

Universidade da Maia - UMAIA

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto




Relatório da Prática de Ensino Supervisionada

Sérgio Paulo Graça Marques

Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e  
Secundário

Orientador Institucional

Professor Doutor Rui Manuel Flores Araújo

outubro, 2023 

Sérgio Paulo Graça Marques

Nº34311

Relatório da Prática de Ensino Supervisionada com vista à obtenção do grau de Mestre em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, nos termos do Decreto-Lei nº 79/2014 de 14 de maio e do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, publicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a supervisão do Professor Doutor Rui Araújo, da Universidade da Maia e orientação da Professora Célia Carmo, da Escola Secundária Eça de Queirós.

outubro, 2023

## **Agradecimentos**

Agradeço a todos os intervenientes que contribuíram para a realização desta etapa. Ao concluir esta etapa tão importante da minha jornada académica, sinto-me profundamente agradecido pelo apoio e orientação que recebi ao longo do processo.

Primeiramente gostaria de expressar o meu agradecimento ao orientador, Professor Doutor Rui Araújo pela sua cooperação ao longo de todo o meu trajeto académico. As suas sugestões foram fundamentais para o meu crescimento como professor ao longo deste ano letivo.

Gostaria também de agradecer à Professora cooperante Célia Carmo por todo o seu tempo que dedicou para que houvesse uma evolução diária e sobretudo pela sua paciência ao longo ano letivo. Foi um privilégio trabalhar consigo diariamente durante este ano letivo. Agradeço ao professor responsável pela modalidade de badminton, Professor José Carlos Sousa, por toda a confiança depositada em mim para juntamente com ele liderar a equipa do Desporto Escolar de Badminton.

Agradeço a todas as pessoas que se cruzaram comigo e que me acompanharam durante estes cinco anos e com os quais aprendi e melhorei em cada trabalho realizado e em cada troca de ideias que fomos tendo.

À Universidade da Maia, que me acolheu e nunca deixou que nada faltasse ao longo deste percurso e me fez evoluir em todos os aspetos possíveis.

Não poderia terminar os agradecimentos sem mencionar a minha família e namorada que foram o meu maior apoio e sem os quais não teria conseguido realizar o meu sonho.

## **Resumo**

A Prática de Ensino Supervisionada nos Ensinos Básico e Secundário é, sem dúvida, uma fase bastante importante na formação de futuros docentes. Durante este ano letivo tive o privilégio de implementar, em contexto real, os conhecimentos que fui adquirindo durante a formação obtida na Universidade da Maia. Este processo é fundamental para o professor em início de carreira, uma vez que permite que o Estudante Estagiário desenvolva a sua identidade profissional tendo sempre o suporte e orientação do Orientador Cooperante. A Prática de Ensino Supervisionada decorre durante o segundo ano de mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. A minha Prática de Ensino Supervisionada foi realizada na Escola Secundária Eça de Queirós, tendo sido auxiliado pela Orientadora cooperante e pelo Professor Supervisor. Este relatório tem como objetivo a reflexão sobre as atividades realizadas durante o período de prática de ensino supervisionada. O meu relatório está estruturado em oito capítulos: 1- Introdução; 2- Enquadramento Pessoal e Profissional; 3- Enquadramento Institucional; 4- Prática Profissional: do Plano da Análise ao da Intervenção; 5- Participação na Escola e Relação com a Comunidade; 6- Desenvolvimento Profissional; 7- Reflexões Finais; e 8- Referências Bibliográficas.

**Palavras-Chave:** Educação Física; Prática de Ensino Supervisionada; Ensino Básico e Secundário; Estudante Estagiário.

## **Abstract**

Supervised Teaching Practice in primary and secondary education is, without a doubt, a very important phase in the training of future teachers. Throughout this academic year I had the obligation to implement, in a real context, the knowledge I acquired during the theoretical training obtained at the University of Maia. This process is essential for teachers at the beginning of their careers, as it allows the Pre-service Teacher to develop their professional identity, always having the support and guidance of the Cooperating Advisor. The Supervised Teaching Practice takes place during the second year of the Master's degree in Teaching Physical Education in Basic and Secondary Education. My Supervised Teaching Practice was carried out at Escola Secundária Eça de Queirós, having been guided by the Cooperating Advisor and Supervising Teacher. The objective of this report is to reflect on the activities carried out during the supervised teaching practice period. My report is structured into eight chapters: 1- Introduction; 2- Personal and Professional Background; 3- Institutional Framework; 4- Professional Practice: from the Analysis Plan to the Intervention; 5- Participation in School and Relationship with the Community; 6- Professional Development; 7- Final Reflections; and 8- Bibliographic References.

**Keywords:** Physical Education; Supervised Teaching Practice; Elementary and Secondary Education; Pre-service Teacher.

## **Lista de Abreviaturas**

**AD-** Avaliação Diagnóstica

**AF-** Avaliação Formativa

**AS-** Avaliação Sumativa

**BKWD-** Backward Design

**DE-** Desporto Escolar

**EE-** Estudante Estagiário

**EF-** Educação Física

**ESEQ-** Escola Secundária Eça de Queirós

**MED-** Modelo de Educação Desportiva

**MEEFEBS-** Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

**MID-** Modelo de Instrução Direta

**OC-** Orientadora Cooperante

**PA-** Plano Anual

**PDA-** Plano de Aula

**PES-** Prática de Ensino Supervisionada

**RPES-**Relatório Prática de Ensino Supervisionada

**NPES-**Núcleo Prática de Ensino Supervisionada

**SV-** Professor Supervisor

**UC-** Unidade Curricular

**UD-** Unidades Didáticas

**UMAIA-** Universidade da Maia

## Índice

<b>Agradecimentos.....</b>	<b>3</b>
<b>Resumo .....</b>	<b>4</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>5</b>
<b>Lista de Abreviaturas.....</b>	<b>6</b>
<b>1. Introdução .....</b>	<b>9</b>
<b>2. Enquadramento Pessoal e Profissional .....</b>	<b>11</b>
<b>2.1. Uma Decisão a Partir de um Percurso .....</b>	<b>11</b>
<b>2.2. Expectativas Iniciais .....</b>	<b>12</b>
<b>3. Enquadramento Institucional .....</b>	<b>13</b>
<b>3.1. A Importância da PES.....</b>	<b>13</b>
<b>3.2. A PES na UMAIA.....</b>	<b>14</b>
<b>3.3. A Escola Cooperante: Lugar da Prática .....</b>	<b>14</b>
<b>3.4. Caracterização do Núcleo da PES.....</b>	<b>15</b>
<b>3.4.1. Caracterização da Turma.....</b>	<b>16</b>
<b>4. Prática Profissional: do Plano da Análise ao da Intervenção .....</b>	<b>17</b>
<b>4.1. Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem.....</b>	<b>17</b>
<b>4.1.1. Conceção de Ensino .....</b>	<b>17</b>
<b>4.1.1.1. Modelos de Ensino .....</b>	<b>17</b>
<b>4.1.2. Planeamento.....</b>	<b>20</b>
<b>4.1.3. Realização .....</b>	<b>23</b>
<b>4.1.3.1. Dimensões da Intervenção Pedagógica.....</b>	<b>23</b>
<b>4.1.4. Avaliação.....</b>	<b>24</b>
<b>5. Participação na Escola e Relação com a Comunidade .....</b>	<b>27</b>
<b>5.1. Atividades Realizadas.....</b>	<b>27</b>
<b>5.2. Fazer Aprender para lá da aula: Impactos da minha experiência e atuação.....</b>	<b>29</b>
<b>5.3. Socialização Profissional e Institucional .....</b>	<b>30</b>
<b>5.4. A Componente Ético-Profissional .....</b>	<b>31</b>

<b>6. Desenvolvimento profissional.....</b>	<b>33</b>
<b>7. Reflexões Finais .....</b>	<b>35</b>
<b>8. Referências.....</b>	<b>37</b>
<b>9. Anexos.....</b>	<b>43</b>

## 1. Introdução

A realização deste documento foi proposta através da Unidade Curricular (UC) da Prática de Ensino Supervisionada (PES). Esta UC ocorre no segundo ano de Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básicos e Secundário (MEEFEBS) realizado na Universidade da Maia (UMAIA). O documento é designado por Relatório de Prática de Ensino Supervisionada (RPES) e tem como principal objetivo reportar as experiências vividas no ano de PES.

Tal como afirma Seabra, Silva e Resende (2016), a PES é um processo de elevada complexidade, com várias dimensões e composto por várias etapas, tornando a experiência do Estudante Estagiário (EE) bastante enriquecedora e fundamental para a criação da identidade profissional. Segundo Batista & Queirós (2013) a PES proporciona um envolvimento na escola, ajudando a compreender os valores, as práticas, os costumes e hábitos escolares, moldando a identidade e a conduta daquela comunidade específica.

A minha PES foi realizada na Escola Secundária Eça de Queirós (ESEQ), situada na cidade da Póvoa de Varzim e decorreu durante o ano letivo 2022/2023. O núcleo da PES (NPES) ficou responsável pela lecionação das aulas de Educação Física (EF) a três turmas. Duas turmas corresponderam ao Ensino Básico (7º e 9º ano) e a outra turma correspondeu ao Ensino Secundário (11º ano), tendo ficado sob minha responsabilidade a turma do 9º ano. Para além da lecionação das aulas, estive envolvido nas tarefas referentes à direção de turma, reuniões de departamento e no Desporto Escolar (DE). Durante a PES, e de forma a estar preparado para a realização do RPES, fui desenvolvendo documentos reflexivos que se tornaram um apoio crucial para a realização deste documento. Destaco a realização das expectativas iniciais, da caracterização da turma, do NPES e do Plano de Formação e Intervenção na Escola (PFIE). Para além de serem um suporte para a realização deste relatório, os documentos acima referidos ajudaram-me como EE a desenvolver uma prática reflexiva sobre o processo de ensino e aprendizagem assim como sobre o meio educativo.

Assim sendo, este RPES está agrupado em oito capítulos, sendo eles a Introdução, Enquadramento Pessoal e Profissional onde irei aprofundar o porquê de seguir este percurso e quais eram as minhas expectativas antes de vivenciar todo este processo que é a PES; o Enquadramento Institucional onde irei refletir sobre a relevância da PES; a Prática Profissional onde abordarei a conceção do ensino, o planeamento, a realização da prática e a avaliação; a Participação na Escola e Relação com a Comunidade a qual englobará todas

atividades que foram realizadas ao longo do ano letivo; o Desenvolvimento Profissional onde serão consideradas as maiores dificuldades sentidas por mim no desenrolar da PES; e Reflexões Finais e Referências Bibliográficas.

