

Diogo André Ferreira Rodrigues

nº 28042

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, republicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a orientação da Professora Mestre Mafalda Machado do Instituto Universitário da Maia e do Professor José Manuel Ferreira da Escola Secundária João Gonçalves Zarco.

Agosto de 2019

Rodrigues, D. (2019). Relatório da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado no Instituto Universitário da Maia.

PALAVRAS-CHAVE: PRÁTICA DE ENSINO SUPERVISIONADA, EDUCAÇÃO FÍSICA, REFLEXÃO, ACADEMIA SKILLS 4 GENIUS.

AGRADECIMENTOS

Ao longo do meu período como professor estagiário de Educação Física na Escola Secundária João Gonçalves Zarco, foram-me surgindo diferentes obstáculos/dificuldades que fui ultrapassando com maior ou menor dificuldade. O meu sonho nunca foi ser professor de Educação Física, mas o gosto que tenho pelo ensino e o à vontade que sinto na minha vida profissional a lidar com jovens, fez-me pensar num dia vir a ser professor de Educação Física.

Neste curto período de aprendizagem tenho a agradecer a todos que estiveram perto de mim, que me ajudaram sempre em tudo e me foram dando opiniões e sugestões da melhor maneira a abordar tanto as aulas como os exercícios planeados.

Não conseguia ter alcançado o sucesso sem a ajuda das pessoas que me foram mais próximas, orientador cooperante professor José Manuel Ferreira, docente supervisora de estágio professora Mafalda, minha família e namorada, todas estas pessoas foram imprescindíveis neste fase, pois ajudaram-me sempre a ser bem sucedido.

Ao meu 9º2, por ser uma turma incrível, por me receberem de braços abertos, por me desafiarem para novos desafios e por terem vontade de aprender e por me ensinarem tanto.

“Creio que não se pode fazer nada de grande na vida se não se fizer representar o personagem que existe dentro de cada um de nós.”

Charles Chaplin

Resumo

O presente relatório descreve a Prática de Ensino Supervisionada do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (2.º Ciclo), pelo que reflete o meu percurso como professor estagiário de Educação Física. Esta experiência decorreu na Escola Secundária João Gonçalves Zarco, situada no concelho de Matosinhos. Todo este processo foi supervisionado pela docente Mafalda Machado, docente no Instituto Universitário da Maia (ISMAI) e, acompanhado de perto pelo orientador cooperante professor José Manuel Ferreira, professor na escola de acolhimento.

Este documento orientador tem carácter pessoal e individual, que tem como ponto de partida a minha perceção e participação como estudante estagiário, levando-me ao longo da realização do documento a refletir não só sobre os meus conhecimentos, competências e capacidades, mas acima de tudo sobre eventuais situações a melhorar/aperfeiçoar para que o meu trabalho fosse desenvolvido de forma coerente e eficaz.

O RPES não corresponde a um “documento fechado”, trata-se sim de um documento flexível, que pode, e vai ser muito útil durante toda a minha carreira como futuro profissional de ensino.

Através do presente relatório pretendo descrever e explicar o trabalho realizado ao longo deste ano letivo nas mais variadíssimas “atividades” desempenhadas, mas acima de tudo, o objetivo principal passa por refletir sobre as opções tomadas de forma crítica tentando apresentar referências sobre todas as “atividades” desenvolvidas.

Pretendo que este documento traduza e reflita todos os processos que me acompanharam durante o meu curto período de prática de ensino supervisionada, assim como, o meu relato como professor, bem como uma apreciação e ponderação crítica de um percurso profissional como especialista na área da Educação Física e Desporto.

PALAVRAS-CHAVES: RELATÓRIO, ACOLHIMENTO, PROFESSOR, DESEMPENHO, PROFISSÃO

Abstract

This report describes the Supervised Teaching Practice of the Master's Degree in Physical Education Teaching in Basic and Secondary Education (2nd Cycle), which reflects my experience as a trainee Physical Education teacher. This experience took place at Escola Secundária João Gonçalves Zarco, located in the municipality of Matosinhos. This entire process was supervised by Professor Mafalda Machado, a professor at the Instituto Universitário da Maia (ISMAI) and closely supervised by the cooperating advisor professor José Manuel Ferreira, a teacher at the host school.

This guiding document has a personal and individual character, starting with my perception and participation as a trainee student, taking me throughout the realization of the document to reflect not only on my knowledge, skills and abilities but above all else on possible situations to be improved / perfected so that my work would be developed in a coherent and effective way.

