



Centro de Competência das Ciências Sociais

Departamento de Educação Física e Desporto

RELATÓRIO DE ESTÁGIO  
REALIZADO NA ESCOLA BÁSICA E  
SECUNDÁRIA DR. ÂNGELO  
AUGUSTO DA SILVA

Relatório apresentado com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação  
Física nos Ensinos Básico e Secundário

Filipe César Fernandes de Castro da Fonseca

Funchal, 2010



Centro de Competência das Ciências Sociais

Departamento de Educação Física e Desporto

RELATÓRIO DE ESTÁGIO  
REALIZADO NA ESCOLA BÁSICA E  
SECUNDÁRIA DR. ÂNGELO  
AUGUSTO DA SILVA

Relatório apresentado com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação  
Física nos Ensinos Básico e Secundário

Professor estagiário:

Filipe César Fernandes de Castro da Fonseca

Orientador científico:

Professor Doutor Hélder Lopes

Co-orientador:

Mestre Ana Luísa Correia

Funchal, 2010

## **Resumo**

O desempenho de um conjunto de funções inseridas no Estágio Pedagógico originou o planeamento, operacionalização e balanço das acções realizadas. Neste Relatório são apresentados os principais procedimentos e estratégias adoptados na condução da Prática Lectiva, onde estão inseridas a Actividade Lectiva e a Assistência às aulas.

São discriminadas e justificadas as tarefas desempenhadas na Comunidade Escolar e na Integração do Meio através da Caracterização da Turma, da realização de um Estudo de Caso e da organização da Actividade de Extensão Curricular.

As Acções de carácter Científico-Pedagógico são analisadas tanto na sua componente teórica, como também na sua concretização a nível prático e operacional.

Finalmente, são apresentadas as Considerações Finais, com análise e reflexão ao Estágio Pedagógico numa perspectiva global e com interligação de todas as tarefas desenvolvidas.

## Índice Remissivo

Índice de Figuras .....	vi
Índice de Quadros .....	vii
Índice de Anexos.....	viii
1. Introdução .....	9
2. Objectivos do Estágio Pedagógico.....	11
3. Caracterização do Meio.....	12
3.1. Núcleo de Estágio.....	12
3.2. Grupo de Educação Física.....	12
3.3. Turma .....	13
3.4. Escola .....	13
3.5. População docente.....	14
3.6. Infra-estruturas desportivas .....	15
4. Prática Lectiva.....	16
4.1. Gestão do processo de Ensino/Aprendizagem .....	16
4.1.1. Planeamento.....	17
4.1.1.1. Plano Anual de Turma .....	17
4.1.1.2. Unidades Didácticas.....	19
4.1.1.3. Documento de Estudo .....	21
4.1.1.4. Planos de Aula .....	22
4.1.2. Realização.....	25
4.1.2.1. Instrução.....	25
4.1.2.2. Organização .....	26
4.1.2.3. Gestão do tempo .....	26
4.1.2.4. <i>Feedback</i> .....	27
4.1.2.5. Clima.....	28
4.1.2.6. Disciplina .....	28
4.1.2.7. Domínios da aprendizagem.....	29
4.1.2.8. Opções metodológicas .....	30
4.1.3. Controlo e Avaliação .....	31

4.1.3.1. Avaliação de Diagnóstico .....	31
4.1.3.2. Avaliação Formativa .....	32
4.1.3.3. Avaliação Sumativa .....	32
4.1.3.3.1. Auto-avaliação.....	33
4.1.3.3.2. Parâmetros de avaliação .....	34
4.1.3.4. Relatório da Aula .....	34
4.2. Assistência às aulas .....	35
4.2.1. Sistematização das observações.....	35
4.2.2. Análise aos Professores Estagiários observados.....	38
4.2.2.1. Professor Estagiário Tiago Lopes.....	38
4.2.2.2. Professora Estagiária Sandra Afonso .....	40
4.2.2.3. Professora Estagiária Sandra Faria.....	41
4.2.2.4. Professor Estagiário Rúben Castanha.....	42
4.2.3. Balanço .....	43
5. Actividades de intervenção na Comunidade Escolar .....	44
5.1. Justificação da actividade.....	44
5.2. Actividades Realizadas .....	45
5.3. Operacionalização .....	46
5.4. Balanço.....	47
5.4.1. Concretização dos Objectivos.....	48
5.4.2. Gestão dos Recursos .....	48
5.4.3. Realização das tarefas .....	49
5.4.4. Adesão dos participantes.....	49
5.4.5. Grau de satisfação dos participantes .....	50
5.4.6. Registo de ocorrências .....	50
5.5. Reflexão sobre cada actividade.....	51
6. Actividades de Integração no Meio.....	52
6.1. Actividades no âmbito da Direcção de Turma .....	52
6.1.1. Caracterização da Turma .....	52
6.1.1.1. Função educativa.....	52
6.1.1.2. Planeamento .....	53
6.1.1.3. Operacionalização .....	54
6.1.1.4. Informações recolhidas.....	55
6.1.1.5. Reflexão.....	57

6.1.2. Estudo de caso.....	58
6.1.2.1. Controlo do Processo.....	59
6.1.2.2. Balanço.....	60
6.2. Acção de Extensão Curricular.....	62
6.2.1. Função educativa .....	62
6.2.2. Objectivos .....	63
6.2.3. Planeamento.....	64
6.2.5. Balanço .....	66
6.2.5.1. Planeamento .....	66
6.2.5.2. Cumprimento do programa.....	67
6.2.5.3. Adesão dos participantes .....	67
6.2.5.4. Carácter Formativo.....	68
6.2.5.5. Grau de satisfação .....	69
6.2.5.6. Registo de ocorrências.....	69
7. Actividades de Natureza Científico-Pedagógica.....	70
7.1. Colectiva .....	70
7.1.1. Justificação do tema.....	70
7.1.2. Objectivos .....	71
7.1.3. Tarefas Desenvolvidas .....	72
7.1.5. Recursos Humanos.....	74
7.1.6. Recursos materiais .....	76
7.1.7. Recursos financeiros .....	76
7.1.8. Temáticas apresentadas.....	77
7.1.9. Cumprimento do programa .....	77
7.1.10. Adesão dos participantes.....	78
7.1.11. Tarefas realizadas após a Acção .....	79
7.1.12. Concretização dos Objectivos.....	79
7.1.13. Grau de satisfação dos participantes .....	80
7.1.14. Considerações finais .....	81
7.2. Individual .....	82
7.2.1. Justificação do tema.....	82
7.2.2. Objectivos definidos .....	83
7.2.3. Público-alvo .....	83
7.2.4. Divulgação .....	84

7.2.5. Estrutura teórico-prática.....	84
7.2.6. Tarefas Realizadas antes da Acção .....	85
7.2.7. Tarefas realizadas no decorrer da acção.....	85
7.2.8. Tarefas realizadas após a acção .....	85
7.2.9. Balanço .....	86
7.2.9.1. Cumprimento dos objectivos.....	86
7.2.9.2. Reflexões.....	86
8. Considerações finais.....	88
9. Recomendações.....	91
Referências Bibliográficas .....	92

## **Índice de Figuras**

<b>Figura 1</b> – O Edifício da Escola.....	6
<b>Figura 2</b> - Instalações Desportivas.....	7
<b>Figura 3</b> – Local da Visita de Estudo.....	54
<b>Figura 4</b> – A Dança na Escola.....	71

## **Índice de Quadros**

<b>Quadro 1</b> – Planeamento das Matérias a abordar no Ano Lectivo.....	10
<b>Quadro 2</b> - Parâmetros de Avaliação do Grupo de Educação Física.....	26

## **Índice de Anexos**

<b>Anexo I</b> – Exemplo de Plano de Aula.....	0
<b>Anexo II</b> - Exemplo de Relatório de Aula.....	0
<b>Anexo III</b> – Modelo de ficha de avaliação diagnóstico/sumativa.....	0
<b>Anexo IV</b> – Ficha de Observação Pedagógica/ Assistência a aulas.....	0
<b>Anexo V</b> – Cartaz da “Levada de mãos dadas com a saúde”.....	0
<b>Anexo VI</b> – Questionário da Caracterização de Turma.....	0
<b>Anexo VII</b> – Questionário do Estudo de Caso.....	0
<b>Anexo VIII</b> - Cartaz da “Dança na Escola”.....	0
<b>Anexo IX</b> – Cartaz do “Rêguebi na Educação Física”.....	0

## **1. Introdução**

O presente relatório de estágio é o produto final, destes últimos nove meses de experiência no terreno, complementada através da pesquisa e reflexão em torno da problemática do ensino da Educação Física na Escola. É também o culminar de um trajecto iniciado no Curso de Licenciatura em Educação Física e Desporto na Universidade da Madeira em 2005/2006.

Com a elaboração deste documento, procuraremos descrever, com carácter justificativo, as opções tomadas no decorrer do processo do Estágio Pedagógico, assumimos a reflexão como elemento nuclear para nos acercarmos das potencialidades e limitações das acções realizadas, servindo como elemento facilitador da evolução para a prática docente no futuro.

Para qualquer uma das actividades desenvolvidas no estágio, faremos uma análise às três grandes etapas que compõem o processo de trabalho padrão adoptado pelo Núcleo de Estágio: o planeamento, a concepção e a avaliação.

Neste sentido, o relatório, como o próprio nome indica, apoiar-se-á no relato dos acontecimentos que ocorreram ao longo destes meses, numa perspectiva crítica e com carácter, não só retrospectivo, mas também com grande teor prospectivo.

Na estruturação deste relatório serão desenvolvidos os seguintes capítulos:

A definição dos Objectivos do Estágio Pedagógico e as possibilidades de actuação. Posteriormente, será feita uma Caracterização do Meio envolvente, visto que esta é uma variável importante e condicionante na condução do processo de aprendizagem inerente ao Estágio.

A Prática Lectiva, enquanto componente fundamental, estará relatada através da descrição e análise das decisões e acções realizadas no que diz respeito às diferentes fases e métodos utilizados neste processo. A Assistência às Aulas, enquanto componente essencial e complementar à Prática Lectiva, também será justificada neste capítulo.

Na Actividade Intervenção na Comunidade Escolar, serão expostas as tarefas realizadas na “Levada de mãos dadas com a Saúde” e, posteriormente, será feita uma reflexão sobre as opções tomadas.

No capítulo seguinte, serão descritos os trabalhos realizados no âmbito da Turma, nomeadamente a Caracterização da Turma, o Estudo de Caso e a Extensão Curricular.

Mais à frente, serão abordadas as Acções Científico-Pedagógicas Colectiva, “A Dança na Escola”, e Individual, “O Râguebi na Educação Física”.

Finalmente, serão realizadas Considerações Finais que abordarão o Estágio Pedagógico numa perspectiva global e interligada no que se refere à totalidade das actividades realizadas.

## **2. Objectivos do Estágio Pedagógico**

O estágio pedagógico é o elo de ligação que une toda a preparação de base adquirida ao longo do percurso académico com a prática docente vindoura, é um momento propício à realização de vivências práticas e que, segundo Carreiro da Costa (1996), constitui uma oportunidade empírica para experimentar o conhecimento teórico e com esta premissa potenciar o desenvolvimento de competências e comportamentos que constituem a especificidade de ser Professor.

Com este estágio pedagógico, tivemos como principal objectivo complementar, confrontar e promover a interacção entre a teoria e a prática e de, tal como afirma Lima (1997), constatar que é desta dualidade que nasce a capacidade de gerar situações técnico-pedagógicas que facilitam o processo de aprendizagem, assumindo que o conhecimento orienta a prática, mas que a prática também permite o aumento de conhecimento.

Sena Lino (2007) diz que a mera acumulação de conhecimento não se traduz no ganho directo de competências, é necessária uma intervenção que optimize a selecção dos meios e adaptações mais apropriadas de acordo com o contexto específico, em que para além de “saber” é necessário “saber fazer”.

Tendo em consideração o conjunto de actividades que foram desenvolvidas no decorrer do estágio, existiram objectivos relacionados com a organização e concretização de actividades para públicos-alvo diferentes, nomeadamente no desenvolvimento de competências, no planeamento, na comunicação, no desenvolvimento e aplicação de estratégias, na capacidade de reflectir sobre o que foi realizado e na predisposição para gerar novas ideias baseadas nos balanços.

### **3. Caracterização do Meio**

#### **3.1. Núcleo de Estágio**

O Núcleo de Estágio da Escola Básica e Secundária Ângelo Augusto da Silva fi constituído pelos Professores Estagiários, César Fonseca, Sandra Faria, Sandra Afonso e o Tiago Lopes.

No decorrer do estágio, o nosso método de trabalho processou-se através da delegação de funções e do trabalho em conjunto sempre que houvesse compatibilidade no desempenho das funções, e em alguns momentos de trabalho individual, visto que cada Turma lectiva requeria necessidades específicas e conseqüentemente um modo de actuar particular.

Na delegação de tarefas, procurámos ter em consideração as potencialidades e motivações de cada estagiário de modo a que a complementaridade surgisse como instrumento de elevação da eficiência e eficácia no cumprimento dos objectivos comuns que foram inerentes às nossas intervenções no Estágio.

Semanalmente realizaram-se três reuniões, às segundas-feiras com a Orientadora da Escola, às quartas-feiras com as Orientadoras da Universidade e da Escola e às sextas-feiras com todo o Núcleo de Estágio.

#### **3.2. Grupo de Educação Física**

O Grupo de Educação Física da escola é constituído por quinze Professores.

Anualmente, o Grupo analisa o Programa Nacional de Educação Física, delibera as matérias que deverão ser abordadas ao longo do ano lectivo e planeia de forma agregada a distribuição das instalações e os horários para cada Professor, tem em conta os recursos de instalações e equipamentos específicos da Educação Física. O facto de a Escola possuir uma piscina influencia de sobremaneira as matérias a abordar, com objectivo de rentabilizar este espaço.

Relativamente à interacção com os outros Professores do Grupo de Educação Física, estivemos presentes em algumas reuniões de Grupo para ter noção do seu funcionamento e dos assuntos abordados.

Os Professores da disciplina também estiveram presentes como voluntários e/ou como público-alvo nas nossas actividades de Intervenção na Comunidade Escolar, Acção Científico-Pedagógica Colectiva e Acções Científico-Pedagógicas Individuais.

Informalmente, a interacção com os Professores do Grupo de Educação Física revelou-se cooperativa, nomeadamente na partilha e gestão dos espaços disponíveis e na cooperação em actividades realizadas no âmbito escolar.

### **3.3. Turma**

A Turma disponibilizada para leccionar e organizar as actividades educativas foi de 7º ano, composta por 19 Alunos (7 rapazes e 12 raparigas) com idades entre os 12 e os 16 anos. Cerca de 42% dos Alunos pertencentes à Turma já perdeu pelo menos um ano lectivo e nenhum Aluno tinha necessidades educativas especiais.

### **3.4. Escola**

O facto de já ter sido Aluno nesta escola fez com que a minha integração fosse facilitada por já conhecer a maior parte da estrutura física e humana para o desempenho das minhas tarefas. No entanto, o facto de estar num contexto diferente, fez com que houvesse um melhor conhecimento sobre o funcionamento de certos locais e órgãos pertencentes à instituição.

A Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva dispõe de espaços reservados aos Serviços Administrativos, à Secretaria, à Direcção Executiva, aos Serviços de Acção Social, à Sala de Audiovisuais, à Enfermaria, ao Gabinete de Psicologia, à Reprografia, à Papelaria, à Biblioteca e às Salas de Estudo, de Informática, de acolhimento de vários clubes/projectos, de Sessões e dos Directores de Turma.

O material didáctico disponível para todas as áreas é diversificado e a escola possui uma Sala de áudio-visuais com datashows, retroprojectores, sistema de som e vídeos educativos. Para além das salas de informática, existe acesso à Internet na escola.

Constata-se que neste estabelecimento de ensino, para além das Salas de Aula, existem locais que tornam a integração da comunidade escolar mais eficaz com a existência de serviços administrativos comuns a toda a escola e locais onde são facultados alguns recursos materiais e informáticos, nomeadamente material audiovisual a ser utilizado para as aulas.

### **3.5. População docente**

Existem 201 docentes neste estabelecimento de ensino, sendo que 98 já pertencem aos quadros da escola há mais de 11 anos, revelando alguma estabilidade na continuidade dos Recursos Humanos.

Ao nível do 2º e 3º ciclo, mensalmente são realizadas reuniões de Coordenação Pedagógica para promover a comunicação entre os Professores de cada Turma, com o objectivo de debater sobre as necessidades educativas e desenvolver estratégias que promovam o sucesso escolar dos Alunos.



**Figura 1** – O Edifício da Escola

### 3.6. Infra-estruturas desportivas

Nesta escola existem quatro campos descobertos, um pavilhão gimnodesportivo com um pequeno ginásio, uma piscina de 25 metros e um tanque de aprendizagem.

Existe uma rotação dos espaços pelos Professores com duração de um período, sendo que a Turma leccionada por nós teve a piscina disponível às segundas-feiras, durante todo o ano lectivo, um campo do pavilhão gimnodesportivo às quintas-feiras, durante dois períodos escolares e um campo exterior, durante um período.



**Figura 2** – Instalações desportivas

## **4. Prática Lectiva**

### **4.1. Gestão do processo de Ensino/Aprendizagem**

Onofre (1995) diz-nos que o sucesso da aprendizagem dos Alunos está dependente da capacidade que o Professor tem para analisar os contextos específicos e de seleccionar os meios e estratégias mais adequadas para as circunstâncias apresentadas, para tal, é necessário organizar e estruturar toda a sua intervenção para que ela seja tão proficua e produtiva quanto necessário.

Ao longo da prática lectiva foi procurado o cumprimento de princípios fundamentais defendidos por Freitas et al. (2003), como a criação de um ambiente que potenciase a aquisição de competências de cada Aluno inseridas num crescimento individual integrado no colectivo. Também procurámos mobilizar o conhecimento de forma eficaz e posteriormente avaliar e reorientar a qualidade do trabalho educativo.

É essencial adoptar uma atitude e conjunto de comportamentos que garantam a qualidade do ensino nas Aulas de Educação Física. Para Carvalho (1982) é fundamental que o Professor tenha:

- ✓ Predisposição para ensinar;
- ✓ Conhecimento dos princípios da didáctica geral e aplicação dos mesmos de forma específica;
- ✓ Relação dialogante com os Alunos;
- ✓ Conhecimentos actualizados;
- ✓ Planeamento estratégico e sustentado;
- ✓ Conhecimento das condições de execução e de operacionalização.

#### **4.1.1. Planeamento**

O acto de planear pressupõe a existência de um caminho que leva a um futuro melhor que as circunstâncias actuais, constituindo um projecto sistémico dos procedimentos a serem tomados para obtenção de objectivos.

Para Bento (1987) o carácter progressivo do ensino é assente em pressupostos baseados na sistematização e continuidade do processo de valorização dos Alunos. A sua operacionalização deve ser feita numa perspectiva macro através do Planeamento Anual, utilizando as Unidades Didácticas como meio de agrupar um conjunto de competências a serem desenvolvidas e com expressão operacional através Exercícios presentes no Plano de Aula.

Seguidamente estarão descritos procedimentos adoptados para cada um destes instrumentos de planeamento e os intentos de realização na sua operacionalização:

##### **4.1.1.1. Plano Anual de Turma**

Rosado (1999) defende que a Planificação Anual representa um conjunto de intencionalidades com propósitos organizativos, definição de estratégias e objectivos, controlo e avaliação do projecto perspectivado para uma Turma específica, de modo a que a operacionalização seja coerente e que desenvolva o que é prioritário.

Na planificação anual realizada para a Turma lectiva houve uma divisão das matérias abordadas de acordo com as directrizes do Grupo de Educação Física da escola, tendo em conta a distribuição das instalações ao longo dos períodos lectivos.

A escolha das matérias a serem abordadas no 7º ano não é feita de forma isolada. O Grupo de Educação Física realizou um planeamento que prevê uma sequência de matérias comum e uniforme de acordo com o ano escolar das Turmas, com o objectivo de garantir a coerência e exequibilidade ao longo do percurso escolar dos Alunos, não só dentro do ciclo de ensino, mas também ao longo dos ciclos.

Com esta estratégia e de acordo com o Programa Nacional de Educação Física salvaguarda-se o desenvolvimento dos Alunos e também o desenvolvimento da

Educação Física escolar, tendo em conta os recursos temporais, materiais e os Professores disponíveis.

Ao nível do 3º ciclo, este modelo de planeamento garante a abordagem das matérias nas Aulas de Educação Física de forma organizada e sequencial. No entanto, apenas prevê o aparecimento e frequência de algumas matérias, inibindo o aparecimento consistente de matérias alternativas que poderão ser positivas para o desenvolvimento do Aluno ou Turma, que sejam oportunas tendo em conta o contexto da Escola e que sejam exequíveis.

Tendo em conta estas directrizes, foram planeadas as seguintes Unidades Didácticas ao longo do ano lectivo:

**Quadro 1** – Planeamento das matérias a abordar no ano lectivo

	<b>Unidade Didáctica</b>	<b>Número de aulas previstas</b>	<b>Duração da aula</b>	<b>Ano Escolar</b>
<b>1º Período</b>	Basquetebol	10	90'	7º
	Natação	10	45'	7º
<b>2º Período</b>	Voleibol	11	90'	7º
	Jogos Aquáticos	11	45'	7º
<b>3º Período</b>	Actividades Aquáticas	8	3x45' e 5x90'	Leccionada por outro Professor Estagiário ao 7º
	Ginástica	8	5x45' e 3x90'	7º
	Jogos Tradicionais e Futebol	5	90'	Leccionada no 10º

Para além da prática lectiva no 7º ano, foi definido que seria vantajoso leccionar uma Unidade Didáctica no Secundário, na Turma 10º ano, para que pudesse haver uma

vivência diferente e que proporcionasse a aquisição de novas experiências relacionadas com um público-alvo distinto daquele que tinha no 7º ano.

Apesar de este capítulo reportar-se à Prática Lectiva, naturalmente que a Caracterização da Turma, o Estudo de Caso, a Acção de Extensão Curricular e a Actividade de Intervenção na Comunidade Escolar são tarefas interactivas com este capítulo, visto que serviram de complemento às aulas propriamente ditas e que foram planeadas em conjunto com a sequência das Aulas de Educação Física. A recolha de informações e a interacção dos dados promovida entre a Prática Lectiva e restantes actividades serviu para otimizar as intervenções em cada uma destas actividades.

