema de avaliação diferente, pois encontrava-se impossibilitado de realizar qualquer prática desportiva. Assim a sua avaliação deste período baseou-se apenas na Dimensão Sócio-afectiva e na Dimensão Cognitiva.

3.2.3 Apreciação Geral

A generalidade das aulas leccionadas por mim, seguiu a mesma linha orientadora quanto aos ideais do pensamento construtivista. Ao professor cabe o importante

papel de orientador e estimulador de aprendizagens, assumindo os alunos o papel principal. De facto, o que importa no ensino secundário já não é tanto os conteúdos de forma objectiva mas, fundamentalmente “Aprender a Ser - Aprender a Aprender” como alerta o ideal da escola no Projecto Educativo de Escola. A formação de alunos reflexivos contribui para o desenvolvimento pessoal e social dos mesmos, pelo que considero que é neste sentido que a escola e os professores deverão caminhar.

A experiência de leccionação foi bastante positiva, indo ao encontro das minhas expectativas. As duas turmas disponibilizadas pela Professora Orientadora foram excelentes nas suas prestações, compreendendo e colaborando comigo para o sucesso de cada aula. De uma forma geral, os alunos mostraram-se interessados e trabalhadores, embora bastante conversadores. Têm um bom relacionamento com todos os professores e entre eles, notando-se mais na turma de 11º ano do que na turma de 12º ano, onde se verifica a existência de pequenos grupos, havendo até algumas incompatibilidades. São alunos com ideias próprias não modificando a sua opinião em favor do grupo pelo que se apresentam muito exigentes, não facilitando a tarefa dos professores.

Preocupe-me sempre, em adaptar o programa definido à realidade de ensino-aprendizagem, tendo como finalidade primordial o desenvolvimento das capacidades dos alunos, nomeadamente estimulando o pensamento e o raciocínio.

Considero que fui bem sucedida na diversificação de estratégias e recursos assim como, na exploração dos mesmos com alguma criatividade. A utilização de meios auxiliares de ensino como a apresentação de imagens, a colocação de música ou a introdução da instrução por parte dos alunos, demonstraram as minhas preocupações relativamente à inovação pedagógica.

A motivação dos alunos é essencial para um bom funcionamento de aula. O despertar dos interesses de cada aluno pode ser fomentado a partir das suas ideias prévias, aumentando assim os níveis motivacionais. A disciplina de Educação Física solicita por si só, na maioria dos alunos, bastante motivação (esta é a

disciplina preferida da maioria dos alunos), mas não chega, as aulas devem corresponder às expectativas iniciais dos alunos. Para isto, considerei essencial indicar e explicar aos alunos, logo no início dos períodos, os objectivos das modalidades e os conteúdos programáticos das mesmas, muito embora tenham sofrido algumas alterações com decorrer das aulas.

Por ser uma disciplina fundamentalmente prática, a Educação Física necessita de uma distribuição do tempo bastante diferente, sendo que o tempo útil de aula é inferior ao tempo horário previsto. Quina (1994, 36) refere que, “cada aula de Educação Física tem um determinado tempo programa (...) e que parte deste é gasto nas deslocações para o local da aula, na troca de roupa nos balneários e em assuntos administrativos.” A gestão do tempo tem, necessariamente, de ser feita contando com este tempo “gasto”, que não está contemplado nas outras disciplinas. Para ser mais fácil controlar esse tempo, o modelo de plano de aula já o considerava, ou seja, já estava descrito no Planeamento a Curto Prazo. Assim o tempo disponível para a prática era apurado aquando da realização do plano de aula, de modo a transformá-lo “em tempo individual de actividade do aluno.” (Costa, 1983, 19)

No que respeita às condições adequadas e de segurança, preocupei-me em evitar, quase sempre, as condições de aprendizagem desagradáveis para os alunos, particularmente em relação à realização de aulas no exterior quando está frio, à colocação de costas ou de lado para o sol, ou à prevenção de possíveis lesões, para as quais enunciava previamente, as condições de segurança.

A flexibilidade do plano de aula permitiu-me alterar e adaptar as aulas sempre que as condições “normais” se modificavam ou quando os alunos não correspondiam às aprendizagens. Costa (1983, 19) refere que “os professores mais eficazes apresentam uma maior plasticidade no seu comportamento de ensino”. Esta capacidade de reajustamento a situações imprevistas foi amplamente trabalhada, sendo que os objectivos a atingir foram cumpridos na sua maioria.

Procurei sempre apresentar os conteúdos com bastante rigor e clareza estruturando-os de forma a serem compreendidos, tanto por qualquer adulto que lesse o plano de aula, como pelos próprios alunos. A qualidade da transmissão da informação é um aspecto que considero bastante importante, pelo que ao nível da oralidade, tentei utilizar uma linguagem clara, objectiva e rigorosa, tornando possível a compreensão dos conhecimentos por parte dos alunos daquele ano de escolaridade. De acordo com a literatura, tentei realizar intervenções de curta duração mas eficazes e esclarecedoras das situações. As poucas vezes que não foi possível os alunos compreenderem apenas com a minha exposição recorri à demonstração simples e quase sempre realizada por um aluno.

O incentivo à participação de todos na dinamização da aula quer seja activamente ou de forma passiva, foi uma constante ao longo das aulas. Este facto promoveu nos alunos a criação de hábitos de cooperação e inter-ajuda, mesmo quando não participaram na parte prática das aulas. Outra forma de incentivo à participação foi uma estratégia que implementei no início de cada aula, com a liderança da sessão de alongamentos por parte de um dos alunos.

Para a situação que considero mais difícil da profissão docente, avaliar, penso que recorri a estratégias diversificadas, para que na minha avaliação fosse a mais justa possível com todos os alunos, não defraudando as expectativas que eles desenvolveram sobre a disciplina e sobre mim. Claro que a elaboração de vários instrumentos de avaliação tendo em conta as modalidades, assim como a sua análise para a actividade de compensação e reorientação, exigiu de mim mais trabalho e uma maior dedicação, mas considero que só desta forma é que consegui ser correcta para com todos, ficando com a consciência tranquila.

Durante a execução das aulas procurei sempre ir relembrando as regras e normas de funcionamento e avaliação da disciplina, para alcançar um bom controlo disciplinar. Em qualquer uma das turmas não se verificou nenhuma situação a salientar, na medida em que são turmas de Ensino Secundário, com alunos que já possuem alguma maturidade. Todavia, vou ao encontro da opinião de Costa (1983,

14), quando ele afirma que “a chave de uma gestão eficiente da classe reside em criar um contexto de aprendizagem e em utilizar técnicas preventivas que evitem que os desvios de comportamento ocorram, e vez de utilizar correctamente as técnicas após os problemas acontecerem.”

