

# Instituto Universitário da Maia

Departamento de Educação Física e Desporto



## Relatório de Estágio da Prática de Ensino Supervisionada

**João António Gomes Machado**

**(N.º 24612)**

**Supervisor:** Doutor Rui Marcelino

**Orientadora:** Professora Elsa Cabo

Documento com vista à obtenção do grau académico de Mestre (Decreto-lei nº 74/2006 de 24 de março e o Decreto-lei nº 43/2007 de 22 de fevereiro)

**Julho, 2016**



Machado, J. (2015). *Comparison of variation of hamstring flexibility between genders applied to physical education students*. Maia: J. Machado. 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: Flexibilidade isquiotibiais, amplitude do movimento, educação física

## **1. Introdução**

Este relatório de estágio surge no âmbito do Mestrado de Ensino da Educação Física no Ensino Básico e Secundário, no 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 (EBSLM), orientado pela Professora Cooperante Elsa Cabo e supervisionado pelo Professor Doutor Rui Marcelino. O núcleo de estágio onde estou inserido é constituído por mais dois estudantes estagiários, o Ricardo Martins e a Sofia Osório, antes mesmo de o estágio ter começado, já queríamos ficar juntos. Para além de uma forte amizade que nos une, sempre conseguimos trabalhar muito bem juntos, e de certa forma complementamo-nos. Este estágio foi fundamental na nossa formação como professores, foi a primeira possibilidade de aplicar todos os anos de trabalho e estudo realizados desde o primeiro ano de licenciatura até hoje, aprofundamos estes conhecimentos e as novas aprendizagens foram diárias. Em Setembro decidimos, de forma aleatória, com que turma iríamos trabalhar ao longo do ano, cada Estudante Estagiário ficou encarregue de lecionar uma turma e além destas três, ficamos com uma turma em comum, o 6ºD. Cada um de nós lecionou um período. Eu trabalhei mais especificamente com a turma 9ºE vocacional, o Ricardo Martins com o 11ºA/B e a Sofia Osório com a turma do 8ºD. A turma do 9ºE, sendo do ensino vocacional, teve um funcionamento diferente, em vez de unidades didáticas este curso rege-se por módulos. Em Educação Física (EF) realizaram quatro módulos. Esta turma teve também aulas específicas da vertente profissional do curso, pastelaria e serviço de mesa, nas quais os estudantes realizam estágios profissionais. O Relatório de Crítico depois da Introdução 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; 2) Participação na escola; 3) Relação com o meio escolar 4) Desenvolvimento profissional.