#### **4.1.1.2. Unidades Didácticas**

Segundo Rosado (1999), a Unidade Didáctica representa um conjunto de aulas que foram agrupadas devido às etapas de desenvolvimento dos Alunos, aos conteúdos ou temas a abordar, à calendarização das aulas ou períodos lectivos.

Trata-se de uma instrumento utilizado para guiar o desenvolvimento de um agrupamento de competências específicas e simultaneamente propósitos globais inerentes aos objectivos gerais da Educação Física.

Siedentop (1994) citado por Graça e Mesquita (2007) defende que a leccionação das Unidades Didácticas por blocos de maior duração representa a existência de um carácter mais consistente para a consolidação de aprendizagens, sendo essencial que exista um tempo mínimo de contacto com as matérias de ensino para que exista uma aquisição de competências de forma proficiente.

Na construção das Unidades Didácticas para a Turma Lectiva, optámos por realizar uma sequência lógica dos conteúdos, respeitando a complexidade e progressividade das potencialidades educativas próprias de cada matéria. A gestão das estratégias utilizadas foi originada essencialmente com o respeito pelos princípios pedagógicos e didácticos, mas também com capacidade adaptativa ao contexto que a Turma foi apresentando.

Na estruturação das Unidades Didáticas houve um corpo comum de conceitos utilizados na estruturação dos meios e métodos. Seguidamente é apresentado o modelo geral da estruturação das Unidades Didáticas criadas pelo Núcleo de Estágio:

✓ **Conceptualização do valor educativo e da matéria:**

Teve o propósito de reforçar as finalidades e as potencialidades que aquela matéria pode desenvolver na formação integral e global dos Alunos. Representa a esfera de potencial educativo que uma matéria possui para que sejam desenvolvidos e atingidos os objectivos gerais e específicos inerentes à aprendizagem nas aulas de Educação Física.

✓ **Definição dos recursos necessários:**

Foram definidos previamente os recursos temporais, materiais e humanos a utilizar, com o desígnio de possibilitar ao Professor um conhecimento global dos recursos e meios disponíveis e com isso desenvolver as suas actividades.

✓ **Caracterização do Nível da Turma:**

Para que a Unidade Didáctica fosse oportuna era fundamental conhecer o estado inicial dos Alunos para possibilitar a ocorrência de evolução. Segundo Rosado (1999), esta etapa possui um carácter prognóstico para a consequente definição das prioridades formativas a serem trabalhadas nas aulas;

✓ **Objectivos gerais e específicos:**

Para clarificar as competências que esperamos ver desenvolvidas nos Alunos, para desenvolver os meios e métodos necessários e para, posteriormente, verificar o seu grau de concretização;

✓ **Estruturação dos conteúdos:**

Com previsão da forma e método como seriam apresentados à Turma e com definição dos critérios de êxito considerados fundamentais para o ganho de

competências, Rosado (1999) constata que é o que vai ser ensinado, através de uma distinção entre o essencial e o acessório dentro de um conjunto de princípios, valores e com o respeito pela sequência e calendarização adequadas;

✓ Cronograma de Conteúdos:

De modo a realizar uma sequência lógica e progressiva dos conteúdos a abordar, respeitando o nível de complexidade de cada um deles e de, segundo Rosado (1999), dotar o conjunto das aulas com coerência e utilizando o recurso às progressões pedagógicas;

✓ Estratégias pedagógicas e didácticas:

Como seria de esperar procuraram respeitar os princípios da Pedagogia e da Didáctica, tendo em conta a realidade circunstancial inerente. Para operacionalizar os princípios de actuação para cada Unidade Didáctica, foram definidos os comportamentos e acções didácticas gerais e específicas a cada uma das matérias leccionadas, com o objectivo de facilitar a qualidade do processo de ensino-aprendizagem;

✓ Método de avaliação:

Para que o processo de orientação pudesse ser adaptado e de forma a medir o grau de concretização dos objectivos, recorreu-se à avaliação contínua e à avaliação pontual, com o intuito de verificar a concretização dos objectivos definidos.

#### **4.1.1.3. Documento de Estudo**

Em sintonia com as Unidades Didácticas foi criado um Documento de Estudo a entregar aos Alunos para que estes tivessem acesso a informações relevantes com esclarecimento das regras; definição, função e modo de realização dos conteúdos técnico-tácticos; benefícios e valor educativo de cada matéria; informações sobre o conhecimento relacionado com as capacidades do corpo humano.

#### **4.1.1.4. Planos de Aula**

Para orientar uma aula é necessário que o Professor tenha previamente delineado um conjunto de objectivos que garantam a continuidade dos conteúdos relativamente às aulas anteriores e às aulas vindouras.

Seguidamente apresentaremos as categorias que estiveram presentes nos planos de aula ao longo deste Estágio Pedagógico:

Identificação: Em qualquer documento a identificação é essencial, no modelo do Plano de Aula adoptado. Para o planeamento das aulas foram descritas as seguintes informações: o nome das instituições a que o Núcleo Estágio está ligado; o nome do Professor Estagiário; o nome do Orientador e o Ano Lectivo.

Tema: Cada aula tem um tema ou pretende desenvolver alguns conteúdos de uma determinada matéria. Como tal, colocámos o nome da Unidade Didáctica a que pertence o plano de aula, bem como o número da aula e a sua função didáctica.

Condições de realização: O local onde decorre a aula, o número de Alunos, a duração, os recursos materiais necessários e a ordem cronológica das aulas são variáveis que o Professor deve ter em conta, pois irão influenciar as estratégias a adoptar de acordo com as circunstâncias.

Objectivos: Os objectivos são essenciais para que ocorra aprendizagem. Em cada aula existe um conjunto de objectivos específicos que o Professor pretende que os Alunos cumpram nas dimensões psicomotora, sócio-afectiva e cognitiva, e é importante haver uma definição clara e planeada desses mesmos objectivos com apresentação sintética aos Alunos para que estes tenham noção do rumo das suas aprendizagens.

Material: O tipo de material, as condições de utilização, bem como a quantidade e qualidade são factores que influenciam o planeamento de qualquer aula de Educação Física, sendo fundamental haver um conhecimento prévio destas questões como estratégia de elaboração de planeamento adequado às condições existentes.

A enumeração do material necessário e importante para que, nos momentos anteriores ao início da aula, possa ser requisitado e previamente disposto de modo a que, no decorrer da aula, não seja perdido tempo desnecessário em organização.

A definição do material necessário está dependente dos exercícios que irão ser abordados na aula e também do nível apresentado pelos Alunos, visto que poderá ser útil material próprio para a realização de situações de aprendizagem menos complexas.

Descrição dos Exercícios: Os Exercícios são os instrumentos utilizados para que os Alunos consigam atingir os objectivos e desenvolvam as suas competências. A apresentação do seu funcionamento e conteúdo deverá ocorrer nas fases de instrução e de organização, de forma a que os Alunos percebam a sua utilidade e funcionalidade.

Esquema / Organização: Para Sena Lino (2007), a organização é uma função de ensino que engloba as intervenções que o Professor realiza para regular a prática e o funcionamento dos Alunos nas tarefas da aula, assumindo grande importância na gestão do tempo e dos materiais disponíveis numa sessão.

A forma como uma aula é organizada é parte determinante na qualidade da orientação dos exercícios. Uma organização prévia, planeada e reflectida fará com que princípios pedagógicos básicos sejam respeitados com maior facilidade, como o controlo visual da Turma, o processo de informação de retorno, a quantidade de tempo de empenhamento motor e tempo potencial de aprendizagem, revelando-se uma ferramenta importante na gestão do tempo e do espaço de aula.

Tempo de exercício: Cada exercício tem um conjunto de variantes e variáveis a ter em conta e características que o torna diferente dos outros, como tal, deverão ter um tempo de realização adequado às suas exigências, à sua complexidade, ao nível de aprendizagem e ao nível de dificuldade dos Alunos.

Os exercícios não deverão ser curtos para que ocorra uma familiarização e consolidação dos objectivos propostos, nem demasiado longos para que a motivação, concentração e grau de exigência diminuam, como tal, é uma variável a ter em conta não só no planeamento como também na operacionalização da aula.

O planeamento da duração de cada exercício influencia a qualidade da aprendizagem, por exemplo, ao nível da motivação ou do cansaço físico ou cognitivo. No entanto, cabe ao Professor gerir a duração do exercício conforme orienta a aula, não necessitando de cumprir de forma rígida o que está no plano de aula, sem contudo deixar de reconhecer que grandes alterações ao plano no decorrer da aula poderão

significar um planeamento inadequado que deverá ser corrigido para as sessões seguintes.

Fases da aula: Os Planos de Aula foram “divididos” em três grandes períodos: a fase inicial, onde é feita uma preparação (com aprendizagem) para a fase fundamental da aula; a fase fundamental onde estão inseridos os principais conteúdos da aula e onde deve haver maior predisposição para a aquisição; e a fase final, onde pode ocorrer o retorno à calma e o balanço das ocorrências.

Na parte inicial, procurámos efectuar a recepção aos Alunos com a realização da chamada, exposição dos objectivos da aula com interligação com os conteúdos abordados na aula anterior e por vezes utilizámos o questionamento para lembrar e reforçar alguns conceitos anteriormente abordados. O aquecimento também foi enquadrado nesta fase, usualmente com recurso a situações de jogos activos, mas com objectivos relacionados com a fase fundamental, visto que já existe transmissão de conteúdos nesta fase da aula.

A parte fundamental continha os principais estímulos perspectivados nos objectivos específicos da aula, criando situações de aprendizagem que proporcionassem um trabalho com complexidade e duração adequada às necessidades apresentadas pelos Alunos.

A explicação dos exercícios procurou ser objectiva e com a utilização de estímulos sonoros e visuais, para que os Alunos compreendessem com eficácia as principais variáveis a ter em conta nas tarefas. É fundamental que o Professor transmita os conteúdos específicos das tarefas, que no decorrer deste, mantenha a organização da Turma e forneça informação de retorno na forma adequada.

Na parte final, tínhamos como principal objectivo o retorno à calma através de exercícios com intensidades menos elevadas e posteriormente era realizada informação final com o balanço da aula, com recurso a *feedbacks* habitualmente colectivos.

Em cada plano de aula procurámos definir objectivos que promovessem o desenvolvimento no plano psicomotor, sócio-afectivo e cognitivo, permitindo a adopção de uma perspectiva de complexidade no desenvolvimento perspectivado para os Alunos.

Com o decorrer das aulas e com as vivências práticas, a elaboração e organização dos Planos de Aula sofreram algumas rectificações devido a uma crescente

percepção dos conceitos inerentes e à utilidade prática de cada categoria utilizada sua na estrutura.

Naturalmente que o que estava previsto no plano de aula não foi sempre respeitado de forma rígida no decorrer das aulas, visto que a adaptação às condições materiais, temporais e às necessidades e/ou dificuldades demonstradas pelos Alunos.

#### **4.1.2. Realização**

Trata-se da etapa subsequente ao planeamento e esteve dependente do rigor e adequabilidade que este teve ao ambiente real. Foi neste momento que o planeamento foi testado e em que se verificaram as possibilidades da sua reorientação e adaptação.

Na quase totalidade das aulas, chegámos antes do toque de entrada para que o material já estivesse preparado, para que houvesse momentos em que os Alunos transmitiam alguma informação pessoal ou tirassem alguma dúvida, e principalmente para rever o plano de aula, no que se refere às informações a transmitir nos momentos de instrução, o processamento das transições entre exercícios e revisão dos critérios de êxito dos exercícios.

Seguidamente, será feita uma apresentação de alguns aspectos importantes para a qualidade da operacionalização das aulas e concretização do planeamento:

##### **4.1.2.1. Instrução**

Na informação inicial pretendia-se que existisse transmissão de informações pertinentes que facilitassem a aprendizagem da parte prática. Tendo em conta as características dos Alunos da Turma, o método adoptado consistiu numa exposição dos objectivos da aula e dos seus conteúdos, num âmbito que propiciasse a interligação com as aulas anteriores.

Em alguns momentos, foram feitas apresentações com recursos a meios áudio-visuais, para tornar o processo de instrução motivante e, principalmente, para que os

Alunos tivessem um complemento visual às informações auditivas que já tinham recebido ou iriam receber.

Nos momentos de instrução, perseguimos sempre o princípio de que a exposição só se iniciava quando os Alunos estivessem atentos e se, inicialmente perdemos algum tempo para que esta regra fosse cumprida, com o decorrer do processo a ocorrência de conversas paralelas, distrações ou maus posicionamentos dos Alunos diminuiu.

#### **4.1.2.2. Organização**

Foi pretendida uma densidade lógica de empenhamento motor nas aulas, rentabilizando ao máximo o espaço disponível e através do recurso a estratégias como a utilização de estações como mecanismo inibidor de tempos de espera elevados.

Na realização das aulas, optámos por recorrer a rotinas como a formação em semi-círculo e em xadrez, um meio utilizado para elevar a qualidade e velocidade dos momentos de instrução e de organização. Estas estratégias inicialmente eram cumpridas com maior dificuldade por parte dos Alunos. No entanto, verificou-se uma evolução.

Na disposição do material, procurámos sempre rentabilizar ao máximo o espaço disponível, aproveitando o recurso a estações de trabalho e a organização do material para o exercício seguinte enquanto os Alunos realizavam uma tarefa, como estratégias que favorecessem a rapidez dos momentos de transição.

#### **4.1.2.3. Gestão do tempo**

Piéron (1996), refere que a gestão do tempo de aula é um elemento chave na eficácia do ensino das actividades físicas e desportivas. O empenhamento motor do Aluno nas tarefas que lhe são propostas representa uma condição essencial para facilitar as aprendizagens.

Para que exista um tempo de empenhamento motor elevado é necessária uma planificação cuidada, um controlo constante das tarefas e a ocorrência de um clima de suporte e motivação, para aumentar a confiança e o interesse dos Alunos na tarefa.

Francisco (1999) diz que o tempo passado na aprendizagem da matéria é uma variável importante para que os Alunos recebam estímulos suficientes para progredirem na aquisição das competências. No entanto, este tempo não deve surgir num contexto isolado de instrução e de *feedback*, é essencial que a prática dos Alunos seja orientada e com conhecimento das variáveis específicas de cada tarefa.

O tempo de empenhamento motor e tempo potencial de aprendizagem, foram as variáveis que tivemos mais em conta no planeamento e na leccionação das aulas, optando por estratégias que possibilitassem a actividade dos Alunos em simultâneo, quer através de situações analíticas (com recurso a estações), quer através de situações de jogo.

Nas aulas das segundas-feiras, como os Alunos não tinham intervalo para se equipar, foi pedido ao Professor da aula anterior que terminasse as suas aulas antes do toque de saída para que os Alunos chegassem às aulas de Educação Física com um atraso menor. Esta opção revelou-se importante para que as aulas não tivessem um tempo demasiado curto de tempo útil.

Nas aulas relativas à matéria de Ginástica, para que o material já estivesse disposto no momento do toque de entrada, foram organizados grupos de trabalhos com a responsabilidade de chegarem 5 minutos antes do toque para serem orientados na colocação dos aparelhos e colchões.

Genericamente as aulas não tiveram grandes tempos de espera. No entanto, reconhecemos que a primazia excessiva dada ao tempo de empenhamento motor e tempo potencial de aprendizagem poderá ter representando uma diminuição na quantidade e qualidade dos momentos de instrução.

#### **4.1.2.4. *Feedback***

Na gestão dos *feedbacks* no que se refere à dimensão, forma e objectivo, constatámos numa fase inicial do Estágio que havia poucos *feedbacks* positivos. Consideramos que houve evolução neste aspecto, contudo verificamos que não atingiu a percentagem ideal para criar um clima de aula positivo.

O fornecimento de informações de retorno colectivas, grupais ou individuais foi gerido de acordo com a pertinência de cada uma destas componentes. Contudo, houve alguns momentos em que era pertinente o *feedback* colectivo mas não houve sensibilidade para constatá-lo no decorrer da aula.

No que respeita à forma como os *feedbacks* foram apresentados, constámos que a maior frequência pertencia aos *feedbacks* foram auditivos, no entanto, também houve a capacidade de recorrer ao *feedback* visual e à demonstração sempre que necessário. Nos *feedbacks* quinestésicos, a sua frequência foi bastante reduzida.

#### **4.1.2.5. Clima**

Sena Lino (2007) diz que as intervenções de afectividade que o Professor tem no decorrer do processo de ensino desempenham um papel decisivo no clima da aula e consequentemente, na motivação, na confiança, na concentração e restantes aspectos que condicionam a predisposição do Aluno para aprender.

O Professor deverá fazer uso do encorajamento, de suporte e promover o êxito para criar condições afectivas que facilitem a ocorrência de aprendizagem.

Durante as aulas o facto de fornecer uma percentagem elevada de *feedbacks* negativos, quer com comportamentos relacionados com a tarefa, quer com comportamentos desviantes, poderá ter criado um clima menos favorável. No entanto, também houve afectividade positiva, o que inibiu a insatisfação e desmotivação de forma rotineira dos Alunos da Turma.

#### **4.1.2.6. Disciplina**

No início de cada período lectivo, foi realizada uma apresentação das regras de conduta e de funcionamento das aulas de Educação Física em geral e também relacionada com a especificidade de cada matéria.

No primeiro período, a definição das regras foi menos clara do que nos restantes períodos, visto que ao longo do tempo fomos percebendo algumas insuficiências relativamente à pertinência das regras.

Inicialmente, a presença de comportamentos desviantes, fornecíamos sempre *feedbacks* desaprovativos. No entanto, posteriormente aumentámos a frequência de *feedbacks* prescritivos relacionados com a matéria ou interrogativos sobre os comportamentos observados e isso fez com que os Alunos estivessem mais focados nas tarefas e diminuíssem os comportamentos desviantes.

#### **4.1.2.7. Domínios da aprendizagem**

No Programa Nacional de Educação Física são referidos três domínios de desenvolvimento do Aluno. Seguidamente, explanarei os procedimentos tomados, tendo em conta cada um deles.

No domínio cognitivo, na exposição dos conteúdos à Turma, foram criadas rotinas de disposição dos Alunos no espaço, com o objectivo de os colocar em posição própria para ver e ouvir o Professor. Procurámos transmitir a informação de forma objectiva e com recurso à demonstração ou a meios áudio-visuais sempre que se justificasse.

No domínio sócio-afectivo, foi privilegiada a assunção por parte dos Alunos de algumas responsabilidades na execução dos exercícios, na preservação do material, na relação com os colegas, no desempenho de tarefas de arbitragem, sem contudo desprezar a orientação do Professor como método de ajuda para o Aluno tomar de opções mais correctas.

No domínio psicomotor, procurámos utilizar sempre um grau de complexidade dos exercícios e conteúdos adequados ao nível dos Alunos, potenciando uma considerável taxa de sucesso, com progressão crescente de complexidade ao longo das aulas.

#### **4.1.2.8. Opções metodológicas**

Na fase inicial das aulas foram privilegiadas situações fisiologicamente activas, muitas vezes em forma de jogo, como meio de activação geral, que posteriormente eram complementadas por exercícios analíticos que visavam a activação dos grupos musculares que seriam requisitados. Nesta fase da aula, foi feita uma apresentação e experimentação de alguns jogos tradicionais, mas também foi abordado o Rope Skyping onde rentabilizámos o conhecimento teórico e prático abordado na Acção Científico-Pedagógica Colectiva do Núcleo de Estágio da Escola Básica e Secundária Gonçalves Zarco.

Na abordagem das matérias, a organização por estações de trabalho foi privilegiada com o objectivo de potenciar as situações de aprendizagem, sendo que, na maioria das vezes, circulávamos pelas estações para fornecer informações de retorno, sem contudo perder o controlo visual de toda a Turma. No caso específico da matéria de Ginástica, variámos entre o recurso às estações e a centralização do local da aula, visto que, nos momentos de introdução e até de exercitação, era necessário fazer as ajudas de forma segura.

Nas Aulas da Unidade Didáctica de Voleibol foram criadas estações onde foram abordados o Badmington e o Madeirabol, visto que existem princípios do jogo e componentes técnico-tácticas que são transferíveis para o Voleibol.

No ensino dos conteúdos dos Jogos Desportivos Colectivos, a criação de situações de jogo foi privilegiada, tendo em vista o seu potencial para cumprir o objectivo programático de desenvolver capacidades sociais, como a responsabilidade, cooperação, comunicação e respeito pelos colegas. Contudo, também foram utilizadas situações analíticas quando necessário, seguindo um princípio referido no Programa Nacional, em que a actividade deverá ser “tão global quanto possível e tão analítica quanto necessário”.

Em todo o Ano Lectivo, houve apenas uma aula em que em o local foi alterado devido às condições climatéricas e foi realizada uma aula com objectivos diferentes do plano de aula com jogos lúdicos tradicionais e estafetas e alguns conceitos básicos dos Desportos de Combate, em detrimento da Aula de Basquetebol que estava prevista.

Perante a possibilidade de pontualmente os Alunos não poderem realizar a aula, existiu um conjunto de tarefas que foram ser realizadas para que também estivessem em aprendizagem, nomeadamente acompanhar o Professor e ouvir as suas informações de retorno, realizar uma composição acerca da matéria abordada em geral ou de um exercício ou gesto específico, ajudar na distribuição e arrumação do material, cronometrar o tempo de empenhamento motor de um colega, controlar e analisar os gestos técnicos dos colegas.

#### **4.1.3. Controlo e Avaliação**

A avaliação, para Stufflebeam e Skinkfield (1987) citado por Rosales C. (1992), constitui um processo de identificar, obter e proporcionar informação útil e descritiva acerca do valor e do mérito das metas e da planificação, com o fim de servir de guia para tomada de decisões, para solucionar os problemas e promover a compreensão dos fenómenos implicados.

Para Prata (1998), a avaliação representa uma actividade com propósitos formativos, reorientadores do processo tendo em vista a optimização dos procedimentos.

O mesmo autor afirma que avaliar na sua essência é possibilitar a existência de reformulações no ensino, para que a aprendizagem do estudante seja rentabilizada, devendo esta mesma avaliação incidir sobre os objectivos de aprendizagem previamente traçados.

##### **4.1.3.1. Avaliação de Diagnóstico**

É uma ferramenta que permite ao Professor o conhecimento do nível da sua Turma, de modo a definir o planeamento mais adequado de acordo com as capacidades motoras, as habilidades técnicas e desenvolvimento cognitivo dos Alunos.

No início de cada Unidade Didáctica foi realizada uma avaliação de diagnóstico para averiguar o nível da Turma em cada matéria. Foi constatado o nível inicial de cada

Aluno de modo a desenvolver um processo de aprendizagem adequado. O instrumento utilizado foi uma ficha de observação baseada no registo de ocorrência dos principais critérios de êxito dos conteúdos observados.