The RPES does not correspond to a "closed document", it is a flexible document that can and will be very useful throughout my career as a future professional teaching.

Throughout this report I intend to describe and explain the work carried out throughout this school year in the most varied "activities" carried out, but above all, the main objective is to reflect on the options taken in a critical way trying to present references on all "activities" "Developed.

I want this document to reflect and reflect all the processes that accompanied me during my short period of supervised teaching practice, as well as my report as a teacher, as well as an appreciation and critical consideration of a career as a specialist in the area of Education Physics and Sport.

KEYWORDS: REPORT, RECEPTION, TEACHER, PERFORMANCE, PROFESSION

Índice de Siglas e Acrónimos

RPES - Relatório de Prática de Ensino Supervisionada

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

PA - Plano Anual

PAA - Plano Anual Atividades

PEE - Projeto Educativo da Escola

PES - Prática de Ensino Supervisionada

PNEF - Plano Nacional de Educação Física

ESJGZ – Escola Secundária João Gonçalves Zarco

ISMAI - Instituto Universitário da Maia

OC - Orientador Cooperante

RI - Regulamento Interno

AD - Avaliação Diagnóstica

AF - Avaliação Formativa

AS - Avaliação Sumativa

EE - Estudante(s) Estagiário(s)

EF - Educação Física

UC - Unidade Curricular

UD - Unidade Didática

Índice Geral

AGRADECIMENTOS	2
Resumo	3
Abstract	4
Índice de Siglas e Acrónimos	5
Índice de Figuras	8
1. Introdução	9
2. Enquadramento pessoal e profissional	10
2.1 Uma decisão a partir de um percurso	10
2.2 Expectativas iniciais	11
3. Enquadramento Institucional	12
3.1 A importância da PES	12
3.2 A PES no ISMAI	13
3.3 A escola cooperante: lugar de prática	14
3.4 O Núcleo da PES: Espaço de Socialização Pessoal, Profissional e Institucional	1
4. Prática Profissional: do Plano da Análise ao da Intervenção	1
4.1 Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem	1
4.1.1 Conceção de Ensino	1
4.1.1.1 Modelos de Ensino	1
4.1.2 Planeamento	2
4.1.3 Realização	5
4.1.3.1 Dimensões da Intervenção Pedagógica	5
4.1.4 Avaliação	8
5. Participação na Escola e Relação com a Comunidade	11
5.1 Atividades Realizadas	11
5.2 Fazer aprender para lá da sala de aula: impactos da minha experiência e atuação	13
5.3 Socialização Profissional e Institucional	13

5.4 A Componente Ético-Profissional	14
6. Desenvolvimento Profissional	14
6.1 Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão	14
7. Reflexões Finais	15
8. Referências Bibliográficas	16

Índice de Figuras

Figura 1 - Roulement de Espaços Desportivos.....	4
Figura 2 - Corta Mato	12

1. Introdução

O presente documento designado de Relatório da Prática de Ensino Supervisionado (RPES), surge no âmbito da disciplina Prática de Ensino Supervisionada (PES), inserida no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (2º Ciclo), do Instituto Universitário da Maia (ISMAI), surge como tarefa final, tendo em vista a obtenção do Grau de Mestre, pelo Instituto Universitário da Maia (ISMAI).

A PES acontece no decorrer da formação académica, durante a qual é possível adquirir conhecimentos fundamentais para o cumprimento das diversas tarefas. Desta forma, o estudante estagiário adquire de forma progressiva e orientada competências/capacidades como docentes, através da prática em contexto real.

Esta prática prevê a lecionação/planeamento de aulas e atividades ao longo do ano letivo 2018/2019, ficando o EE responsável pela realização de todo o trabalho inerente a este processo.

A minha PES decorreu na Escola Secundária João Gonçalves Zarco (ESJGZ), situada em Matosinhos. O meu núcleo de estágio era formado por três elementos (eu, Diogo Rodrigues, e os meus colegas Bárbara Almeida e Diogo Mota, respetivamente docentes estagiários das turmas 9º2, 9º1 e 9º3) e sob orientação do professor Orientador Cooperante (OC), professor José Manuel Ferreira e auxiliado pela Supervisora do ISMAI, professora Mestre Mafalda Machado.

Dada como termina a PES, compete ao EE refletir e elaborar o RPES (documento pessoal e intransmissível, produzido de acordo com a realidade que cada um, experiências pelas quais passou, dificuldades e facilidades sentidas assim como a forma como planeou todo o processo).