Tentei sempre fomentar um clima agradável nas aulas, propício ao desenvolvimento de um processo de ensino-aprendizagem motivador e eficaz. Para tal, procurei estar atenta aos problemas, questionando e incentivando os alunos para o diálogo, quando apenas um olhar já demonstrava tudo. Os alunos corresponderam muito bem criando-se um clima “caloroso” ao longo de todas as aulas. Esta aproximação permitiu-me também, a mim libertar um pouco da posição de distanciamento do professor, para conseguir estabelecer com os alunos algumas “brincadeiras” que tornaram as aulas mais lúdicas e descontraídas, factor este que considero importantíssimo no fomento de aprendizagens ditas “obrigatórias”. Costa (1983) identifica três dimensões referentes ao clima propiciado pelos professores: Cordialidade, “criam um envolvimento caloroso... mostram afeição e relacionam-se com os alunos de forma humana; Expectativa, proporcionam “um nível de expectativa elevado”; e Centrado na Tarefa, dando “ênfase aos objectivos e conteúdos”.

De uma maneira geral, termino esta pequena reflexão da parte da leccionação referindo que, todas as minhas responsabilidades enquanto professora e interveniente na formação integral dos meus alunos foram cumpridas com empenho. O gosto pessoal em levar os alunos a ganhar conhecimentos de forma criativa, introduzindo novas experiências, leva-me a considerar esta prática como bastante positiva e enriquecedora. A competência reflexiva que desenvolvi ao longo das análises com o grupo de estágio e com a Professora Orientadora possibilitaram um crescimento e uma evolução bastante precisa, no sentido de me aperfeiçoar. No que refere aos alunos, estabeleci bastantes laços de amizade, que não poderiam ser, como é normal, com a totalidade dos alunos, mas que vão perdurar muito para além deste ano ou para além desta instituição educativa.

João Nascimento Quina relata no seu livro dedicado à disciplina de Educação Física, embora noutra nível de ensino, uma ideia que transparece o meu ideal de ensino e um pouco do que aconteceu durante as aulas que leccionem nesta prática pedagógica. Ele salienta que é responsabilidade do professor a formação de uma “classe que parece funcionar por ela mesma” e que se obtém “quando se consegue gerar nos alunos uma atitude activa de aprendizagem num clima positivo e agradável, quando se consegue criar na classe um conjunto de condições de funcionamento facilitador da aprendizagem dos alunos” de forma livre e individual, sem grande condicionamento do professor. (Quina, 1994, 45)

3.3 Recursos humanos

É certo que a formação académica constitui uma grande influência na formação dos professores. Todavia, com o estágio, passamos a adquirir conhecimento através da experiência de ensino, mudando a forma de pensar. Esta alteração de pensamento é fruto das interações contínuas com a escola, com os outros docentes, com o orientador, com o grupo de estágio e com os alunos. Como refere Cardoso (2009, 19) as interações estabelecidas com a comunidade educativa e “a qualidade das mesmas proporcionam aos estagiários oportunidades para observarem, ajudarem questionarem e reflectirem em conjunto, o que contribui para a construção do conhecimento”.

O relacionamento com os intervenientes da comunidade escolar foram, quanto a mim, um dos aspectos mais importantes no meu estágio, uma vez que me permitiram partilhar experiências e vivências, aprender e ensinar, criar amizades e consequentemente, alcançar um ambiente de trabalho agradável. As relações humanas foram estabelecidas a diferentes níveis, tendo em conta os diversos membros da comunidade educativa. Neste sentido, vou realizar uma pequena reflexão sobre cada um deles, separadamente.

Começando pela escola, que me acolheu “de braços abertos”, sem imposições ou limitações, considero que é um excelente estabelecimento de ensino e que detém bastantes recursos disponíveis para o fomento de metodologias activas de ensino. Saliento o seu Director e a óptima relação que estabelecemos com ele, tanto eu como o meu grupo de estágio. Ele e o seu gabinete estiveram sempre receptivos às nossas ideias e dispostos a apoiar-nos em todo os projectos desenvolvidos.

Esta escola é relativamente recente, quando comparada com outras da cidade, mas já com alguma história relativamente à abertura a “novos professores”. Desde o ano de 2000/2001 que recebe professores estagiários, mas prima por manter um quadro docente estável, constituído por setenta e quatro professores, de noventa e

dois no total. Quanto ao pessoal não docente, ou mais recentemente designado por Assistente Operacional reúne um conjunto de trinta e oito pessoas, a maioria das quais já minhas conhecidas, desde os tempos em que estudei nesta escola. Considero que a escola tem um ambiente bastante bom e caloroso onde todos se sentem bem, apesar da minha ocupação profissional não me possibilitar permanecer, tantas vezes e por tanto tempo, como o pretendido. No entanto, penso que o mais importante foi tornar o tempo que lá passei bastante produtivo, pois, permitiu-me ter uma experiência de prática pedagógica muito positiva, fazer amizades com professores de outros Departamentos, Grupos Disciplinares e Assistentes Operacionais e ao mesmo tempo levar comigo um sem número de vivências que me vão ser muito úteis em trabalhos futuros.

O Grupo Disciplinar de Educação Física é constituído por oito professores, sendo quatro do quadro da escola e os outros quatro, professores contratados. Para além destes docentes, faz parte deste Grupo Disciplinar o nosso grupo de estágio constituído por três elementos e ainda outro, também de três elementos, pelo que este Grupo Disciplinar, contou com uma população total de catorze intervenientes, este ano. O bom relacionamento que desenvolvi com todos eles permitiu-me a mim, enquanto estagiária, desenvolver o meu trabalho num ambiente agradável e proporcionou-me um à vontade muito grande para expor os meus problemas e dúvidas, sem qualquer tipo de receios. O grupo ouviu sempre as minhas sugestões, questões e problemas fazendo-me sentir necessária e útil, nunca colocando as minhas opiniões de parte por eu ser nova neste processo. Para além disso, o Grupo Disciplinar colaborou sempre que necessário e solicitado no desenvolvimento das actividades promovidas pelo grupo de estágio permitindo desta forma, que estas se desenvolvessem com o trabalho de todos e conseqüentemente com maior eficiência e eficácia.

Estabeleci com a orientadora uma boa relação de trabalho mas também de amizade, uma vez que a professora Dina Rodrigues já tinha sido minha professora de Educação Física e Directora de Turma, no meu 9º ano de escolaridade. Segundo Cardoso (2009, 3) “o orientador surge como um dos principais intervenientes do processo formativo, assumindo o acompanhamento da prática pedagógica,

orientando-a e reflectindo-a, com a finalidade de proporcionar ao futuro professor, uma prática docente de qualidade”. Neste sentido, ajudou-me a desenvolver uma concepção de ensino profunda e significativa, numa relação de quase completa liberdade, onde as sugestões e as ideias emergiam, sem imposição ou obrigatoriedade. Considero que, a minha orientadora foi flexível o necessário para me fazer crescer e exigente o suficiente para me fazer trabalhar e alcançar os objectivos que tínhamos delineado no início do ano. Todavia nem sempre tivemos de acordo, mas dialogando, conseguimos chegar a conclusões e pudemos aproveitar os pontos de vista diferentes.