## **2. Enquadramento Pessoal e Profissional**

### **2.1. Uma Decisão a Partir de um Percurso**

O gosto pela prática do desporto e o interesse em ensinar EF sempre foram uma parte significativa da minha vida e uma das razões que me fizeram escolher esta área. Desde criança experimentei diferentes modalidades desportivas, o que me proporcionou uma visão bastante abrangente do mundo do desporto. Ao longo dos anos, percebi que para além de desfrutar da atividade física em si, também sentia uma grande satisfação em partilhar o meu conhecimento e paixão com os outros. Aliado a todos estes fatores, o facto dos meus pais estarem ligados à área do ensino também teve um peso bastante significativo na minha decisão.

Essa paixão pelo ensino da EF cresceu à medida que me envolvi de forma mais profunda no Ténis de Mesa, não apenas como jogador, mas também como treinador da formação. Durante esse período tive a oportunidade de lidar com jovens atletas, verificar o seu desenvolvimento físico e emocional, e partilhar os valores que o desporto pode ensinar, como respeito, disciplina e trabalho em equipa. Essa experiência foi transformadora e reforçou a minha convicção de que queria dedicar a minha vida a ensinar e inspirar outros através da EF.

Portanto, a escolha de ingressar na UMAIA e de me dedicar a um curso superior relacionado com Desporto e Atividade Física foi uma decisão natural. Iniciei o meu percurso no Ensino Superior através da Licenciatura em EF e Desporto. Durante os três anos de licenciatura o meu gosto pelo ensino da EF foi sempre aumentando o que me fez candidatar ao MEEFEBS. Estou animado em aprofundar meu conhecimento e aprimorar as minhas habilidades na área da EF para continuar a moldar o futuro dos jovens, promovendo um estilo de vida ativo e saudável, bem como os valores que o desporto pode transmitir. Acredito que o ensino da EF não é apenas sobre o desenvolvimento físico, mas também sobre o desenvolvimento pessoal e social, e estou determinado em contribuir positivamente para a formação dos alunos com os quais terei a oportunidade de trabalhar.

## **2.2 Expectativas Iniciais**

Após o término, com sucesso, do primeiro ano de mestrado, foi com grande ansiedade e entusiasmo que aguardei o dia de apresentação na ESEQ para iniciar a PES. Tendo a hipótese de escolher o local onde poderia realizar a PES, não hesitei em escolher a ESEQ, pois para além da sua localização ser perto da minha zona de residência, teria a oportunidade de estagiar e trabalhar diretamente com uma escola de referência nacional, o que sem dúvida alguma seria uma experiência muito enriquecedora para mim, tanto na vertente pessoal como profissional.

Visto que iria realizar a PES numa escola com um grau de exigência bastante elevado, estava muito motivado e ansioso para trabalhar com a Orientadora Cooperante (OC), pois acreditava que iria encontrar uma professora que me iria indicar o caminho correto, ajudar-me na evolução da minha reflexão crítica e transmitir os seus conhecimentos e experiências vividas ao longo da sua carreira.

Apesar de ter a noção que este iria ser um ano bastante trabalhoso e com bastantes dificuldades, uma vez que seria a primeira experiência como professor e ao mesmo tempo por estar envolvido em mais atividades fora do contexto escolar, tinha a convicção que seria um ano de bastante evolução.

As minhas expectativas para este ano eram altas, assim como a minha motivação para aprender e evoluir com professores mais experientes. Tinha o desejo e ambição de ser um professor próximo dos alunos, sem nunca perder o controlo da turma. Sabia que numa primeira fase não poderia deixar a turma sentir que podia fazer tudo o que desejavam e teria de ser rígido no primeiro contacto com os alunos. Um dos meus receios como professor era não conseguir ter o controlo da turma, pois como disse anteriormente gostaria de ser um professor próximo dos alunos e muitas das vezes essa proximidade é confundida com confiança e no meu caso, sendo um professor inexperiente, poderia ser fácil perder o controlo dos alunos. Também tinha receio de ser um professor que não conseguisse evoluir com o decorrer do ano, sobretudo na capacidade de reflexão.

### **3. Enquadramento Institucional**

#### **3.1. A Importância da PES**

Para Queirós (2014) a PES é um espaço bastante influente para o EE conseguir desenvolver a sua identidade profissional, pois como afirmam Forbes & Davis (2012) esta experiência possibilita ao EE estar em contacto com os espaços reais de ensino. Em particular, e tal como Azevedo, Pereira & Sá (2011) afirmam, o objetivo da PES é colocar o EE em contacto com a experiência real que é vivida nas escolas, obrigando assim a desenvolver estratégias e métodos de ensino viáveis. A PES permite assim que o EE consiga aplicar todos os conhecimentos teóricos adquiridos durante a formação académica ao mesmo tempo que vai adaptando as aulas às necessidades dos seus alunos de forma que estes consigam atingir os objetivos propostos. A prática supervisionada é a passagem da teoria para a prática, permitindo ao EE desenvolver competências para melhorar a capacidade de ensino (Marcon, Graça & Nascimento 2012).

O EE deve assumir o compromisso de inovar, de construir experiências e aprendizagens significativas, para além da prática supervisionada. Ou seja, o EE deve procurar estar envolvido em todas as atividades relacionadas ao contexto escolar em que está inserido. Este envolvimento permitirá ao EE obter ferramentas fundamentais para o conhecimento da instituição. O papel do OC e do Professor Supervisor (SV) tornam-se ainda mais relevantes, pois ao interagir com docentes mais experientes e cujo conhecimento é fundamentado em diversas situações educacionais, representa uma oportunidade de crescimento extremamente essencial e inestimável. Para além de tudo isto, a PES permite ao EE obter contacto com o mundo laboral e começar a criar a sua identidade profissional.

A PES, segundo Cunha (2010), expõe o EE a cenários complexos que merecem uma ação reflexiva, potencializando a capacidade autorreflexiva e de reflexão partilhada. A reflexão apresenta-se no dia a dia escolar, quer na observação das aulas quer na lecionação.

Em suma, Lima et al. (2014) afirmam que a transição para o EE envolve uma separação em três partes distintas. Isto é, ocorre a transição da instituição de ensino para a escola, a transição de ser aluno para ser professor e a transição de conseguir transformar o conhecimento teórico em conhecimento prático.

### **3.2. A PES na UMAIA**

A PES está inserida no segundo ano do MEEFEBS, proporcionando ao EE um contacto direto com o ensino em contexto real e variadas partilhas de experiências com docentes que possuem uma larga experiência. Maria & Chaves (2010) afirmam que a universidade tem um papel importante no decorrer da PES, pois incentiva a uma troca de ideias entre os professores e o EE.

A UC tem como principal objetivo a inclusão de forma gradual e orientada dos EE no contexto escolar. Ao longo do período da PES, o EE tem de elaborar e realizar inúmeras tarefas, entre as quais o planeamento, os planos de aula e reflexão crítica das aulas. As tarefas anteriormente mencionadas são diariamente supervisionadas pelo OC. No entanto, também está previsto que o SV observe algumas aulas do EE de modo a verificar se o mesmo está a conseguir obter sucesso nas suas funções de professor. É também obrigatória a elaboração de um evento anual e de um seminário. Estes dois eventos são organizados pelo NPES.

Para que seja possível a realização desta UC a UMAIA tem protocolos com várias escolas cooperantes, onde os EE são colocados para a realização da PES, sendo esperado que o EE seja um exemplo para os seus alunos, em todas as atividades, devendo imperar sempre um grande sentido de responsabilidade e promoção da inclusão de todos os alunos no processo de ensino-aprendizagem.

### **3.3. A Escola Cooperante: Lugar da Prática**

A ESEQ, inicialmente fundada em 1882 como Instituto Municipal, está localizada na cidade da Póvoa de Varzim, sendo o estabelecimento de ensino mais antigo da cidade. Em 1895, com a reforma do ensino secundário, houve uma alteração do plano de estudos, fazendo com que os chefes políticos locais trabalhassem no sentido de transformar o Instituto em Liceu Nacional, o que decorreu a 14 de julho de 1904, passando a denominar-se como Liceu Nacional da Póvoa de Varzim.

Como acima referido, o liceu pertencia fisicamente à Câmara Municipal, o que levou a uma crise no início da sua transformação para liceu pela ausência de recursos materiais e físicos. A primeira dificuldade foi ultrapassada pelo investimento da Câmara, e a cedência de um local só ocorreu definitivamente no ano de 1958.

Em 1958, já com uma nova “casa”, nasce a Escola Preparatória Eça de Queirós e em

1974, com a revolução democrática, deram-se alterações que extinguiram a diferenciação dos sexos nas turmas. Ainda assim, só em 1986 se deram alterações nas Leis de Base do Sistema Educativo, onde a escolaridade obrigatória foi alargada para nove anos, estando distribuída em três ciclos, diversificando assim o Ensino Secundário e permitindo a criação de cursos tecnológicos e cursos de carácter geral.

A ESEQ é caracterizada por ser uma escola de elevado rigor e qualidade, estando em constante evolução no que diz respeito aos métodos de ensino, proporcionando aos seus alunos as melhores condições de ensino e aprendizagem.

As infraestruturas desportivas da escola são de excelência, possuindo dois campos exteriores, um deles sintético. Ambos são utilizados maioritariamente para o trabalho de desportos coletivos e atletismo, detendo ainda três instalações interiores, uma de grandes dimensões para os desportos coletivos e duas reduzidas para trabalho de Atividades Rítmicas Expressivas, Ginástica e Condição Física.

### **3.4. Caracterização do Núcleo da PES**

O NPES foi composto por cinco elementos, sendo eu um dos intervenientes, pelo SV, pela OC e pelos meus dois colegas EE. Este núcleo foi formado ainda antes do término do ano letivo anterior pois já existia uma amizade entre mim e os meus dois colegas da UMAIA devido a termos frequentado a mesma turma no primeiro ano de MEEFEBS. Após ser do conhecimento público a colocação de cada aluno, o NPES entrou em contacto com o OC da ESEQ.

Numa fase inicial da PES a OC reunia com o núcleo no final de cada aula para transmitir os feedbacks necessários para conseguirmos melhorar tanto a nível de instrução como de reflexão. No entanto, com o avanço do ano letivo, a frequência com que realizávamos as reuniões foi diminuindo. Esta diminuição na frequência de reuniões foi algo previamente conversado entre a OC e o NPES de forma que houvesse uma evolução na nossa capacidade de reflexão, tanto a nível individual como coletivo. O facto do NPES reunir logo após o término das aulas foi um fator bastante importante para mim, pois a reflexão imediatamente após o término da aula era benéfico para conseguir trabalhar em cima do erro e assimilar mais facilmente os feedbacks que me eram dados. O debate, juntamente com a partilha de conhecimentos, fez com que o NPES crescesse bastante, sobretudo no trabalho em equipa e na superação das dificuldades que foram surgindo. Segundo Cardoso (2014) o núcleo de estudantes estagiários permite a permuta de

conhecimentos, ideias, experiências, interesses comuns e sentimentos.