2. Enquadramento pessoal e profissional

2.1 Uma decisão a partir de um percurso

Segundo Cardoso, Batista e Graça (2016), a identidade profissional é construída por cada professor de um modo próprio e singular, sendo que este processo inicia-se ainda na infância, prolongando-se pelos anos de formação posteriores.

Decidi me inscrever no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS), pensando no meu futuro profissional e pessoal. Para além de ser o único meio que tenho para obter a certificação para a docência, decidi frequentar o mestrado também pelo gosto que tenho em ensinar, marcando cada aluno individualmente com atitudes ou tarefas que o façam ter gosto pela prática de atividade física, tendo também como foco a promoção do bem estar físico e mental de cada aluno.

Hoje em dia ser professor é cada vez mais difícil, depois de tirar o curso, temos muito que caminhar para conseguir emprego na área. Freire (1997) afirma que ser professor é uma profissão muito séria, pois participamos na formação de jovens, contribuindo futuramente para o seu sucesso ou fracasso. Como tal, na escolha desta profissão temos de estar convictos e reconhecer que esta é uma profissão digna. Temos de “lutar com unhas e dentes”, agarrando oportunidades pelos nossos direitos sem nunca esquecer também das nossas responsabilidades para com os alunos. Esta profissão não pode ser escolhida como uma última opção de vida.

A minha decisão na toma da escola teve muitos prós e muitos contras, pois como sou trabalhador estudante optei, desde início em conciliar o trabalho com a universidade e comecei por selecionar escolas perto tanto do meu local de trabalho como da minha residência, optei por escolas em Matosinhos. De seguida, pensei, mas e se optar perto do ISMAI? Não foi uma decisão em que me foquei nem que queria, pois durante o meu período de análise e observação de escolas, as escolas no conselho da Maia, não me fascinaram, e optei então mesmo por escolher escolas no concelho de Matosinhos, onde tive a oportunidade e a felicidade de ficar “colocado” numa escola a 10 minutos de minha casa, a escola que me recebeu e acolheu muito bem, Escola Secundária João Gonçalves Zarco.

Esta, foi também uma escola que durante o meu percurso como aluno do ISMAI, me deu a oportunidade de realizar uma análise *SWOT*, na qual me esforcei a conhecer mais da escola e dos seus profissionais como forma de integração.

A Prática de Ensino Supervisionado, permitiu-me iniciar um percurso, deu-me o “primeiro empurrão” para que consiga vir a ter sucesso e apreender com os que me rodeiam.

2.2 Expectativas iniciais

Segundo o Programa Nacional de Educação Física compete ao professor, “reforçar o gosto pela prática regular das atividades físicas e aprofundar a compreensão da sua importância como fator de saúde ao longo da vida e componente da cultura, quer na dimensão individual, quer social” (Jacinto, Carvalho, Comédias & Mira, 2001, p. 10). Isso fará com que os alunos demonstrem mais interesse na prática de atividades de forma extracurricular, potencializando a sua aptidão física.

No início do ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, tencionei ter o maior sucesso que conseguisse alcançar, empenhando-me e dedicando-me em todas as tarefas. Tive como principais objetivos adaptar-me bem à escola e acima de tudo adaptar-me à turma que me foi atribuída, pois na minha opinião não são só os alunos que se têm de adaptar ao professor, este mesmo também tem de se adaptar à turma, para assim existir um clima positivo ao longo do ano de escolaridade.

A turma que me foi selecionada foi um nono ano de escolaridade, 9º3. Uma turma que o meu orientador cooperante não conhecia, pois nenhum dos alunos lhe tinha passado pelos mãos ao longo do seu período como professor naquela escola.

O processo de formação do professor estagiário é algo pessoal e pode ter diferentes desfechos de acordo com a sua personalidade, características pessoais, variáveis contextuais (Godinho, 2010).

3. Enquadramento Institucional

3.1 A importância da PES

A chamada Prática de Ensino Supervisionada, além de dar a oportunidade aos alunos de mestrado, através de estágio supervisionado, as primeiras experiências didáticas, podem também possibilitar aos docentes responsáveis por esta disciplina refletir sobre a formação inicial dos futuros docentes, fazendo de dia para dia melhores profissionais.

A Prática de Ensino Supervisionado é, na minha opinião, o momento mais importante na carreira de um professor, pois é dos únicos momentos/oportunidades que temos de errar, de experimentar coisas novas, de nos aventurarmos na realização de determinadas tarefas e criar novos, pois temos ao nosso lado um professor orientador que nos vai corrigir e dar indicações se o que fizemos está bem feito ou não, e se está mal feito como devíamos ter feito.