Foi com o grupo de estágio que passei a maioria deste ano e foi em conjunto com ele, através de um trabalho contínuo de colaboração e cooperação, que ultrapassei os problemas e as novas situações com que me fui deparando. Confesso que, nem sempre foi fácil, temos ideias diferentes do ensino, devido sobretudo a formações iniciais distintas. Todavia, soubemos ultrapassar essas dificuldades com a amizade suficiente que nos une e com o profissionalismo necessário que nos caracteriza, sendo coerentes com os nossos ideais e as nossas acções.

Nas relações que estabeleci com os alunos ao longo das aulas, procurei que estes encontrassem o equilíbrio entre o respeito que devem ter com o professor e o sentimento de amizade pelo mesmo. Considero este processo algo difícil, uma vez que estes aspectos se confundem muitas vezes. Assim, procurei “ganhar”, em primeiro lugar, o respeito dos alunos, explicitando algumas regras de funcionamento e organização das aulas. Com o decorrer do tempo, a minha postura foi-se alterando à medida que as respostas dos alunos já evidenciavam uma certa compreensão entre a liberdade e o respeito. Deste modo, fui construindo uma amizade progressivamente, à medida que a relação de confiança ia aumentando. Umhas vezes no “papel do professor”, que se esforçava por entender as ideias dos alunos, outras vezes com o “papel de aluna”, onde tentava esclarecer os pontos de vista dos professores, penso que medieei sempre os conflitos de forma correcta, sem nunca assumir radicalmente nenhum dos “papéis”. Tive a percepção que este foi um processo moroso e progressivo mas que foi edificado de forma bastante sólida.

3.4 Recursos Materiais

As condições materiais e espaciais são de extrema importância, na medida em que influenciam a reflexão pedagógica do professor e o desenvolvimento da actividade, para a consecução dos objectivos propostos. Os recursos materiais, tanto ao nível das instalações como do equipamento, são uma das condicionantes essenciais desse princípio pedagógico.

No que respeita às instalações ou áreas para leccionação formais, encontramos na Escola Secundária Quinta das Palmeiras um pavilhão, um ginásio e duas áreas exteriores, com dois campos para modalidades como Andebol e Futsal ou quatro campos para a modalidade de Basquetebol. Para professores mais ousados, como foi o meu caso, espaço escolar livre, agradável e com sombra também foi utilizado como local de aula. Os espaços utilizados para a prática das aulas foram sempre vistos, por mim, como áreas polivalentes e que poderiam permitir várias utilizações, embora fossem, pelas suas características e pela sua qualidade, espaços vocacionados para a prática de determinadas matérias.

Como zonas de suporte para as aulas de Educação Física, temos ainda disponível para os alunos, os balneários (feminino e masculino) com casa de banho, e a zona dos cacifos para guardarem o seu equipamento desportivo. Para apoio aos professores, as instalações possuem uma pequena sala de professores do Grupo Disciplinar de Educação Física, um balneário e uma casa de banho. Para arrumação do material, o edifício está equipado com uma arrecadação, interdita aos alunos, para que o material desportivo se mantenha guardado e organizado.

Relativamente aos equipamentos desportivos, saliento que o material utilizado ao longo da leccionação foi decidido em função do espaço da aula e das suas características (pavilhão, ginásio ou exterior), considerando também o número total de alunos da turma e número de professores em leccionação simultânea. Este último factor foi bastante importante na programação das aulas uma vez que, tanto

numa como na outra turma, encontrei professores que estavam a leccionar a mesma modalidade, no mesmo tempo lectivo que eu. Saliento ainda que, tive em conta na escolha do material para as aulas, a adequação do mesmo às características dos alunos, nomeadamente no que se refere às suas dimensões, de forma a facilitar a aprendizagem e o aperfeiçoamento das habilidades motoras.

Neste sentido, importa ainda destacar que, para cada modalidade abordada foi seleccionado fundamentalmente o material básico e respectivo dessa modalidade, uma vez que os alunos, já se encontram num nível avançado. Todavia, utilizei bastantes vezes, material de apoio à organização do espaço da aula e dos próprios alunos, como coletes, sinalizadores, cordas de saltar, cronómetro e apito. Em seguida, faço uma breve referência ao material que utilizei, tendo em conta as modalidades leccionadas por mim.

Na modalidade de Basquetebol, utilizei bolas de Basquetebol e tabelas com cestos e redes, para além dos outros materiais de apoio. Penso que explorei várias potencialidades das áreas desportivas da escola, nomeadamente os vários campos de Basquetebol pois estes possuem diferentes alturas relativamente aos cestos. Explorei também, ao máximo, todas as situações de trabalho de uma modalidade colectiva, num espaço reduzido como um “meio pavilhão”.

Quanto à modalidade de Ginástica, considero que a escola está muito bem apetrechada no que respeita a materiais/equipamentos desta modalidade. Aproveitei-os, de forma a rentabilizar todas as situações de aprendizagem complementares, para melhorar o nível de execução dos elementos gímnicos dos alunos, que era significativamente baixo. Com este objectivo, dei uso aos colchões, aos planos inclinados, ao tapete em rolo, aos bancos suecos, aos espaldares, ao trampolim reuther, ao mini-trampolim e aos colchões de quedas. Construí ainda, para esta modalidade, materiais pedagógico-didáticos para representação dos elementos gímnicos e de figuras de acrobática de modo a que os alunos tivessem a oportunidade de os visualizar e compreender melhor os objectivos a atingir.

Tendo em conta os recursos materiais existentes na escola, relacionados com a modalidade de Voleibol, precisei de bolas de Voleibol, da respectiva rede e dos postes de suporte à mesma. Aquando da necessidade de realizar aulas no exterior, utilizei uma fita/elástico, que era colocada nas bases das tabelas de Basquetebol, mais ou menos à altura regulamentada para a rede de Voleibol. Para além deste material foi ainda utilizado algum material de apoio à organização das aulas, já descrito anteriormente.

A última modalidade que abordei foi a Dança. Para esta modalidade utilizei basicamente uma aparelhagem áudio e uma extensão eléctrica. Todavia, foi solicitado aos alunos que pesquisassem vários materiais audiovisuais e documentos escritos, de modo a compreenderem e a fundamentarem o estilo de Dança escolhido. Este material fez parte das aulas de preparação.