Numa fase inicial, o NPES, com a ajuda da OC, definiu os objetivos que desejávamos alcançar durante a PES. O facto de estarmos todos focados no mesmo objetivo fez com que fosse mais fácil a nossa comunicação, imperando um clima saudável durante o ano letivo.

### **3.4.1 Caracterização da Turma**

A turma era composta por 28 alunos, divididos entre 19 rapazes e nove raparigas, indicando uma ligeira preponderância de alunos do sexo masculino. A idade média dos alunos era de 14 anos, sendo a idade máxima da turma de 14 anos, enquanto a mínima foi de 13 anos, indicando uma faixa etária relativamente uniforme. É importante realçar que nenhum dos alunos da turma apresentava necessidades educativas especiais. No entanto houve uma aluna que apresentou atestado médico durante todo o ano letivo. Na impossibilidade de ser avaliada de forma prática, a avaliação desta aluna foi realizada através de testes escritos referentes às modalidades que a turma abordou ao longo do ano.

A turma apresentou alguma diversidade cultural, com duas alunas brasileiras. Embora viessem de culturas diferentes, não foi assinalado nenhum problema significativo de comunicação nem de inclusão ao longo do ano letivo, o que foi um bom sinal de adaptação. Durante o ano letivo, outra aluna, de nacionalidade argentina, ingressou na turma. A integração desta aluna na dinâmica da aula não foi tão fácil, pois ela não falava português e não tinha contacto prévio com a maioria das modalidades abordadas. Esta situação desafiou-me a desenvolver estratégias eficazes de inclusão de maneira que aquela aluna fosse integrada na turma e conseguisse obter sucesso nas aulas de EF.

Quase metade da turma, especificamente 13 alunos, praticavam modalidades desportivas federadas fora da escola. O fato de todos esses alunos serem praticantes federados nas suas respetivas modalidades, elevou de certo modo o nível desportivo da turma.

No entanto a turma contou com um grupo de três alunos que demonstraram pouco interesse em realizar as atividades propostas na aula. Apesar deste pequeno foco de desinteresse, a turma apresentou uma média de final de ano de 4,3, numa escala de 0 a 5.

## **4. Prática Profissional: do Plano da Análise ao da Intervenção**

### **4.1. Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem**

#### **4.1.1. Conceção de Ensino**

Seabra et al. (2016) defendem que a conceção de ensino envolve a incorporação de múltiplos objetivos e compreende diversas competências que o professor deve atender. Posto isto, para haver um processo de ensino e aprendizagem eficaz, o professor deve ser dotado de diversas estratégias e saberes.

Segundo Bento (2003), o conteúdo dos currículos de EF tem uma importância bastante significativa no planeamento do professor. O meu planeamento foi suportado nas Aprendizagens Essenciais, no Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória e pelos documentos orientadores da ESEQ. Para além do suporte destes documentos orientadores, tinha a possibilidade de adotar o(s) modelo(s) de ensino que, no meu ponto de vista, fosse o mais indicado em determinadas condições e que conseguissem responder à necessidade dos alunos.

Com a realização da licenciatura em EF e dando seguimento no MEEFEBS, fiquei com uma visão completamente diferente sobre o que é a conceção do ensino da EF. Apoiado em Crum (1993), antes de ingressar no ensino superior, tinha a ideia de que o professor de EF apenas se centrava na partilha do conhecimento, na melhoria das competências motoras e condição física dos seus alunos. Como já referi anteriormente, ao longo do meu percurso académico fui-me apercebendo que para além de dar ênfase ao desenvolvimento físico do aluno, também teria de ajudar a desenvolver o lado pessoal e social dos alunos.

##### **4.1.1.1. Modelos de Ensino**

Metzler (2017) afirma que um modelo de ensino é algo que o docente pode escolher de forma a auxiliar os seus alunos a aprender de forma mais eficaz, ressalvando que os melhores docentes não são, obrigatoriamente, aqueles que têm um vasto conhecimento sobre vários modelos de ensino, mas sim os que conseguem implementar um modelo de ensino adequado às suas realidades e de forma a promover resultados positivos de aprendizagem.

Durante o primeiro ano do MEEFEBS, tive a oportunidade de contactar diretamente

com vários modelos de ensino. Os docentes da UMAIA capacitam os seus alunos para que estes possam ter o conhecimento necessário para os aplicar durante o ano de PES. Tivemos em contacto com modelos de ensino centrados no aluno e com modelos ensino centrados no professor.

Durante a PES implementei o Modelo de Instrução Direta (MID) e o Modelo de Educação Desportiva (MED). A implementação destes dois modelos distintos vai ao encontro do que defendem Mesquita & Graça (2011), que o professor deve encontrar um equilíbrio adequado entre atender às necessidades dos alunos, proporcionando orientação e apoio durante a prática, e promover a exposição deles à aprendizagem autónoma. Relativamente ao MED, o mesmo não foi adotado na íntegra, apenas apliquei algumas características que, no meu ponto de vista, eram as indicadas em determinados momentos.

Durante o primeiro período apliquei o MID numa fase inicial das modalidades de Voleibol e Atividades Rítmicas e Expressivas, no entanto com o desenrolar das aulas comecei a utilizar algumas características do MED em Atividades Rítmicas e Expressivas. A decisão de aplicar algumas características do MED, nomeadamente a organização das equipas, a atribuição da respetiva cor e a nomeação de um aluno referência, foi tomada de modo a facilitar a instrução da aula, criar uma dinâmica de trabalho de grupo numa modalidade onde muitos alunos estavam bastante introvertidos e acima de tudo para proporcionar uma aula mais diversificada e onde imperasse um clima positivo. No entanto, no final do período realizei uma reflexão sobre como tinha decorrido o mesmo e decidi que a partir do segundo período apenas iria aplicar o MID. Esta decisão deveu-se ao facto de sentir que não estava a conseguir ter o controlo pretendido sobre a turma, nomeadamente nas aulas de Atividades Rítmicas e Expressivas, e tendo em conta a minha parca experiência na lecionação, decidi a partir do segundo período implementar um modelo de ensino centrado no professor.

Como referido anteriormente, a partir do segundo período até ao final do ano letivo apliquei sempre o MID.

### **Modelo de Educação Desportiva**

Mesquita & Graça (2009), defendem que o MED é um modelo de ensino onde se procura que o ambiente da aula seja semelhante ao de uma experiência desportiva. Mesquita e Graça (2011) afirmam que estes pilares compreendem a competência desportiva, a literacia desportiva e o entusiasmo pelo desporto.

Siedentop (1994) defende que o MED tem seis características e que as mesmas devem ser abordadas durante as aulas. Essas fases são a Época Desportiva, Filiação, Competição Formal, Classificação, Festividade e Evento Final. Também para Siedentop (1998) o objetivo do MED é fazer com que os alunos se tornem competentes, cultos e entusiastas e ao mesmo tempo que sejam responsáveis pelas suas aprendizagens e experiências desportivas

Neste modelo, uma prática desportiva competente significa que o aluno dispõe de habilidades suficientemente desenvolvidas para que possam ser utilizadas na complexidade do jogo (Siedentop 1994). Mesquita et al. (2014) afirmam que um aluno que seja culto desportivamente e que conheça as tradições e rituais do desporto irá conseguir assumir qualquer um dos papéis que desempenhe no MED.

Como referido anteriormente, inicialmente implementei algumas características do MED na modalidade de Atividades Rítmicas e Expressivas. Numa fase embrionária foi difícil de implementar essas características, pois os alunos não estavam a entender o que era pretendido e, nesta situação, assumo o erro, uma vez que não consegui ser esclarecedor aquando da primeira abordagem à turma. No entanto, com o decorrer do período letivo, fui melhorando o meu discurso e consegui transmitir o que era pretendido com mais clareza e objetividade. No entanto, com o avançar das aulas, a turma começou a apresentar alguma inquietação em termos comportamentais e a densidade motora das aulas foi diminuindo. Novamente assumo a responsabilidade neste ponto, uma vez que deveria ter encontrado estratégias para evitar que isso acontecesse. No entanto, no terceiro período aquando da lecionação da modalidade de Basquetebol, e após ter lecionado toda a matéria que estava programa tentei realizar uma mini-época desportiva, porém a mesma não foi possível devido a imprevistos na calendarização das aulas. Sinto que poderia ter aproveitado melhor o facto de ter trabalhado com uma turma que gostava de competir, pois sempre que era possível realizar jogos, sobretudo nas modalidades coletivas, o nível motor das aulas aumentava e o clima das mesmas era bastante positivo. Os alunos com melhor aptidão para a prática da modalidade que estava a ser lecionada estavam em constante auxílio dos companheiros de equipa que apresentavam dificuldades.

Mesmo não conseguindo aplicar o MED na sua totalidade, a turma conseguiu transportar para as restantes modalidades algumas das características que foram implementadas em Atividades Rítmicas e Expressivas, nomeadamente o trabalho em equipa e a cooperação.

## **Modelo de Instrução Direta**

O MID é um modelo que coloca praticamente todas as decisões relativas ao processo de ensino e aprendizagem nas mãos do professor (Graça & Mesquita, 2007). De acordo com Metzler (2011), o professor controla todas as decisões e ações dos alunos proporcionando aos mesmos um grande número de repetições nos exercícios. Metzler (2011) também argumenta que o MID pode ser considerado um exemplo dos modelos tradicionais, já que identifica o docente como o principal condutor da instrução. Este modelo de ensino, frequentemente denominado como tradicional, apresenta vantagens e desvantagens quando aplicado no processo de ensino e aprendizagem dos alunos (Pereira, Mesquita, Araújo & Rolim, 2013). De acordo com Gaspar et al. (2008), podemos identificar cinco etapas na construção de uma unidade didática desenhada de acordo com o MID. Na primeira etapa, o professor motiva os alunos para a realização da tarefa. Na segunda etapa, o professor realiza a apresentação do conteúdo ou realiza a demonstração da execução correta da habilidade a ser adquirida. Na terceira etapa, o docente proporciona aos alunos uma prática devidamente orientada e bem estruturada. Na quarta etapa os alunos praticam de forma autônoma, mas sempre sob a supervisão do professor. Este realiza uma avaliação formativa (AF) do desempenho dos alunos, continuando a fornecer feedback sobre o seu desempenho. Na quinta e última etapa de prática independente, o professor facilita a prática autônoma e independente dos alunos, permitindo que estes consolidem as suas aprendizagens.

Como referido anteriormente, este foi o modelo mais utilizado ao longo de toda a PES. O objetivo inicial seria o de utilizar este modelo de ensino apenas nas modalidades individuais, porém com o sucedido na modalidade Atividades Rítmicas e Expressivas optei por adotar este modelo em todas as modalidades. É um modelo de ensino no qual me identifiquei bastante e no qual senti mais segurança para abordar nesta etapa académica. Com a aplicação do MID consegui ter uma melhor gestão da aula e conseqüentemente um melhor controlo sobre a turma, tornando a minha instrução mais simples e objetiva.