De acordo com Nóvoa (2009) existem cinco facetas que definem o «bom professor»: conhecimento, cultura profissional, tato pedagógico, trabalho em equipa e compromisso social. O mesmo autor entende que só com uma formação de professores muito próxima da profissão docente, das suas rotinas e culturas profissionais se pode desenvolver essas facetas. Referindo que é na escola, no contacto com os alunos e com os seus contextos, no diálogo com outros professores e no exercício profissional em «comunidades de prática» que se aprende a profissão e que se compreende os sentidos da instituição escolar.

Desta forma, Nóvoa (2009) defende uma formação de professores construída dentro da profissão, baseada numa combinação complexa de contributos científicos, pedagógicos e técnicos, mas tendo como âncora os próprios professores, sobretudo os professores mais experientes e reconhecidos.

3.2 A PES no ISMAI

A PES inserida no estágio pedagógico é o processo de formação que qualifica o estudante estagiário (EE) para o exercício da docência. Contudo, a passagem a EE expressa uma descontinuidade tripartida, da instituição de formação para a escola, de aluno para professor e da teoria para a prática, destacando-se como fortes e marcantes fatores de socialização o contexto prático em que se passa a atuar e os elementos que têm a responsabilidade de o avaliar (Pacheco, 1995), sendo solicitado ao EE que mobilize uma vasta variedade de conhecimentos, habilidades e capacidades que lhe permitam dar resposta às exigências desta nova realidade (Sá & Carreiro da Costa, 2009).

A PES surge como Unidade Curricular (UC) no segundo ano do mestrado, respetivamente no primeiro e segundo semestres de estudos visando a integração profissional de forma orientada, através da prática de ensino supervisionada em contexto real, estando inserida em três áreas de desempenho: área “Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem”, “Participação na Escola e Relação com a Comunidade”, “Desenvolvimento Profissional”.

A área “Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem”, engloba a conceção, o planeamento, a realização e a avaliação do ensino. O seu objetivo passa pela construção de estratégias de intervenção que conduza com eficácia pedagógica com processo de educação e formação do aluno na aula de EF.

A área “Participação na Escola e Relações com a Comunidade”, abrange todas as atividades não letivas realizadas pelos estudantes estagiários, no sentido de melhorar a sua integração na comunidade e o seu conhecimento do meio envolvente. Esta área apresenta como objetivo contribuir para a promoção do sucesso educativo, no reforço do papel do professor de EF na escola e na comunidade local, bem como na disciplina de EF, através de uma intervenção contextualizada, cooperativa, responsável e inovadora.

A área “Desenvolvimento Profissional”, abrange atividades e vivências importantes na construção da competência profissional, no sentido de a desenvolver ao longo da vida profissional, promovendo a identidade profissional. O objetivo é compreender o desenvolvimento profissional partindo de reflexões.

3.3 A escola cooperante: lugar de prática

A Escola Secundária João Gonçalves Zarco (ESJGZ), criada em 1955, é hoje herdeira de uma história e de uma identidade construída ao longo dos seus 60 anos de existência, localizada na zona sul da cidade de Matosinhos. Em 2009, a Escola foi objeto de requalificação, no âmbito do projeto de intervenção da empresa Parque Escolar, sendo, por isso, uma escola renovada e com excelentes condições para a prática de um serviço educativo de qualidade.

A Educação promove o desenvolvimento do espírito democrático e pluralista, respeitador dos outros e das suas ideias, aberto ao diálogo e à livre troca de opiniões, formando cidadãos capazes de julgarem com espírito crítico, o meio em que se integram e de se empenharem na sua transformação progressiva (n.º 5 do Art.º 2.º da Lei de Bases do Sistema Educativo). Neste enquadramento, está implícito um conjunto de valores imprescindíveis ao exercício de uma cidadania plena:

- Liberdade
- Humanismo
- Igualdade
- Responsabilidade Social
- Solidariedade e Tolerância
- Respeito pela Diferença
- Equidade e Justiça
- Autonomia e Responsabilidade
- Espírito Crítico
- Consciência Cultural e Ambiental”

“Uma Escola que presta à comunidade um serviço público de qualidade, proporcionando aos estudantes a aquisição e certificação de competências científicas, técnicas e comportamentais que lhes permitam assumir, com sucesso, num cenário de um mundo em mudança, um papel social e profissionalmente ativo”

A ESJGZ definirá a operacionalização estratégica no seu Plano Anual de Atividades, tendo como base as metas definidas em função dos resultados anuais da autoavaliação. De salientar que a possibilidade de ocorrência de alterações anuais às condições existentes justifica que, embora os objetivos e metas estejam definidos para quatro anos, as estratégias possam ser adaptadas a uma realidade de curto prazo.