#### **4.1.3.2. Avaliação Formativa**

Para Rosado (1999), a avaliação formativa é uma acção de acompanhamento do processo de ensino-aprendizagem de forma regular. Decorre ao longo de todo o processo de aprendizagem em que o Professor avalia, com recurso à observação directa, a evolução dos comportamentos ao longo do tempo. Serve para ter noção não só do comportamento dos Alunos, mas também para reajustar a sua intervenção didáctica no sentido de optimizá-la e levar a um enriquecimento da Unidade Didáctica previamente traçada. Deverá ser realizada de forma contínua, coerente e global.

Os Alunos que por diversas razões não puderam realizar a componente prática da aula, também foram avaliados na realizaram de tarefas, nomeadamente:

- Trabalho de Condicionamento Motor;
- Texto sobre temas livres relacionados com a Actividade Física ou temas definidos pelo Professor;
- Fichas de observação aos colegas;
- Tarefas inerentes à organização da aula (colocação de material ou ajudas aos colegas);
- Mini-fichas relacionadas com os conteúdos das matérias abordadas nas aulas.

#### **4.1.3.3. Avaliação Sumativa**

Com base na avaliação de diagnóstico realizada anteriormente, foi tido em conta o nível inicial e feitas medições que permitissem verificar a existência ou não de evolução, quer através de testes práticos quer através de testes escritos.

Relativamente à componente prática, na conclusão de cada Unidade Didáctica foi feita uma avaliação final que contemplou a verificação da realização dos elementos

(conteúdos) abordados nas aulas, através de uma situação formal de avaliação Professor-Aluno, em que foi registado numa escala de 1 a 5 a execução e cumprimentos dos critérios de êxito dos elementos de avaliação:

- 1) Não executa: quando não realiza nenhum dos critérios de êxito;
- 2) Executa com dificuldade: quando respeita apenas um critério de êxito;
- 3) Executa de forma satisfatória: quando realiza o gesto técnico com alguma dificuldade, não respeitando todos os critérios de êxito;
- 4) Executa com correcção: quando realiza a maioria dos critérios de êxito;
- 5) Executa muito bem: quando realiza todos os critérios de êxito.

Na realização de provas teóricas, no 1º e 2º período, optámos por realizar um teste escrito na Sala de aula, para avaliar a capacidade de os Alunos reterem as informações pertinentes e aplicarem-nas em pouco tempo através de escolha múltipla, verdadeiro ou falso e de resposta rápida. No 3º Período, optámos por propor um trabalho escrito aos Alunos, para promover e avaliar a capacidade dos Alunos pesquisarem e seleccionarem a informação e de serem autónomos na procura do conhecimento.

#### **4.1.3.3.1. Auto-avaliação**

É fundamental que o Aluno tenha percepção e reflecta sobre os seus actos e para promover esta ideia, no final de cada período lectivo foi criado um momento em que os Alunos realizaram a sua auto-avaliação sobre aspectos variados como: a qualidade e frequência dos seus comportamentos cívicos; a qualidade do conhecimento teórico sobre as matérias abordadas; a qualidade sobre a realização prática dos conteúdos aprendidos.

Com alguma admiração, foi constatado que os Alunos tiveram uma noção bastante próxima da avaliação do Professor, demonstrando que a falta de consecução de alguns objectivos não está no desconhecimento sobre a forma de agir, mas sim na motivação, interesse e exigência em cumpri-los.

#### 4.1.3.3.2. Parâmetros de avaliação

Na posse dos registos e dados referentes às prestações de cada Aluno, no final de cada período foi realizada avaliação com preponderância para cada item de acordo com a que estava definida pelo Grupo de Educação Física da Escola.

Nesta tarefa tive algumas dificuldades, visto que alguns Alunos na junção de todos os parâmetros obtiveram uma nota que não considerava a mais adequada do ponto de vista pedagógico. Deve haver rigor nestas classificações, no entanto, também deve existir alguma sensibilidade para perceber se uma determinada nota será positiva ou negativa tendo em vista o futuro.

**Quadro 2** - Parâmetros de avaliação adoptados pelo Grupo de Educação Física

Domínios	Parâmetro	%	Métodos
<i>Psicomotor</i>	Empenhamento	25%	Escala de 1 a 5 (todas as aulas)
	Progressão	10%	Evolução do domínio técnico tático (escala de 1 a 5)
	Domínio técnico-tático	15%	Conjunto de avaliações formativas (escala de 1 a 5)
<i>Sócio-afectivo</i>	Pontualidade	7,5%	Contabilização da ocorrência de atrasos
	Assiduidade	7,5%	Contabilização do número de presenças
	Comportamento	10%	Escala de 1 a 5 (todas as aulas)
<i>Cognitivo</i>	Trabalhos e testes escritos	20%	Avaliação de 0 a 100%
	Intervenções na aula	5%	Balanço entre o número de intervenções positivas e negativas (todas as aulas)

#### 4.1.3.4. Relatório da Aula

Na perspectiva de auto-avaliação enquanto Professor Estagiário, após cada aula foi feito um balanço e reflexão sobre a prestação, com o propósito de fortalecer a qualidade das aulas seguintes. Na construção de cada relatório de aula, optei por abordar uma estrutura padrão, que continha as seguintes categorias:

- ✓ Informação inicial – usualmente deveria haver um controlo e captação da atenção dos Alunos da Turma para situar os objectivos da aula, explicar alguns conceitos e procedimentos a adoptar no decorrer da aula e se necessário realizar algum balanço pendente da aula anterior.
- ✓ Fase Principal – era realizada uma análise à escolha e adequação dos exercícios utilizados na aula e caso tenha ocorrido alguma alteração no que se refere à forma, ao conteúdo ou à duração, era justificada a razão para essa mudança. Nesta categoria, também houve reflexões sobre a clareza na explicação dos exercícios, a posição pedagógica adoptada, a quantidade e qualidade da informação de retorno e a fundamentação das estratégias utilizadas.
- ✓ Gestão do tempo/espço – foi efectuada uma análise à adequação do tempo dos exercícios, na qualidade e rapidez das transições, quer na vertente da organização do material, quer na vertente da organização da Turma, por exemplo, na formação de grupos.
- ✓ Informação final – análise ao balanço realizado com os Alunos e reflexão sobre a possibilidade de ter ficado algo por dizer, ficando para a informação inicial da aula seguinte.
- ✓ Organização e Disciplina – reflexão sobre os episódios de instrução, transição, organização do material e formação de equipas de trabalho, apontando também justificações para possíveis ocorrências de casos de indisciplina ou o inverso.
- ✓ Dimensões da aprendizagem – análise ao valor cognitivo, psicomotor e sócio-afectivo da aula, com definição de possibilidades de melhoria em intervenções futuras.

## **4.2. Assistência às aulas**

### **4.2.1. Sistematização das observações**

A realização das observações aos colegas estagiários tinha como objectivos principais reflectir sobre os erros comuns ao Professor observado e a mim próprio e corrigi-los, aumentar o leque de estratégias que possibilitassem uma intervenção

pedagógica mais adequada e servir de informação de retorno para a evolução cooperante entre o Núcleo de Estágio.

Para observar é importante planejar o que deve ser visto, planejar as estratégias e métodos e viabilizar o processo de forma a criar um modelo estruturado e com qualidade no registo e consequentemente na análise e reflexão dos dados recolhidos.

Siedentop (1983) diz-nos que as competências e a qualidade do desempenho do Professor têm uma vertente relacionada com a sua personalidade, pela motivação e vocação em leccionar. Contudo, também defende que a assunção de uma atitude pragmática baseada na sistematização de seus actos é um factor que proporciona a evolução no desempenho docente.

Sena Lino (2007) constatou a existência de três etapas fundamentais no processo da observação sistemática: decidir o que observar, desenvolver definições para os comportamentos a serem observados e seleccionar as estratégias de observação mais adequadas.

Sena Lino (2007) também defende que a observação é um método de recolha de dados nas condições reais da aula, visando uma experimentação que produza dados relevantes e de forma estruturada. O carácter selectivo da observação é natural, visto que existe a impossibilidade de apreender em simultâneo a totalidade dos aspectos da realidade pedagógica.

Na estruturação da ficha de observação do Núcleo de Estágio, foram criadas as seguintes categorias:

Informação inicial: Com o propósito de enquadrar os conteúdos e objectivos da aula e momento de apresentação dos meios e tarefas que serão utilizados para os abordar. A apresentação das tarefas aos Alunos facilita a predisposição da classe para receber estímulos relevantes e consequentemente para obterem maior sucesso na sua aprendizagem. Sena Lino (2007) diz que a informação inicial deve ser precisa, específica, clara e concisa, devendo fazer referência às condições de realização dos exercícios e os critérios de êxito básicos para o aparecimento da taxa de sucesso desejada.

Condução da aula: O posicionamento do Professor, o controlo da classe e a adopção de estratégias que facilitem a aquisição de competências é fundamental. No nosso processo de observações procurámos verificar as condições de realização destes aspectos, com o intuito de ter uma noção e posterior aplicação prática das condições de realização mais eficazes.

Gestão do tempo de aula: Piéron (1996) considera-o uma variável essencial para a eficácia no ensino das actividades físicas e subdivide esta categoria nas seguintes dimensões:

- Instrução: período em que o Professor dá informações relevantes à classe;
- Organização: períodos em que o Professor organiza a classe para o funcionamento dos exercícios propostos e para a disposição ou arrumação do material;
- Transição: período em que os Alunos transitam de uma actividade para outra;
- Tempo de empenhamento motor: período em que os Alunos estão empenhados na tarefa e respeitam os objectivos propostos para o exercício.

Feedback: É um instrumento essencial para que o Aluno tenha noção dos seus comportamentos de vária ordem, servindo como mecanismo que despoleta a evolução. Bloom (1979, citado por Piéron, 1996) afirma que o *feedback* é um meio para que ocorra uma correcção ou reforço dos comportamentos observados.

Sena Lino (2007) perspectiva a ocorrência de *feedbacks* como variável dependente da prestação motora dos Alunos, com o intuito de fornecer informações facilitadoras da aprendizagem.

Sarmiento (2004) defende que a análise ao *feedback* pedagógico proporciona a relação entre a reacção do Professor aos comportamentos dos Alunos e a melhoria da prestação motora destes. Trata-se de uma análise que engloba quatro dimensões:

- Objectivo:
  - Prescritivo – informação sobre como deverá ser feita a execução seguinte do Aluno ou o modo ideal de realização;
  - Descritivo – Descrição do modo como foi feita a execução do Aluno para que este tenha noção da sua condição;

- Avaliativo – apreciação positiva ou negativa do Professor de acordo com a qualidade da execução do Aluno;
- Interrogativo – questionamento ao Aluno sobre a sua execução, com o intuito de causar reflexão sobre as suas acções;
- Afectivo – com o objectivo de aumentar o índice de motivação e/ou confiança do Aluno.
- Direcção:
  - Individual – informação de retorno dirigida apenas a um Aluno;
  - Grupo – informação de retorno dirigida a um grupo de Alunos;
  - Classe – informação de retorno em que existe a necessidade de informar toda a classe.
- Forma:
  - Auditivo – informação de retorno transmitida utilizando o meio de comunicação oral;
  - Visual – informação de retorno transmitida com recurso à demonstração;
  - Quinestésico – utilização do contacto corporal como forma de indicar através do tacto a optimização pretendida;
  - Misto – utilização de mais do que um dos meios anteriormente referidos.

Foi utilizado o método do registo de ocorrências para cada uma das dimensões, como meio para deter a relação entre a ocorrência quantitativa de todas estas dimensões.

## **4.2.2. Análise aos Professores Estagiários observados**

### **4.2.2.1. Professor Estagiário Tiago Lopes**

Instrução: Nos episódios de instrução costumava apresentar os objectivos e conteúdos a abordar na aula de forma demasiada genérica.

Costumava interromper a instrução para chamar os Alunos à atenção na informação inicial das aulas. No entanto, houve algumas vezes em que prosseguiu com

a sua instrução apesar da dispersão dos Alunos nos momentos de transição entre exercícios, impossibilitando a transmissão de informações com qualidade.

Condução da aula – No decorrer das aulas, a circulação normalmente era realizada durante alguns minutos, mas por vezes, existiam momentos em que o Professor Estagiário ficava muito tempo parado e sem transmitir informações de retorno, o que resultava no aparecimento de comportamentos desviantes.

Inicialmente o controlo visual da Turma era bastante reduzido, mas com o decorrer das aulas notou-se que a sua melhoria neste aspecto foi notória, adoptando gradualmente um posicionamento mais favorável.

Contrariamente às aulas de Natação e de Basquetebol, o Professor Estagiário demonstrou maior conhecimento e clareza na exposição dos conteúdos referentes ao Voleibol, o que resultou na elevação da atenção da Turma e diminuição da dispersão durante as fases de instrução.

Gestão do Tempo: Na concretização do planeamento para a aula, constatámos que a classe tinha um tempo de bom empenhamento motor. No entanto, o tempo de empenhamento motor específico era igual ao tempo de empenhamento motor não específico.

Foi explícito o cuidado com a diminuição do tempo de organização do material, visto que durante as aulas observadas foi a rara a ocorrência de episódios relacionados com estes aspectos. No entanto, no que se refere ao tempo de organização da Turma, foi em alguns episódios bastante elevado, na nossa opinião devido à falta de reflexão sobre estratégias a utilizar no planeamento da aula.

Contudo na percentagem tempo total dispendido na organização, verificámos que foi inferior aos 18% perspectivados por Graça e Januário (1998).

Feedback: Os *feedbacks* mais utilizados pelo Professor Estagiário são os prescritivos, no entanto, a maior parte deles correspondiam ao controlo da disciplina da Turma, possivelmente se fossem específicos da matéria abordada, não só os Alunos teriam melhores condições para realizar os exercícios com maior qualidade, como consequentemente, os comportamentos desviantes diminuiriam.

O recurso aos *feedbacks* auditivos foi utilizado com uma frequência bastante elevada, quando por vezes um *feedback* visual ou quinestésico teria sido mais oportuno para que o Aluno tivesse uma melhor percepção da correcção.

No decorrer das aulas, verificámos que houve uma melhoria na qualidade dos *feedbacks*, nomeadamente na fundamentação teórica dos *feedbacks* prescritivos.

#### **4.2.2.2. Professora Estagiária Sandra Afonso**

Instrução: Na recepção aos Alunos a Professora Estagiária procurava dialogar com os Alunos e perceber as razões pelos quais não realizavam a aula. No entanto, esta opção fez com que o início da informação inicial da aula fosse tardio e consequentemente menor.

Na informação inicial eram apresentados os objectivos e os exercícios da aula de forma clara e objectiva.

Na apresentação dos exercícios a Professora Estagiária recorreu à demonstração e cremos que esta foi uma estratégia positiva na compreensão dos Alunos acerca dos movimentos a realizar.

Condução da aula: Nas aulas de Natação, o cumprimento das regras inerentes à utilização da piscina deveria ter sido reforçado, visto que algumas vezes vimos os Alunos a circular de forma desorganizada nas pistas e a sentar-se em cima dos separadores sem terem sido chamados à atenção.

Na condução da aula, a Professora Estagiária teve sempre uma postura activa movimentando-se e acompanhando de perto as tarefas dos Alunos e cremos que este também é um factor importante para manter os Alunos empenhados e motivados.

A Professora Estagiária deveria ter dado mais atenção aos Alunos que não realizaram a componente prática da aula, visto que muitos deles não realizavam nenhuma tarefa.

Gestão do Tempo: A transição entre exercícios foi realizada de forma rápida e não foi perdido demasiado tempo nos momentos de organização, permitindo continuidade no ritmo das aulas.

A organização do material foi realizada antes do início das aulas, permitindo ganhos ao nível do tempo de organização do material.

Feedback: Conseguiu variar entre os *feedbacks* individuais e os colectivos de acordo com o contexto, o que representou uma maior clareza na explicação e correcção dos conteúdos de forma pertinente.

#### **4.2.2.3. Professora Estagiária Sandra Faria**

Instrução: Nas aulas leccionadas na Turma do Secundário a instrução raramente foi interrompida, pois a classe colocava-se na disposição pedida pela Professora e não produzia ruído. Nas aulas ao 3º ciclo, teve que interromper diversas vezes a sua instrução, porque era necessário.

Condução da aula: Na maioria do tempo era notória a preocupação em ter o controlo visual de toda a classe. No entanto, também houve momentos em que o controlo da Turma foi bastante reduzido, resultando em comportamentos desviantes dos Alunos exteriores ao campo de visão.

Nas aulas de Ginástica verificou-se a existência de falta de preparação prática sobre os pontos críticos na realização das ajudas, é essencial que o Professor tenha conhecimento e segurança quando executa as ajudas aos elementos gímnicos.

Gestão do Tempo: Nas aulas de Ginástica o tempo de empenhamento motor dos Alunos foi reduzido devido à falta de desenvolvimento de estratégias que potenciassem a prática simultânea de vários Alunos, nomeadamente através de uma maior rentabilização do material disponível e através da criação de estações de trabalho.

A duração dos episódios de organização foi pequena. No entanto, existiram muitos episódios de organização, fazendo com que o ritmo da aula fosse quebrado, por vezes, desnecessariamente.

O tempo de empenhamento motor observado foi na sua quase totalidade específico, não tendo sido observados comportamentos fora da tarefa.

Feedback: Por vezes quando grande parte dos Alunos necessitavam da mesma informação de retorno, teria sido pertinente realizar um *feedback* colectivo, contudo, notou-se que optou por, em muitas ocasiões, realizar *feedbacks* individuais, o que na nossa opinião resultou em perda de tempo na correcção das componentes críticas.

Apesar de recorrer com maior frequência aos *feedbacks* auditivos, verifica-se que recorre aos *feedbacks* visuais e quinestésicos e com resultados positivos na correcção das execuções dos Alunos.

#### **4.2.2.4. Professor Estagiário Rúben Castanha**

Instrução: Na fase de instrução os Alunos costumavam estar controlados e atentos às informações do Professor e constatou-se que já havia rotinas bem definidas na disposição dos Alunos. No entanto, quando houve distrações Professor Estagiário foi assertivo e inibiu que voltassem a ocorrer.

Condução da aula: Por diversas vezes o Professor manteve apenas metade da Turma no seu campo de visão, abstraindo-se do que restava dos Alunos. Esta situação poderá ser explicada pelo facto de os Alunos terem alguma maturidade e autonomia e constatei que se mantiveram empenhados quando o Professor estava de costas. No entanto, a intervenção do Professor será mais eficaz ao nível da organização da Turma e da qualidade da informação de retorno se adoptar um posicionamento que lhe permita observar a totalidade da Turma.

A exposição dos exercícios foi feita de forma clara. Os Alunos, regra geral, não tiveram muitas dúvidas na forma como deveriam actuar em cada exercício, exceptuando em alguns momentos em que houve dúvidas com alguns pormenores dos exercícios

Gestão do Tempo: As transições entre os exercícios foram rápidas, visto que houve coerência na formação dos grupos entre exercícios e o material era previamente disposto pelo Professor.

A Turma manteve-se empenhada na tarefa nos momentos em que não havia instrução nem episódios de organização. Os casos em que alguns Alunos não estavam em actividade foram pontuais.

Feedback: A maioria dos *feedbacks* com afectividade positiva utilizados pelo Professor foram avaliativos e prescritivos, utilizando-os como forma de reforçar os comportamentos correctos e de seguida dar novas formas de realizar o exercício.

A maioria dos *feedbacks* com afectividade negativa foram feitos através da descrição das más execuções dos Alunos, apenas em alguns casos o Professor foi capaz de prescrever a forma correcta de realizar o exercício.

### **4.2.3. Balanço**

A assistência às aulas dos colegas estagiários permitiu obter informações relevantes para promover a eficácia nas aulas, não só da parte de quem observou como também da parte de quem foi observado.

Originou a troca de ideias entre os estagiários, nomeadamente na adequabilidade dos exercícios, na relação com os Alunos, gestão do material, tarefas para os Alunos que não realizam a aula e na gestão do tempo.

Verificámos que o modo de actuar das Professoras Estagiárias, Sandra Afonso e Sandra Faria, foram diferentes na Turma de 10º ano e na Turma de 7º ano, com o objectivo de se adaptarem às circunstâncias específicas de cada Turma.

As observações realizadas ao Professor Estagiário de outro Núcleo, surgiu com o objectivo de vivenciar uma realidade exterior ao Núcleo de Estágio e à Escola. Verificou-se que não existiram grandes diferenças ao nível das estratégias na rentabilização do material e do tempo. No entanto, foi uma mais-valia para a constatação que os *feedbacks* avaliativos positivos (pouco utilizados por qualquer um dos elementos do nosso Núcleo de Estágio) é um instrumento que pode facilitar com alguma preponderância a construção de um clima de Aula positivo e bastante favorável ao desenvolvimento de uma atitude prospectiva e de experimentação dos alunos.

Em síntese, constata-se que houve um enriquecimento da prática pedagógica do Núcleo de Estágio através da realização deste conjunto de observações e troca de informações. Constituindo uma ferramenta importante na partilha de princípios e estratégias e que permitiram uma percepção com carácter mais global com consequentes repercussões na planificação e operacionalização das aulas seguintes.

## **5. Actividades de Intervenção na Comunidade Escolar**

### **5.1. Justificação da actividade**

A “Levada de mãos dadas com a saúde” foi organizada por todo o Núcleo de Estágio, decorreu no dia 18 de Dezembro de 2009, na Escola Dr. Ângelo Augusto da Silva e procurou envolver a Comunidade Educativa, procurando promover um fortalecimento nas relações entre todos os elementos que a integram.

Foi nossa intenção fomentar uma prática de actividade física que ultrapassasse o âmbito das actividades tradicionais, com o propósito de dar a conhecer novas práticas. Também foram utilizados jogos lúdicos de carácter sócio-afectivo acentuado como instrumento de mobilização deste público-alvo.

Os objectivos definidos para esta actividade foram os seguintes:

- ✓ Fomentar um conjunto de actividades físicas e desportivas que ultrapassassem o âmbito restrito das actividades ditas tradicionais;
- ✓ Contribuir através das práticas desportivas, para a formação ecléctica dos participantes e potenciar a transdisciplinaridade entre várias áreas do saber;
- ✓ Inculcar em todos os participantes sentido de responsabilidade, iniciativa, poder de decisão, autonomia e criatividade;
- ✓ Desenvolver a capacidade de relação inter pessoal, espírito de equipa e *fair-play*, baseadas no relacionamento e convívio entre a Comunidade Educativa;
- ✓ Promover a realização pessoal e o sentido de pertença à instituição Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva.