### **4.1.2. Planeamento**

Bento (2003) sustenta que o planeamento equivale a uma reflexão detalhada sobre a organização e a gestão do processo de ensino. Viciano & Moyargo-Veja (2018) afirmam também que diversos fatores afetam o processo de planeamento, e considerar todos estes fatores em simultâneo durante todo o processo de tomada de decisão é um grande desafio.

Lopes et al. (2016) afirmam que o planeamento educacional é um dos componentes educacionais de maior relevância, pois orienta o docente nas etapas a seguir durante a prática pedagógica.

Para Bento (2003), a planificação está dividida em três níveis de planeamento: o Plano Anual (PA) referente ao ano letivo; as Unidades Didáticas (UD), organizadas segundo o conteúdo a ensinar; e o Plano de Aula (PDA) definindo os objetivos diários da aula.

O PA representa a primeira grande etapa do planeamento. Conforme mencionado por Bento (2003), o PA requer uma compreensão profunda dos objetivos de desenvolvimento, bem como reflexões e considerações detalhadas sobre a organização do ensino ao longo do ano letivo. De forma a auxiliar a elaboração do PA de cada professor, a ESEQ disponibilizou, antes do início das aulas, o roulement onde já estavam definidos os espaços e o número de vezes que cada professor iria utilizar determinado espaço ao longo do ano, assim como o PA de Atividades. Com suporte no roulement e no PA de Atividades elaborei o PA que dividi pelos três períodos letivos, estando indicado o número de aulas previstas em cada período, tal como as modalidades que seriam abordadas.

No primeiro período foram abordadas as modalidades de Voleibol e Atividades Rítmicas e Expressivas. No segundo período foram abordadas as modalidades de Badminton e Ginástica, e no terceiro período as modalidades de Basquetebol e Atletismo. As modalidades foram abordadas pela ordem descrita no parágrafo anterior de forma a respeitar o planeamento previamente definido pelo grupo de EF da ESEQ.

Relativamente ao PA de Atividades da ESEQ, decorreu durante o primeiro período o Dia Europeu do DE e o Torneio de Voleibol. No segundo período os eventos foram o Corta-Mato Concelhio, que inicialmente estava agendado para o período anterior, mas que não foi possível realizar devido às fracas condições climatéricas, o Corta-Mato Distrital, o Torneio de Badminton da ESEQ e o Dia do Aluno. Relativamente ao terceiro período houve os Jogos Desportivos Municipais e a Festa de Encerramento – “Escola da Minha Vida”.

De acordo com Bento (2003), as UD's são instrumentos do processo pedagógico que fornecem aos docentes e alunos as fases bem definidas e distintas do processo de ensino e aprendizagem. Antes de elaborar as UD's, consultei a Planificação a Médio e Longo Prazo do grupo de EF da ESEQ destinado ao nono ano, onde estavam inseridas as Aprendizagens

Essenciais e o Perfil do Aluno à Saída da Escolaridade Obrigatória, de modo a obter as linhas orientadoras para a realização das UD's. No entanto, a construção das UD's só ocorreu após a realização das avaliações diagnósticas, assim todas as UD's foram construídas consoante o nível que a turma apresentou em cada modalidade. As mesmas foram construídas seguindo a ideia de Backward Design (BKWD).

Como afirma Tannehill et al. (2015) o BKWD sugere que o professor comece a sua planificação pelo fim. Isto é, este modelo consiste num processo inverso, onde primeiro é determinado o objetivo que o professor pretende que o aluno alcance e só depois o professor define a melhor forma de realizar a avaliação e as aulas prévias a esta. Portanto só após as primeiras impressões com a turma é que conseguiu identificar os objetivos de cada aluno e a forma como seriam desenvolvidas as aulas preparatórias à avaliação e os métodos de ensino a utilizar.

Segundo Richards (2013) o BKWD pressupõe: i) um certo grau de autonomia no planeamento, ii) que sejam fornecidos recursos suficientes para a execução de objetivos de aprendizagem e tarefas de avaliação iii) que são necessários professores bem instruídos. Podemos organizar o BKWD em três etapas. Penney (2013) defende que os resultados da aprendizagem, a avaliação e a instrução devem seguir a mesma linha de pensamento. MacPhaill (2015), defende que na primeira etapa do BKWD o objetivo é focar nos resultados de aprendizagem que o professor deseja que os alunos alcancem. Na segunda etapa Slingerland et al. (2017) afirma que a aprendizagem não necessita de ser demonstrada da mesma forma, isto é, cada aluno aprende ao seu ritmo. Na terceira etapa a instrução deve ser realizada de forma ponderada, criativa e individualmente motivadora (Silverman & Mercier 2015; Aelterman et al. 2019).

Apesar das UD's terem sido construídas na fase inicial de cada período letivo, houve sempre espaço para ajustes no planeamento, sobretudo devido às condições climatéricas desfavoráveis. Visto que possuía uma experiência muito reduzida na construção de UD's, inicialmente tive de pesquisar e obter informações de forma a estar preparado para construir uma UD coerente e que permitisse que houvesse evolução dos alunos ao longo da mesma. Tendo o suporte das UD's em cada modalidade lecionada, foi possível estar mais confortável na instrução das modalidades que foram abordadas ao longo do ano letivo.

O PDA deve ser o mais rigoroso e específico possível. Foi neste ponto da planificação que investi mais tempo e foco, pois tinha como obrigação construir uma aula bem estruturada e com um fio condutor de forma a haver uma evolução dos alunos. Segundo Metzler (2011), o PDA deve incluir os objetivos da aula, recursos materiais, espaço a

utilizar, palavras-chave, uma estimativa de tempo para cada atividade e a transição entre exercícios. O modelo de PDA que utilizei foi o tripartido, como refere Quina (2009), este modelo divide a aula em três fases, fase inicial, fase intermédia e fase final. Em todos os planos de aula a folha estava dividida em quatro colunas.

Uma das minhas principais preocupações foi realizar PDA com uma escrita simples e de compreensão fácil, para poder ser consultado a qualquer momento da aula, sobretudo pela OC e que a mesma conseguisse entender o seu objetivo e conteúdo. Apesar do PDA ser preparado cautelosamente e a pensar na progressão pedagógica dos alunos, houve momentos em que tive necessidade de realizar adaptações ao mesmo durante a aula, tanto pelo exercício não estar a decorrer conforme o planeado ou porque a turma estava a responder de forma positiva ao que estava a ser pedido e por isso necessitava de um exercício diferente do que estava previamente estipulado.

Senti mais dificuldades na realização de planos de aula nas disciplinas em que não estava confortável, nomeadamente em Atividades Rítmicas e Expressivas e Ginástica de Solo. No entanto, foi precisamente nessas disciplinas que investi mais tempo na preparação dos PDA de forma a aprimorar os meus conhecimentos e estar preparado para lecionar o conteúdo à turma.

### **4.1.3. Realização**

#### **4.1.3.1. Dimensões da Intervenção Pedagógica**

De acordo com Siedentop (2011), a intervenção pedagógica está dividida em quatro domínios: a gestão, a instrução, a disciplina e o clima.

Dado que o ensino não pode prescindir da instrução, é fundamental que o professor detenha conhecimentos específicos e seja capaz de transmitir a matéria que pretende ensinar. A instrução engloba os comportamentos do professor relacionados com a comunicação do conteúdo de ensino e os feedbacks fornecidos para alcançar os objetivos de aprendizagem. De acordo com Mesquita (2005), a instrução é definida como uma resposta do professor à performance do aluno, manifestando-se de várias formas, incluindo a visual, auditiva, tátil e combinações destas. No que diz respeito à instrução, apesar de já possuir alguma experiência em contexto de treino, senti que nas primeiras aulas não estava a conseguir ser interventivo da forma como pretendia. Tinha a sensação que me faltava algum conhecimento e suporte teórico e, após esta tomada de consciência, tive de dedicar mais

tempo à procura desse mesmo conhecimento. Contudo, Bento (1995) salienta que não devemos limitar-nos estritamente às abordagens prescritas pela ciência ou teoria, uma vez que isso poderia descaracterizar o papel do professor, restringindo a sua margem de atuação, criatividade e controlo no processo de ensino. No entanto, quando pensava em inovar, acabava por recuar ao elaborar o PDA, receando cometer erros e transmitir informações incorretas aos alunos.

Relativamente à gestão da aula, este é, sem dúvida alguma, um momento de elevada importância do processo de ensino aprendizagem. O docente ao preparar a aula que irá lecionar tem de conseguir realizar uma correta organização dos exercícios e conseguir alterar o que estava planeado caso ocorra algum imprevisto durante a aula (Paro, 2014). A disciplina é um aspeto ao qual atribuo grande importância, uma vez que uma turma disciplinada está mais próxima de alcançar o sucesso. A disciplina é promovida através da assertividade do docente, permitindo-lhe assim um melhor controlo sobre os alunos. No início do ano defini as regras de conduta bem explícitas, evitando problemas de indisciplina com o decorrer do ano letivo.

Por fim, o clima é uma dimensão da intervenção pedagógica relacionada à promoção de um ambiente de aula positivo e que garanta condições favoráveis de aprendizagem. Ao longo do ano letivo, com o propósito de inculcar um ambiente positivo para os alunos, reconheci e apreciei as suas contribuições, esforçando-me por aumentar e diversificar os feedbacks, com foco nos aspetos positivos. Este esforço resultou numa relação professor-aluno mais sólida e progressiva. Acima de tudo, almejava estimular o gosto pela atividade física e pelo conhecimento, não apenas no contexto da aula, mas também de forma geral.

#### **4.1.4. Avaliação**

A avaliação em EF é uma parte essencial do processo educativo, permitindo verificar o progresso, o desempenho e o desenvolvimento dos alunos nas atividades físicas. A avaliação vai além da classificação e procura compreender o nível de aprendizagem e o alcance dos objetivos propostos no contexto da disciplina. Conforme Marmeleira et al. (2020) afirmam, a avaliação envolve medidas que visam diminuir ou atenuar a discrepância entre o desempenho dos alunos e os objetivos de aprendizagem. Segundo Bento (2003), a avaliação é subdividida em três tipos, nomeadamente a avaliação diagnóstica (AD), a AF e a avaliação sumativa (AS).

De acordo com Ribeiro (2009), a AD tem principalmente dois propósitos: avaliar o

nível da turma em relação aos conteúdos previamente aprendidos em anos anteriores e compreender a posição dos alunos em relação às aprendizagens futuras. Para realizar a AD construí grelhas de verificação e o registo de avaliação foi feito nessas grelhas. O facto de estar a observar, avaliar e emitir feedbacks pedagógicos, foi complexo pois senti bastante dificuldade em efetuar as três tarefas em simultâneo.