3.4 O Núcleo da PES: Espaço de Socialização Pessoal, Profissional e Institucional

O núcleo da PES era composto por três EE (Diogo Rodrigues, Bárbara Almeida e Diogo Mota). A minha adaptação com o núcleo de estágio caracterizava-se essencialmente pela sua pelo espírito de entreaajuda. Era um núcleo unido, trabalhador e empenhado.

A primeira fase de adaptação para com a escola e o meio envolvente, faz-me sentir um pouco deslocado, pois estava num meio muito profissional e muito exigente, estava com alguma expectativa com a forma como ia ser recebido pelos demais docentes da escola.

Desde início o Orientador Cooperante (OC), incutiu em nós um sentido crítico apelando à nossa capacidade de reflexão e sentido de responsabilidade.

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

4.1.1.1 Modelos de Ensino

A minha abordagem realizada nas várias modalidades teve como base as características dos modelos de ensino lecionados anteriormente no meio académico, nomeadamente o Modelo de Instrução Direta e o Modelo de Educação Desportiva.

Graça e Mesquita (2011), referem-se ao Modelo de Instrução Direta, mencionando que cabe ao professor a tomar decisões, tomar controlo absoluto das aulas e a determinação de regras e rotinas de gestão dos alunos. O Modelo de Educação Desportiva desenvolvido por Siedentop (1987), tem como objetivo formar alunos desportivamente competentes, cultos e

entusiastas. Este modelo permite que ao longo do ano letivo desportivo os alunos assumam diversas funções: árbitros, treinadores, auxiliares de professor, capitão de equipa, entre outros.

Depois de saber quais as matérias/modalidades a lecionar, há que planear a forma e os momentos para a sua lecionação, tendo presente a rotação de espaços, de modo a que os alunos sejam beneficiados nas suas aprendizagens. Neste sentido, existem dois modelos de diferente abordagem às matérias: o modelo de planificação por blocos e o modelo de planificação por etapas.

O modelo por mim adotado, e que me senti mais a vontade foi sem dúvida o Modelo de Instrução Direta, sendo também o modelo utilizado pelos meus colegas professores estagiários. Um modelo simples, tradicional, em que os alunos se adaptam rapidamente às tarefas e ficam com poucas dúvidas na realização das diferentes tarefas.

4.1.2 Planeamento

Planeamento Anual/Período

A gestão do processo de ensino aprendizagem foi um processo que revelou a dificuldade que é tomar decisões perante situações completamente novas e complexas que exigiu de mim um enorme empenho e capacidade de adaptação às diferentes situações. Olhando para a gestão deste processo com um espírito reflexivo apercebo-me que não existem opções certas ou erradas, mas sim válidas, que quando são tomadas de forma intencional, permitem a otimização dos objetivos a alcançar, isto claro através de uma análise (Almada et al., 2008; Garcia da Silva & Navarro, 2012).

O planeamento que se segue figurado abaixo demonstra as modalidades que foram lecionadas ao longo do ano letivo 2018/2019, na Escola Secundária João Gonçalves Zarco, na turma do 9º ano de escolaridade, turma 3. Este mesmo planeamento foi elaborado com base nas primeiras reuniões do Departamento de Expressões da escola onde leciono aulas de Educação Física.

No decorrer das reuniões, todos os professores chegaram, por unanimidade, à decisão de estabelecer quais as modalidades que seriam abordadas em cada ano de escolaridade e ainda quais as cargas horárias para cada modalidade abordada.

Chegando ao 9º ano de escolaridade foi previsto estabelecer 1 hora para apresentação da unidade curricular, 6 horas para a realização dos testes de aptidão física (FitEscolas), 16 horas para modalidades coletivas (Basquetebol, Andebol e Voleibol), 12 horas para

modalidades individuais (Ginástica Solo e Aparelhos e Atletismo), 10 horas de Patinagem, sobrando um total de 4 horas para créditos.

Depois de obter estes valores de carga horária, avancei para a elaboração do planeamento anual/período das modalidades a serem abordadas, estando datadas e numeradas abaixo.

Planeamento Unidades Didáticas

A Unidade Didática aparece como um instrumento orientador para o professor de Educação Física, num processo complexo como é o de ensino-aprendizagem, que é passível de alterações e adaptações no decorrer do ano letivo. Por isso, não nos podemos esquecer que uma unidade didática não deve ter uma fórmula *standard*. Esta organização depende muito do professor em questão, do contexto em que está inserido e dos objetivos que são pretendidos (Andrade, 2013).