O uso de recursos didácticos como apoio ao processo de ensino e aprendizagem é, na disciplina de Educação Física, fundamental. Apesar de não conterem o conhecimento, são eles que facilitam a construção e a aquisição de novo saber. Quando os recursos, que julgamos necessários para melhorar a percepção dos alunos, não existem ou não estão no modelo de apresentação aos mesmos, cabe ao professor criá-los ou adaptá-los às suas aulas, sendo este um grande desafio. Na minha opinião, considero que a utilização de recursos diversificados e diferentes dos habituais ajuda ao sucesso das aprendizagens e na consolidação dos conhecimentos

3.5 Dificuldades sentidas

Durante a experiência de estágio desenvolvi, ao mesmo tempo, competências de professora e aluna, situação esta que provocou algumas incongruências entre a teoria e a prática. Mais ainda no meu caso, que já passei por uma situação de estágio pedagógico, sem ter qualquer conhecimento da prática e agora voltei novamente a ser “estagiária” mas já com experiência de ensino na área do desporto e em várias faixas etárias. Claro que, sempre que damos início a um novo desafio, o “começo” é sempre difícil e encontramos bastantes obstáculos para ultrapassar, que aparentam ser inultrapassáveis. Com a ajuda de todos os professores do Grupo Disciplinar, a atenção e orientação da Professora Orientadora e o apoio e cooperação com os meus colegas do grupo de estágio, todas as dificuldades sentidas foram superadas.

O planeamento das Unidades Didácticas tendo em conta a rotação dos espaços, que já estava pré-definido pelo Grupo, foi o primeiro aspecto de desequilíbrio evidenciado. Para mim, que não tinha grande experiência de planificação das várias modalidades no nível avançado, a constante mudança de espaço de aula não me permitia (pensava eu), proporcionar as condições óptimas para abordar a Unidade Didáctica completa. Através de uma grande flexibilidade de programação e de criatividade nos planos de aula todas as adaptações foram operacionalizadas, conseguindo sempre leccionar o que estava previsto para o espaço pré-estabelecido. Hoje considero que esta situação exigiu muito mais de mim, fazendo-me crescer e adquirir mais destrezas ao nível da concepção e execução do planeamento em geral, ou dos planos de aula em específico. Compreendi também que, as aulas podem ser agradáveis e originais, tendo situações desafiadoras para os alunos, mesmo quando nos referimos a modalidades que são leccionadas desde o 5º ano de escolaridade.

Outro aspecto que me trouxe alguma preocupação, ao longo do estágio, foi a avaliação dos alunos. Na disciplina de Educação Física é bastante difícil

quantificar as variáveis que são meramente observáveis e que dependem do empenho dos alunos no decorrer das aulas. De forma a reduzir este grau de subjectividade, criei bastantes situações de avaliação (grelha de assiduidade e pontualidade, grelhas de avaliação contínua, trabalhos individuais e de grupo, teste de avaliação, liderança de partes das aulas, auto-avaliação, entre outras), que me possibilitaram a reunião de elementos suficientes, para realizar uma avaliação o mais justa possível. Assim, esta dificuldade foi ultrapassada com bastante trabalho e empenho da minha parte, mas também com a clareza e profissionalização merecida pelos alunos, dado que eles tiveram sempre conhecimento dos parâmetros desta avaliação.

Como já referi anteriormente, o estágio pedagógico não era novidade para mim, pois para terminar a minha licenciatura também realizei uma prática pedagógica, com horário completo, onde fui responsável pela leccionação durante dois períodos completos (1º e 2º Períodos), em duas turmas com diferentes níveis de escolaridade. Todavia, quando entrei no mestrado de Educação Física, consciente da existência deste estágio, fi-lo como um investimento pessoal e bastante grande, uma vez que já dependia só de mim, para o suportar. Neste sentido, a minha situação profissional passou para primeira prioridade (necessidade) enquanto a minha formação para segunda (vontade de aprender mais). Dado que o ser humano tem uma necessidade insaciável de procurar sempre mais e melhor, e eu não fui excepção, procurei ajustar vários empregos ou situações de trabalho, com as quais assumi compromissos, à realização deste 2º ano de mestrado. Seguindo esta linha de pensamento, identifico como a maior dificuldade sentida neste estágio, a conciliação da vida pessoal e profissional com as actividades lectivas e não lectivas, tal como a permanência na escola. Não descuidei as actividades lectivas por considerá-la como o aspecto fulcral do estágio e participei sempre nas actividades não lectivas, embora só com empenho e dedicação na organização das que foram propostas pelo meu grupo de estágio. No que refere ao tempo de permanência na escola, considero que foi reduzido mas valioso, para um completo envolvimento em todas as actividades escolares, contudo foi benéfico e positivo para fomento de boas relações com todos os intervenientes na comunidade escolar e para a compreensão/participação no funcionamento do sistema escolar.

3.6 Aspectos positivos

O factor mais significativo e fundamental a destacar nos aspectos positivos é que todas as dificuldades sentidas e descritas no Capítulo anterior foram ultrapassadas com sucesso.

A alternância de espaço entre aulas foi, na minha opinião, favorável à aprendizagem, pois a realização das aulas sempre no mesmo local, torna-as monótonas em relação à adaptação dos alunos ao meio envolvente. A mudança de espaço é, por si só, motivação para os alunos, na medida em que lhes dá liberdade de descobrir as potencialidades de um novo espaço e ao mesmo tempo de se adaptarem a condições diferentes das que estavam habituados. Cunha (sd, 22) refere que “aulas diversificadas em ginásios, campo de jogos, espaços variados, etc...” são estratégias de mudança conceptual e prática por “desestruturação das ideias dos alunos (...) para uma reestruturação de novas concepções e práticas.” Todavia, esta situação solicitou-me uma maior atenção e exigência ao nível da adaptação e da programação dos conteúdos aos espaços pré-definidos, que se revelou bastante compensadora tendo em conta as aprendizagens demonstradas pelos alunos.

A criação de diversas situações de avaliação no decorrer das aulas, permitiu aos alunos controlar as suas aprendizagens assim como a sua evolução. A mim, possibilitou-me uma melhor representação das reais aprendizagens dos alunos assim como a reestruturação dos momentos de ensino, tendo em conta as aprendizagens que ainda não foram consolidadas. O aspecto positivo a salientar, prende-se com o facto de fomentar em mim o desenvolvimento de competências ao nível da apreciação dos comportamentos, concebendo variadas estratégias de avaliação, que serão com certeza utilizadas ao longo da minha vida profissional.

As relações humanas estabelecidas ao longo do estágio foram bastantes e serviram para criar laços de amizade e solidificar os laços já existentes. Senti da parte dos

meus “professores” um grande apoio e felicidade por me encontrarem agora como “colega” e da parte do pessoal não docente uma enorme vontade e disponibilidade de me ajudarem na resolução dos problemas ou situações que lhes colocava. Esta escola foi marcante no meu percurso académico, durante a escolaridade obrigatória, e agora enquanto principiante na profissão docente, na área da Educação Física no Ensino Secundário, voltou a ser uma grande influência, que marcará o resto da vida.