A AF decorreu de forma contínua durante todo o ano letivo. Através desta avaliação, foi possível acompanhar o progresso e a evolução dos alunos. De acordo com Araújo & Diniz (2015), a AF é uma modalidade que tem como objetivo a interpretação de indícios, fornecendo informações aos alunos e aos docentes sobre o processo de ensino e aprendizagem.

A AF pode ser efetuada de duas formas distintas: formal, quando o docente elabora documentos com critérios que o aluno deve atingir, e informal quando o professor apenas regista acontecimentos que ocorreram durante a aula.

De acordo com Gonçalves et al. (2010), na AF o professor efetua uma observação atenta e constante das atividades realizadas pelo aluno ao longo do ano. Normalmente registam-se maiores evoluções nos alunos que apresentaram mais dificuldades na AD. Caso esta situação não aconteça, nós professores temos de conseguir entender onde é que poderá estar o erro, se na instrução ou no comprometimento do aluno para com a modalidade.

A AS, por sua vez, resulta na atribuição de uma classificação que determina o desempenho do aluno ao longo do período ou do ano. De acordo com Araújo & Diniz (2015), a AS é um procedimento no qual o professor recolhe evidências de forma planeada e contínua, a fim de fazer um resumo dos resultados dos alunos durante o processo de ensino e aprendizagem. A AS tem como objetivo principal verificar se o aluno progrediu ao longo do período e da respetiva UD. No final deste processo, é atribuída uma nota quantitativa.

Para além destes três tipos de avaliação, temos também a autoavaliação. Como afirma López-Pastor et al. (2013) na autoavaliação os alunos conseguem observar a sua própria evolução. Gonçalves et al. (2016) afirma que é possível analisar a capacidade de reflexão do aluno através da autoavaliação.

No final de cada período letivo, foi sempre realizada a autoavaliação. Os alunos tiveram acesso a todas as classificações atribuídas com a respetiva ponderação na avaliação final. Posteriormente os alunos apresentaram a sua proposta de classificação e seguidamente houve uma breve argumentação em casos de discordância entre as notas apresentadas pelo professor e das propostas dos alunos. Após a clarificação do porquê das notas serem

discordantes, os alunos entenderam o motivo e aceitaram a classificação inicialmente indicada por mim.

Para além da argumentação acerca das respetivas classificações finais, também permiti e encorajei os alunos a emitirem feedbacks sobre a forma como lecionei as aulas, e se no ponto de vista dos alunos as mesmas responderam ao que eles necessitavam, ajudando assim no meu processo de desenvolvimento profissional.

Assim, a avaliação tornou-se essencial para a minha formação como professor, uma vez que me proporcionou a orientação necessária para tomar as decisões mais apropriadas. No entanto, para que fosse conduzida de forma eficaz, foi vital estabelecer de forma clara os domínios e critérios que seriam objeto de avaliação.

## **5. Participação na Escola e Relação com a Comunidade**

### **5.1. Atividades Realizadas**

Durante o período na ESEQ foram realizadas uma série de atividades enriquecedoras no contexto educacional. Neste texto, explorarei com maior profundidade as atividades realizadas ao longo do ano letivo.

Como primeira atividade organizada pelo NPES, tivemos o Torneio de Voleibol. Este torneio foi realizado no final do primeiro período letivo. Fomos, NPES, responsáveis por toda a logística do torneio, desde inscrições, sorteio, arbitragem, regulamento, prémios, etc. Tendo em conta que foi a primeira vez que fomos colocados à prova e apesar de termos o suporte da OC e da coordenadora do grupo de EF, o meu nervosismo foi evidente, sobretudo na parte da manhã do torneio, o que me fez cometer alguns erros de arbitragem, no entanto na parte da tarde apresentei-me mais tranquilo e seguro das minhas decisões. No geral, o evento foi positivo e os alunos ficaram satisfeitos com a organização.

No segundo período participei em três atividades. A primeira atividade foi o Corta-Mato. Juntamente com os professores de EF fiquei responsável pelo transporte e controlo dos alunos que participaram no Corta-Mato municipal. Esta prova decorreu no Parque da Cidade da Póvoa de Varzim. Neste desafio os alunos uniram-se de forma a ultrapassar as dificuldades que foram surgindo ao longo da prova, nomeadamente as condições adversas que estavam no local da prova devido ao mau tempo que se fez sentir nesse dia. Apesar de todas as adversidades a ESEQ conseguiu apurar alunos para o corta-mato regional.

A segunda atividade foi Torneio de Badminton da ESEQ. Neste evento não estava prevista a participação dos EE, no entanto o professor responsável pelo Badminton solicitou a minha ajuda para a realização do torneio. As inscrições foram realizadas pelo professor responsável tendo a minha participação iniciado apenas na realização do sorteio. Tendo em conta que, fora do contexto escolar, organizo eventos desportivos que necessitam de sorteio prévio, já estava familiarizado com a situação o que fez com que conseguisse realizar esta tarefa sem apresentar dificuldades. No dia do torneio todos os elementos da NPES estavam presentes. Eu fiquei responsável pela vertente feminina do torneio e os meus colegas ficaram com a vertente masculina. O torneio cumpriu com todos os horários previamente definidos e foi um sucesso em termos de adesão de toda a comunidade escolar.

A terceira e última atividade deste período foi o Dia do Aluno. Ficou determinado no início do ano letivo que o NPES iria realizar o evento anual no dia do aluno da ESEQ. Este

evento foi previamente apresentado à OC e após aprovação da direção da escola, iniciamos a preparação do mesmo. Como tema para o nosso evento, decidimos realizar um Escape Room Educativo. Este evento consistiu na realização de jogos de aventura, nos quais um grupo de participantes tinha de entrar numa sala temática e resolver uma série de quebra-cabeças ou jogos, com o objetivo de avançar para a sala seguinte antes que o tempo se esgotasse. O evento estava planeado apenas para a parte da manhã, mas devido à grande adesão dos alunos tivemos de alargar o horário para a parte da tarde.

No terceiro período participei em quatro atividades de grande dimensão, sendo uma das quais responsabilidade do NPES.

A primeira atividade foi o Seminário. O NPES realizou a apresentação do seminário intitulado de “Atividade Física, Competência Motora e Sedentarismo em alunos do Ensino Básico”. Visto que o nosso projeto de intervenção foi direcionado para a competência motora dos alunos, aproveitamos os dados retirados durante os testes e trabalhamos os mesmos e no final serviram de base para o nosso seminário. Este decorreu no auditório da ESEQ, no horário da reunião de grupo de EF. Os professores compareceram e foram interventivos, fazendo com que fosse possível haver uma fase de debate bastante longa e enriquecedora.

A segunda atividade foram os Jogos Desportivos Municipais. Este evento é organizado pela Câmara Municipal da Póvoa de Varzim e coloca em competição todas as escolas do concelho. Eu e o Cláudio Graça tivemos a responsabilidade da realização do torneio de Futsal feminino. Durante o dia estivemos na Escola E.B.2/3 de Aver-O-Mar e assumimos a responsabilidade de liderança do torneio, nomeadamente no controlo dos tempos de cada jogo, assim como o respetivo resultado, registo da classificação e atribuição de medalhas. Ainda sobre os jogos desportivos municipais, acompanhei os alunos que participaram na modalidade de Ténis de Mesa. A professora responsável pela modalidade e coordenadora do grupo de EF depositou confiança em mim e permitiu-me que acompanhasse os alunos de forma autónoma.

A terceira atividade foi a Escola da Minha Vida. Evento de cariz municipal, onde todas as escolas do concelho se concentram no Pavilhão Municipal e onde cada escola realiza uma coreografia de Dança. Neste evento são entregues prémios de mérito desportivo e escolar dos eventos que decorreram ao longo ano letivo e que teve a organização da Câmara Municipal da Póvoa de Varzim. Neste evento apenas acompanhei os alunos desde a escola até ao local do evento e vice-versa, tendo ficado durante o evento responsável por uma turma.

O evento que irei relatar na parte final deste ponto, foi o culminar de um ano de aprendizagem numa modalidade em que me sinto seguro na sua lecionação.

A quarta e última atividade foi o Campeonato Regional de Badminton do DE. Decidi abordar esta atividade (DE Badminton) apenas nas atividades realizadas no terceiro período, no entanto, foi nesta atividade que estive mais envolvido ao longo do ano. A ESEQ possibilita aos seus alunos que pratiquem DE e a modalidade de Badminton é uma das ofertas educativas. Desde o início do ano letivo que participei ativamente nos treinos do DE de Badminton. Havia dois treinos semanais (segunda-feira e quarta-feira) nos quais eu estive presente em praticamente todos, salvo não poder conciliar com motivos profissionais. Ao longo do ano acompanhei os alunos nas provas locais. Os resultados nestas provas foram excelentes, tendo a escola apurado alunos para os campeonatos distritais. Nesta prova os alunos da ESEQ continuaram a obter excelentes resultados, apurando duas alunas do 12º ano para os campeonatos regionais. Os campeonatos regionais foram realizados no Porto e a ESEQ fez-se representar com uma comitiva de cinco elementos (duas atletas, um juiz árbitro, um professor e um EE). Após um dia bastante intenso e de muitos jogos realizados pelas nossas alunas, conseguimos obter resultados que superaram as nossas expectativas, alcançado dois lugares nos quatro primeiros classificados. Optei por deixar esta atividade para a parte final deste ponto, pois como disse anteriormente, foi algo que marcou o meu ano de PES e fez-me evoluir bastante na interação com os alunos.

Em suma, todas estas atividades fizeram com que o ano de PES fosse enriquecedor e muito produtivo. No que diz respeito ao desenvolvimento dos alunos, acredito que a participação nestas atividades seja bastante benéfica principalmente no desenvolvimento do gosto pela atividade física, e na adoção de um estilo de vida mais saudável e ativo.

## **5.2. Fazer Aprender para lá da aula: Impactos da minha experiência e atuação**

Cada vez mais a escola possui um papel determinante no desenvolvimento e formação dos alunos. Tendo em conta que estes permanecem mais horas na escola, o professor não deve estar apenas centrado na lecionação do conteúdo, mas também deve estar atento à parte pessoal e social. Procurei ser para os meus alunos aquilo que eu gostava que os professores fossem comigo quando tinha a idade deles. Durante o meu percurso sempre procurei ser um professor amigo dos jovens que estavam à minha responsabilidade, tendo existido inúmeras conversas com vários deles sobre alguns problemas pessoais, onde tentei

aconselhar através do meu ponto de vista. Considero que o professor é mais do que uma figura de “autoridade” dentro da sala de aula, devendo também transmitir valores éticos e morais de forma a moldar um cidadão responsável no futuro.

Relativamente aos auxiliares de educação, consegui desenvolver uma relação bastante positiva e cordial, sobretudo com aqueles que lidava diariamente.

Como afirma Darling-Hammond (2006) a PES destaca a importância de uma formação contínua, evidenciando que o constante desenvolvimento de competências são preocupações essenciais para um docente. Deste modo o docente está preparado para enfrentar qualquer problema que possa surgir ao longo da sua carreira.