## 5.2. Actividades Realizadas

Palestra de Nutrição: Teve como tema “Comer Bem, por um Crescimento Saudável” com o objectivo de debater sobre a alimentação dos jovens. Primeiro, porque nem todos conhecem o processo correcto de elaboração das ementas, e segundo, porque numa altura em que se fala do problema da obesidade infantil é cada vez mais importante falar em alimentação saudável.

Outro objectivo foi o de dar conhecer a toda Comunidade Educativa o papel que cada um dos intervenientes tem no processo relativo à escolha das ementas, aprovação, escolha dos alimentos e respectiva confecção na nossa Escola, no sentido de valorizar o trabalho realizado neste âmbito.

Aulas de Aeróbica, Body Combat e Relaxamento: A Aeróbica é uma actividade física realizada em grupo, que tem o seu ritmo determinado pela música, com o principal objectivo de desenvolver a capacidade aeróbia do indivíduo.

O Body Combat conjuga movimentos de ginástica e luta, associados a técnicas respiratórias. É muito activo e permite descarregar energia, sendo muito seguro pois não existe contacto físico. Combina movimento de várias actividades de autodefesa e artes marciais, como o Karatê, o Boxe, o Tai-chi-chuan e o Kick Boxing.

O relaxamento tem o objectivo de atenuar a tensão do organismo, de modo a que o corpo atinja os seus níveis normais de funcionalidade.

Hidroginástica: O meio aquático é pouco explorado em acções deste âmbito, por isso considerámos também pertinente promover vivências lúdicas na piscina com uma vertente recreativa e competitiva. A hidroginástica é uma actividade geradora de diversão e saúde através de exercícios simples ou complexos, isolados ou combinados, aliados à música e que provoca uma sensação bem-estar.

Gincanas Aquáticas: Competição recreativa que teve como objectivo pôr à prova as habilidades e conhecimento dos participantes. Nesta gincana, os participantes tiveram oportunidade de mostrar as suas destrezas na piscina, confraternizar com colegas de equipa e adversários, desvendar enigmas e responder a perguntas relacionadas com outras disciplinas para além da Educação Física.

Na primeira gincana, os participantes deveriam “Descobrir a palavra mistério”, obtendo pistas para a solução através das respostas bem sucedidas a perguntas transdisciplinares com conteúdos abordados em todas as disciplinas e através de letras colocadas no fundo da piscina.

Na segunda gincana, o “Jogo Veste e Siga” consistiu em realizar uma estafeta na piscina, em que cada participante tinha de colocar uma barbatana, uma braçadeira e uma manípula, realizar o percurso e utilizar esses objectos como testemunho para entregar aos colegas.

Feira da Saúde: Simultaneamente a estas actividades decorreu uma Feira da Saúde para toda a Comunidade Escolar, em que as pessoas tinham a oportunidade de verificar o seu índice glicémico, colesterol, índice de massa corporal, percentagem de massa gorda e tensão arterial.

No local da Feira da Saúde esteve um *datashow* com vídeos relacionados com a actividade física, alimentação adequada e de outros cuidados a ter com a saúde.

### **5.3. Operacionalização**

No cumprimento das tarefas inerentes à organização desta actividade, o Núcleo de Estágio optou por recorrer à divisão e delegação de algumas tarefas entre os elementos do grupo e também ao trabalho em conjunto como forma de interligar todas as nossas acções e de dar um sentido global à acção.

Seguidamente, serão apresentadas as tarefas realizadas em conjunto por todo o Núcleo de Estágio:

- ✓ 13 de Outubro: Reunião com os colaboradores responsáveis pela organização operacional da actividade e pela orientação de algumas das actividades práticas;
- ✓ Mês de Novembro: Elaboração do projecto da actividade;
- ✓ 25 a 27 de Novembro: Elaboração dos convites aos Encarregados de Educação, Professores e Funcionários;
- ✓ 2 de Dezembro: Entrega do projecto aos Professores orientadores;
- ✓ 3 de Dezembro: Distribuição dos cartazes e desdobráveis;

- ✓ 7 a 9 de Dezembro: Divulgação da actividade nas aulas de Educação Física;
- ✓ 9 de Dezembro: Experimentação dos jogos aquáticos na piscina da escola;
- ✓ 12 de Dezembro: Elaboração da lista de participantes inscritos e formação das equipas
- ✓ 12 de Dezembro: Elaboração do questionário de participação;
- ✓ 15 de Dezembro: Construção da lista de tarefas para cada membro do Núcleo de Estágio para o dia da actividade.

Seguidamente, serão apresentadas as tarefas realizadas no trabalho de pares pelos Professores Estagiários César Fonseca e Tiago Lopes:

- ✓ 24 de Outubro: Redacção dos convites dirigidos aos Encarregados de Educação, Professores das outras disciplinas das Turmas curriculares e funcionários;
- ✓ 7 de Novembro: Redacção do ofício de dispensa dos Alunos para as aulas do dia da actividade;
- ✓ 2 de Dezembro: Elaboração do Certificado de Participação;
- ✓ 7 a 9 de Dezembro: Formulação das perguntas presentes nos jogos aquáticos.

A divulgação da actividade foi feita em diversos locais da Escola através da colocação de cartazes e de panfletos, também através do convite pessoal e promoção nas aulas de Educação Física dos restantes Professores do Grupo.

Foram definidas regras de funcionamento da actividade para que os participantes adoptassem comportamentos adequados e sem criar qualquer tipo de conflito e preservar o local.

#### **5.4. Balanço**

Na análise aos pontos fracos e pontos fortes da actividade, o balanço que realizámos surgiu com o sentido de tornar organizações futuras mais adequadas e com maior competência. Nesta actividade em particular houve maior relevância, visto que foi a primeira acção do Núcleo de Estágio fora do âmbito restrito ao espaço de aula,

correspondendo a uma série de experiências novas ao nível essencialmente da gestão, adaptação e utilização dos recursos necessários a uma actividade deste tipo.

Esta análise constituiu-se como um instrumento operacional no desenvolvimento das nossas capacidades na persecução do objectivo a atingir, cada vez mais, uma forma de complementar e melhorar a actividade pedagógica, caracterizada não só pela leccionação das aulas, mas também, e neste caso, por organizar com maior qualidade, actividades que extravasassem a componente lectiva da Educação Física.

#### **5.4.1. Concretização dos Objectivos**

Os objectivos não foram cumpridos na totalidade, por exemplo, a adesão das Turmas de 7º ano não foi total relativamente a todas as actividades e a adesão dos Encarregados de Educação foi fraca apesar de termos feito referência no convite à possibilidade de poderem justificar as faltas nos seus empregos.

Consideramos que a dinamização e envolvência dos elementos da Comunidade Educativa e promoção da actividade física foi maioritariamente conseguida, no entanto, deveremos ter um contacto mais pessoal e ser mais assertivos no convite aos Pais e Funcionários da Escola;

A diversidade teórica e prática das sessões englobadas na acção garantiram ao carácter multidisciplinar e multi-dimensional que tínhamos perspectivado, representando uma mais-valia a nível cognitivo, sócio-afectivo e psicomotor.

#### **5.4.2. Gestão dos Recursos**

A utilização dos colaboradores revelou-se essencial para a delegação de funções e para haver maior competência nas áreas específicas. Para tal, foram oportunas as presenças de uma nutricionista, dois instrutores de *fitness*, dois enfermeiros, um Professor de Educação Física da Escola e um responsável pelas filmagens.

O orçamento para esta actividade foi conseguido através de vários apoios. Importa salientar que para concretização deste projecto contámos com o apoio de várias

entidades particulares, duas instituições públicas e a colaboração da Escola Básica e Secundaria Dr. Ângelo Augusto da Silva, sendo que por estes motivos o custo para os Professores estagiários foi relativamente reduzido.

Os meios utilizados na divulgação foram diversos, nomeadamente através de panfletos, cartazes em pontos estratégicos da escola, divulgação nas aulas de Educação Física e convites para os Professores das restantes disciplinas, Encarregados de Educação e Pessoal Auxiliar.

Solicitámos ao Conselho Executivo a impressão dos cartazes na escola, visto que seria uma actividade destinada à sua Comunidade Escolar. O pedido foi aceite e procedemos à impressão e afixação dos cartazes.

A divulgação foi abrangente, contudo, acreditamos que será necessário, numa próxima oportunidade, estabelecer um contacto pessoal mais próximo com os possíveis participantes de modo a motivá-los a participar.

#### **5.4.3. Realização das tarefas**

As tarefas previstas para antes da actividade revelaram-se regra geral suficientes e foram cumpridas. Os apoios e as inscrições foram as únicas tarefas que terminaram já fora do prazo previsto.

Em relação às inscrições, é de mencionar que as duas últimas equipas inscreveram-se, no início do dia da actividade. Esta situação só foi possível, porque faltaram duas equipas.

#### **5.4.4. Adesão dos participantes**

No que respeita ao número de participantes, temos a registar a ausência de três equipas (9 participantes) ausências de última hora, que por razões indeterminadas, acabaram por não comparecer no dia da actividade.

Relativamente às inscrições das Turmas do 7º ano, apesar da persistência por parte dos Professores Estagiários (foi divulgado várias vezes que haveria prémios e

diferentes jogos lúdicos), os Alunos inicialmente apresentavam interesse, mas depois utilizavam diversas razões para não se inscreverem nas actividades. Possivelmente, deveria ter sido feito um inquérito a perguntar que tipos de actividades teriam maior interesse em participar e até utilizá-los como parte integrante da estruturação das actividades como meio de criar compromisso. Contudo, ambas as Turmas estiveram presentes na palestra de nutrição, significando que apenas o objectivo de sensibilizá-los para cuidados a ter com a alimentação foi cumprido.

Relativamente à não adesão por parte dos Auxiliares de Acção Educativa, julgamos que esta ocorreu, não por uma questão de interesse das pessoas, mas devido à inexistência de um número alargado de funcionários que possibilitasse a dispensa de alguns elementos, sem provocar sobrecarga de trabalho, especialmente no final das aulas do primeiro período.

#### **5.4.5. Grau de satisfação dos participantes**

O grau de satisfação dos participantes, medido através da aplicação de um questionário após a actividade, foi positivo em que muitos deles consideram-na pertinente e com qualidade temporal e espacial. A maioria dos participantes afirma que jogos e os prémios foram muito bons.

Grande parte dos inscritos considerou a actividade “Boa”, sendo que os restantes participantes dividiram-se entre o “Razoável” ou “Muito Boa”.

#### **5.4.6. Registo de ocorrências**

A concentração inicial dos participantes decorreu conforme previsto. No entanto, a falha de três equipas, a inscrição de duas equipas e a duração excessiva da palestra de nutrição adiaram o início da actividade em cerca de quinze minutos.

A participação de um elemento do Conselho Executivo e de outro do Clube de Fotografia da Escola terão sido importantes no envolvimento da Comunidade. As fotos

da actividade foram divulgadas depois do evento no monitor junto ao Conselho Executivo, secretária e sala de Professores.

As diversas actividades decorreram sem problemas, com todos os participantes empenhados e extremamente motivados.

### **5.5. Reflexão sobre cada actividade**

A palestra de nutrição serviu para que os participantes fossem sensibilizados sobre a alimentação correcta e saudável, contudo deveríamos ter planeado e comunicado melhor com a nutricionista, de modo a que a sua apresentação não fosse tão extensa e que se adequasse mais ao público-alvo no que se refere à terminologia utilizada.

As aulas de Body Combat, Aeróbica e Relaxamento tiveram um número considerável de participantes e apesar de as duas primeiras terem sido intensas, o relaxamento proporcionou o retorno à calma pretendido. Consideramos que os participantes realizaram os exercícios com empenho e entusiasmo e quando terminou estavam visivelmente satisfeitos.

A Hidroginástica e as Gincanas aquáticas decorreram de acordo com o funcionamento previsto e com espírito de cooperação e competição. Houve duas equipas de 5º ano e tivemos que adaptar o nível das perguntas e as exigências físicas dos jogos, cremos que o nível esteve adequado a todos os participantes. A criação de duas estações, uma para a Hidroginástica (no tanque de aprendizagem) e uma para as Gincanas aquáticas (na piscina) revelou-se uma boa estratégia para colocar todos os participantes em actividade, inibindo a presença de tempos de espera.

Na Feira da Saúde, os participantes que aderiram tiveram a oportunidade de verificar os seus valores relacionados com a saúde e bem-estar físico, contudo e apesar de estar aberta a toda a comunidade educativa, as pessoas que não estavam inscritas na actividade não aderiram tanto como se desejava, deveria ter sido comunicado no microfone como estratégia de divulgação.

## **6. Actividades de Integração no Meio**

### **6.1. Actividades no âmbito da Direcção de Turma**

Na condução de um processo educativo que procura rentabilizar ao máximo a criação de estímulos efectivos perante o público-alvo, é necessário um conhecimento geral e simultaneamente individual da Turma.

O Professor que tenha em sua posse as informações relevantes que condicionam a maneira de actuar e de pensar dos Alunos será à partida um Professor mais capaz de desenvolver uma intervenção mais adequada e adaptada às circunstâncias.

#### **6.1.1. Caracterização da Turma**

##### **6.1.1.1. Função educativa**

Roldão (1995) afirma que é importante conhecer os Alunos e que é um dos primeiros passos que o Professor deve realizar para dar início a um planeamento da actividade lectiva mais adequado ao grupo de Alunos que terá pela frente. Também será de grande utilidade para criar condições à interdisciplinaridade entre as diversas disciplinas escolares e fomentar uma acção globalizante por parte dos Professores das diferentes disciplinas.

Casassus (2008) diz-nos que o Aluno deve ser encarado numa perspectiva de complexidade em que existe interacção entre a razão, a emoção e o corpo, sendo não só importante o que se ensina, mas também a forma como se ensina, sendo necessárias competências essenciais ao Professor como a sensibilidade e a criatividade.

A elaboração de um documento caracterizador dos elementos da Turma, quer numa perspectiva individual, quer numa perspectiva global facilita a compreensão e o domínio de variáveis complexas que compõem o ser humano, possibilitando um melhor poder de intervenção da parte do Professor.

A elaboração da Caracterização desta Turma procurou tornar possíveis vantagens em diferentes perspectivas:

- Proporcionar directamente ao Director de Turma e aos restantes Professores do Conselho de Turma, dados relevantes acerca dos Alunos com o intuito de tornar a intervenção do Professor mais adequada à realidade vivida pela Turma e tornar o processo de ensino-aprendizagem mais eficaz e eficiente;
- Na perspectiva do Professor Estagiário, contribuir para a melhoria na intervenção das aulas através da extracção de ideias que possam ser pertinentes não só ao nível da actividade física, mas principalmente para perceber as condicionantes e potencialidades educativas gerais que os Alunos têm;
- Na perspectiva dos Alunos, que pudessem ter os seus direitos educativos potenciados por uma melhor intervenção dos Professores, tornando o seu processo de formação profícuo e produtivo.

Com a aplicação e análise deste questionário foi esperada uma maior noção dos perfis individuais dos Alunos, de modo a seleccionar um Estudo de Caso que fosse pertinente.

#### **6.1.1.2. Planeamento**

No diálogo com a Directora de Turma sobre os Alunos da Turma, ficámos a saber que a maior parte deles já se conheciam desde o 5º ano de escolaridade e que apenas uma Aluna era nova na Escola.

O instrumento elaborado para caracterizar a Turma foi um questionário que procurou encontrar informações relevantes para o processo educativo, sem repetir as informações já recolhidas pelo questionário anteriormente aplicado pela Directora de Turma, complementando-se um ao outro.

### 6.1.1.3. Operacionalização

Para a tornar possível a Caracterização da Turma foi construído um questionário com carácter abrangente e que desse resposta aos problemas propostos pelos objectivos específicos deste trabalho. Na construção do questionário procurou-se viabilizar uma interpretação global das características na Turma, tornando também viável uma interpretação individual.

Entre as informações recolhidas constavam dados sobre o meio familiar, as condições da habitação ou o tempo gasto em transportes, as motivações dos Alunos para as diferentes disciplinas, a relação com os Professores, o domínio sócio-afectivo e as condicionantes relacionadas com a saúde. Seguidamente são expostas com mais pormenor as categorias inquiridas:

- ✓ Identificação do Aluno: Com este item, pretendeu-se identificar os Alunos, o seu ano de nascimento e a relação das idades e dos géneros entre os elementos da Turma;
- ✓ Família: A família é uma parte importante na comunidade educativa escolar e nos itens desta categoria foram retiradas informações sobre o agregado familiar, sobre o grau de parentesco do Encarregado de Educação e se este era um elemento presente e activo na vida escolar do educando;
- ✓ Habitação: O meio onde o Aluno vive poderá ter influência no seu sucesso escolar. Nesta categoria foi verificado se o Aluno usufrui de boas condições para estudar;
- ✓ Escola: A ideia que o Aluno tem da Escola poderá ajudar a conhecer não só as potencialidades e necessidades que o Aluno reconhece na sua Escola, como também fornecer uma ideia sobre o que é que os Alunos valorizam mais numa escola e se possuem ou não sentido de pertença na escola onde estão inseridos;
- ✓ Transporte: Neste ponto pretendeu-se saber qual o transporte utilizado pelo Aluno e quanto tempo é que ele gastava por dia nas deslocações casa-escola e escola-casa, de modo a verificar se o rendimento escolar era condicionado ou não;
- ✓ Estudo: Neste espaço pretendeu-se averiguar o tempo que cada Aluno despendia a estudar, pretendeu-se também verificar se esse mesmo tempo de estudo estava

relacionado com uma maior presença e participação do encarregado de educação na vida escolar do educando;

- ✓ Disciplinas: Esta categoria teve como objectivo aferir quais as principais motivações dos Alunos, as áreas em que existia maior desmotivação e onde os Alunos sentiam mais dificuldades.
- ✓ Professores: As conclusões retiradas desta categoria poderiam ser úteis para os Professores ajustarem a sua intervenção, no sentido de responderem às necessidades e expectativas dos Alunos.
- ✓ Actividade física: foi feito um levantamento das vocações e da existência ou não de prática de actividade física nos Alunos e nas suas famílias;
- ✓ Domínio sócio-afectivo: Foi uma categoria do questionário em que o Aluno teve oportunidade de auto-definir-se enquanto amigo e de dar uma ideia das relações de amizade e de trabalho que existiam no seio da Turma.
- ✓ Saúde e alimentação: Nesta categoria apurou-se se os Alunos tinham consciência do que era uma alimentação saudável e se a colocavam em prática.

Procurámos também, averiguar se existiam Alunos com problemas de saúde e quais eram esses problemas, de modo a estarmos preparados para agir de forma rápida e eficaz, caso fosse necessário.

Após a aplicação do questionário, foram tratados e analisados os dados de forma a retirar as conclusões que fossem mais adequadas tendo em conta os objectivos previamente definidos.

#### **6.1.1.4. Informações recolhidas**

Para que fosse realizada uma intervenção pedagógica coerente, personalizada e complexa, foi necessário conhecer o público-alvo das aulas, analisando não só os comportamentos observáveis, mas também o lado menos visível do Aluno.

Com a elaboração desta actividade consegui retirar informações relevantes para serem utilizadas na prática lectiva, nomeadamente foi importante para ter conhecimento das interacções entre os Alunos e com isso ajudar-me na formação de grupos nas aulas e

de ter noção de quais são as características dos Professores que os Alunos mais consideram importantes, para poder ajustar a nossa intervenção desde que fosse compatível com uma correcta condução do processo de ensino-aprendizagem.

Também serviu para retirar informações sobre condicionantes ao nível da saúde e da alimentação e para estar preparado a intervir de forma mais eficaz em situações imprevistas.

Através da aplicação e análise deste questionário foi possível sintetizar o seguinte:

- A Turma era constituída por adolescentes dos 12 aos 16 anos, era maioritariamente composta por raparigas e que quase toda a Turma tinha um dos seus pais como Encarregados de Educação e todos os encarregados interessavam-se pelos resultados escolares dos seus educandos, e conversavam com eles sobre esses resultados com alguma regularidade;
- Todos os Alunos sentiam-se bem no ambiente familiar (em casa) e no ambiente escolar, onde privilegiavam as relações de amizade;
- O tipo de transportes utilizados foi diverso, no entanto, existia apenas um caso em que o Aluno despendia mais de meia hora em deslocações para a escola;
- A maioria dos Alunos escolheu o quarto para estudar e ao analisar as respostas do questionário, pode-se dizer que a Turma despendia um tempo diário de estudo razoável para estudar e fazer os trabalhos de casa. De salientar ainda que parece haver uma correlação positiva entre a presença e o diálogo dos encarregados com o educando e o tempo passado em estudar;
- As disciplinas em que os Alunos dizem sentir mais dificuldades eram a Matemática e a Geografia, não sendo alheio a estes dados, o facto de serem as disciplinas que os Alunos menos gostam. No sentido inverso, constatou-se que os Alunos não sentiam dificuldades nas disciplinas que preferiam;
- Os Alunos valorizavam bastante o lado sócio-afectivo do Professor ao preferirem Professores simpáticos, justos e que estabelecessem relações de amizade. Estes dados foram apoiados pelas características que os Alunos menos gostam de ver num Professor: a antipatia e a rigidez;

- Todos os Alunos da Turma gostavam de praticar actividade física, mas apenas metade praticava. A maioria da Turma tinha hábitos de actividade física na família e existia alguma correlação positiva entre o Aluno praticar e na família ter hábitos;
- Ao observar as respostas do questionário, constatou-se que todos os Alunos têm relações de amizade com os outros elementos da Turma e que não existia nenhum caso de isolamento;
- Existia uma aluna que a Turma prefere para se divertir, contar segredos/pedir conselhos e trabalhar, mas para formar grupos nas aulas de Educação Física os favoritos eram dois rapazes;
- A grande maioria dos Alunos não tinha problemas de saúde. No entanto, existiam casos de asma, bronquite e sinusite que poderiam condicionar a participação dos Alunos, principalmente nas aulas de Educação Física. Quase todos consideram ter uma alimentação saudável, excepto duas alunas que tomam apenas duas refeições diárias.

Apesar de ter retirado informações importantes e de as ter tido em conta nas aulas, creio que a Caracterização da Turma poderia ter tido maior influencia na realização da minha actividade lectiva.

#### **6.1.1.5. Reflexão**

A concepção do questionário foi baseada na necessidade de apurar algumas informações pertinentes sobre diversas facetas da vida do Aluno e com base na pertinência dessas questões foram criadas e pesquisadas perguntas.