O facto de o estágio ser em grupo é uma mais-valia para o crescimento individual, mas também inter-pessoal, pois funciona como a base de apoio para uma prática pedagógica eficaz. As reflexões críticas, tantas vezes realizadas em conjunto com vista à obtenção de novos conhecimentos e estratégias, foram sem dúvida um aspecto que tenho de salientar. Cardoso (2009, 11) refere que só a “reflexão crítica permanente deve constituir-se como uma orientação prioritária para a formação contínua dos professores, que procuram a mudança através da sua prática”.

Para além destes aspectos positivos relacionados com a superação das dificuldades, destaco ainda a aceitação por parte de todos os professores do Grupo Disciplinar de Educação Física, na participação das reuniões de grupo. Senti que fazia realmente parte da “equipa” e que tinha liberdade de expressar as opiniões sendo elas ouvidas e tomadas em consideração. Por outro lado, a participação nestas reuniões permitiu-me conhecer as dinâmicas de funcionamento do Grupo e de todos os processos logísticos e burocráticos, que estão por detrás do que é meramente visível, a leccionação.

Quanto às aulas propriamente ditas, vários poderiam ser os sucessos a salientar desde a exploração de novas situações de aprendizagem que levem os alunos a descobrir o caminho mais correcto, ao prazer que desfruto aquando da prática lectiva, passando pelo relacionamento com os alunos. Contudo, saliento apenas um aspecto que considero muito positivo, tendo em conta a actual realidade das escolas portuguesas, a disciplina. Durante todo o estágio pedagógico não ocorreu qualquer situação de indisciplina ou falta de respeito por parte dos alunos nem em relação a mim, nem em relação a nenhum colega de turma.

3.7 Aspectos negativos

O estágio pedagógico surge como finalizador de todo um processo de aprendizagem e descoberta da escola, sob outra perspectiva. Neste sentido e como é compreensível, existem bastantes situações cujas arestas necessitam de ser limadas, para que efectivamente nos tornemos docentes profissionais e professores competentes, com a quase totalidade dos conhecimentos essenciais, necessários para a leccionação. Assim, é com estas arestas ou com situações que ocorreram durante o estágio, que relaciono os aspectos negativos.

Um aspecto menos bom a salientar do estágio prende-se com a realização do planeamento. A divisão das modalidades por período não teve em conta as condições climáticas, pela nossa inexperiência não considerámos este factor como fundamental. Todavia, ao longo do ano constatámos que o número de aulas efectivas e pré-estabelecidas para o exterior era elevado e tendo em conta que nos encontramos numa zona onde o inverno é rigoroso, penso que teria sido importante ponderar os factores meteorológicos. No entanto depois de realizar uma reflexão global das aulas deste ano considero que de uma ou outra forma, mesmo que tivéssemos tomado em consideração este factor, nenhuma escolha feita seria a completamente adequada.

No que refere à minha prestação nas aulas, tentei sempre ser coerente entre os conhecimentos que os alunos já tinham e as aprendizagens que introduzia. Hoje reflecto e constato que deveria ter dado ainda mais atenção aos alunos com níveis inferiores aos preconizados, desenvolvendo ainda mais um ensino diferenciado intra-aula. Também os alunos com níveis mais avançados poderiam, de certa forma, ter sido prejudicados pois a aula não foi ao encontro das suas expectativas e não estimulou o desenvolvimento de “novas” capacidades. Todavia, senti-me, muitas vezes, pressionada pelo tempo lectivo disponível e pelos conteúdos programáticos definidos, pelo que acabei por leccionar grande parte das minhas aulas direccionadas para o “aluno médio”.

Outro aspecto importante, este relativamente à programação das modalidades, prende-se com divisão das aulas pelas várias áreas que têm de ser abordadas, sendo estabelecido para isso um intervalo entre o número mínimo e o número máximo de aulas para cada modalidade. Esta organização orienta-nos no sentido de desenvolver e trabalhar duas a três modalidades por período, o que na minha opinião, não é resposta eficiente para o desenvolvimento global do aluno, nem tempo suficiente para aprendizagens efectivas referentes às modalidades abordadas, sejam elas quais forem. As incongruências da organização desta disciplina, levam à desmotivação dos professores porque não conseguem dar o máximo para estimular o desenvolvimento daquilo que poderiam e deveriam nos alunos, e ao desinteresse dos alunos que não conseguem adaptar o seu ritmo de aprendizagem ao ritmo imposto pelas aulas.

A aferição destes aspectos negativos leva-me a considerar o planeamento como uma previsão “inteligente” de etapas do trabalho escolar, realizada com consciência do que se deseja fazer, mas com uma base fundamental: o conhecimento da realidade, nas suas diferentes dimensões.

4. Actividades não lectivas

Visto que a prática pedagógica não se resume apenas ao leccionar das aulas, é de extrema importância a realização de actividades que procurem alargar o nosso campo de intervenção a toda a comunidade escolar. Além disto, a aprendizagem em contextos diferentes, dá a todos os intervenientes a possibilidade de experimentarem novas situações, adquirindo desta forma novas vivências, que contribuem para a sua formação pessoal.

4.1 Actividades do Grupo de Estágio

Enquanto grupo de estágio organizámos e operacionalizámos diferentes actividades não lectivas, direccionadas para professores, para os nossos alunos e para os vários intervenientes da comunidade escolar

É do conhecimento de todos que, hoje em dia a escola procura a transdisciplinaridade e o melhor rendimento das suas estruturas, tendo sempre em conta o contexto e o meio em que se insere. Por isso, é importante que os professores tenham a consciência de que são parte integrante do processo, contribuindo dessa forma para o melhor rendimento da escola. A formação do professor não termina após a sua licenciatura, é sim, um processo de aprendizagem contínuo, uma vez que nos encontramos hoje num mundo de aceleradas mudanças, surgindo estas através de constantes transformações na sociedade. Estas transformações exigem ao professor, a capacidade de responder aos diferentes problemas que lhe aparecem, utilizando para isso, respostas específicas e atitudes adequadas à realidade de hoje, desenvolvendo a capacidade de se adaptar e tornando-se mais actual.

Sabemos, desde à muito tempo, que a instituição escolar tem a responsabilidade de proporcionar experiências diferentes e significativas aos seus alunos que não as poderiam vivenciar se assim não fosse. Neste sentido, nós como grupo de estágio não quisemos deixar de lado a oportunidade de ir ao encontro deste objectivo escolar tão nobre, e organizamos uma actividade que facultou o contacto com realidades e práticas desconhecidas.

Em seguida descrevo sinteticamente em que é que consistiram as actividades propostas e organizadas, quais os seus objectivos e destinatários.

A primeira actividade a ser realizada foi uma Acção de Formação no âmbito da Dança, modalidade inserida no Programa Nacional do Ensino Básico e tantas vezes esquecida por muitos professores. Esta Acção de Formação intitulada “DANÇA – Uma Aposta Pedagógica”, teve lugar no dia 23 de Janeiro e foi destinada a professores de Educação Física ou outras áreas, e alunos de cursos relacionados com o Desporto. Tinha como objectivo o desenvolvimento da capacidade científico-pedagógica de utilizar o movimento nas suas várias vertentes, como instrumento privilegiado no desenvolvimento integral dos alunos. (objectivo referido no projecto da Acção de Formação). Toda a organização e gestão da actividade ficou ao nosso encargo, desde a promoção e divulgação até ao contacto com a formadora. As expectativas criadas por nós foram largamente alcançadas em relação à prestação da formadora, ao número de participantes e à satisfação geral de todos os intervenientes.

