

Instituto Universitário da Maia

Departamento de Educação Física e Desporto



**Relatório de Estágio da Prática de Ensino  
Supervisionada**

**Daniel António Pinheiro Leite**

**(N.º 30190)**

**Supervisor de Estágio:** Doutor Rui Marcelino Oliveira

**Orientador Cooperante:** Mestre José Carlos Monteiro

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).

**outubro de 2016**

Leite, D. (2016). *Relatório de Estágio da Prática de Ensino Supervisionada-Efeitos de programa de exercícios de Flexibilidade realizados no final da aula de Educação Física em alunos do 3º Ciclo*. Maia: D.Leite

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: EDUCAÇÃO FÍSICA, ENSINO, FLEXIBILIDADE, ALUNOS**

## Introdução

O presente documento é relativo à Unidade Didática de Prática de Ensino Supervisionada (PES), inserida no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário do Instituto Universitário da Maia (ISMAI) desenvolvida no Agrupamento de Escolas do Castelo da Maia, mais especificamente na escola sede, isto é, na Escola Secundária de Castelo da Maia.

No início deste estágio tinha muitas expectativas e receios em relação à realidade escolar, aos alunos e a todas as dificuldades que iria encontrar. Contudo, perspetivei sempre que o mesmo teria um forte contributo na obtenção de competências pessoais e profissionais para o desempenhar de uma futura função de professor de Educação Física.

O estágio assume um papel fundamental para a formação de professores, promovendo vivências diversificadas, atualizações e troca de experiências. Espero que o estágio me fortaleça como professor, me proporcione um campo de experiências e conhecimentos, constituindo a possibilidade de articulação teórica com os entraves que somente a prática por meio do dia a dia pode oferecer. Desta forma, espero que esta área me permita atingir competências e formação essenciais para a minha vida futura como docente de Educação Física.

Relativamente ao Orientador Cooperante (OC), perspetivava que este fosse colaborativo, construtivo, crítico e que me despertasse no sentido de estar sempre em constante evolução, de forma a desenvolver um pensamento reflexivo sobre a minha prática.

No que diz respeito ao Supervisor de Estágio (SE), perspetivava receber orientações e indicações importantes para a prática pedagógica. Esperava, ainda, que o mesmo demonstrasse disponibilidade e empenho, de forma a contribuir positivamente para o meu trabalho a desempenhar.

O estágio será uma viagem, onde surgirão inúmeras oportunidades de partilha de conhecimentos, de entajuda, de incentivo e de superação.

Sendo assim, este relatório consiste numa coleção organizada e devidamente planeada, que descreve e documenta o percurso realizado durante este ano letivo, tendo como finalidade a reflexão sobre aquilo que foi planeado, executado, as dificuldades e as barreiras encaradas.