Na categoria de saúde e alimentação, talvez fosse pertinente averiguar o número de horas de sono que o Aluno utilizava, visto que o descanso é um factor importante no rendimento escolar.

Na análise dos dados privilegiou-se as informações colectivas, sem no entanto, desprezar alguns casos particulares para que possam permitir um ensino personalizado por parte do Professor.

Este questionário teve uma limitação relacionada com o leque de disciplinas que os Alunos podiam nomear. A Educação Musical e Artesanato são duas disciplinas que a Turma tem na sua actividade lectiva, mas não foram mencionadas no questionário por falta de conhecimento da sua existência.

### **6.1.2. Estudo de caso**

O Professor, enquanto interveniente no processo de ensino-aprendizagem, não deverá restringir-se à simples transmissão de conteúdos, deve também assumir a sua função de educador na transmissão de valores que contribuam para uma formação integral do Aluno. (Bento, 1999)

A escolha do Aluno para o Estudo de Caso baseou-se nas informações provenientes da Caracterização da Turma, da troca de informações com a Directora de Turma e com a Orientadora da Escola, e recolha de opiniões de outros Professores, originando um interesse em que a aluna pudesse melhorar a sua prestação escolar.

A Caracterização da Turma realizada no primeiro período forneceu um conjunto de dados fundamentais para a compreensão da vida escolar e não só dos Alunos da Turma. Complementando essa informação com o conhecimento crescente que tive sobre os Alunos da Turma através da orientação das aulas de Educação Física e da presença nas reuniões do Conselho de Turma, a escolha do Estudo de Caso deveu-se às seguintes razões:

- Grande parte dos Professores da Turma considera que a aluna não tem hábitos de estudo nem métodos de trabalho adequados;
- Foi constatado que a aluna passava muito tempo na brincadeira e que em muitas aulas passava o tempo a rir e a distrair alguns dos colegas;
- O clima exterior ao âmbito escolar não era o mais adequado;
- A aluna nunca realizou as aulas de Natação;

Com a realização deste trabalho esperamos:

- Proporcionar ao Director de Turma e restantes Professores da Turma dados relevantes e importantes no processo educativo sobre este Aluno;
- Enquanto Professor estagiário, contribuir para um melhor desempenho na intervenção nas aulas de Educação Física, tendo em conta as condicionantes e potencialidades da aluna em questão;

O objectivo final foi o de desenvolver um conjunto de estratégias que fossem motivadoras e orientadoras para a aluna em questão e que fossem capazes de sensibilizá-la para uma maior organização e empenho no estudo. Para tal, foi necessário analisar os dados que dispunha e criar mecanismos que facilitassem essa melhoria.

Após a autorização do Encarregado de Educação para dar início a este Estudo realizei as seguintes tarefas:

- Pesquisar informações sobre o percurso escolar da aluna através da pesquisa nos serviços administrativos da escola e através da comunicação com a Directora de Turma;
- Aplicar um questionário abrangente que pudesse caracterizar de forma profunda as condicionantes que podem afectar o rendimento escolar da Aluna (ao nível escolar, familiar, social, sócio-afectivo e cognitivo);
- Elaborar um documento de ajuda a ser discutido e entregue à Aluna;
- Em 2 momentos diferentes, verificar se as directrizes mencionadas no documento estavam a ser cumpridas.

#### **6.1.2.1. Controlo do Processo**

Houve dois momentos em que reuni de maneira formal com a Aluna para verificar se as directrizes do documento de ajuda estavam a ser cumpridas.

Na primeira reunião formal, a 29 de Abril, 6 das 22 directrizes não estavam a ser cumpridas e uma vez mais através do diálogo procurei sensibilizar para a importância

da adopção destes comportamentos positivos para que ela produzisse melhoria no rendimento escolar.

Na segunda reunião formal, a 24 de Maio, a Aluna conseguiu resolver 3 das 6 directrizes que ainda não conseguia cumprir, no entanto, piorou ao nível da realização dos trabalhos de grupo, perguntei se tinha havido algum problema com os colegas mas a aluna refutou essa ideia.

Após as aulas de Educação Física, por diversas vezes fui ao encontro da aluna para sensibilizá-la para o cumprimento das condições para a sua melhoria e também para que sentisse que havia interesse em que ela obtivesse sucesso.

As informações de retorno fornecidas pelos Professores foram muito positivas em algumas disciplinas, no entanto houve duas disciplinas em que não houve evolução.

Os Professores de Matemática, Ciências, Físico-Química e Inglês afirmaram que a Aluna melhorou bastante ao nível do comportamento, da atitude e em alguns casos na melhoria das notas nos testes.

No entanto, o Professor de Geografia disse que aluna manteve a sua atitude de desinteresse e falta de motivação para melhorar, quando confrontei a aluna com estas ideias ela disse que não tinha qualquer tipo de motivação para as matérias em questões.

Nas aulas de Português houve uma ligeira melhoria, mas já numa segunda fase, relativamente a este Estudo de Caso.

#### **6.1.2.2. Balanço**

O conhecimento do maior número de variáveis, como o lado familiar, afectivo e contexto social são importantes para que a interacção entre o Professor e os seus Alunos seja mais produtiva.

Para que exista uma intervenção pedagógica adequada e individualizada de acordo com as características dos seus Alunos é importante ter em conta não só o lado visível, mas também ter sensibilidade para o lado do Aluno que não é tão observável.

As informações recebidas por parte dos Professores das outras disciplinas é que a Aluna teve uma melhoria considerável em 4 disciplinas, melhorou ligeiramente numa disciplina e não demonstrou qualquer evolução em duas disciplinas. Relativamente a Educação Física, houve uma melhoria no empenho. No entanto, a Aluna continuou sem realizar as aulas de Natação, sem justificação plausível.

Em relação às estratégias para a recolha de dados, considerámos que foram abrangentes e suficientes para a aquisição de informação relevante, nomeadamente através do contacto com a Directora de Turma, análise do questionário da Caracterização da Turma, consulta dos registos do percurso escolar e aplicação de um questionário ao Aluno. Contudo reconhecemos que teria sido interessante recolher informações da relação entre o Aluno e o Encarregado de Educação, através da aplicação de um questionário para este.

Quanto ao cumprimento de objectivos e o valor efectivo deste Estudo de Caso, verificámos que a aluna obteve uma melhoria notória a nível comportamental em algumas disciplinas, o que gera alguma satisfação da nossa parte, no entanto, não conseguimos utilizar estratégias para convencê-la a melhorar a sua prestação em Francês e Geografia. As nossas abordagens esbarraram na grande falta de motivação que esta Aluna tem para estas áreas.

A Aluna não conseguiu ter uma melhoria suficiente para ser aprovada no ano escola e este facto vem realçar a importância do momento em que teve início este Estudo de Caso que foi suficiente para observar alguns resultados significativos.

Se realizado com maior antecedência haveria com certeza melhores condições para um acompanhamento do processo mais rigoroso, contínuo e consistente. Conhecer de forma efectiva os Alunos das Turmas é algo que deve ser feito desde o início do ano lectivo para que a actuação seja mais rápida e para que existam mais condições para reajustar e adaptar a intervenção.

No contexto social actual, é fundamental que o educador tenha noção das várias vertentes que interagem na formação dos Alunos, respeitando as características psicológicas, sociais, motoras, de saúde e afectivas que ditam a sua maneira de ser e de agir, respeitando as potencialidades e limitações de cada um.

## 6.2. Acção de Extensão Curricular

A actividade foi da responsabilidade de apenas dois dos quatro Professores Estagiários do Núcleo de Estágio da EBSAAS: Tiago Lopes e César Fonseca. A opção de realizar a Actividade de Extensão Curricular em conjunto deveu-se sobretudo à proximidade das faixas etárias dos nossos Alunos.

Realizou-se no dia 1 de Junho de 2010, Dia Mundial da Criança e consistiu na junção dos Alunos das nossas Turma.

### 6.2.1. Função educativa

A realização desta actividade foi justificada pelo intuito de promover o fortalecimento das relações entre os Professores, Alunos das Turmas leccionadas e seus Encarregados de Educação na procura de estilos de vida saudáveis e de sensibilização e preservação da natureza. Com este encontro pretendíamos também, que a interacção resultasse num desenvolvimento dos laços afectivos entre os elementos das Turmas presentes.



**Figura 3** – Local da visita de estudo

Por acreditarmos que o processo educativo a que os Alunos estão sujeitos no âmbito do seu percurso escolar não se resume à sala de aula ou uma instalação desportiva, considerámos importante dar a oportunidade de fornecer vivências que extravasassem o espaço geográfico da Escola. Monteiro (2002) também defende esta perspectiva ao enumerar os seguintes benefícios inerentes às visitas de estudo:

- ✓ Potenciar o processo de aprendizagem através da variedade de estímulos;

- ✓ Utilizar a componente lúdica e de convívio como otimizador nas relações Professor-Aluno e Aluno-Aluno;
- ✓ Facilitar a sociabilização e a aplicação prática de comportamentos cívicos aceitáveis e desejados;
- ✓ Dar uma aplicação prática pura à teoria recebida no âmbito da sala de aula e de perceber em concreto que o conhecimento não é compartimentado;
- ✓ Fomentar a aprendizagem multidisciplinar através da articulação entre a Escola e o meio social envolvente e tendo em conta a formação pessoal e social dos Alunos.

Uma actividade deste género estimula a interacção entre os seus intervenientes, pois procura ultrapassar o habitual relacionamento diário na Escola, estabelecendo diferentes oportunidades para consolidar laços em contextos que diferem sob diversas formas daqueles que habitualmente são encontrados na Escola.

### **6.2.2. Objectivos**

Esta actividade pretendia atingir ambos os domínios: sócio-afectivo, psicomotor e cognitivo. No decorrer da visita guiada procurámos trabalhar estes três domínios através do passeio guiado pela Quinta Berardo e através da realização de jogos lúdicos e concurso de perguntas.

Assim, pretendemos desenvolver nos participantes os vários domínios contribuindo para o seu enriquecimento a nível pessoal. Com a realização desta actividade tivemos como objectivos:

- ✓ Optimizar a relação entre Professor e Aluno e entre os Alunos;
- ✓ Proporcionar a todos os participantes uma prática saudável de actividades físicas, motoras lúdicas, desportivas, educacionais e sociais;
- ✓ Dar a conhecer o património cultural presente na Região Autónoma da Madeira.

- ✓ Contribuir para o enriquecimento cognitivo do indivíduo através da visita de estudo em que os participantes conhecem costumes, tradições e artefactos da nossa Região;
- ✓ Inculcar em todos os participantes o sentido de responsabilidade e cooperação, espírito de equipa e *fair-play*;
- ✓ Garantir uma extensão dos conteúdos abordados em diferentes disciplinas escolares, dando um carácter multidisciplinar ao evento.

### **6.2.3. Planeamento**

Na escolha das actividades a realizar na extensão curricular, o pressuposto fundamental era que a actividade tivesse um carácter formativo e multidisciplinar, em que a actividade física seria promovida e as restantes áreas do saber também seriam estimuladas.

Inicialmente esteve prevista uma visita à Quinta Pedagógica dos Prazeres e ao Caminho dos Pés Descalços, no entanto e principalmente devido à ausência de um contacto com muita antecedência não conseguimos um autocarro por preço acessível.

A visita à Quinta Berardo (Jardim Tropical Monte Palace) surgiu devido ao grande valor cultural e potencial multidisciplinar que este espaço detém e tendo em conta que a pertinência e qualidade do local eram idênticos ou superiores à hipótese 1, a hipótese 2 foi definida como a que seria concretizada.

A organização da actividade seria feita em duas partes, uma visita de estudo guiada e posteriormente jogos lúdicos que promovessem a actividade física e que reforçassem simultaneamente o conhecimento adquirido na visita de estudo, para tal foi criado um concurso com perguntas relacionadas com os conteúdos da visita.

A presença dos Encarregados de Educação e de Professores de outras disciplinas era outro grande objectivo que, no entanto, foi falhado. Principalmente devido à qualidade da divulgação, que foi tardia e a persistência poderia ter sido importante para convencer este público-alvo.

#### 6.2.4. Operacionalização da Actividade

Para viabilizar a organização desta actividade houve tarefas em que recorremos ao trabalho em conjunto. No entanto, também houve divisão de tarefas de modo a rentabilizar o processo.

Seguidamente serão apresentadas a tarefas desenvolvidas em conjunto:

- ✓ 19 de Maio: Escolha definitiva do local da actividade;
- ✓ 25 de Maio: Elaboração de ofícios para os patrocinadores e levantamento dos recursos necessários para a actividade;
- ✓ 25 de Maio: Elaboração das cartas de convite aos Encarregados de Educação e Professores das Turmas curriculares;
- ✓ 30 de Maio: Formulação das regras de funcionamento da actividade e tabela de pontuações dos jogos;
- ✓ 30 de Maio: Criação dos Diplomas para os participantes;
- ✓ 31 de Maio: Confirmação da viabilidade e condições dos transportes, aquisição dos lanches para a actividade e requisição do material para os jogos lúdicos.

Seguidamente serão apresentadas a tarefas desenvolvidas pelo Professor Estagiário César Fonseca:

- ✓ 20 de Maio: Contacto telefónico, elaboração e entrega do ofício ao local de acolhimento da actividade;
- ✓ 21 de Maio: Sondagem realizada na Turma para verificar a viabilidade de utilizar os transportes públicos;
- ✓ 25 de Maio: Entrega as cartas de convite à Turma;
- ✓ 28 de Maio: Recolha das autorizações dos Encarregados de Educação do 7º4;

A Quinta Berardo caracteriza-se por ter uma variedade cultural propícia aos objectivos multidisciplinares a que nos propusemos na realização deste projecto. Seguidamente apresentamos algumas características deste local e o seu consequente valor educativo inserido na realização da visita guiada:

- ✓ Fauna e flora: representa uma área de 70 mil metros quadrados repleta de plantas exóticas provenientes de vários continentes. Estas amostras representam uma mais-valia para os Alunos relativamente a conteúdos abordados na teoria nas Ciências da Terra e da Vida e na Geografia e que agora poderão ter um contacto mais concreto e real;
- ✓ Jardins orientais: oportunidade de observar ao vivo jardins, monumentos arquitectónicos e relíquias oriundas da cultura oriental tão diferente à cultura em que estão inseridos;
- ✓ Azulejos: garantiu a identidade cultural e histórica própria do nosso país através da existência de azulejos alusivos a acontecimentos históricos importantes na História de Portugal, representando uma mais-valia prática, por exemplo, para a disciplina de História que todos tinham na escola. Também existiu uma referência a nível literário, onde foi explicada a origem da palavra “azulejo” que deriva de “al-zuleycha” que significa pequena pedra, tratando-se de uma herança dos países Islâmicos;
- ✓ Beleza natural e património artístico: representa a vivência de uma vista deslumbrante sobre a natureza, cultura e arte. Com uma exposição de pedras preciosas e esculturas vindas do Continente Africano.

### **6.2.5. Balanço**

Através da elaboração do balanço desta Actividade, procurámos analisar o nível de competência constatado no planeamento e na operacionalização, para que em organizações futuras sejamos mais capazes na condução de um processo deste género.

Para averiguar o nível de qualidade desta actividade recorreremos não só à nossa reflexão pessoal, como também, através da análise, aos questionários entregues aos participantes e do balanço realizado com as orientadoras.

#### **6.2.5.1. Planeamento**

Uma das grandes dificuldades desta actividade situou-se na fase da concepção, em que, devido ao prazo tardio da divulgação e pedido de patrocínios, os resultados não

foram os ideais. O cumprimento dos prazos estipulados no planeamento é essencial para garantir o sucesso destes dois aspectos e de proporcionar a concretização da actividade de forma mais sólida e pragmática.

#### **6.2.5.2. Cumprimento do programa**

O programa definido foi cumprido na sua totalidade, não havendo imprevistos na data, horário, transporte e local. A recepção aos participantes foi realizada à frente da sala de sessões 15 minutos antes da partida para a Quinta Berardo. Neste local, foram distribuídas as capas com material de apoio, os bilhetes para o transporte e lidas as regras a respeitar para que a visita de estudo ocorresse de forma civilizada.

Antes de os Alunos iniciarem a viagem no autocarro para a Quinta Berardo foram transmitidas as regras de comportamento que deveriam respeitar, caso contrário, poderiam ser punidos na pontuação dos jogos. Em simultâneo à explicação, os Alunos receberam uma capa com informações onde continham as regras de conduta.

O transporte foi efectuado de autocarro, tal como previsto e dentro do horário estabelecido. Durante a viagem, os Alunos foram alertados novamente para as regras a respeitar durante toda a visita.

À chegada fomos recebidos por uma guia da Quinta Berardo que nos proporcionou uma visita de estudo durante 2 horas, onde tivemos a oportunidade de assistir a várias exposições, com carácter educativo e multidisciplinar. Após a visita guiada, deslocamo-nos para o campo de ténis onde foi realizado o lanche e posteriormente os jogos lúdicos. A saída da Quinta deu-se às 17h30, com deslocação até ao Largo das Babosas onde apanhamos o transporte para a Escola por volta das 17h55.

#### **6.2.5.3. Adesão dos participantes**

Esta Acção de Extensão Curricular foi concebida, tendo como público-alvo alguns dos intervenientes da comunidade escolar: Pais, Professores e Alunos, proporcionando-lhes momentos de socialização e convívio.

As nossas estratégias de divulgação da Acção basearam-se na divulgação durante as aulas, em que falámos com os Alunos sobre a visita de estudo incutindo o seu interesse e através da entrega de uma carta convite aos Encarregados de Educação em que explicámos, o contexto em que a actividade se desenrolava, os seus objectivos e apelávamos à sua participação.

Verificou-se que as estratégias de divulgação não foram as mais eficazes pois nenhum Encarregado de Educação participou na actividade e “apenas” 17 Alunos o fizeram. Será necessário que no futuro a divulgação seja feita com maior antecedência para que os Encarregados de Educação possam garantir uma maior disponibilidade para o dia do evento.

A adesão da nossa Turma foi razoável, estando presente cerca de 66% dos Alunos (12 participantes), representando uma melhoria esclarecedora relativamente à actividade de intervenção na comunidade escolar realizada no 1º período. No entanto, se a divulgação tivesse sido feita uma aula mais cedo, teríamos tido a possibilidade de convencer e relembrar a entrega da autorização dos Pais aos Alunos.

No que diz respeito aos colaboradores, tínhamos estipulado solicitar a ajuda de uma colega, porém, e devido ao número de participantes ser menor do que o esperado optamos por realizar a actividade sem colaboradores extra. Os potenciais colaboradores seriam os Professores Estagiários que já tiveram oportunidade de leccionar algumas aulas a estas Turmas e que já conheciam os Alunos.

#### **6.2.5.4. Carácter Formativo**

Após a realização da actividade constatou-se que houve uma real multidisciplinaridade, em que foram abordados conceitos e dadas noções relacionadas com as Ciências da Terra e da Vida, Geografia, Matemática e Artes aliadas à prática de actividade lúdica.

Relativamente à optimização da relação entre Professor e Alunos e à promoção de uma prática saudável de actividades física, lúdica e educacionais, consideramos que este evento cumpriu estes objectivos. Dando seguimento ao trabalho que vem sendo

desenvolvido na Prática Lectiva, mas com o valor acrescentado de ter sido realizado num espaço exterior à escola, dando novas experiências aos Alunos e dando a oportunidade de adoptarem comportamentos cívicos em diferentes contextos sociais.

A nível sócio-afectivo, houve um desenvolvimento na relação entre os Alunos das duas Turmas. Inicialmente quando foram anunciadas as equipas, alguns Alunos manifestaram o desagrado por terem sido colocados conjuntamente com Alunos de outra Turma, mas tivemos oportunidade de observar que esses mesmos Alunos, no decorrer da actividade, souberam divertir-se e trabalhar em equipa de forma empenhada.

#### **6.2.5.5. Grau de satisfação**

No geral, os participantes classificaram a actividade de Boa ou Excelente, demonstrando satisfação, contudo existem alguns aspectos que os Alunos consideraram apenas Razoáveis e é nossa função perceber quais as razões para esse menor grau de satisfação para que possamos melhorar.

O questionário entregue aos participantes foi um instrumento importante para situar o grau de satisfação do público-alvo e na generalidade, podemos afirmar que os Alunos se sentiram realizados com a acção, faltando no entanto garantir uma maior qualidade na diversidade do lanche, visto que os gostos diferem; uma maior quantidade de jogos lúdicos, ponderando que o aumento da carga horária da acção acarretava consigo uma duração menos exequível.

#### **6.2.5.6. Registo de ocorrências**

Durante a actividade não houve nenhum imprevisto que pudesse condicionar ou comprometer o resto da visita, pelo contrário, consideramos que os Alunos tiveram um comportamento exemplar, estiveram atentos à visita guiada e empenhados nos jogos lúdicos e fizemos questão de realçar isso perante as Turmas.

## **7. Actividades de Natureza Científico-Pedagógica**

### **7.1. Colectiva**

#### **7.1.1. Justificação do tema**

Tendo em conta o potencial educativo que a Dança detém e a sua insuficiente leccionação na Escola, o Núcleo de Estágio acreditou na pertinência deste tema quer na exposição de conhecimento teórico, quer na exposição de componentes práticas essenciais à sua leccionação.

A hipótese de ser realizada uma Acção Colectiva sobre os primeiros socorros na Educação Física e as questões de segurança nas instalações também foram colocadas visto que esta era uma área em que o Grupo de Educação Física da Escola já tinha demonstrado interesse, mas que nunca se tinha concretizado. No entanto, após a ponderação das duas hipóteses considerámos que a acção da “Dança na Escola” teria maior receptividade e maior potencial de sucesso caso conseguíssemos trazer a Professora Doutora Margarida Moura, da Faculdade de Motricidade Humana.

Esta acção enquadrou-se no conjunto de acções denominado “Novas Metodologias - Perspectivas Futuras”, numa componente mais prática e operacional e no sentido de dar a conhecer estratégias e metodologias que poderão ser abordadas pelos Professores de Educação Física em geral.

Sousa (2003) constata que a dança é vista como um mundo à parte do contexto escolar, visto que supostamente está meramente direccionada para a realização de espectáculos. Contudo, o conceito “Dança” extravasa esta ideia, assumindo-se como um conjunto de movimentos e expressões autenticamente naturais, vulgares e espontâneos que o Homem possui.

A Dança como uma actividade que prioriza uma educação motora consciente e global, não se limita a uma acção puramente pedagógica, mas também psicológica, pois busca normalizar ou melhorar o comportamento do jovem (Santos et al, 2005).