A actividade deliberada para os alunos relacionou-se com uma experiência na neve. Para tal, aproveitámos as nossas competências nesta área e organizamos uma actividade denominada “Um dia na Neve”, cujo objectivo foi a promoção da prática desportiva de uma modalidade alternativa, com a aprendizagem da técnica de base da modalidade de Esqui Alpino, de modo a apetrechar os alunos com competências motoras específicas. Esta proposta destinou-se somente aos alunos das turmas de 11º B e 12º C, que eram as nossas turmas de intervenção e foi realizada nos dias três de Fevereiro e vinte e oito de Janeiro, respectivamente. A

organização desta actividade necessitou um processo logístico moroso, sobretudo relacionado com as autorizações necessárias à saída de alunos da escola e com o pedido de transporte. A alimentação foi outro aspecto considerado nesta organização. Esta actividade foi ao encontro das nossas expectativas ao nível da participação para a turma do 11º B, mas quanto à turma do 12º C, a programação de uma saída da escola no dia seguinte à actividade impossibilitou muitos alunos de participarem. A actividade correu bem e os objectivos propostos foram atingidos. Todos os alunos demonstraram no final da actividade bastante satisfação e mesmo vontade de repetir.

Uma outra actividade realizada no contexto escolar diz respeito à realização de um estudo investigacional. Este trabalho surge no âmbito de uma disciplina de 2º ano deste Mestrado, designada por Seminário de Investigação II. Tem como objectivo desenvolver competências de investigação que incidam sobre aspectos da articulação das componentes científica e didáctica, assim como ampliar os conhecimentos e promover a sua aquisição em temáticas consideradas relevantes para a prática docente. O estudo tem como finalidade perceber qual a influencia da aula de educação física na alteração dos valores basais de Frequência Cardíaca e Glicemia. A recolha de dados para este estudo aconteceu nos dias vinte e quatro/vinte e nove de Abril, a primeira fase e vinte e cinco/vinte e oito de Maio, a segunda fase. De um modo geral, os alunos corresponderam às expectativas mostrando-se bastante participativos e interessados nos resultados.

A última actividade proposta e concretizada visava o envolvimento de toda a comunidade escolar, nas comemorações do Dia da Escola – “A Floresta e a Europa”. Organizámos esta actividade de modo a envolver o outro grupo de estágio de Educação Física, o grupo de estágio de Filosofia e o grupo de estágio de Artes Visuais. Assim e em conciliação com todos os colegas que realizavam estágio pedagógico na escola (tendo a participação específica de cada uma das áreas), propusemos um Percorso de Orientação destinado não só aos elementos da nossa comunidade escolar como também a alunos oriundos de outros países e que estariam na escola naquele dia. Mesmo na ausência destes alunos (não puderam deslocar-se ao nosso país nesta data), operacionalizámos um Percorso de

Orientação pela área escolar, em que os grupos de participantes, acompanhados por um professor ou um assistente operacional, deveriam deslocar-se a vários locais identificados no mapa e aí realizarem uma determinada acção ou exercício. Esta actividade revelou-se bastante motivadora para jovens e adultos, facto este verificado pelo número elevado de inscrições e pelo entusiasmo demonstrado no momento do início do percurso.

Considero que os resultados alcançados com a realização das nossas actividades foram muito positivos pois, tanto o balanço final de cada actividade, como a nossa auto-avaliação, foram bastante satisfatórios. Os feedbacks que recebemos dos diversos participantes das diferentes actividades foram muito bons, e a receptividade no que respeita à comunidade escolar foi também bastante satisfatória.

Foi desafiante programar e preparar todas estas actividades, uma vez que estimulou o desenvolvimento de competências de organização e gestão, assim como a resolução de diversos problemas com que nos deparámos, alguns deles previstos mas a sua maioria sem esperarmos.

Tenho que referir ainda que a Professora Orientadora apoiou-nos sempre nos projectos propostos e defendeu, quando necessário, os nossos pontos de vista. Colaborou activamente em todas as actividades promovidas pelo grupo de estágio mostrando-se, sempre disponível e predisposta para nos ajudar na operacionalização das mesmas.

4.2 Actividades do Grupo Disciplinar e Desporto Escolar

Para além das actividades que promovi em conjunto com o meu grupo de estágio tive a oportunidade de participar na organização e operacionalização nas actividades promovidas pelo Grupo Disciplinar de Educação Física, presentes no Plano Anual de Actividades e que passo a descrever sucintamente.

A primeira actividade foi realizada para finalizar o 1º Período e relacionou-se com a organização de um torneio de andebol, dividido por sexos e por Ciclos de Ensino.

Depois, foi realizado o Corta Mato escolar, no decorrer no mês de Janeiro, com vista ao apuramento dos alunos, nas várias categorias, para a fase regional.

O torneio Basquetebol “Compal Air 3x3”, fase escolar, foi realizado no final do mês de Fevereiro e teve como objectivo o apuramento para a fase regional. Esta fase foi depois realizada em Maio, também na nossa escola.

A Corrida Solidária relacionada com a angariação de fundos para a Organização Médicos do Mundo, também se encontrava no Plano Anual de Actividades e teve lugar no mês de Março. No mesmo dia desta actividade, foram ainda realizadas as competições de megaprint, megassalto e megakilómetro, no Complexo Desportivo da Covilhã, para apuramento para a fase regional. A fase regional deste quadro competitivo decorreu no mesmo local, durante o mês de Abril.

De uma maneira geral considero que colaborei e cooperei com os meus colegas do Grupo Disciplinar, de forma bastante positiva, na organização dos eventos desportivos da escola. Disponibilizei-me sempre para ajudar na dinamização das actividades e fiquei responsável por algumas tarefas de controlo e gestão, inerentes ao bom funcionamento das actividades. Quando não me foi distribuída nenhuma função específica, preocupei-me em verificar se faltava alguma coisa e ajudar os outros professores nas suas tarefas. Quando considerei pertinente, realizei algumas

sugestões que me apreciam apropriadas ou para resolver situações imprevistas ou para melhorar as que já estavam a correr bem.

No que se refere às actividades realizadas fora da escola ou de carácter extra-escolar (sem responsabilidade do Grupo Disciplinar), sobretudo relacionadas com os quadros competitivos nas fases regionais e nacionais, saliento o facto de não ter participado no acompanhamento das equipas aquando da realização das competições fora da Covilhã, pelos motivos profissionais já descritos.