O planeamento das unidades didáticas que serão abordadas ao longo dos três períodos letivos foi realizado com base no Programa Nacional de Educação Física e ainda com base na reunião do Departamento de Expressões, ficando planeado abordar 3 modalidades coletivas, sendo elas, Basquetebol, Andebol e Voleibol, duas modalidades individuais Ginástica de Solo/Aparelhos e Atletismo e ainda uma de opção que ficou a ser Patinagem, sobrando um total de 4 horas para planeamento livre de atividades.

Planear unidades didáticas não é tarefa fácil nem simples, pois existem vários espaços na escola onde podemos lecionar, como tal a escola todos os anos, antes de começar o ano letivo realiza um *roulement* de espaços desportivos, que serve para os professores de Educação Física saberem quais são os espaços que vão lecionar, sendo assim mais fácil fazer a planificação das modalidades a abordar.

ESCOLA SECUNDÁRIA JOÃO GONÇALVES ZARCO - MATOSINHOS
MAPA DE OCUPAÇÃO SEMANAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

1º PERÍODO		2018 - 2019																								1 de outubro a 2 novembro		Fórmula									
R1	SEGUNDA - FEIRA							TERÇA - FEIRA							QUARTA - FEIRA							QUINTA - FEIRA							SEXTA - FEIRA							R1	Fórmula
	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D		
08-15	1015	1019	013	1016	111	11		1011	1010		115	016			1014	010	1016	1110	116		011	1018					1014	014	1012	014	1015			1	Fátima		
09-10	1025	1019		1024				1010	1010		119	016			1014	010	1016	1024	116		011	1018					1014	014	1012	014	1015			2	Fátima		
10-15	1014	1015	1011	1010	015			1010	1014		1074	1016	1015		1014	010	1016	1024	116		014	1018	011	1014	010	1014	014	1012	014	1015	1019			3	Romão		
11-15	1015	1015	1011	1010	014			1010	1014		1074	1016	1015		1014	010	1016	1024	116		014	1018	011	1014	010	1014	014	1012	014	1015	1019			4	Luís		
12-10	1015	1011	112	011	114			1010	1014		1074	1016	1015		1014	010	1016	1024	116		014	1018	011	1014	010	1014	014	1012	014	1015	1019			5	Irene		
13-15								1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010								6	Helder		
14-10								1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010									7	Patrícia	
15-10	111	010	1012	1011				1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010									8	Diana	
16-15	111	010	1012	1011	1010			1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010									9	Fátima	
17-10	1019		1013					1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010									10	Lúcia	
																																			Joel		

1º PERÍODO		2018 - 2019																								5 de novembro a 14 de dezembro		Fórmula									
R2	SEGUNDA - FEIRA							TERÇA - FEIRA							QUARTA - FEIRA							QUINTA - FEIRA							SEXTA - FEIRA							R2	Fórmula
	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D		
08-15	1019	111	11	1012		010	1013			1010	1010		115	016		1014	010	1016	1110	116		011	1018			1014	014	1012	014	1015			1	Fátima			
09-10	1019	1024				1013		1010	1010		119	016			1014	010	1016	1024	116		011	1018				1014	014	1012	014	1015			2	Aurélio			
10-15	1015	1010		015	1011	114		1010	1014		1025	1014	1012		1014	010	1016	1024	116		014	1018	011	1014	010	1014	014	1012	014	1015	1019			3	Romão		
11-15	1015	1010		014	1011	113		1010	1014		1025	1014	1012		1014	010	1016	1024	116		014	1018	011	1014	010	1014	014	1012	014	1015	1019			4	Luís		
12-10	1011	011		114	113			1010	1014		1025	1014	1012		1014	010	1016	1024	116		014	1018	011	1014	010	1014	014	1012	014	1015	1019			5	Irene		
13-15								1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010									6	Helder	
14-10								1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010										7	Patrícia
15-10	015	111		111	110			1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010										8	Bruno
16-15	015	1017		111	1016	1010		1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010										9	Fátima
17-10								1010	1010		1010	1010			1010		1010	1010			1010					1010										10	Lúcia
																																			Joel		