Na definição dos sub-temas da Acção Colectiva escolhemos as seguintes categorias:

- ✓ O Valor Educativo da Dança – com o objectivo de apresentar e sensibilizar o público-alvo para o potencial que esta matéria pode ter no âmbito das aulas de Educação Física;
- ✓ Música, Ritmo e Movimento – Tendo em conta que o público-alvo era Professores de Educação Física, seria pertinente abordar a contagem de tempos e a noção dos ritmos inerentes a uma coreografia, visto que esta poderia ser uma dificuldade prática;
- ✓ Exposição teórico-prática das Danças Tradicionais Portuguesas – apresentados pela Professora Doutora Margarida Moura;
- ✓ Exposição teórico-prática das Danças Tradicionais Madeirenses – através do Dr. João Nunes, com o intuito de valorizar o património regional e a identidade cultural da região nas aulas de Educação Física;
- ✓ Introdução aos passos básicos das Danças de Salão – através da Dra. Filipa Aguilar devido à panóplia de estilos e passos que esta dança possui.

Naturalmente que para rentabilizar as tarefas foi necessária a delegação de tarefas entre o Núcleo de Estágio, na procura de otimizar os meios disponíveis e de cada um contribuir com as suas valências de forma integrada numa acção conjunta e sinérgica.

### **7.1.2. Objectivos**

Um dos objectivos gerais desta acção perspectiva despertar o interesse na Dança como forma de comunicação e de expressão e ideias, culturas e vivências e constituir-se como uma acção com carácter orientativo para aqueles que pretendam desenvolver esta modalidade/matéria de ensino nas escolas.

Desenvolver uma abordagem científica e vivencial de forma integrada e multidisciplinar no âmbito da Dança, apresentando uma série de razões de modo a

justificar a aplicação desta forma de expressão de natureza estética e artística, em contexto educativo.

Os objectivos específicos traçados foram os seguintes:

- Contribuir para a formação continua dos Professores através da transmissão do Valor Educativo da Dança na Escola nas suas diversas vertentes em contexto escolar;
- Referir os benefícios na prática da Dança;
- Apresentar propostas metodológicas úteis e oportunas para a implementação da Dança nas aulas de Educação Física;
- Introduzir terminologia específica aos diferentes tipos de Dança;
- Distinguir e analisar diversas estruturas rítmicas e espaciais;
- Construir pequenas coreografias utilizando passos básicos de Dança Moderna, Dança de Salão e Danças Tradicionais.

### **7.1.3. Tarefas Desenvolvidas**

Para otimizar a prestação do Núcleo de Estágio, optámos por delegar funções de acordo com as potencialidades de cada Professor estagiário. No entanto, também recorreremos ao trabalho em conjunto como método de garantir a ligação global em toda a acção.

Seguidamente serão apresentadas as tarefas desenvolvidas em conjunto por todos os elementos do Núcleo de Estágio:

- ✓ 25 de Novembro: Elaboração dos objectivos e conteúdos da Acção Científico-Pedagógica Colectiva;
- ✓ 12 de Março a 9 de Abril: Preparação e elaboração das apresentações dos Professores estagiários;
- ✓ 2 a 9 de Abril: Elaboração do documento de apoio das Danças de Salão e Danças Tradicionais da RAM e Elaboração e Entrega do Projecto da Actividade;
- ✓ 8 a 12 de Abril: Distribuição dos cartazes e desdobráveis;

- ✓ 1 a 21 de Abril: Preparação do DVD com o material didáctico;
- ✓ 17 de Abril: Reunião com os colaboradores e entrega do respectivo projecto da actividade;
- ✓ 20 de Abril: Impressão do certificado de participação;
- ✓ 21 de Abril: Elaboração da lista de tarefas de cada membro da organização para o dia da actividade.

Seguidamente serão apresentadas funções do Professor Estagiário César Fonseca:

- ✓ 4 de Abril: Elaboração do desdobrável informativo da actividade;
- ✓ 5 de Abril: Divulgação da acção pelas escolas da RAM, Gabinete Coordenador do Desporto Escolar e Direcção Regional da Educação;
- ✓ 13 de Abril: Elaboração do ofício para a Comunicação Social;
- ✓ 17 de Abril: Elaboração do certificado de participação;
- ✓ 21 de Abril: Redacção da Carta de Agradecimentos;

Nos dias da Acção Científico-Pedagógica, foram realizadas as seguintes tarefas:

- ✓ Transporte e alimentação dos colaboradores;
- ✓ Disposição final da sala de apresentações e do coffee break;
- ✓ Recepção aos Convidados e inscritos na Acção e registo de presenças;
- ✓ Sessão de abertura com apresentação dos formadores e nota de boas vindas do Director do Mestrado em Ensinos Básico e Secundário em Educação Física, o Professor Doutor Hélder Lopes e com o representante do Conselho Executivo da Escola, o Dr. Armando Barreiro.
- ✓ Intervenção dos Professores Estagiários com os temas “O Valor Educativo da Dança” e “Música/ritmo/movimento”.
- ✓ Representação do Núcleo de Estágio nas Danças abordadas pela Professora Doutora Margarida Moura e pela Dr<sup>a</sup>. Filipa Aguilar;
- ✓ Organização dos Certificados de acordo com os participantes presentes e com as inscrições mais recentes;
- ✓ Balanço das presenças e registo da ocorrência das assinaturas dos participantes;

- ✓ Recolha dos Questionários relativos à avaliação da Acção;
- ✓ Cerimónia de Encerramento com entrega dos certificados, material didáctico e dos recibos.

#### **7.1.4. Divulgação**

No que concerne à promoção do evento, os elementos do Núcleo de Estágio colocaram cartazes em lugares estratégicos nas instalações da Escola (na Sala dos Professores, Sala do grupo de EF, na piscina e no pavilhão). A estratégia de divulgação passou igualmente por informar pessoalmente cada membro do grupo curricular de Educação Física da referida Escola, bem como a todos os contactos pessoais de cada Professor estagiário.

Foi enviado para todas as escolas possíveis da RAM, associações e clubes desportivos um e-mail com o pedido de divulgação da acção, formalizando desta mesma forma um convite a todos os Professores e interessados pela temática. Também foi endereçado ao Gabinete Coordenador do Desporto Escolar, Direcção Regional da Educação, Departamento de Educação Física da Universidade da Madeira e Clube Escola da Levada um pedido para divulgação dos meios auxiliares neste processo (cartaz e folheto informativo) nos respectivos sites das entidades supracitadas.

A todos os nossos colegas estagiários foi entregue um cartaz e folhetos informativos para colocar na Escola onde se encontravam a leccionar, aos Professores do Departamento de Educação Física enviámos um e-mail com toda a informação sobre a acção e respectivos meios auxiliares de divulgação. O mesmo se aplica às Turmas do 1º e 2º ciclos de Educação Física da Universidade da Madeira.

#### **7.1.5. Recursos Humanos**

Os recursos humanos utilizados como colaboradores tiveram funções de várias ordens, nomeadamente nas filmagens, limpeza e arrumação dos espaços utilizados, controlo das presenças e colocação e montagem do material áudio-visual. Esta estratégia

permitiu que os Professores Estagiários tivessem alguma liberdade para desempenharem outras funções no decorrer da acção.

Na parte teórica da acção, realizada na sala de sessões da Escola Dr. Ângelo Augusto da Silva, foi colocada à porta de entrada uma mesa de recepção com uma colaboradora com o intuito de receber os participantes, preencher a ficha de presenças e facultar a documentação necessária.

Durante primeiro dia da acção, houve dois colaboradores responsáveis pelo preenchimento da ficha de presenças, filmagens e preparação do *coffee break*.

No 2º dia, devido a compromissos pessoais, esses mesmos colaboradores não puderam estar presentes, sendo que a organização foi informada com um dia de antecedência decidindo não recorrer a outros colaboradores, assumindo as suas tarefas. Este facto levou a que, no 2º dia, os elementos da organização permanecessem menos tempo na parte prática da acção, pois as tarefas que no dia anterior estavam sendo realizadas por colaboradores, passaram a ser tarefa da organização.

Este episódio apresenta-se como um ponto a rever na nossa estratégia geral, pois a utilização de colaboradores revela-se fundamental na realização de qualquer evento, uma vez que a repartição de tarefas liberta os elementos da organização para outras funções.

As funcionárias do departamento audiovisual da Escola tiveram a seu cargo os aspectos relacionados com o som, iluminação e meios audiovisuais indispensáveis, na Sala de sessões. Um dos elementos da rádio escola teve a seu cargo a instalação do som e do microfone no pavilhão desportivo da Escola.

Os elementos do Núcleo de Estágio colaboraram mutuamente em todas as tarefas inerentes à concepção, implementação e avaliação da acção, procurando dividir as tarefas de acordo com as suas competências e disponibilidade.

### **7.1.6. Recursos materiais**

Relativamente aos recursos materiais, foram suficientes e adequados à realização da Acção, uma vez que, não foi necessário efectuar qualquer alteração ao que estava previamente delineado.

### **7.1.7. Recursos financeiros**

O recurso a patrocínios e o pagamento de inscrições foi um elemento importante para que o orçamento fosse reduzido e suportável. As inscrições na acção superaram as nossas expectativas e adesão à formação pode considerar-se um sucesso.

Para que este projecto se tornasse viável foi necessário recorrer a um conjunto de apoios que foram desde a utilização de recursos (humanos, espaciais e materiais) e apoios para o *coffee break*.

O apoio financeiro propriamente dito não foi conseguido, pelo que constituiu preocupação do Núcleo de Estágio proporcionar esta acção aos participantes, procurando que essa limitação económica não constituísse um entrave à realização da mesma. Assim, procurámos apoios junto de diversas entidades públicas e privadas o que nos permitiu concretizar a acção com encargos financeiros relativamente reduzidos.

No que se refere aos custos dos *coffee breaks* (águas, chás, copos, entre outros), do jantar com os prelectores da acção, da aquisição de algum material administrativo (cartazes, panfletos, certificados...) e do combustível dispendido nas deslocações aos diversos locais (pedir patrocínios, viagens ao aeroporto, entre outras), estes foram assegurados inicialmente pelos elementos do Núcleo de Estágio que posteriormente conseguiram cobrir as despesas com o valor das inscrições.

Importa referir que, uma das maiores preocupações do Núcleo de Estágio reportava-se ao pagamento da viagem e honorários à Professora Doutora Margarida Moura, assim para colmatar estes custos, foi necessário o pagamento de 30 € por parte dos participantes na acção.

### **7.1.8. Temáticas apresentadas**

A revisão bibliográfica feita pelos Professores estagiários foi feita de forma independente e de acordo com os temas que cada uma iria apresentar, elaborando uma preparação teórica que fosse competente para ser apresentada publicamente. No entanto, a revisão bibliográfica realizada sobre os temas não foi tão profunda quanto seria de esperar.

### **7.1.9. Cumprimento do programa**

A mesa de abertura contou com a presença do Dr. Armando Barreiro em representação do Conselho Executivo da Escola, o Professor Doutor Hélder Lopes na qualidade de Director do Mestrado de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, a Professora Doutora Margarida Moura e o Dr. João Nunes na qualidade de formadores da acção.

Para a parte prática, os participantes foram conduzidos em direcção ao pavilhão da Escola onde foi dado início a esta fase com a Professora Doutora Margarida Moura a abordar as Danças Tradicionais do Continente. Posteriormente, no final do dia, a Dr<sup>a</sup> Filipa Aguilar iniciou a sua abordagem às Danças de Salão.

No dia seguinte, no turno da manhã, e de forma a dar continuidade ao que tinha sido abordado no primeiro dia, continuamos a acção com a Dr<sup>a</sup> Filipa Aguilar e a Professora Doutora Margarida Moura. Para finalizar o dia contámos com o Dr. João Nunes nas Danças Tradicionais Madeirenses.

Para o encerramento destes dois dias, tivemos o privilégio de contar na mesa de encerramento final com a presença do Dr. Armando Barreiro, na qualidade de representante do Conselho Executivo, com o intuito de entregar os certificados, documentação e recibo referente à Acção.

Convém referir que o horário foi respeitado na íntegra conforme o previsto, um aspecto positivo a reter relativo à gestão do tempo e ao rigor apresentado pelos formadores.

### 7.1.10. Adesão dos participantes

Destinada a todos os Professores de Educação Física, bem como a todos os interessados na área da Dança, esta acção contou com a presença de cinquenta e dois inscritos, dos quais quatro eram colegas estagiários (pagaram 10€ para suportar aquisição do material didáctico), dois participantes/colaboradores (colegas estagiários) e outros dois colegas estagiários que optaram por não adquirir material didáctico.

Para que os custos inerentes a acção fossem suportadas pelo valor das inscrições, não acarretando custos adicionais aos Professores Estagiários, seria necessário conseguir cerca de trinta e cinco inscrições. Como tal, não foi estipulado durante a fase de recolha de inscrições um número máximo de participantes, pois, o espaço que possuíamos, tanto para a parte prática como para a parte teórica, oferecia condições óptimas para a realização de uma acção com elevado número de participantes. Como os custos da acção iriam ser suportados na sua maioria pelas inscrições dos participantes, julgámos que a adopção desta estratégia seria a mais adequada e apesar do elevado número de participantes na acção, não comprometeu a qualidade da sua realização e possibilitou que os custos fossem suplantados pelas receitas.

Como pudemos verificar no decorrer da acção a adesão à componente prática foi bastante positiva, havendo apenas dois participantes que não a realizaram, contudo assistiram à totalidade da mesma. Este elevado número de participantes poderá indicar a grande abertura que os Profissionais de Educação Física possuem para enriquecer a sua formação nesta área, apontando inclusive para a necessidade da continuação de acções deste género num futuro próximo.



Figura 4 – “A Dança na Escola”

### **7.1.11. Tarefas realizadas após a Acção**

Após a actividade foram realizadas as seguintes tarefas:

- ✓ 25 de Abril: Transporte da Professora Doutora Margarida Moura para o Aeroporto e arrumação e limpeza dos espaços utilizados;
- ✓ 26 de Abril a 5 de Maio: Tratamento e Análise dos dados recolhidos nos Questionários, para posterior inclusão no Balanço Final da Acção e envio de Agradecimentos às Entidades individuais e colectivas que apoiaram a realização da Acção;

### **7.1.12. Concretização dos Objectivos**

A verificação da consecução dos objectivos é a forma mais realista de avaliarmos uma actividade. Assim, concluímos que conseguimos corresponder positivamente aos objectivos pré-definidos, o que se reflectiu na avaliação geral da acção feita pelos participantes.

É de referir que a consecução destes objectivos depende da forma como os participantes utilizarão o que aprenderam não só na acção, mas também com a leitura do documento de apoio e restante material didáctico que foi cedido através de DVD.

Constatámos que nenhum dos objectivos que nos propusemos atingir ficou por alcançar. Considerámos que conseguimos despertar o interesse dos participantes (especificamente dos Professores de Educação Física) para o valor da matéria da Dança na Escola. Contudo não poderemos ver esta acção como um início ou como um fim. Torna-se relevante dar continuidade a este tema, traduzindo-a na aposta de mais formações que visem o desenvolvimento desta matéria no meio educativo.

A competência e a qualidade profissional dos formadores permitiram que os participantes tivessem vivências práticas com qualidade no âmbito das diferentes Danças apresentadas bem como nos conteúdos abordados na *Oficina de Dança* proposta pela Professora Doutora Margarida Moura, fornecendo-lhes material para ser utilizado nas suas aulas de Educação Física.

Importa realçar a aplicabilidade e funcionalidade que esta formação teve para uma das nossas participantes (Professora Orientadora de um projecto de teatro numa das Escolas da RAM), que fez questão de nos deixar um testemunho e uma palavra de incentivo para a qualidade dos conteúdos apresentados e para o facto de já os ter aplicado na sua intervenção pedagógica.

Nestes termos, afigura-se-nos legítimo concluir que a avaliação da acção foi positiva, uma vez que foram concretizados todos dos objectivos que nos propusemos alcançar.

Consideramos positivo o facto de não terem havido grandes imprevistos o que permitiu que a acção tomasse o rumo previsto e desejado, sem que os objectivos iniciais fossem postos em causa.

#### **7.1.13. Grau de satisfação dos participantes**

O controlo do grau de satisfação dos participantes desta acção baseou-se nos dados recolhidos num questionário que foi aplicado e através das informações de retorno que os formandos foram dando durante e após a acção.

No que diz respeito à opinião dos participantes, esta foi muito positiva. A maioria dos participantes avaliou o tema da acção como “Pertinente” ou mesmo “Bastante Pertinente” parecendo bastante satisfeito com a sua presença na mesma. A maioria dos participantes considerou adequada a durabilidade da acção e avaliou como “Bastante Pertinentes” os temas abordados, estando de acordo com as expectativas do Núcleo de Estágio.

Segundo os dados retirados da análise dos questionários a avaliação geral da acção foi distinguida como “Boa” e “Muito Boa”.

Na elaboração do projecto estipulámos o objectivo de promover e despertar o interesse dos Professores de Educação Física na Dança enquanto actividade expressiva, cultural e rica em vivências no âmbito da sua utilização como instrumento de leccionação nas aulas de Educação Física. Considerámos que esta Acção cumpriu este objectivo através dos *feedbacks* referidos não só no questionário como no contacto

peçoal dos participantes. No entanto, não podemos afirmar que este objectivo é cumprido apenas através desta acção, é necessário que exista continuidade de acções de formação sobre este tema.

#### **7.1.14. Reflexões finais**

Fazendo uma retrospectiva da Acção, onde foram realçados os aspectos equacionados pelos Orientadores e pelo Núcleo de Estágio, bem como depois de uma análise e discussão dos resultados obtidos através dos questionários respondidos pelos participantes, constatámos que todas as tarefas e objectivos a que nos propusemos alcançar foram globalmente atingidos. Assim sendo, no que se refere à Acção propriamente dita, a estrutura prevista foi plenamente concretizada, não havendo necessidade de reajustamentos ou alterações.

Existem, contudo, alguns pormenores a melhorar, nomeadamente:

- A entrega do programa da Acção juntamente com a capa, para que os participantes estivessem esclarecidos sobre os horários;
- O tempo de espera que ocorreu entre as danças apresentadas pelos Alunos do 2º ano do Curso de Educação Física e Desporto da Universidade da Madeira, poderia ter sido camuflado caso tivéssemos previsto e criado algum discurso ou actividade para este intervalo de tempo;
- O facto de não termos participado com maior disponibilidade na parte prática da Acção, facto que acreditamos estar relacionado com a falta de colaboradores, obrigando-nos a estar maioritariamente ocupados com tarefas logísticas.

Estamos cientes que as intervenções dos Professores estagiários e toda a fase de concepção do documento de apoio às prelecções deveria ter sido mais aprofundada e concluída com maior antecedência. Pelo *feedback* recebido por parte dos Professores Orientadores este foi um dos aspectos menos positivos da concepção da Acção que se reflectiu em prelecções privadas de alguns conteúdos e pontos de interesse.

Estas foram as questões mais relevantes que conseguimos retirar após implementação da acção, numa actividade que acabou por superar as nossas expectativas. No entanto, todas as dificuldades surgidas acabaram por se constituir como experiências bastante positivas para a nossa formação, cientes que estamos de que é sempre possível fazer mais e melhor.

## **7.2. Individual**

### **7.2.1. Justificação do tema**

Nesta acção foram apresentados dados que procuraram sustentar a pertinência da matéria de Râguebi nas Escolas, através da referência a vários autores que a consideraram pertinente sob o ponto de vista do valor educativo e no âmbito das dimensões psicomotoras, sócio-afectivas e cognitivas.

O Râguebi é uma matéria que pelas competências que permite desenvolver assume-se como um instrumento educativo a ser utilizado nas aulas de Educação Física. Pode ser visto como um meio para o desenvolvimento ao nível da aptidão física, psicológica e social dos jovens e como tal, deverá ser ponderada a sua leccionação.

Apesar de serem vários os autores que reconhecem no Râguebi uma ferramenta válida para o crescimento pessoal e integral do Aluno, a abordagem desta matéria não é tão frequente como seria de expectável. Grande parte dos Professores nunca praticou Râguebi de forma regular e os restantes apenas praticaram pontualmente a nível universitário, actuando como factor limitativo para a sua abordagem na escola.

A maior parte dos Professores confessou nunca ter leccionado Râguebi, no entanto, os que já o abordaram afirmaram que continuaram com motivação para voltar a abordá-lo nas suas aulas, pois “permite adoptar princípios básicos benéficos para outras modalidades” e por considerarem uma matéria “motivadora e interessante para os Alunos.”

Cordovil (1993) diz que o Râguebi é um jogo que não é difícil de aprender por causa da simplicidade que o caracteriza a nível técnico, permitindo uma evolução

perceptível e motivante para o Aluno. Contudo, é simultaneamente um jogo complexo devido à multiplicidade de situações de aprendizagem que proporciona aos Alunos.

A escolha desta temática para a nossa Acção Científico-Pedagógica Individual relaciona-se com o interesse em explorar o potencial educativo que o Râguebi possui enquanto matéria com características próprias, mas também compatíveis com a abordagem de outros Jogos Desportivos Colectivos.

### **7.2.2. Objectivos definidos**

Os objectivos definidos para a realização desta Acção Científico-Pedagógica foram os seguintes:

- > Contribuir para a formação contínua dos Professores através da transmissão do valor educativo do Râguebi na Escola;
- > Transmitir conhecimento e informação sobre a matéria de Râguebi para posterior utilização nas aulas de Educação Física;
- > Situar a leccionação do Râguebi a nível programático;
- > Referir os benefícios da prática de Râguebi;
- > Apresentar propostas metodológicas que possam ser úteis e oportunas para a implementação do Râguebi na Educação Física Escolar;
- > Introduzir termos técnicos e táticos próprios do Râguebi.

### **7.2.3. Público-alvo**

Esta Acção foi especificamente destinada aos Professores de Educação Física do Grupo de Educação Física da Escola, a todos os colegas estagiários, bem como a todos os interessados na temática.

A actividade decorreu no dia 12 de Maio de 2010, das 14h00 às 16h30 estando inserida num conjunto de acções individuais, onde constam “A Avaliação na Educação Física” e a “Hidroginástica na Escola”. Realizou-se nas instalações da Escola Básica e

Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva, sendo composta por uma parte teórica e uma parte prática.

#### **7.2.4. Divulgação**

A promoção desta Acção Individual foi feita em conjunto com as acções individuais referidas acima através do envio por e-mail de um cartaz divulgativo para as Escolas da Região e para os colegas estagiários e através do contacto pessoal com os Professores da Escola.