A minha participação activa, nas diferentes actividades, nomeadamente na organização e operacionalização, possibilitou-me uma visão mais ampla do que é a gestão fora da sala de aula. Alertou-me para um conjunto de problemas, quer a nível da gestão organizativa, quer a nível da indispensável logística que é necessário ter em conta, para que tudo decorra com a normalidade indispensável e com a responsabilidade imprescindível, neste tipo de actividades. Considero que as aprendizagens que advêm da possibilidade de participação neste tipo de actividades são muito positivas e enriquecedoras para futuras situações

5. Direcção de turma

O contacto com o director de turma e o diálogo com o mesmo, acerca de algumas dificuldades e potencialidades dos alunos, é um aspecto de elevada importância para um melhor conhecimento da turma. Tanto com a directora de turma do 11º B como com o director de turma do 12º C estabeleci excelentes relações, conversando várias vezes com eles sobre os assuntos relacionados com as dificuldades e os problemas dos alunos. Um maior conhecimento dos alunos com quem vou trabalhar, possibilita-me uma maior adequação dos conteúdos e das estratégias e conseqüentemente um aumento da possibilidade de êxito no processo de ensino-aprendizagem. Por outro lado, saber mais informações sobre os alunos facilita o meu relacionamento com eles, no sentido da melhor compreensão das características e de uma eficaz percepção das necessidades de cada um.

De um modo mais formal participei nas reuniões de Conselho de Turma de cada uma das turmas no final dos períodos lectivos. Tomei conhecimento das dinâmicas burocráticas necessárias para o Ensino Secundário e dos acontecimentos relevantes que envolveram os alunos ao longo do Período.

Uma vez que este mestrado também contempla o Ensino Básico, especificamente o 3º Ciclo e que, por razões de logística, não foi possível leccionar em nenhuma turma deste nível de ensino, a Professora Orientadora sugeriu que assistíssemos a uma direcção de turma. Neste sentido, acompanhámos as reuniões de Conselho de Turma de uma turma do 9º ano de escolaridade, para constatarmos a diferença entre um e outro nível de ensino.

Na reunião que acompanhei, mostrei-me disponível para qualquer tarefa que a directora de turma me atribuísse, assumindo uma postura de cooperação e interajuda, na distribuição e recolha de documentos que os outros professores teriam de preencher. Apercebi-me ainda, das burocracias necessárias no Ensino Básico,

traduzidas pela quantidade de documentos que circulavam na reunião respeitantes a justificações de notas, estratégias de recuperação das mesmas com propostas de apoios e, em último caso, adaptações curriculares. Esta participação permitiu-me vivenciar um conjunto de situações que me possibilitaram conhecer algumas tarefas, das quais não tinha conhecimento, como a realização de planos curriculares individuais ou planos de recuperação para alunos com dificuldades escolares ou detentores de classificações negativas.

Considero que a minha participação, tanto nas reuniões relativas ao Ensino Básico, como nas reuniões do Ensino Secundário, foi bastante positiva. Aprofundei os poucos conhecimentos que já tinha e aprendi muitas outras situações respeitantes às dinâmicas actuais da organização do ensino.

6. Conclusão

O estágio pedagógico surge como um momento fundamental, enquanto processo de transição de aluno para professor. Conjugam-se aí, factores importantes a ter em conta na formação e desenvolvimento do futuro professor, entre os quais se salientam o contacto com a realidade de ensino, tendo como factor central a acção educativa do aluno estagiário e a mediação de todo este processo pelo orientador. (Francisco e Pereira, 2004).

Neste sentido, surgiu o presente relatório que resultou da reflexão pessoal de toda esta experiência pedagógica desafiante e desafiadora, com constantes criações e adaptações de estratégias de ensino, perante as circunstâncias do contexto. Penso que será esta realidade da escola que vou encontrar ao longo da minha vida, pelo que considero que adquiri muitas destrezas pedagógicas.

Ao professor de Educação Física cabe a missão de planear situações de aprendizagem, precisas e objectivas, de acordo com os conteúdos, tendo por finalidade contribuir para o desenvolvimento pleno do aluno, não no sentido de totalidade, até porque seria um equívoco afirmar que a Educação Física consegue fazê-lo, mas de proporcionar experiências que possam contemplar todas as dimensões de desenvolvimento com vista à formação integral do aluno. Cardoso (2009, 55) afirma que “o papel do professor é fundamental (...) na formação global dos alunos, física e intelectualmente e na perpetuação do gosto pela prática da actividade física de forma regular, numa cultura de manutenção de um estilo de vida saudável.”

Para me ajudar a atingir os objectivos anteriormente descritos contei sempre com a Professora Orientadora que desempenhou um importante papel na ultrapassagem das dificuldades e inseguranças, no desenvolvimento de capacidades de raciocínio

e planificação, no aperfeiçoamento da acção pedagógica e na descoberta do estilo pessoal de ser professor.

As reuniões de reflexão contribuíram bastante para ter a percepção sobre o meu desempenho, tal como para desenvolver competências de acção nas diferentes situações do dia-a-dia, identificando os pontos fracos do meu estilo de ensino e as suas causas, assim como produzindo soluções que suportem uma melhoria das competências de leccionação. A experiência de estágio foi, sem dúvida, uma experiência de qualidade que proporcionou um conhecimento crítico e reflexivo, levando à criação de concepções de ensino assumidas individualmente.

Os “meus” alunos, deste ano de estágio, serão lembrados durante bastante tempo, pelo seu excelente desempenho e compreensão da minha posição de “professora estagiária”. Todos eles tinham plena consciência das fragilidades de uma professora que os ia avaliar mas que também estava a ser avaliada e contribuíram com o melhor que podiam dar, o empenho, para o bom funcionamento de todas as aulas. Compreenderam também, um aspecto que considero fulcral para o entendimento do processo de ensino-aprendizagem, compreenderam que eles eram os primeiros responsáveis pelo nível das aulas e os principais impulsionadores das suas aprendizagens.

A prática lectiva possibilitou-me um maior vínculo à realidade escolar e um conhecimento mais pormenorizado do seu funcionamento. Esta relação permite-me concluir que os professores, alunos, órgãos de gestão, assistentes operacionais, família e todos aqueles que directa e indirectamente intervêm na comunidade educativa são os responsáveis pela promoção de “boas” escolas e “bons” ambientes educativos.

Todas as dificuldades sentidas e os aspectos negativos foram irrelevantes, quando comparados com as fortes e emotivas experiências proporcionadas pelos óptimos momentos passados na escola. Tive e tenho a convicção que quero ser uma professora que conduz os alunos para novas descobertas e este estágio foi só mais uma confirmação desta certeza.

Não posso assim, deixar de agradecer à escola e aos meus colegas do Grupo Disciplinar de Educação Física pelo facto de me terem ajudado ao longo deste ano, à minha orientadora de estágio que permitiu, através do papel de orientadora e amiga, que o estágio correspondesse às minhas expectativas e aos meus colegas de grupo pelo apoio incondicional evidenciado.

