

Reflexão

Professora: Teresa Ferreira	Ano: 12 Turma: 6	Data: 06/10/2010 Aula nº: 7	Nº de alunos: 18
Unidade Didáctica: Voleibol Função Didáctica: Introdução e Exercitação	Sessão nº: 2 em 9 Local: Escola Espaço: Pavilhão	Hora: 10h20 Duração: 90' (75')	Material: 9 bolas, 8 sinalizadores, união de redes de badmington e 3 postes.

A aula iniciou-se à hora prevista, mesmo sem alguns alunos que se encontravam atrasados. No início da aula foi necessário repreender alguns alunos pelo facto de terem vindo para a aula de cabelo solto, algo que já não devia acontecer visto que já é a sétima aula.

Nos exercícios da parte inicial optei por alterar o tempo de corrida continua, visto que o segundo exercício também era efectuado em corrida. Assim, os dois exercícios demoraram apenas 6 minutos e não 10 minutos como estava definido no plano. Os 4 minutos que sobraram foram utilizados para realizar uma activação mio – articular, principalmente ao nível dos tornozelos, pulsos e mãos, e também para a introdução das habilidades técnicas que iriam ser abordadas na aula. Penso que esta alteração ao plano de aula foi benéfica, na medida em que permitiu que, ao longo da aula, houvessem menos paragens, uma vez que os conteúdos já tinham sido introduzidos. No entanto, numa próxima aula devo fazer um planeamento mais cuidado, onde tenha em consideração estes aspectos.

A parte fundamental iniciou-se com a divisão da turma em pares, uma vez que todos os exercícios seriam efectuados dessa forma, à excepção do jogo final. Nesta aula optei por dividir a turma em pares, na medida em que o tempo disponível para os exercícios critério, não era muito longo. Assim, desta forma permitia um maior número de repetições por aluno.

O primeiro exercício da parte fundamental, trabalhava a execução do passe, e possuía 3 variantes que iam introduzindo uma maior dificuldade no exercício. Neste exercício foi possível verificar muitos erros técnicos nos alunos, nomeadamente: um movimento de abertura exagerada ao nível dos MS, realização do passe com as mãos tensas e falta de coordenação da acção dos MS com os MI. Corrigi individualmente os alunos, no entanto, como quase toda a turma apresentava dificuldades na realização do passe, não consegui fazer a informação chegar a todos. Na próxima aula, será melhor parar o exercício e identificar os erros perante toda a turma, embora possa na mesma manter as correcções individualizadas.

No exercício que trabalhava a manchete decidi introduzir uma variante que não estava prevista no plano de aula. Essa variante foi a realização de auto – manchete ou auto – passe seguido de reenvio da bola para o colega em manchete. Penso que facilitou o sucesso dos alunos no exercício, na medida em que estes tinham de efectuar um deslocamento de costas após o reenvio da bola, e de outra forma não conseguiriam chegar a tempo de realizar a manchete. Nesta habilidade técnica, a maior parte da turma também apresenta dificuldades, nomeadamente no enquadramento dos apoios com a direcção da bola e na coordenação dos MS com os MI. Aqui optei por corrigir os alunos de forma individualizada, mas sobretudo por grupo, o que acabou por me facilitar a tarefa de fazer chegar a informação a todos.

Ao nível do serviço por baixo verifiquei que a taxa de insucesso não foi elevada, no entanto, foi necessário corrigir os alunos nos aspectos relacionados com a extensão do MS e na contra – lateralidade entre os MI e os MS.

Tanto na avaliação diagnóstica como na aula de hoje verifiquei que o trabalho ao nível da relação com bola é fundamental, uma vez que os alunos apresentam muitas dificuldades na execução das habilidades técnicas. No entanto, nesta aula e excepcionalmente, optei por realizar 30 minutos de jogo, sendo 5 minutos de cooperação e 25 minutos de competição. Foi introduzida uma variante em que “punia” as equipas derrotadas com a realização de 10 extensões de braços. Desta forma, o

tempo disponível para os exercícios critério diminui, e consequentemente o trabalho efectivo da relação com bola também. Justifico esta opção pelo facto de ter sentido nas aulas anteriores alguma desmotivação dos alunos pelo facto de estarem demasiado tempo em situações critério e também pelos acontecimentos da aula passada, onde os alunos demonstraram alguma aversão à presença dos estagiários nas suas aulas. Creio que esta foi uma boa opção uma vez que os alunos estiveram mais motivados e mais empenhados do que havia acontecido nas aulas anteriores. No entanto, considero que nas próximas aulas devo favorecer a realização de jogo 2 x 2, para que os alunos trabalhem mais as habilidades técnicas, aperfeiçoando o seu nível de relação com bola.

Quero salientar que a motivação dos alunos deve ser uma preocupação dos professores nas aulas de Educação Física, mas não considero que este seja o seu objectivo maior. Assim, nas próximas aulas de voleibol considero fundamental utilizar a maior parte do tempo de aula em exercícios que permitam a melhorias dos alunos, nos conteúdos em que apresentam maiores dificuldades.

A aula terminou com a realização de alongamentos e preenchimento da grelha de atitudes. Nesta parte final foi também realizada uma pequena reflexão com os alunos analisando os principais erros cometidos ao longo do jogo, nomeadamente: incumprimento das regras introduzidas, não realização da recepção para o distribuidor, má posicionamento do distribuidor, falta de adequação da habilidade técnica à direcção da bola, não realização da posição base e não realização dos três toques.