### **5.3. Socialização Profissional e Institucional**

Cunha, Batista & Graça (2014) afirmam que o professor de EF é alguém que tende a envolver-se nas atividades realizadas pela comunidade e que fomenta relações positivas com todos os elementos da comunidade escolar.

Como elemento do NPES, sempre procurei estabelecer contacto com todos os elementos da comunidade e envolver-me nas atividades realizadas. Todos os docentes da ESEQ mostraram-se disponíveis e com vontade de colaborar comigo o que se tornou muito importante pois a integração no grupo de EF foi rápida e de forma natural. O facto de poder assistir às aulas lecionadas pelos outros docentes de EF e, no final, os mesmos estarem disponíveis para partilharem os seus conhecimentos, experiências e sobretudo os seus métodos de ensino, foi algo bastante enriquecedor e que me fez evoluir e aprender todos os dias. Tendo em conta que o pavilhão de EF estava afastado da sala de professores, o contacto com os docentes de outras áreas foi praticamente nulo e é um dos fatores menos positivos que retiro deste ano de PES.

A OC desde o primeiro dia que fez tudo para que a integração de todos os elementos do NPES fosse o mais fácil e rápida possível. Fez questão de nos apresentar à comunidade escolar e apresentar todos os pontos de referência existentes na ESEQ.

Relativamente aos meus colegas de PES, destaco o facto de termos criado uma forte relação de amizade. Foi com eles que passei a grande maioria do tempo ao longo deste ano letivo e, por conseguinte, foi criada uma dinâmica de constante diálogo e partilha de ideias, o que acabou por se tornar positivo pois estávamos em constante evolução e fez com que o meu crescimento como docente fosse mais rápido e melhor sustentado.

Em suma, todo o conhecimento partilhado com o pessoal docente da ESEQ fez com que tenha chegado ao término desta experiência mais “rico” e melhor preparado para iniciar a minha carreira profissional.

#### **5.4. A Componente Ético-Profissional**

A vertente ético-profissional de um professor de EF reveste-se de grande importância, dado que lidamos diretamente com o desenvolvimento físico, social e emocional dos alunos. Além das considerações éticas gerais aplicáveis a qualquer profissional, existem princípios específicos que são particularmente relevantes para a atividade docente, incluindo a segurança, o respeito, a ética, a inclusão, entre outros.

De acordo com Macedo e Caetano (2018), a ética é uma dimensão que integra o nosso quotidiano desde o nosso nascimento, e a ética profissional é uma maneira específica de estarmos numa profissão. Quando se trata de um profissional da educação, essa dimensão adquire um novo valor, devido à responsabilidade que o professor assume em relação ao desenvolvimento dos alunos e ao futuro da sociedade.

Respeitando todos os valores mencionados anteriormente, esforcei-me sempre por honrar toda a comunidade escolar e, acima de tudo, os meus alunos, evitando qualquer tratamento injusto, especialmente durante os momentos de avaliação.

A OC teve um papel fundamental na ajuda da construção da minha identidade profissional, alertando constantemente para como deve ser a postura de um docente de EF numa sala de aula e acima de tudo como deveríamos abordar os alunos, mantendo sempre uma conduta profissional e ética, independentemente de haver ligação extraescolar. Desde o primeiro dia que a OC me alertou para a importância do cumprimento dos horários e das datas de entrega de documentos. Devido a esse alerta, tornei-me mais organizado e é uma das grandes mudanças positivas que levo deste ano de PES. Como afirma Maxwell (2017), há normas positivas e construtivas que regem um código de conduta na vida profissional. Essas regras têm o propósito de inspirar confiança, orientar a conduta dos profissionais, introduzir novos membros dentro das normas éticas e servir como critério para avaliar a legitimidade de alegações de má conduta profissional, como por exemplo o cumprimento de horários e prazos de entrega, que são exemplos de aspetos relevantes na vida profissional.

Durante a realização da PES, considero que adotei sempre uma postura adequada. Como referido anteriormente, cumpri sempre com os prazos de entrega das tarefas. Estive presente em todas as aulas, tanto lecionadas por mim como pelos meus colegas de PES. Fui

um EE assíduo e pontual, chegando com bastante antecedência à escola de modo a evitar qualquer contratempo no percurso.

Todos os momentos de partilha de conhecimento e experiências com os professores e os alunos, ajudaram-me a desenvolver a minha identidade profissional como professor de EF.

## **6. Desenvolvimento profissional**

### **6.1. Dificuldades e Necessidade de Formação Contínua: um Imperativo da Profissão**

No desenvolvimento profissional os docentes procuram aperfeiçoar as suas capacidades, conhecimentos e competências. Esse processo necessita de constantes aprendizagens, experiências e oportunidades que permitam ao docente crescer e destacar-se na sua profissão. Como refere Cunha et al. (2016), o desenvolvimento profissional abrange a transformação do conhecimento de duas maneiras distintas: primeiro, através da construção do conhecimento profissional pela experiência adquirida; segundo, pelo papel fundamental da reflexão na aprendizagem e no crescimento profissional. Este processo era realizado diariamente, tanto individualmente quanto em grupo, nomeadamente quando havia a reflexão sobre as aulas e quais os aspetos que tinha a melhorar, assim como os aspetos positivos que ocorreram durante a aula. Após cada aula, juntamente com a OC, realizávamos uma reflexão sobre o conteúdo lecionado, seja nas nossas próprias aulas ou nas aulas dos nossos colegas. Essa prática coletiva permitia que todos evoluíssemos e desenvolvêssemos os nossos conhecimentos.

Neste ano de PES e tendo em conta que era EE, o meu desenvolvimento profissional foi enorme, sobretudo ao nível da experiência adquirida em contexto de lecionação.

Numa fase inicial senti dificuldades na lecionação das aulas, devido à pouca experiência, ao receio de não conseguir estabelecer limites e perder o controlo da turma e acima de tudo com o receio de errar. No entanto, com o desenrolar do ano letivo, fui ganhando mais confiança e todos esses receios iniciais foram desaparecendo. Consegui criar dinâmicas positivas com os alunos e consegui que percebessem que em todas as aulas iria haver momentos de maior disciplina e trabalho, bem como momentos de diversão.

Tendo em conta que nunca tinha lecionado em contexto real, numa fase inicial também senti dificuldades em preparar as aulas seguindo uma progressão pedagógica, no entanto a realização das UD foi uma ajuda enorme no processo de organização e gestão das aulas o que fez com que os planos de aula fossem mais “fáceis” de elaborar.

Em suma, este ano de PES foi bastante enriquecedor para o meu desenvolvimento profissional. Foi um ano de consolidação de todas as aprendizagens adquiridas na UMAIA, passando assim do conhecimento teórico para a aplicação em contexto real. No entanto sei que ainda tenho muito a melhorar e que tenho de estar em constante evolução. Foi um ano em que deveria ter aprofundado muito mais os meus conhecimentos, sobretudo na

implementação de diferentes modelos de ensino. Para que isso acontecesse, tenho a noção e consciência que deveria ter dedicado ainda mais tempo ao trabalho autônomo, pois só assim será possível evoluir e conseguir tornar-me num profissional de excelência. Para além do trabalho autônomo, é importante começar a participar em ações de formação. Acima de tudo tenho de continuar em constante evolução, nunca podendo dar o meu conhecimento como completo.

## **7. Reflexões Finais**

Ao terminar o ano de PES, é o momento certo para refletir sobre toda esta experiência significativa. Durante este período, tive a valiosa oportunidade de aplicar os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo da minha formação acadêmica. Apesar de ter obtido informações, junto de antigos EE, sobre como seria o ano de PES, devo dizer que esta experiência superou todas as expectativas que tinha criado.

A PES proporcionou um ambiente desafiador, porém extremamente enriquecedor. Através desta experiência, tive o privilégio de vivenciar o dia a dia de como é lecionar em sala de aula, lidar com situações reais envolvendo alunos e desenvolver habilidades essenciais para a lecionação.

Ao longo das aulas tive a oportunidade de aprimorar a minha capacidade reflexiva. As reflexões diárias, tanto individuais quanto em grupo, permitiram analisar de forma crítica a prática pedagógica, identificar os pontos positivos que contribuíram para o processo de ensino e aprendizagem e também reconhecer as áreas em que necessito evoluir.

A PES proporcionou-me uma aprendizagem sobre a importância da flexibilidade e adaptabilidade, tendo em conta que cada turma e cada aluno apresentam desafios e necessidades únicas. Aprendi a valorizar a importância do planejamento e da organização na nossa carreira como docentes.

Este período de prática fez-me progredir não apenas como futuro docente, mas também como pessoa, sendo agora mais comprometido com a educação. A troca de experiências com os professores e a interação com os estudantes fizeram-me evoluir em vários aspetos, tornando este ano letivo memorável e de imenso valor para a minha formação profissional. Consegui criar uma ligação forte com bastantes alunos, sinto que com o decorrer do ano fui ganhando o respeito e admiração dos mesmos e no final espero ter conseguido deixar uma marca positiva neles. Ao recordar todos estes momentos vivenciados durante a minha PES, fico com a certeza que é esta atividade profissional que pretendo desempenhar ao longo da minha vida.

Numa fase inicial do trajeto, o mesmo foi um pouco atribulado, mas tenho a convicção que foi devido a esses erros que consegui evoluir e terminar o ano seguro das minhas capacidades de lecionação e de controlo sobre a turma.

Em suma, todos os desafios que foram surgindo ao longo deste ano letivo obrigaram-me a estar em constante aprendizagem. Cada aula foi uma oportunidade de aprender e fortalecer tanto a capacidade de ser docente, como o sonho de o ser da forma mais completa

e profissional possível. Cada dificuldade que surgiu no percurso, fez com que me sentisse na obrigação de melhorar para que conseguisse dar aos meus alunos tudo o que eles necessitavam. Terminei este ano de PES muito mais preparado para encarar a realidade do dia a dia e pronto para assumir qualquer desafio profissional.

## 8. Referências

- Aelterman, N., M. Vansteenkiste, L. Haerens, B. Soenens, J. R. Fontaine, and J. Reeve. 2019. "Toward an Integrative and Fine-Grained Insight in Motivating and Demotivating Teaching Styles: The Merits of a Circumplex Approach." *Journal of Educational Psychology* 111 (3): 497–521.
- Albuquerque, A. A. Da C. (2003). *Caracterização das concepções dos orientadores de estágio pedagógico e a sua influência na formação inicial em Educação Física*. Porto: Universidade do Porto
- Azevedo, E. S. de, Pereira, B. O., & Sá, C. A. (2011). Perceções docentes acerca da formação inicial na atuação pedagógica: estudo de caso dos professores de educação física. *Revista Ibero-Americana de Educação*, pp.201-226.
- Batista, P., & Queirós, P. (2013). O estágio profissional enquanto espaço de formação profissional. In P. Batista, P. Queirós & R. Rolim (Eds.), *Olhares sobre o estágio profissional em educação física* (pp. 31-52). Editora FADEUP.
- Bento, J. O. (1995). *O outro lado do desporto vivências e reflexões pedagógicas*. Campodas Letras.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física* (3ª ed.). Livros Horizonte.
- Cunha, A. C. (2010). Representação do "bom" professor: O "bom" professor em geral e o "bom" professor de educação física em particular. *Educação em revista*, 11 (2),41- 52.
- Cunha, M., Batista, P., & Graça, A. (2014). Um olhar sobre o estágio em Educação Física: Representações de estagiários do ensino superior público português. *O estágio profissional na (re) construção da identidade profissional em Educação Física*, 143-180.