Termino referindo que, o trabalho realizado ao longo de todo o ano lectivo, foi bastante gratificante para mim, pois permitiu-me vivenciar uma série de situações e experiências novas, que contribuíram quer para a minha formação profissional, quer para a minha formação pessoal. Permitiu-me ainda compreender o quão importante é a acção do professor na estrutura escola, ou seja, na rentabilização dos recursos humanos, materiais e financeiros para conseguir dar à comunidade escolar uma melhor qualidade no ensino. Agora que terminei o estágio, percebi os muitos e diversos problemas que a escola vive no seu dia-a-dia. Se desse hoje início a mais um ano lectivo conseguiria corresponder de uma forma mais precisa e objectiva às necessidades e carências da mesma.

Embora termine mais um ciclo de estudos, não considero finalizada a minha formação. Sei que a procura de conhecimento estará sempre presente e irá acompanhar o “ritmo da evolução” como se de um processo contínuo e infindável se tratasse. Como Cardoso defende “novos anos virão e com eles novos objectivos e metas a atingir.” (2009, 57)

7. Recomendações

Este Estágio Pedagógico é o primeiro neste novo modelo de organização do Ensino Superior, por Ciclos de Ensino e com refere a valiosa sabedoria popular, “o primeiro é sempre o da experiência”. Ainda sem critérios bem definidos, sem formas de operacionalização e de avaliação organizadas, partimos para esta aventura, sem hesitar. Quando tudo se começou a movimentar, veio um novo entrave, relacionado com o facto da prática pedagógica não estar a ser realizada da mesma forma em todas as escolas. Todavia, era tarde de mais para se remediar e então tudo ficou assim... intervenções na escola realizadas de diferentes modos, mas que teriam de corresponder aos mesmos critérios de avaliação.

Ultrapassadas as dificuldades, considero que o meu estágio e o meu grupo de estágio (sim porque só posso falar do meu) foi organizado de forma coerente, seguindo todas as progressões, de modo a entrarmos na escola de forma natural, assim como na vida dos “nossos” alunos. A situação deles foi sempre salvaguardada, para que não sentissem quaisquer perturbações por terem professores estagiários. Toda a prática desenvolvida na escola correspondeu à programada e todo o estágio decorreu como previsto na concepção inicial.

Considero como aspecto importante para os próximos anos de estágio, que reúnam e definam bastante bem, sem equívocos, as condições de intervenção na escola e os critérios de avaliação, de modo a que não seja este, mais um factor de insegurança e instabilidade que se junta a tantos outros factores já inerentes ao conceito de estágio pedagógico.

Recomendo ainda aos novos estagiários, que visualizem o estágio como uma situação profissional que irá ocupar algum tempo das vossas vidas pelo que, mantendo-se este modelo, será necessária uma disponibilidade suficiente para

permanecer na escola bastante mais tempo do que só o destinado para a leccionação.

Da reflexão que fui realizando, ao longo do processo de programação e reestruturação de planeamento considero que, se calhar, a disciplina de Educação Física não esta organizada da melhor forma. Recomendo a divisão do programa por modalidades e por anos lectivos, de modo a que todos os alunos consigam abordar de modo mais específico e eficaz as diferentes modalidades e consigam ter “tempo” para as aprender e desenvolver correctamente. Defendo, como ponto de vista pessoal e constatado novamente na prática lectiva que, só quando os alunos detêm conhecimentos a todos os níveis, relacionados com uma modalidade é que sentem prazer na sua prática. Destaco que esta escola já deu um pequeno passo em direcção à selecção de modalidades, por anos lectivos, nomeadamente entre as modalidades individuais de Ginástica (11º ano) e Atletismo (12º ano).

Termino este relatório aconselhando a todos quantos sintam, em algum momento da vida, que podem fazer mais e melhor pelo ensino, que se dediquem a ele com vigor, sob qualquer uma das formas de investigação, reflexão ou intervenção, de modo a que este evolua e nunca se torne obsoleto.

8. Bibliografia

- Abrantes, P. (coord.) (2001). *Currículo Nacional do Ensino Básico – Competências Essenciais*. Lisboa: Ministério da Educação;
- Araújo, C. (2004). *Manual de ajudas em Ginástica*. 2.^a Edição. Porto: Porto Editora;
- Cardoso, M. I. (2009). *O contributo do estágio pedagógico para o desenvolvimento da profissionalidade dos docentes de Educação Física – a perspectiva do estagiário*. Dissertação apresentada com vista à obtenção do 2.º Ciclo em Desporto para Crianças e Jovens. Faculdade do Porto – Universidade do Porto. Porto;
- Costa, Francisco Carreiro da. (1983). *A Seleção de Estratégias de Ensino em Educação Física*. Lisboa: Gráfica 2000;
- Costa, Francisco Carreiro da. (1995). *O Sucesso Pedagógico em Educação Física – um estudo das condições e factores de ensino-aprendizagem associados ao êxito numa unidade de ensino*. Lisboa: Edições FMH;
- Cunha, António Camilo. (s.d.). As concepções alternativas na formação inicial dos professores (educação física/desporto) uma perspectiva. *Actas dos ateliers do Vº Congresso Português de Sociologia*;
- Francisco, C.; Pereira, A. (2004). Supervisão e sucesso do desempenho do aluno no estágio. *Revista Digital - Buenos Aires*. Número 69 - <http://www.efdeportes.com/> ;

- Jacinto, J. (Coord.); Carvalho, L.; Comédias, J.; Mira, J. (2001). *Programa de Educação Física - 10º, 11º e 12º anos*. Ministério da Educação Lisboa: Departamento do Ensino Secundário;
- Maccario, B. (1984). *Definição dos objectivos da educação física*. Lisboa: Livros Horizonte;
- Núcleo de Exercício Físico e Saúde, Faculdade de Motricidade Humana. (sd). *Programa Fitnessgram – Manual de Aplicação dos Testes*. 2.ª Edição. Lisboa: FMH Edições;
- Quina, João do Nascimento. (1994). *Preparação, realização e análise / avaliação do ensino em Educação Física no Primeiro Ciclo do Ensino Básico*. Bragança: Instituto Superior Politécnico de Bragança;

Legislação

- Decreto-Lei n.º 74/2006 de 24 de Março
- Decreto-Lei n.º 43/2007 de 22 de Fevereiro

Documentação consultada não publicada

- Regulamento Interno da Escola Secundária Quinta das Palmeiras.
- Projecto Educativo de Escola
- Plano Anual de Actividades Escolar (Projecto da Escola)
- Plano Anual de Actividades do Grupo Disciplinar de Educação Física
- Planificação de Educação Física
- Composição Curricular de Educação Física no Ensino Secundário
- Conteúdos Programáticos do Grupo Disciplinar de Educação Física
- Projecto Curricular de Turma – 11º B
- Projecto Curricular de Turma – 12º C

Anexos