Na formulação do Cartaz Divulgativo, optámos por agrupar as Acções Científico-Pedagógicas, no sentido de criar um movimento sinérgico gerador de eficiência, tanto nos recursos materiais, como nos recursos temporais.

#### **7.2.5. Estrutura teórico-prática**

O Râguebi é um Jogo Desportivo Colectivo e um Jogo de Invasão do terreno adversário que promove o confronto físico controlado, de forma respeitosa e que em momento algum deverá ser entendido como violento.

Os princípios de jogo fundamentais no Râguebi são: avanço (usando bola e espaço); apoio e continuidade (através da comunicação), pressão (com manutenção da posse de bola) e finalização. Estes mesmos princípios estão presentes em duas variantes do Râguebi de XV que foram apresentadas na acção: o Bitoque Râguebi e o Tag Râguebi, que segundo Silva e Vieira (2002) permitem aprender os conteúdos técnico-tácticos fundamentais da matéria.

Guzmán (2007) refere a importância destas variantes com o intuito de valorizar a competência motriz, o sentido de colectivismo, a capacidade de decisão, o espírito de superação e aceitação das regras do jogo.

Os conteúdos e as formas como os jogos são apresentados devem variar de idade para idade. Assim, em idades mais baixas os espaços serão mais reduzidos, o tempo de

treino mais curto, complexidade mais baixa e utilização de capacidades motoras mais coordenativas do que em idades mais avançadas. (Cordovil, 1993)

Também foi feita uma apresentação das possibilidades de leccionação do Râguebi na Educação Física, de acordo com os objectivos identificados no Programa Nacional de Educação Física.

#### **7.2.6. Tarefas Realizadas antes da Acção**

As tarefas realizadas anteriormente à Acção propriamente dita, foram as seguintes:

- ✓ 3 a 9 de Maio: Revisão bibliográfica sobre os conteúdos a abordar;
- ✓ 8 a 10 de Maio: Elaboração do Projecto da Acção e do Cartaz Divulgativo;
- ✓ 5 de Maio: Preparação do programa da acção;
- ✓ 6 de Maio: Tarefas organizativas para o Coffee Break e para o patrocínio de capas de canetas;
- ✓ 10 de Maio: Confirmação do material necessário para a parte prática;
- ✓ 10 e 11 de Maio: Elaboração da apresentação e treino para melhoria da exposição do Powerpoint;
- ✓ 12 de Maio: Experimentação o material áudio-visual na Sala da Acção

#### **7.2.7. Tarefas realizadas no decorrer da acção**

As tarefas realizadas no decorrer da Acção propriamente dita, foram as seguintes:

- ✓ Apresentação do powerpoint;
- ✓ Organização da sala para o Coffee break;
- ✓ Exposição prática do tema abordado.

#### **7.2.8. Tarefas realizadas após a acção**

Após a acção foram criados e entregues os CD's com o material didáctico e as apresentações e também foram entregues os certificados de participação.

### **7.2.9. Balanço**

Perspectivando o balanço da acção como um ponto de partida para a reflexão e não como um fim, a análise ao planeamento e à operacionalização das tarefas torna-se essencial para que exista evolução, com o objectivo de reforçar os pontos positivos e de corrigir os pontos negativos.

#### **7.2.9.1. Cumprimento dos objectivos**

Objectivo 1: *“Transmitir conhecimento e informação sobre a matéria de Râguebi para posterior utilização nas aulas de Educação Física”*

Creemos que este objectivo foi cumprido de forma positiva, contudo, e como já referimos anteriormente, a qualidade da apresentação teórica poderia ter sido maior, acarretando com isso uma melhor sensibilização e transmissão de conhecimento.

Objectivo 2: *“Despertar o interesse no Râguebi como forma de cooperação e respeito pela integridade do opositor e desenvolver uma acção com carácter orientador para os Professores que pretendam desenvolver esta matéria nas suas aulas.”*

Foram referidos na apresentação teórica e na sessão prática os benefícios que o Râguebi pode promover ao nível das atitudes e comportamentos dos Alunos nas aulas de Educação Física e pensamos que essa é uma variável que os Professores terão tido em conta no decorrer da acção.

Com base nas informações recebidas no final da acção, parece ter havido satisfação dos participantes com o tema abordado.

#### **7.2.9.2. Reflexões**

Como se pode verificar as tarefas realizadas anteriormente à acção tiveram um prazo bem perto do dia da acção propriamente dita. Este atraso deveu-se à falta de rigor no cumprimento de prazos, o que fez com que não só o produto final, como principalmente o

processo, não fosse feito de forma sensata e com um ritmo apropriado ao que estas actividades requerem.

Na revisão bibliográfica procurámos encontrar as informações relevantes para uma iniciação à abordagem da matéria por parte dos Professores de Educação Física. Para tal, pesquisa acerca dos jogos próprios da iniciação, o Tag Râguebi e o Bitoque Râguebi e procurar recolher informações relacionadas com os conteúdos técnicos e táticos inerentes a esta modalidade.

Foi feita uma pesquisa relacionada com o Valor Educativo do Râguebi, com o propósito de sensibilizar os participantes para o potencial que esta matéria pode adquirir no âmbito das aulas de Educação Física.

A elaboração do Programa da acção foi feita de acordo com uma sequência coerente dos temas abordados e tendo em conta que o “Râguebi na Educação Física” e a “Hidroginástica na Escola” teriam uma componente prática, ficaram estas duas acções individuais para a parte final.

No dia da Acção propriamente dita, a primeira etapa consistiu na apresentação do tema. Nesta parte, cremos que a prestação não foi a expectável, em grande parte devido à preparação tardia do powerpoint, acabando por criar uma apresentação menos segura e de certa forma acelerada, visto que tínhamos excesso de informação para o tempo disponível. Possivelmente deveríamos ter retirado três a cinco diapositivos em que a informação apesar de relevante, não era tão importante como a restante, permitindo com isso uma melhor gestão do tempo e uma exposição mais pausada e com maior organização de ideias.

Na parte prática, o delineamento prévio dos exercícios e o conhecimento das regras de jogo e dos comportamentos técnico-táticos básicos permitiram que houvesse segurança da nossa parte na orientação da sessão prática. Os intervenientes tiveram algumas dúvidas que foram esclarecendo no decorrer do jogo e com isso, consideramos que aconteceu alguma aprendizagem do jogo e das suas variáveis.

Tendo em conta o entusiasmo e o empenho dos participantes, pensamos que muitos deles retiraram desta acção a ideia de que o Râguebi é um instrumento interessante para ser utilizado nas aulas de Educação Física, quer do ponto de vista educativo, quer do ponto de vista da realização pessoal e empenho dos Alunos.

## **8. Considerações finais**

Nove meses após o início do Estágio Pedagógico e após a experimentação de um conjunto de funções, é possível realizar algumas reflexões acerca deste processo de aprendizagem contínua.

A vivência deste Estágio Pedagógico permitiu adquirir algumas competências práticas que complementam a repertório teórico adquirido ao longo destes anos na Licenciatura e Mestrado em Educação Física. Depois da aquisição das noções e conceitos teóricos fundamentais, houve a necessidade experimentar a sua aplicação prática no sentido de atribuir aos conceitos adquiridos o carácter utilitário que lhes era reconhecido.

O Núcleo de Estágio da Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva procurou actuar de forma colectiva, fazendo desse modo de actuar uma combinação facilitadora da troca de ideias, complementaridade de funções e de dinâmica e interactividade na realização das reflexões.

Por entre as dificuldades encontradas, geraram-se oportunidades para evoluir e de aprender algo de novo, assumindo esses mesmos obstáculos como testes para reforçar as nossas potencialidades e superar limitações. Foram desenvolvidos esforços para que, apesar da pressão inerente à realização de um Estágio Pedagógico devido à falta de traquejo, conseguíssemos propiciar a aquisição de conhecimento por parte dos Alunos e do desenvolvimento de aptidões que possibilitassem a formação e transformação dos Alunos.

No acto de planear, procurámos respeitar princípios fundamentais, tais como o cumprimento dos prazos, o desenvolvimento de estratégias mais rentáveis, a procura da eficiência e da eficácia nas nossas acções, na procura da melhor metodologia para evitar o aparecimento de resultados acidentais (e que caso aparecessem tivessem a melhor qualidade possível). No entanto, constatámos que nem sempre este processo foi realizado nas condições ideais, principalmente no cumprimento de alguns dos prazos nas tarefas estipuladas, acabando por representar um algum decréscimo na qualidade não só dos produtos finais, mas principalmente e mais importante na qualidade da condução e consciencialização dos processos.

Todo o planeamento elaborado no Estágio foi analisado à posteriori, e ao contrário do que é costume dizer-se, é possível planejar o futuro através do passado, através da assunção e reconhecimento das potencialidades e das limitações.

Foi procurada a concretização prática princípios pedagógicos e didácticos essenciais com o objectivo de aumentar progressivamente a eficácia do ensino, a qualidade de intervenção do Professor e consequentemente promover as condições de aprendizagem ideais para os Alunos. Neste sentido, verifica-se que o processo de ensino, para além de ser o processo de aprendizagem para os Alunos, foi simultaneamente o processo de aprendizagem do Professor Estagiário.

Creemos que existem competências que foram desenvolvidas neste Estágio, como o planeamento de acções e actividades, a comunicação, a melhor gestão de tempo de aula, a adequabilidade da selecção dos exercícios de acordo com o público-alvo, entre outros. No entanto, não podemos assumir que esta aprendizagem irá terminar com a conclusão do Estágio Pedagógico, e de acordo a visão de Carreiro da Costa (1996), o processo de aprendizagem do Professor é contínuo durante toda a vida profissional e a supressão constante dos erros na sua intervenção deverá ser uma atitude mantida, de modo a optimizar as condições do processo de ensino-aprendizagem.

A oportunidade de dar aulas ao grupo de adolescentes do 7º ano permitiu a melhoria na relação pedagógica entre Professor e Alunos, e tendo este público-alvo características específicas e peculiares, a leccionação de uma Unidade Didáctica na Turma do Secundário também constituiu uma melhor noção acerca das alterações na gestão dos meios e métodos utilizados nas aulas de acordo com o nível e características dos grupos destinatários da nossa intervenção.

A Actividade Lectiva enquanto elemento estruturante e nuclear nas tarefas desenvolvidas, não pode ser dissociada das Assistências às Aulas feita aos restantes Professores Estagiários do Núcleo, pois existiu uma interacção e uma dinâmica que permiti melhorar a intervenção pedagógica.

Também não poderemos dissociar da Caracterização da Turma e do Estudo de Caso da Prática Lectiva, visto que estes dois trabalhos constituíram uma possibilidade de aquisição de informações importantes e ponderação de variáveis essenciais para uma melhor actuação na leccionação das aulas.

As actividades organizadas no âmbito extra-curricular, nomeadamente a Actividade de Intervenção na Comunidade Escola e de Extensão Curricular, constituíram igualmente uma mais-valia para o processo educativo dos Alunos da nossa Turma Lectiva, através do desenvolvimento e complementação de conteúdos e competências próprios, não só da Educação Física, mas também multidisciplinares.

As Acções Científico-Pedagógicas organizadas, enriqueceram igualmente este conjunto complexo e interligado de actividades e, apesar de não estar directamente direccionada ao mesmo público-alvo das restantes actividades (o grupo de Alunos), indirectamente também constituiu uma mais-valia para a melhoria da qualidade das aulas de Educação Física, através da proveitosa formação contínua de Professores.

Concluimos que apesar de a descrição deste Estágio Pedagógico se encontrar no presente Relatório dividido em capítulos, na realidade, todas as actividades desenvolvidas tiveram um carácter global, e tiveram todas elas o objectivo comum de criar condições para educar indivíduos com o máximo de qualidade e com o maior número de estímulos e oportunidades a que têm direito na construção do seu desenvolvimento integral.

## **9. Recomendações**

Apesar das dificuldades encontradas no início da realização do Estágio Pedagógico, pelo momento tardio em que teve início a preparação para as aulas, considero ter sido positivo e enriquecedor ter começado desde logo a leccionar as aulas e simultaneamente a desempenhar as tarefas de planeamento. Este facto possibilitou que tivesse uma intervenção junto da Turma Lectiva desde o início do processo e desde logo iniciar o caminho para aperfeiçoar a nossa intervenção. No entanto, não deixa de ser oportuno referir a quem compete a organização dos Estágios Pedagógicos, que independentemente das condicionantes, deve ser objectivada uma antecipação do início dos trabalhos, para haver uma preparação mais consistente nas funções dos Estagiários.

Na organização e calendarização das actividades, verificámos que existiu uma maior densidade de funções na segunda metade do Estágio. Teria sido mais prudente distribuir de forma equilibrada as acções e actividades, para que estivessem reunidas condições para desenvolver uma metodologia mais consistente e mais reflectida na condução dos procedimentos, para consequentemente promover uma maior sensatez na tomada de decisões e no desenvolvimento estratégias. O cumprimento de prazos será essencial para que possamos desenvolver uma intervenção mais profunda e consistente.

A constatação anterior é reforçada de forma específica na conclusão da Caracterização da Turma que só foi finalizada no início do segundo período e principalmente na finalização da recolha de dados no Estudo de Caso que só ocorreu no início do terceiro período, representando a existência de limitações no trabalho de cooperação desenvolvido perto da Aluna estudada. Estas actividades não deverão ser realizadas numa fase mais avançada do Estágio Pedagógico, caso contrário, serão aumentadas as probabilidades de existirem falhas no planeamento.

No balanço final e global das funções desempenhadas no decorrer do Estágio, constatámos que poderia e deveria ter ocorrido um maior envolvimento com alguns dos intervenientes na Comunidade Educativa, nomeadamente a Associação de Estudantes, os Clubes de Inglês, de Teatro, de Geografia e Clube Escola da Levada, com o intuito de valorizar a junção e promoção do movimento associativo. Esta seria sem dúvida uma óptima forma de por um lado, contribuir para o desenvolvimento destas organizações escolares e por outro, de promover a Educação Física e a Actividade Física.

## Referências Bibliográficas

Bento, J. (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.

Carvalho, C. (1982). *Introdução à Didáctica da Nataçãõ: Adaptaçãõ ao Meio Aquático*. Lisboa: Compendium

Casassus, J. (2008). Juan Casassus fala, Mestre! Revista Nova Escola, nº218, Novembro. Recuperado a 20 de Junho de 2010 de [http://www.liberlivro.com.br/detalhes\\_entrevista.php?id=25](http://www.liberlivro.com.br/detalhes_entrevista.php?id=25)

Cordovil, J. (1993). O ensino do Râguebi. Revista Horizonte, vol. IX, nº54, Março-Abril, dossiê p. 1-8

Costa, C. (1996). *Formaçãõ de Professores de Educaçãõ Física*. Lisboa: Edições FMH

Francisco, C (1999). Para um ensino eficaz na aula de Educaçãõ Física. Revista Digital: Educaci3n F3sica y Deportes (Buenos Aires), 4 (17). Recuperado a 29 de Junho de 2010 de <http://www.efdeportes.com/efd17a/ensino.htm>

Freitas, K., Schwingel, M., & Girling, R. (2003, Setembro). *Liderançã Educacional*, GERIR, v. 9, n. 33, p. 13-43. Recuperado a 25 de Outubro de 2008 de <http://www.liderisp.ufba.br/modulos/lideranca%20educacional.pdf>

Graça, A. e Mesquita, I. (2007). *A investigaçãõ sobre os modelos de ensino dos jogos desportivos*. Revista Portuguesa de Ci3ncias do Desporto, 7, 401-421; Recuperado a 21 de 17 de Maio de 2010 de <http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/rpcd/v7n3/v7n3a14.pdf>

Guzmán (2007). Rugby tag como proposta de enseñanza en la clase de Educación Física. Educação Física no 1º ciclo ensino básico. Do baldio Pedagógico à construção curricular. Revista Digital: Educación Física y Deportes (Buenos Aires), 12 (113). Recuperado a 5 de Maio de 2010 de <http://www.efdeportes.com/efd113/rugby-tag-como-propuesta-de-ensenanza-en-educacion-fisica.htm>

Januário, C. e Graça, A. (1998). *A variável tempo no ensino em Educação Física: uma análise da situação em Portugal*. Em Actas do V congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos PALOP – Universidade do Porto

Lima, A. (1997). Estrutura de um modelo caracterizador da animação desportiva. Revista Horizonte, Vol. XIII, nº75, Dossier.

Monteiro, E. (2002). *Sobre uma especificidade do ensino da psicanálise na universidade: A formação de educadores*. São Paulo: Universidade de São Paulo. Anais do III Colóquio do Lepsi.

Onofre, M. (1995). Prioridades de Formação Didáctica em Educação Física. Boletim SPEF, 12, pp. 75-97

Piéron, M. (1996). *Formação de Professores Aquisição de Técnicas de Ensino e Supervisão Pedagógica*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Prata, C. (1998). Treinador de jovens, ideias, formação e problemas. Revista Treino Desportivo, 3ª série, ano I, ed. Especial Outubro, 15-20.

Roldão, M. (1995). O Director de Turma e a Gestão Curricular. Coleção Cadernos de Organização e Gestão Curricular. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional.

Rosado, A. (1999). Léxico Comentado de Planificação e Avaliação. Recuperado a 25 de Junho de 2010 de <http://home.fmh.utl.pt/~arosado/ESTAGIO/lexico2.htm>

Rosales, C. (1992). *Avaliar é Reflectir Sobre o Ensino*. Rio Tinto: Edições ASA

Santos, A. (2007). Factores limitadores da dança nas escolas públicas de Ceilândia-DF/Brasil: do conteúdo à formação do Professor. In M. Moura & E. Monteiro (Eds.) *Dança em Contextos Educativos* (pp. 63-71). Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana.

Sarmiento, A. (2004). *Pedagogia do Desporto e Observação*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa.

Sena Lino, L. e Viveiros, L. (2007). *Apontamentos da Cadeira de Pedagogia do Desporto II*. Licenciatura em Educação Física e Desporto. Universidade da Madeira.

Siedentop, D. (1983). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Mayfield Publishing Company, Montrain

Silva C, Vieira, R (2002). Unidade Didáctica de Rugby. Recuperado a 5 de Maio de 2010 de [http://www.prof2000.pt/users/cref/projecto\\_cref\\_area\\_profs/menu\\_vertical/3\\_ciclo/raguebi\\_3\\_ciclo/ud\\_raguebi\\_3\\_ciclo/ud\\_raguebi\\_lu.pdf](http://www.prof2000.pt/users/cref/projecto_cref_area_profs/menu_vertical/3_ciclo/raguebi_3_ciclo/ud_raguebi_3_ciclo/ud_raguebi_lu.pdf)


Sousa, A. (2003). *Educação pela arte e artes na educação*. Lisboa: Instituto Piaget

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva  
Núcleo de Estágio de Educação Física da Universidade da Madeira  
Ano lectivo 2009/2010 – 2º Período

Professor estagiário: César Fonseca

Orientadora: Paula Fagundes

<b>Aula nº</b> 51 e 52		<b>Unidade Didáctica:</b> Voleibol			<b>Nº de aula na U.D.:</b> 6	
<b>Turma:</b> 7º4		<b>Nº de alunos:</b> 19	<b>Data:</b> 19-02-2010	<b>Hora:</b> 11h30	<b>Duração:</b> 90'	<b>Local:</b> Campo Norte
<b>Objectivos específicos:</b> - Consolidar a posição básica e o toque de dedos - Exercitar a manchete e o serviço por baixo - Perceber e aplicar as regras do voleibol - Desenvolver a entreaajuda e comunicação com os colegas - Desenvolver a flexibilidade e o equilíbrio - Experimentar o Madeirabol				<b>Função Didáctica:</b> - Exercitação e consolidação		
<b>Recursos materiais:</b> Rede de badmington, 6 raquetes e 2 volantes, 5x3 coletes, 9+3 bolas de voleibol						
<b>Fase</b>	<b>Conteúdos/ Objectivos Comportamentais</b>	<b>Descrição do exercício/critérios de êxito</b>		<b>Esquema/ Organização</b>	<b>Tr</b>	<b>Ta</b>
Inicial	<u>Informação inicial</u> - Ouve com atenção o professor e visualiza a apresentação  - Levanta o braço se tiver dúvidas	- Apresentação powerpoint com os critérios de êxito e imagens do: <b>(1)</b> Toque de dedos <b>(2)</b> Manchete <b>(3)</b> Posição básica <b>(4)</b> Serviço por baixo - Serão colocadas questões no decorrer da apresentação  - Formação dos grupos de trabalho		- Sentados à frente do professor, levantam o braço quando quiserem intervir  - <b>(1)</b> Sandra, Ana e Décio <b>(2)</b> Bárbara, Gonçalo e Paula <b>(3)</b> Camila, Cassandra e Tânia <b>(4)</b> Pedro, Carina e Fábio <b>(5)</b> João, Marco e Sara <b>(6)</b> Damião, Érica e Nadia	<b>12'</b>	11h30
	<u>Aquecimento</u> - Activa os sistemas funcionais - Activa os músculos e articulações específicas da aula - Respeita o espaço utilizado pelos colegas	Após indicação do professor, os alunos realizam: <b>(1)</b> Corrida lateral <b>(2)</b> Ao apito toca com as mãos no chão e salta <b>(3)</b> Rodar os braços <b>(4)</b> Rodar os pulsos e extensão e flexão dos dedos		- Os alunos circulam na perpendicular da rede  - O professor expõe as variantes do exercício	<b>6'</b>	11h42
Fundamental	<u>Toque de dedos e manchete/ equilíbrio</u> - Cumpre os critérios de êxito do toque de dedos  - Coopera com os companheiros para conseguir o maior número de toques consecutivos  - Adapta-se com alguma eficácia às diferentes posições	Após a indicação do professor, os alunos experimentam a realização do toque de dedos, nas seguintes posições: <b>(1)</b> deitado em decúbito ventral <b>(2)</b> sentado <b>(3)</b> ajoelhado <b>(4)</b> Recebe em manchete e passa em toque de dedos <u>Toque de dedos:</u> <b>(1)</b> Posição básica <b>(2)</b> corpo abaixo da bola <b>(3)</b> M.S. elevados/flectidos <b>(4)</b> dedos formam triângulo <b>(5)</b> bola tocada à frente da cabeça <b>(6)</b> M.S. e os M.I. acompanham o movimento da bola		- Grupos de 3 elementos, formam um triângulo. Os grupos estão dispersos no campo.  - O professor expõe as variantes e garante a sua realização	<b>4'</b> + <b>5'</b> + <b>4'</b> + <b>6'</b>	11h48  11h52  11h57  12h01