- Cunha, M., MacPhail, A., Batista, P., & Graça, A. (2016). *A Renewed appraisal of teachers' professional identity: A review of empirical research from 2001 to 2015*. (Dissertação de Douturamento), FADEUP
- Darling-Hammond, L. (2006). Constructing 21st century teacher education. *Journal of Teacher Education*, 57(3), 300-314.
- Forbes, C. T., & Davis, E. A. (2012). Operationalizing identity in action: A comparative study of direct versus probabilistic measures of curricular role identity for inquirybased science teaching. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 10(2), 267-292.
- Gaspar, M., Pereira, A., Teixeira, A., & Oliveira, I. (2008). *O modelo na relação do ensino e aprendizagem*. Universidade Aberta.
- Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, Á. (2010). *Avaliação: um caminho para o sucesso no processo de ensino e aprendizagem*. Edições ISMAI - Centro de Publicações do Instituto Superior da Maia.
- Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, Á. (2016). *Avaliação: um caminho para o sucesso de ensino e aprendizagem*. Maia: Edições ISMAI
- Graça, A., & Mesquita, I. (2007). Modelos de Ensino dos jogos desportivos. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 7(3), 401-421.
- Graça, A. (2001). Breve roteiro da investigação empírica na pedagogia do desporto: A investigação sobre o ensino da Educação Física. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 1 (1), 104-113.

- Januário, C., Anacleto, F., & Henrique, J. (2015). Rotinas de planeamento e ensino. In 54 Resende, Rui; Albuquerque, Alberto; Gomes (Ed.), *Formação e Saberes em Desporto, Educação Física e Lazer*.
- Lima, R., Cardoso, S., Resende, R., Albuquerque, A., Castro, J., & Pimenta, N. (2014). Formação Inicial de Professores de Educação Física: *A perspetiva dos Estudantes Estagiários*. In P. Queirós, P. Batista, & R. Rolim (Eds.), *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional* (pp. 77-92). Editora FADEUP.
- Lopes, S., Millen, R., Parente, C., Araújo, E., Sousa, D., & Moura, L. (2016). A prática do planeamento educacional em professores de educação física: construindo uma cultura do planeamento. *Journal of Physical Education*, 27.
- López-Pastor, V., Kirk, D., Lorente-Catalán, E., MacPhail, A., & Macdonald, D. (2013). Alternative assessment in physical education: a review of international literature. *Sport, Education and Society*, 18(1), 57-76.
- Macedo, S., & Caetano, A. (2018). *A formação ética profissional docente: significados, trajetórias e modelos*. *Universidade de Lisboa*, 10, 1–30.
- MacPhail, A. 2015. "International Perspectives on the Implementation of Standards." In *Standards Based Physical Education Curriculum Development*, edited by J. Lund and D. Tannehill, 21–36. Burlington: John and Bartlett Learning.
- Marcon, D., Graça, A., Nascimento, J. V. (2012): Estruturantes da base de conhecimentos para o ensino de estudantes-professores de Educação Física. *Motriz Revista da Educação Física*, 16(3), 776-787.
- Maria, F., & Chaves, R. (2010). do estágio para a formação de futuros professores. *Escola Superior de Educação Almeida Garret, Lisboa*, 153–160.

- Marmeleira, J., Folgado, H., Martínez Guardado, I., & Batalha, N. (2020). Grading in Portuguese secondary school physical education: assessment parameters, gender differences and associations with academic achievement. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25(2), 119–136. <https://doi.org/10.1080/17408989.2019.1692807>
- Maxwell, B. (2017). Codes of Professional Conduct and Ethics Education for Future Teachers. *Philosophical Inquiry in Education*, 24(4), 323–347.
- Mesquita, I. (2005). *A pedagogia do treino. A formação em jogos desportivos coletivos*. Livros Horizonte. 3ª edição.
- Mesquita, I., & Graça, A. (2011). Modelos instrucionais no ensino do desporto. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp. 39-68). Edições FMH.
- Mesquita, I., Pereira, C., Araújo, R., Farias, C., Santos, D., & Marques, R. (2014). Modelode Educação Esportiva: Da Aprendizagem à Aplicação. *Revista Educação Física/UEM*, 25 (1), 1-14.
- Metzler, M.W. (2005). Implications of models-based instruction for research on teaching:a focus on teaching games for understanding. In: Griffin, L.L. and Butler, J.I. (Eds.), *Teaching games for understanding: Theory, research and practice* (pp. 183-199). Human Kinetics.
- Metzler, M.W. (2011). *Instructional Models for Physical Education*. 3rd edition. Holcomb Hathaway, Publishers.
- Nóvoa, A. (2009). Para uma formação de professores construída dentro da profissão. *Revista de Educación*, (350), 1–17. Retrieved from [http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/670/1/21232\\_1681-5653\\_181-199.pdf](http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/670/1/21232_1681-5653_181-199.pdf).
- Penney, D. 2013. “Points of Tension and Possibility: Boundaries in and of Physical Education.” *Sport, Education and Society* 18 (1): 6–20.

- Pereira, J. A., Mesquita, I., Araújo, R., & Rolim, R. (2013). Estudo comparativo entre o Modelo de Educação Desportiva e o Modelo de Instrução Direta no ensino de habilidades técnico-motoras do Atletismo nas aulas de Educação Física. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 13(2).
- Queirós, P. (2014). Da formação à profissão: O lugar do estágio profissional. In P. Queirós, P. Batista, & A. Graça (Eds.), *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em educação física* (pp.67-83). Porto: FADEUP.
- Ribeiro, L. C. (1999). Tipos de aprendizagem. In *Avaliação da Aprendizagem*. Lisboa: Texto Editora.
- Richards, J. C. 2013. “Curriculum Approaches in Language Teaching: Forward, Central, and Backward Design.” *RELC Journal* 44 (1): 5–33
- Seabra, C., Silva, E., & Resende, R. (2016). A prática de ensino supervisionada em educação física. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 2(3), 32–47.
- Siedentop, D. (1994). *Sport education: Quality PE through positive sport experiences*. Human Kinetics.
- Siedentop, D., Hastie, P., & Van der Mars, H. (2011). *Complete guide to sport education* (2ª ed.). Human Kinetics.
- Silverman, S., and K. Mercier. 2015. “Teaching for Physical Literacy: Implications to Instructional Design and PETE.” *Journal of Sport and Health Science* 4 (2): 150–155.
- Slingerland, M., L. Borghouts, L. Jans, G. Weeldenburg, G. van Dokkum, S. Vos, and L. Haerens. 2017. “Development and Optimisation of an In-Service Teacher Training Programme on Motivational Assessment in Physical Education.” *European Physical Education Review* 23 (1): 91–109.

Tannehill, D., H. van der Mars, and A. MacPhail. 2015. *Building Effective Physical Education Programs*. Burlington: Jones and Bartlett Publishers.

Viciano, J., & Mayorga-Vega, D. (2018). The three-axes model of planning in physical education. / El modelo de planificación de tres ejes en Educación Física. *Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*, 33, 313–319.

## 9. Anexos

  
 Escola Secundária Eça de Queiroz, Póvoa de Varzim

**2022/23 - 3º Ciclo do Ensino Básico** **HORÁRIO LETIVO**

**9º - B**

Horas	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
08:30 - 09:20	Apoio Matemática INF3		Apoio Português GGH Direção de turma uit		
09:30 - 10:20	PORT 3 PLNM B1 GEE	Apoio Inglês INF3	ING 23		
10:30 - 11:25	PORT 3 PLNM B1 GEE	Apoio a Ciências Natureza GGH	ING 23		
11:30 - 12:25	ING 23		PORT 10 PLNM B1 GEE		
12:30 - 13:20			PORT 10 PLNM B1 GEE		
13:30 - 14:20	GEO 3	FRAN 3		FG 11.3 FG 12.3	ED-VI 14EV
14:30 - 15:20	MATEM 3	HIST ET1	GEO 3	FG 11.3 FG 12.3	E.FIS Pw2
15:30 - 16:20	MATEM 3	E.FIS GE1	ED-VI 14EV	FRAN 3	C.NAT 11 13EV C.NAT 12 13EV
16:30 - 17:25	OAT 3 C.D. 3	C.NAT 11 LCN2 FG 12 1 LG2	MATEM 3	HIST 3	C.NAT 11 13EV C.NAT 12 13EV
17:30 - 18:20	TIC INF2	C.NAT 12 LCN2 FG 11 LG2		E.FIS Pw2	MATEM 14EV

EBO67 Rua Dr. Leonardo Coimbra - 4490-421 POVOA DE VARZIM Tel: 252298490  
 Impresso em: 14-09-2022 Fax: 252298499 Email: geral@eseq.pt

Figura 1- Horário Turma 9ºB

  
 Escola Secundária Eça de Queiroz, Póvoa de Varzim

**2022/23 - 3º Ciclo do Ensino Básico** **HORÁRIO LETIVO**

**9º - B**

Horas	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
08:30 - 09:20	Apoio Matemática INF3		Apoio Português GGH Direção de turma uit		
09:30 - 10:20	PORT 3 PLNM B1 GEE	Apoio Inglês INF3	ING 23		
10:30 - 11:25	PORT 3 PLNM B1 GEE	Apoio a Ciências Natureza GGH	ING 23		
11:30 - 12:25	ING 23		PORT 10 PLNM B1 GEE		
12:30 - 13:20			PORT 10 PLNM B1 GEE		
13:30 - 14:20	GEO 3	FRAN 3		FG 11.3 FG 12.3	ED-VI 14EV
14:30 - 15:20	MATEM 3	HIST ET1	GEO 3	FG 11.3 FG 12.3	E.FIS Pw2
15:30 - 16:20	MATEM 3	E.FIS GE1	ED-VI 14EV	FRAN 3	C.NAT 11 13EV C.NAT 12 13EV
16:30 - 17:25	OAT 3 C.D. 3	C.NAT 11 LCN2 FG 12 1 LG2	MATEM 3	HIST 3	C.NAT 11 13EV C.NAT 12 13EV
17:30 - 18:20	TIC INF2	C.NAT 12 LCN2 FG 11 LG2		E.FIS Pw2	MATEM 14EV