2º PERÍODO																				2018 - 2019																				02 de janeiro a 16 de fevereiro																				Fase	
SEGUNDA - FEIRA					TERÇA - FEIRA					QUARTA - FEIRA					QUINTA - FEIRA					SEXTA - FEIRA					R2		Fátima																																		
R2	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	G	E1	E2	P1	P2	P3	D	R2	Fátima																															
08:15	1012														1010	1016		1176	1174	1013	1011										1	Fátima																													
09:30	1024			1023	1025	1024					1178	1174	1013	1011	1016	1016		1176	1174	1013	1011		1014	1014	1014	1014	1014	1014	1014	1014	1014	2	Fátima																												
10:45	1010	1015		1011	1174	1015					1276	1275		1014	1272	1011		1274		1015	1271	1177	1014	1276	1013	1014	1011	1013	1014	1011	1013	3	Fátima																												
11:15	1023	1014		1011	1015	1015					1012	1015	1011		1012	1015	1011		1172	1015	1173	1271	1017	1014	1171	1013	1014	1013	1014	1013	1014	4	Fátima																												
12:30	1011	1014		1011	1015	1011					1278		1012	1015	1011				1278		1012	1015	1011	1013	1014	1013	1014	1013	1014	1013	1014	5	Fátima																												
13:45															1010	1010																6	Fátima																												
14:30															1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	7	Fátima																												
15:15	1171	1011		1012		1013					1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	8	Fátima																												
16:30	1011	1011		1016	1010	1013					1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	9	Fátima																												
17:30	1012										1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	1010	10	Fátima																												
																																	Joel																												

Figura 1 - Roulement de Espaços Desportivos

Ao longo do 1º Período ficou previsto eu estar no exterior e no pavilhão de ginástica, sendo assim, optei por abordar uma modalidade coletiva (Basquetebol - Exterior) e uma individual (Ginástica Solo/Aparelhos – Pavilhão de Ginástica); no 2º Período, vou estar nas instalações novas do pavilhão desportivo da escola, por ser um período grande e por estar sempre na mesma instalação, vou abordar duas modalidades coletivas (Andebol e Voleibol – Pavilhão Desportivo); por fim, no 3º Período e muito curto vou ter um total de 22 aulas, estando no pavilhão na fase inicial e terminando no exterior, optando assim por abordar (Patinagem - Pavilhão Desportivo) e (Atletismo -Exterior).

Em relação aos Jogos Desportivos Coletivos, estes são um meio educativo excelente pois permitem um melhor desenvolvimento de competências em vários planos entre os quais o tático cognitivo, o técnico e o sócio afetivo, potenciando o desenvolvimento pessoal e social, permitindo a competição e interação com outras pessoas, levam a que as crianças aprendam a correr riscos, a ter responsabilidade pessoal e auto controlo, a lidar com o sucesso e com o fracasso (Mesquita, 2004, citado por Mogadouro, 2012). Também promovem valores como a cooperação, convivência, competição, inclusão e inúmeras situações de imprevisibilidade (Mogadouro, 2012).

4.1.3 Realização

4.1.3.1 Dimensões da Intervenção Pedagógica

Dimensão Instrução

A dimensão instrução é constituída por diversas componentes, tais como a preleção, o questionamento, o feedback e a demonstração.

A dimensão instrução assume um papel fundamental na condução das aulas e no sucesso do processo de ensino-aprendizagem. Esta dimensão engloba os comportamentos e as destrezas de intervenção pedagógica, toda ação do professor diretamente relacionada com os objetivos de aprendizagem, sejam estes de forma verbal ou não-verbal. Assim, percebemos que esta dimensão é utilizada em quase toda a aula, podendo surgir sob diversas formas como as preleções iniciais, as demonstrações, os questionamentos, os feedbacks e na conclusão da aula. Técnicas eficazes de intervenção pedagógica de Instrução (Silva, 2012):

- Preleções claras e concisas;
- Aumentar e aperfeiçoar o feedback pedagógico;
- Supervisionar ativamente a prática dos alunos;
- Utilizar os alunos como agentes de ensino na demonstração, mas também em tarefas de ensino (Ensino Recíproco), sob a responsabilidade do professor;
- Informação pertinente, coerente e necessária;
- Utilizar o questionamento como método de ensino.
- Numa fase inicial da aula, enquadrava-a com as aulas anteriores, informava os alunos sobre os objetivos a alcançar durante a aula, e como iríamos atingir os mesmos.