Fundamental	<p><u>Manchete/ Toque de dedos / Posição básica / Serviço / Ocupação do espaço / Regras do jogo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplica os conteúdos abordados anteriormente na aula nas situações de jogo</li> <li>- Respeita e aplica as regras do jogo</li> <li>- Preserva o material</li> <li>- Ajuda e comunica com os colegas de equipa</li> </ul>	<p><b>E1:</b> Jogo de Voleibol – Jogo formal em que os alunos procuram aplicar os conteúdos abordados anteriormente na aula.</p> <p><b>Manchete:</b> (1) inclinação do tronco à frente (2) pernas flectidas/afastadas (3) MS em extensão e mãos sobrepostas (4) Extensão dos MI no momento de contacto com a bola</p> <p><b>E2:</b> Madeirabol</p> <p><b>E3:</b> Badmington: Os alunos realizam um jogo de badmington de pares e procuram aplicar e perceber alguns princípios do voleibol.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- E1: Jogo de 3x3 no campo 3</li> <li>- E2: 3x3 no campo 2</li> <li>- E3: 3x3 no campo 1</li> <li>- O professor circula do lado no fora das estações</li> </ul>	<p>7</p> <p>+</p> <p>7</p> <p>+</p> <p>7</p>	<p>12h07</p> <p>12h14</p> <p>12h21</p>
	<p><u>Serviço por baixo / Manchete/ Toque de dedos / Posição básica / Ocupação do espaço / Regras do jogo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza o máximo de serviços que conseguir</li> <li>- Aplica os conteúdos abordados anteriormente na aula nas situações de jogo</li> <li>- Preserva o material</li> </ul>	<p><b>E1:</b> Serviço por baixo contra a parede: Os alunos executam o serviço por baixo para a parede e se a bola ressaltar em condições recebem em manchete. Critérios de êxito: (1) linha dos ombros na direcção do campo adversário (2) flexão dos M.I. (3) M.S. que bate a bola oscila de trás para frente (4) contactar a bola com a palma da mão no plano inferior da bola (5) continuidade na extensão dos M.I.</p> <p><b>E2:</b> “Jogo” 3 x 3: O objectivo é as duas equipas trabalharem para a bola não cair. Cada equipa pode dar 3 toques na bola e cada jogador apenas 1.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- E1: metade da turma realiza o exercício virada para a parede</li> <li>- E2: Utilização os campos utilizados para jogo formal.</li> <li>- O professor aproxima-se da E2, mas mantém o controlo da E1</li> </ul>	<p>9’</p> <p>+</p> <p>9’</p>	<p>12h28</p> <p>12h37</p>
Final	<p><u>Flexibilidade</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alonga os grupos musculares solicitados na aula</li> </ul>	<p><b>Alongamentos</b></p>  <p>10 alongamentos para pernas 8 alongamentos para costas 10 alongamentos para braços 3-5 alongamentos para pernas 10 alongamentos para costas</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os alunos encontram-se dispostos em xadrez</li> <li>- O professor sinaliza o início e o final de cada exercício</li> </ul>	<p>5’</p>	<p>12h46</p>
	<p><u>Informação final</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ouve com atenção o professor e intervêm se for oportuno</li> <li>- Respeita as intervenções do colega, permanecendo em silêncio</li> </ul>	<p>O professor questiona os alunos sobre os conteúdos que receberam na informação inicial e no decorrer da aula, “como deve ser realizado?”, “quando deve ser executado?”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Toque de dedos</li> <li>- Manchete</li> <li>- Posição básica</li> <li>- Serviço por baixo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Os alunos encontram-se dispostos à frente do professor em semi-círculo</li> <li>- Levantam o braço quando quiserem intervir</li> </ul>	<p>6’</p>	<p>12h51</p>

Professor estagiário: César Fonseca

Orientadora: Paula Fagundes

<b>Aula nº</b> 51 e 52	<b>Unidade Didáctica:</b> Voleibol			<b>Nº de aula na U.D.:</b> 6	
<b>Turma:</b> 7ª4	<b>Nº de alunos:</b> 19	<b>Data:</b> 19-02-2010	<b>Hora:</b> 11h30	<b>Duração:</b> 90'	<b>Local:</b> Campo Norte

### Balanço

**Informação inicial:** Utilizei uma apresentação powerpoint para captar a atenção dos alunos, mas principalmente para que pudessem visualizar imagens da “correcta” execução dos conteúdos que estão a aprender. A apresentação composta por texto e sequência de imagens para que os alunos pudessem interiorizar os critérios de êxito. No futuro deverei recorrer também a vídeos para terem uma melhor noção da continuidade dos movimentos.

**Fase Principal:** No exercício que envolvia que os alunos realizassem toque de dedos em diferentes posições, a maioria da turma esteve empenhada excepto na parte final do exercício em que estavam ajoelhados pois estava a tornar-se desconfortável. Estas condicionantes deverão ser levadas em conta no planeamento e na orientação dos exercícios.

Nas estações em que os alunos utilizam a parede, parece que a maioria da turma já está mais empenhada e realiza menos comportamentos desviantes que anteriormente, contudo o facto de não ter explicado o exercício e os seus objectivos com clareza fez com que nos instantes iniciais os alunos tivessem muitas dúvidas.

**Gestão do tempo/espço:** A apresentação demorou pouco mais do que era esperado e isso acabou por retirar alguns minutos distribuídos pelos restantes exercícios. Em relação ao espaço, todos os exercícios possibilitaram que os alunos não tivessem de esperar pela realização dos restantes e visto que não eram muito intensos não houve demasiado cansaço.

A utilização de estações possibilitou uma vez mais que a turma consiga estar quase na totalidade empenhada nos exercícios e apesar limitar-me ao nível do controlo visual da classe a tendência que constato é que aos poucos consigo libertar a minha atenção para as diferentes estações.

Ao nível da transição entre exercícios, a utilização de coletes de cores diferentes facilita a rapidez na disposição dos alunos apesar de por vezes existirem alguns que estão perdidos, possivelmente porque não captei a atenção de toda a turma na explicação dos exercícios.

**Informação final:** Alguns alunos retiveram as informações do início da aula, no entanto, houve outros que por falta de atenção ou esquecimento não souberam responder às perguntas colocados, sendo necessário que tivesse de repetir algumas delas.

**Organização e disciplina:** A utilização de punições nas últimas aulas para quem chega atrasado quando é para reunir, parece estar a surtir efeito porque os alunos demoram menos agora.

Nos alongamentos optei por colocar uma vez mais um aluno a exemplificar. Apesar de por vezes não serem os exercícios mais adequados, a utilização pontual dos alunos para realizarem estes exercícios poderá ser um método que faça com que os restantes alunos interiorizem e realizem com maior preocupação os exercícios de flexibilidade.

Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva  
Núcleo de Estágio de Educação Física da Universidade da Madeira  
Ano lectivo 2009/2010 – 2º Período

Ficha de Diagnóstico: Voleibol		Turma: 7 <sup>ª</sup> 4					Data: 22/03/10					Local: Campo Norte								
Exercíci	Conteúdo/Critérios de Êxito	Aluno 1	Aluno 2	Aluno 3	Aluno 4	Aluno 5	Aluno 6	Aluno 7	Aluno 8	Aluno 9	Aluno 10	Aluno 11	Aluno 12	Aluno 113	Aluno 14	Aluno 15	Aluno 16	Aluno 17	Aluno 18	Aluno 19
	<b>Toque de dedos</b>																			
	Pés paralelos																			
	Contacto com a bola a frente/acima da cabeça																			
	Extensão dos MI e MS																			
	Dedos afastados (formação do triângulo)																			
	Continuação da extensão dos membros																			
	<b>Manchete</b>																			
	Pés paralelos																			
	MI flectidos e MS semi-flectidos																			
	Junção de uma mão com a outra																			
	Contacto com a bola no terço distal do braço																			
	Contacto abaixo do nível dos ombros																			
	<b>Posição base fundamental</b>																			
	Calcanhares afastados do solo																			
	Mãos à altura da cintura																			
	Corpo semi-flectido																			
	Posição expectante																			
	Corpo inclinado à frente																			
	<b>Serviço por baixo</b>																			
	Apoio afastado (um à frente do outro)																			
	Mão de contacto aberta																			
	Movimento pendular do braço de ataque																			
	Contacto ao nível da cintura																			
	Desequilíbrio para a frente																			
	<b>Situação de jogo</b>																			
	Cumprimento das regras																			
	Ocupação do espaço																			

**Legenda:**

1- Não executa 2- Executa com muitas dificuldades 3- Executa de forma satisfatória 4- Executa sem dificuldades 5 - Executa correctamente S- Executa N- Não executa



### Ficha de Observação das Aulas

ESTÁGIO 2009/10

"Supervisão Pedagógica"

Professor Observado: \_\_\_\_\_

Orientador: \_\_\_\_\_

Actividade: \_\_\_\_\_

Local: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_ \_\_\_\_ \_\_\_\_

Hora: \_\_\_\_\_

<u>Informação Inicial</u>			
Parâmetros de avaliação	Sim	Não	As vezes
Inicia a instrução com os alunos controlados			
Interrompe a instrução para controlar os alunos			
Dá a instrução apesar da dispersão dos alunos			
Apresenta os objectivos da aula			
Apresenta as tarefas de forma genérica			

<u>Condução da Aula</u>			
Parâmetros de avaliação	Sim	Não	As vezes
Circula e posiciona-se de forma a visualizar todos os alunos			
Demonstra para transmitir aspectos da matéria			
Recorre a alunos para corrigir e demonstrar a matéria			
Utiliza meios auxiliares de aprendizagem			

<u>Gestão do Tempo de Aula</u>						
Parâmetros de avaliação						
	Tempo de Instrução	Tempo de Organização			Tempo Empenhamento Motor	
		Organização da turma	Organização do material	Transição	Específico	Não Específico
Tempo	Tempo Parcial					
		Tempo Total				

<b>Análise Feedback Pedagógico</b>																
<b>Parâmetros de avaliação</b>																
	<b>Aluno</b>					<b>Grupo</b>					<b>Classe</b>					<b>Total</b>
	V	A	Q	AV	AQ	V	A	Q	AV	AQ	V	A	Q	AV	AQ	
<b>Prescritivo</b>																
<b>Descritivo</b>																
<b>Avaliativo</b>																
<b>Interrogativo</b>																
<b>Afectivo</b>																
<b>Total</b>																

<b>Legenda</b>	
<b>A</b>	Áudio
<b>V</b>	Visual
<b>Q</b>	Quinestésico
<b>AV</b>	Audio-Visual
<b>AQ</b>	Audio-Quinestésico

**Elaborado por:**

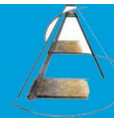
Grupo de estágio de Educação Física da EBSAAS

César Fonseca;

Sandra Afonso;

Sandra Ornelas;

Tiago Lopes.



## Levada de mãos dadas com a saúde

Prelecção de nutrição  
Aeróbica  
Body Combat  
Relaxamento  
Hidroginástica  
Gincana aquática

Irá decorrer simultaneamente uma  
**Feira da Saúde.**

### 18 de Dezembro

Local: Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

**ATENÇÃO:** Data limite de inscrição 9 de Dezembro

**INSCREVE-TE**  
No gabinete de  
Educação Física ou por  
email

Email: [nucleo0910@gmail.com](mailto:nucleo0910@gmail.com)

Organização:  
Núcleo de estágio EF:

César Fonseca  
Sandra Afonso  
Sandra Ornelas  
Tiago Lopes

Patrocinadores:



**PEREIRA'S**  
Desporto





Escola Secundaria Dr. Ângelo Augusto da Silva  
Núcleo de estágio 09/10

### Aluno

Nome: \_\_\_\_\_ N° de aluno: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Data de nascimento: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Telefone: \_\_\_\_\_

### Encarregado de Educação

Nome: \_\_\_\_\_ Grau de Parentesco: \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_

Telefone: \_\_\_\_\_

### Habitação

Qual o tipo de habitação onde vives?

Casa  Vivenda  Apartamento  Outra: \_\_\_\_\_

Partilhas o quarto com alguém? Sim  Não

Com quem? \_\_\_\_\_

Gostas de estar em casa? Sim  Não

Porquê? \_\_\_\_\_

### Escola

Gostas da tua escola? Sim  Não

Porquê? \_\_\_\_\_

Como vens para a escola?

A pé  De carro  De autocarro  Outro: \_\_\_\_\_

Quanto tempo demora no percurso casa-escola?

Até 10min  Entre 11 e 20min  Entre 21 e 30 min  Mais de 30min

## Estudo

Estudas em média (por dia):

Menos de 30 min  Entre 30 a 60 min  Entre 60 e 90min  Mais de 90min

Onde estudas?

No quarto  Na sala  Cozinha  Biblioteca

Outro: \_\_\_\_\_

Os teus pais costumam:

Ver as tuas Fichas de avaliação? Nunca  Algumas vezes  Sempre

Conversar contigo sobre os teus resultados escolares? Nunca  Algumas vezes  Sempre

Numera as três disciplinas que mais gostas, utilizando os seguintes algarismos: 1º, 2º e 3º

	MAT	POR	ING	FRANC	CIEN	GEO	EF	FQ	HIST
Nº									

As disciplinas que menos gostas:

	MAT	POR	ING	FRANC	CIEN	GEO	EF	FQ	HIST
Nº									

As disciplinas que sentes mais dificuldades:

	MAT	POR	ING	FRANC	CIEN	GEO	EF	FQ	HIST
Nº									

## Professor

Ordena as 3 características que consideras mais importante no professor

Enumera 3 características que gostas num professor:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Enumera 3 características que não gostas num professor:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Tens aqui algumas sugestões:

JUSTO

RÍGIDO

ORGANIZADO

TRANQUILO

SIMPÁTICO

DISCIPLINADOR

COMPREENSIVO

AMIGO

ANTIPÁTICO

ASSIDUO

ENTUSIÁSTICO

PONTUAL

CLARO

COMUNICATIVO

OUTRAS

## Tempos Livres

Qual a tua ocupação nos tempos livres?

Ler	<input type="text"/>	Média de horas por dia: _____	Estar na Internet	<input type="text"/>	Média de horas por dia: _____
Ver televisão	<input type="text"/>	Média de horas por dia: _____	Jogar videojogos	<input type="text"/>	Média de horas por dia: _____
Passear	<input type="text"/>	Média de horas por dia: _____	Ir ao cinema	<input type="text"/>	Média de dias por semana: _____
Brincar	<input type="text"/>	Média de horas por dia: _____	Ouvir música	<input type="text"/>	Média de horas por dia: _____
Ajudar em Casa	<input type="text"/>	Média de horas por dia: _____	*Praticar desporto	<input type="text"/>	Média de horas por dia: _____

\*O quê? \_\_\_\_\_

## Actividade Física

Gostas de praticar actividade física? Sim  Não

Porquê? \_\_\_\_\_

Na tua família existe o hábito de praticar actividade física? Sim  Não

Se sim, quem? \_\_\_\_\_

Treinas alguma modalidade desportiva? Sim  Não

Se sim, qual?  
\_\_\_\_\_

Quantas vezes treinas por semana? \_\_\_\_\_

Qual o horário dos teus treinos? \_\_\_\_\_

## Amigos

Consideras ter muitos amigos? Sim  Não

Como pensas que deve ser um “bom amigo”?

---

---

Como pensas que os teus amigos te definem?

Compreensivo	<input type="checkbox"/>	Atencioso	<input type="checkbox"/>	Inteligente	<input type="checkbox"/>
Simpático	<input type="checkbox"/>	Amigo	<input type="checkbox"/>	Alegre	<input type="checkbox"/>
Confiante	<input type="checkbox"/>	Responsável	<input type="checkbox"/>	Corajoso	<input type="checkbox"/>

Outra, qual? \_\_\_\_\_

Tens uma boa relação com os teus companheiros de turma? Sim  Não

Se não, porquê? \_\_\_\_\_

Menciona o nome de três colegas com quem gostarias de fazer parte num projecto que envolvesse estudar:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Menciona o nome de três colegas com os quais gostarias participar numa equipa desportiva:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Menciona o nome de três colegas com quem gostarias de te divertir:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Menciona o nome de três colegas que contarias um segredo ou pedirias conselhos:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

## Hábitos Alimentares

O que consideras ser uma alimentação saudável? \_\_\_\_\_

Achas que a tua alimentação é saudável? Sim  Não

Quais as refeições que tu tomas?

Pequeno-almoço  Almoço  Lanche  Jantar  Ceia

## Saúde

Tens algum problema de saúde? Sim  Não

Se sim, qual? \_\_\_\_\_

Assinala com X as doenças que já tiveste e com / as que ainda tens:

Sarampo  Varicela  Tosse Convulsa  Hepatite  Papeira  Otites   
Afeção Pulmonar  Febre Tifóide  Afeções Cardíacas  Asma  Cárie Dentária   
Afeções Visuais  Problemas de Coluna  Sinusite

Outras: \_\_\_\_\_

Com que frequência vais ao médico?

Mensal  De 6 em 6 meses  Anual  Só quando estás doente

Muito obrigado pela tua colaboração!



## Questionário

### Pessoal

1. Enumera as 3 principais qualidades que possuis.

---

---

---

2. Enumera 3 qualidades que gostarias de possuir.

---

---

---

3. Enumera os 3 principais defeitos que possuis.

---

---

---

4. O que mudarias na tua maneira de ser?

---

---

- 4.1. Como é que achas que podes fazê-lo?

---

5. Quais são os teus principais medos/receios?

---

---

### Relações pessoais

1. Qual é a pessoa com que te identificas mais? Porquê?

---

---

---

2. Com quem é que te sentes mais confortável para dialogar? Porquê?

---

---

---

3. Coloca um “X” no que consideras mais importante?

Amizade com os colegas da  
turma

Boa relação com os professores

A família

Actividades em que jogas sozinha

4. Identifica as principais características das seguintes pessoas:

Pai: \_\_\_\_\_

Mãe: \_\_\_\_\_

Irmã mais velha: \_\_\_\_\_

Irmã mais nova: \_\_\_\_\_

O teu melhor amigo na turma: \_\_\_\_\_

Outro: Quem? \_\_\_\_\_

5. Quais os principais defeitos que notas nos teus colegas da turma?

---

---

6. Quais as principais virtudes que notas nos teus colegas da turma?

---

---

7. O que consideras ser um bom professor?

---

---

8. Porque é que vens para a escola?

---

---

9. Porquê é que não realizas as aulas de natação?

---

---

10. O que é que mais gostaste nas aulas de Basquetebol do 1º período?

---

---

11. O que é que gostas mais nas aulas de voleibol do 2º período?

---

---

## **Lazer e Recreação**

1. Quais as actividades que mais gostas de realizar?

---

---

1.1. O que é que sentes quando as realizas?

---

---

2. Quais as actividades que tens de fazer, mas que não gostas?

---

---

2.1. O que é que não gostas nessas actividades?

---

---

2.2. O que é que podes fazer para começar a gostar?

---

---

## Estudo

1. Quantas horas por semana costumás estudar?

---

---

1.1. Onde? \_\_\_\_\_

2. Que espaço possúis para estudar? \_\_\_\_\_

3. Os teus pais ajudam-te a estudar? \_\_\_\_\_

4. Os teus irmãos ajudam-te a estudar? \_\_\_\_\_

5. Costumas estudar em conjunto com os teus colegas? \_\_\_\_\_

6. Fazes os T.P.C.'s com que regularidade?

Nunca

Às vezes

Na maioria das vezes

Sempre

7. Quando vês que tiveste uma negativa num teste o que é que pensas fazer?

---

---

8. Quando tens uma nota que te agrada num teste o que é que sentes?

---

---

9. Como é que achas que podes melhorar os teus resultados escolares?

---

---

---

10. Identifica o teu principal problema nas e a tua principal virtude nas seguintes disciplinas.

	<b>Defeito</b>	<b>Virtude</b>
Português:		
Matemática:		
Inglês:		
Francês:		
Ciências:		
Geografia:		
Educação Física:		
Físico-Química:		
Educação Musical:		
Artesanato:		

10.1. Como esperas resolver os problemas referidos acima?

Português: \_\_\_\_\_

Matemática: \_\_\_\_\_

Inglês: \_\_\_\_\_

Francês: \_\_\_\_\_

Ciências: \_\_\_\_\_

Geografia: \_\_\_\_\_

Educação Física: \_\_\_\_\_

Físico-Química: \_\_\_\_\_

Educação Musical: \_\_\_\_\_

Artesanato: \_\_\_\_\_

### **Futuro**

1. Qual é a profissão que gostarias de ter?

---

2. O que achas que é preciso para conseguires ter a profissão com que sonhas?

---

---

### **Saúde**

1. Quantas horas dormes por dia?

---

2. Quantas refeições tomas por dia? Quais são?

---

3. Tens alguns cuidados com a alimentação?

---

4. Praticas exercício físico regularmente?

---

4.1. Onde? Quando?

---

# A Dança na Escola

24 e 25 de Abril 2010

Escola B. S. Dr. Ângelo  
Augusto da Silva

**Professores Orientadores:**

Prof. Doutor Ramón Cerdas

Mestre Ana Luísa Correia

Drª. Paula Fagundes

**Professores Estagiários:**

Dr. César Fonseca

Drª. Sandra Afonso

Drª. Sandra Ornelas

Dr. Tiago Lopes

**Apoios:**



**Pizzaria  
Papa Manuel**



Escola Básica e Secundária  
Dr. Ângelo Augusto da Silva

## Inscrições

**Contactos:**

Sandra Afonso 927664765

Sandra Ornelas 963327882

novasmetodologiasef@gmail.com

**Local:** EBS Dr. Ângelo Augusto da Silva

Inscrições até 10 de Maio em [novasmetodologiasef@gmail.com](mailto:novasmetodologiasef@gmail.com)

**Dia:** 12/05/2010

**Hora:** das 14h às 16h

## A Avaliação

Professor Estagiário: **Tiago Lopes**



## O Râguebi na Educação Física

Professor Estagiário: **César Fonseca**

Material: **Equipamento desportivo para a parte prática.**

## A Hidroginástica na Escola

Professora estagiária: **Sandra Afonso**

Material: **Touca, chinelos e fato de banho**



**Contactos:**

César Fonseca – 912 790 002

Tiago Lopes – 964 285 476

Sandra Afonso – 934 499 835

**Orientadores:**

Prof. Doutor Ramón Cerdas

Mestre Ana Luísa Correira

Dra. Paula Fagundes