EBO67 Rua Dr. Leonardo Coimbra - 4490-421 POVOA DE VARZIM Tel: 252298490  
 Impresso em: 14-09-2022 Fax: 252298499 Email: geral@eseq.pt

Figura 2 - Horário do NPES

Desporto Escolar 2022/23	Modalidade	Género	Escalão	Dias	Horas	Local	Prof Resp.
	 Badminton	Misto	Vários (de 2010 a 2004)	2ª e 4ª feiras	2ª feira: 18h20 às 20h00 4ª feira: 17h30 às 18h:30	Ginásio 1 Pavilhão Desportivo	José Carlos Sousa
	 Basquetebol	Masculino	Juvenis (2005 a 2007)	3ª e 5ª feiras	18h:20 às 20h:00	Pavilhão Desportivo	Ricardo Rodrigues
		Feminino	Vários (de 2007 a 2005)	2ª e 5ª feiras	18h:20 às 20h:00	Pavilhão Desportivo	Ricardo Rodrigues
	 Vela	Misto	Vários (de 2010 a 2004)	2ª feira	14h:30 às 17h:35	Marina da Póvoa de Varsim	Sandra Oliveira
 Desp. Adaptado	Misto	Vários (de 2010 a 2004)	A definir	A definir	G1 Exterior	Ana Leal	

Para mais esclarecimentos, contactar os professores de Educação Física

\_\_\_\_\_, declaro que autorizo o(a) meu(minha) educando(a) \_\_\_\_\_, n.º \_\_\_\_\_, do ano/turma \_\_\_\_\_, nascido em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_, com CC n.º \_\_\_\_\_, a participar nas atividades de treino de acordo com o horário estabelecido, competição e inerentes transportes, que poderão ocorrer ao fim de semana, na modalidade de \_\_\_\_\_, e outras atividades no âmbito do Desporto Escolar, que me venham a ser comunicadas.

Mais declaro que:

é da minha responsabilidade a realização um **controlo médico prévio** ao meu (minha) educando(a);

**Autorizo / Não autorizo** (riscar o que não pretende) o Ministério da Educação e a ESEQ a utilizar ou fazer utilizar, reproduzir ou fazer reproduzir o nome, imagem, voz e prestação desportiva do(a) meu/minha educando(a), no quadro do Desporto Escolar com vista a divulgação direta ou indireta ou sob forma derivada, em Portugal e no mundo inteiro, por todos os meios conhecidos ou desconhecidos atualmente.

Caso seja necessário, poderei ser contactado(a) para:

Telefone/Telemóvel: \_\_\_\_\_ e-mail: \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Assinatura \_\_\_\_\_

Figura 3- Modalidades e Horários do Desporto Escolar



CALENDRÁRIO ESCOLAR 2022/2023											
Mês	SET	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL
1		SAB	Feriado	Feriado	Feriado			SAB	Feriado		
2		DOM						DOM		PA	DOM
3	SAB			SAB	Início 2.º P			AV		SAB	
4	DOM			DOM		SAB	SAB	AV		DOM	
5		Feriado	SAB			DOM	DOM				
6			DOM						SAB		
7	CP	Dia do Diploma			SAB			Feriado	DOM	Termo 9 11 12 PA MAT	
8		SAB		Feriado	DOM					Feriado	SAB
9	RGP/ RDC		DOM					PÁSCOA		AV	DOM
10	SAB			SAB						Feriado	
11	DOM			DOM		SAB	SAB			DOM	
12	RCP/CDT/RG		SAB			DOM	DOM			AV	
13	RCT		DOM						SAB		
14					SAB				DOM	PA / Termo 7,8,9 10,8	QVE?
15		SAB			DOM			SAB		AV	SAB
16	Início 1.º P RA/REE	DOM		Termo 1.º P				DOM	* PA	AV / PF	DOM
17	SAB			SAB				Início 3.º P		SAB	
18	DOM			DOM		SAB	SAB			DOM	
19			SAB	AV		DOM	DOM			AV / PF / PEF Exames-Fase1	PF - Fase 2
20			DOM	AV					SAB		Início Exames PEF Fase 2
21					SAB	Carnaval			DOM		PF Fase 2-QVE?
22		SAB			DOM			SAB			SAB
23		DOM						DOM		PF	DOM
24	SAB									SAB	
25	DOM			NATAL		SAB	SAB	Feriado		DOM	
26			SAB			DOM	DOM		* PA		
27			DOM						SAB		
28	REE				SAB				DOM		
29		SAB			DOM				SAB	Feriado	SAB
30		DOM							DOM		DOM
31							Termo 2.º P Dia Aluno				

**Legenda:**  
 CP - Conselho Pedagógico      RGP - Reunião Geral de Professores      RDC - Reun. de Dep. Curríc.      RG - Reun. de Grupo  
 CDT - Conselho de Diretores de Turma      AV - Avaliações      RCT - Reun. Cons. Turma      RCP - Reun. do Curso Prof.  
 RI - Reuniões Intercalares      RA - Receção aos Alunos      REE - Reunião com os EE  
 \* Entre 16/05 e 26/05: PA - Prova Aferição - 8.º ano (TIC)+(CN/FQ)      PA / PEA / Exames / PEF / PF 1ª e 2ª Fases

	1.º Período	2.º Período	3.º Período	TOTAL		
2ª feira	13	11	7	8	31	32
3ª feira	12	12	7	8	31	32
4ª feira	12	12	8	9	32	33
5ª feira	11	13	7	7	31	31
6ª feira	13	13	7	8	33	34
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>61</b>	<b>36</b>	<b>40</b>	<b>158</b>	<b>162</b>

**Nota 1:** A receção aos alunos far-se-á mediante calendário a divulgar oportunamente. Durante a manhã será feita uma receção aos pais dos alunos que irão frequentar a ESEQ pela primeira vez (7.º e 10.º Anos).  
**Nota 2:** No 3.º Período, o número de aulas previstas está calculado em função do termo do ano letivo para os vários anos de escolaridade.  
**Nota 3:** Para efeitos de elaboração das planificações, as aulas previstas são contabilizadas, a partir de sexta-feira, 16 de setembro, para o curso profissional, e a partir de segunda-feira, dia 19 de setembro, para as restantes ofertas formativas.

Calend\_2022.xlsx

Figura 4- Calendário Escolar

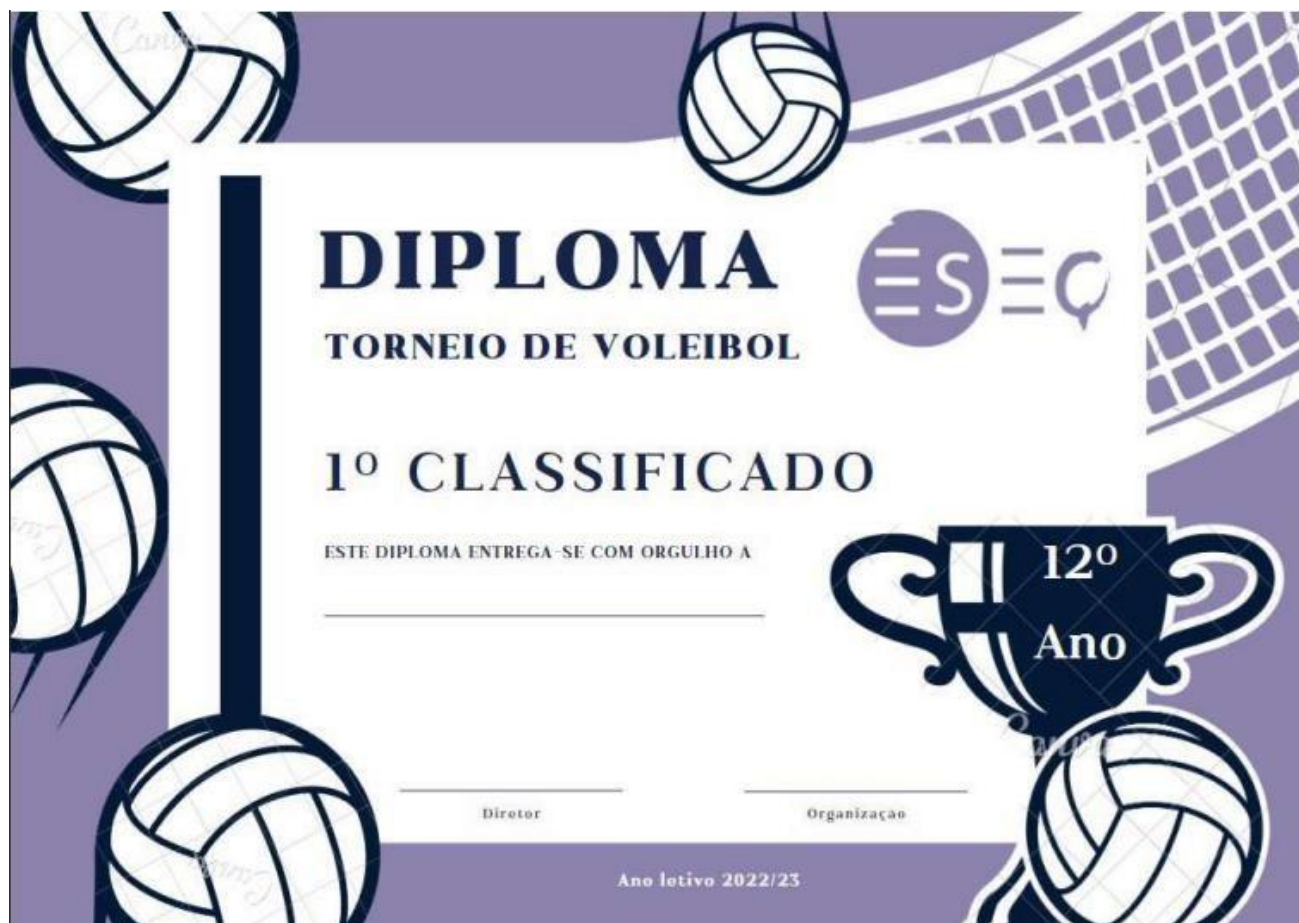


Figura 5- Diploma Torneio de Voleibol



UNIVERSIDADE  
DA MAIA



# SEMINÁRIO

## ATIVIDADE FÍSICA E COMPETÊNCIA MOTORA

CERTIFICA-SE QUE

PARTICIPOU NO SEMINÁRIO SOBRE A COMPETÊNCIA MOTORA E ATIVIDADE FÍSICA, QUE FOI REALIZADO NO DIA 31/05/2023  
NO AUDITÓRIO DA ESEQ.

DIRETOR DA ESCOLA



NÚCLEO DA PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA

Figura 6- Cartaz Seminário





*Figura 9 - Torneio de Voleibol ESEQ*



*Figura 10 - Jogos Desportivos Municipais Ténis de Mesa*