

# Instituto Universitário da Maia

Departamento de Educação Física e Desporto



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

**“Programa de Intervenção em Alunos do Ensino  
Secundário: Influência da Atividade Física e Nutrição na  
Redução da Percentagem de Massa Gorda”**

Sónia Rafaela Alves de Oliveira

(N.º 25645)

**Supervisor:** Doutor Nuno Teixeira

**Orientadora:** Professora Maria Madalena Lima

Documento com vista à obtenção do grau académico de Mestre (Decreto-lei nº 115/20013 de 7 de agosto e o Decreto-lei nº 79/2014 de 14 de maio)

**Maia, junho 2016**



## **Introdução**

Com o intuito de descrever e refletir acerca de todas as atividades elaboradas e desenvolvidas ao longo do ano de Estágio Pedagógico no Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário realizado na Escola Secundária de Rocha Peixoto, desenvolveu-se o presente relatório.

A estruturação deste trabalho rege-se pelas linhas orientadoras que regulam o Estágio Pedagógico, que expõem detalhadamente todo o procedimento, de forma a caracterizar o contexto de integração dos estudantes estagiários na escola, o esforço do processo de ensino-aprendizagem, as atividades extra curriculares e a integração no meio escolar.

Será elaborada uma reflexão acerca de cada atividade, assim como a descrição do seu planeamento, organização e procedimentos.

Cada uma destas etapas é primordial e imprescindível para a formação de um professor de Educação Física (EF), consolidadas e consagradas pela supervisão de professores orientadores habilitados que permitam a aquisição das competências necessárias à boa concretização das mesmas.