

# Instituto Universitário da Maia

Departamento de Educação Física e Desporto



## Relatório de Estágio da Prática de Ensino Supervisionada

**Ana Sofia Osório de Sousa**

**(N.º 24917)**

**Supervisor:** Professor Doutor Rui Marcelino

**Orientadora:** Professora Elsa Cabo

Documento com vista à obtenção do grau académico de Mestre (Decreto-lei nº 115/2013 de 7 de agosto e o Decreto-lei nº 79/2014 de 14 de maio)

**Junho, 2016**



Sousa, A. (2016). Comparar a flexibilidade da perna direita com a da perna esquerda no sexo masculino. Efeitos de um protocolo aplicado nas aulas de Educação Física. Maia: A. Sousa. Relatório de Estágio da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, policopiado apresentado ao Instituto Universitário da Maia.

**PALAVRAS-CHAVE:** AMPLITUDE DO MOVIMENTO, FLEXIBILIDADE DOS ISQUIOTIBIAIS, LATERALIDADE E EDUCAÇÃO FÍSICA.

## **1. Introdução**

O Relatório Crítico de Estágio apresenta-se, no curso de Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, do Instituto Universitário da Maia (ISMAI), como requisito parcial de avaliação da Unidade Curricular Prática de Ensino Supervisionada I e II.

O Estágio foi realizado na Escola Básica e Secundária do Levante da Maia sob a orientação da Professora Cooperante Elsa Cabo e a supervisão do Professor Doutor Rui Marcelino.

O Relatório Crítico de Estágio divide-se em quatro áreas: 1) Organização e Gestão do Ensino e de Aprendizagem, que por sua vez engloba a conceção, o planeamento, a realização e avaliação do ensino; 2) Participação na escola; 3) Relação com a comunidade 4) Desenvolvimento profissional.