No que diz respeito à demonstração, foi uma estratégia utilizada em quase todas as aulas lecionadas com o intuito de fornecer um modelo adequado aos alunos, de forma a que estes reconhecessem quais as componentes críticas de cada tarefa ou movimento. Esta demonstração foi sempre realizada por alunos que se sentiam confortáveis na tarefa, de modo a transmitir algumas componentes críticas importantes durante a realização. No decorrer das aulas, eram transmitidas observações realizadas sobre os comportamentos dos alunos, nomeadamente o feedback pedagógico. Carreiro da Costa (1995) citado por Cardoso (2014) define o feedback como o “conjunto de intervenções verbais e não-verbais emitidas pelo professor reagindo à prestação motora dos alunos com o objetivo de avaliar, descrever e/ou corrigir a prestação assim como de os interrogar sobre o que fizeram e como fizeram” (p.29). Schmidt (1993) acrescenta

que o feedback é qualquer tipo de informação sensorial sobre o movimento, não exclusivamente com referência a erros.

A dimensão instrução tem sido bastante útil nas minhas aulas, pois o questionamento aos alunos está sempre presente, tanto no início, no decorrer e no final da aula. Quando os alunos me questionam da razão por que se faz o exercício de uma maneira e não se faz de outra eu questiono-os para experimentarem o exercício, fazendo com que eles assim percebam se funciona ou não. Ainda assim, ao longo das minhas aulas tento sempre ao máximo transmitir feedbacks que lhes sejam úteis para a realização das diferentes tarefas. Por fim, um aspeto que considero imprescindível é a demonstração, sempre, em todos os exercícios novos e antigos que leciono peço sempre a um aluno(a) que se sinta à vontade na realização para demonstrar o exercício, realizando eu sempre as primeiras ajudas e dando feedbacks/corrigindo o exercício para todos os alunos assim conseguirem tirar o maior proveito da demonstração.

Dimensão Gestão

Uma boa gestão da aula depende sempre de um planeamento cuidadoso. O professor deverá ser pontual e assíduo, preparando o máximo de elementos previstos para a aula, de forma a existir o mínimo de perda de tempo possível na montagem e desmontagem do material. Também deve estar preparado para realizar os reajustamentos necessários caso exista alguma imprevisibilidade, tal como faltar um aluno na aula ou as condições meteorológicas não serem favoráveis para a execução das tarefas previstas. A gestão e organização do tempo de aula é uma componente chave para proporcionarmos um ensino eficaz na Educação Física, proporcionando uma rentabilização do tempo de empenhamento motor e de aprendizagem dos alunos. Piéron (1996) comprova esta ideia, afirmando que o tempo conquistado na organização da aula pode ser utilizado na exercitação e conseqüente aprendizagem da matéria. Um dos principais indicadores a controlar é o controlo do tempo. Assim, importa cumprir e fazer cumprir os horários estipulados. Começar a aula a horas, apresentar as tarefas de forma concisa e breve, minimizar as transições entre tarefas e garantir a participação efetiva dos alunos até ao final previsto da atividade.

A minha gestão de aula não foge muito do que muitos professores utilizam, tento sempre ao máximo que os alunos conheçam todas as regras de funcionamento e bem estar da aula, pois assim tiram maior proveito das tarefas que estão a ser realizadas, conseguindo captar e tirar maior rendimento individual e coletivo dos alunos. Desde início fometei quais seriam as regras das aulas e que tinham de ser cumpridas à risca pois assim as aulas correriam como planeado sem ter nunca de penalizar os alunos. Ainda assim, há alunos que tentam fugir a algumas regras,

como por exemplo os equipamentos, que quando não o trazem aponto como falta de material e quando trazem equipamentos de clubes desportivos penalizo os alunos com repreensão e falta de material, ainda que para uma próxima vez não a aula realiza se trouxer equipamento de clube desportivo

Dimensão Clima / Disciplina

De acordo com Sidentop (1998), a criação de um ambiente propício à aprendizagem é resultado de uma boa organização e de boas estratégias de ensino. O clima da aula favorável é um aspeto essencial a desenvolver para que o empenhamento motor dos alunos seja de qualidade. Consideramos que a construção de uma ligação de afetividade com os alunos permite a existência de um ambiente favorável à aprendizagem, visto que os alunos reagem com mais facilidade às tarefas propostas por um professor pelo qual têm alguma cumplicidade.

A turma do 9º 3 tem uma relação extremamente boa comigo, mesmo durante as aulas como também em ambientes informais, como nos intervalos, os alunos já olham para o professor como um amigo, mas sempre em mente do sinal da autoridade do professor, não misturando ambientes de conversa de intervalo com ambientes de aula.

Esta confiança foi conquistada ao longo das aulas, mas inicialmente foi decidido não tolerar quaisquer comportamentos fora da tarefa, esclarecendo algumas das regras durante as aulas, sendo muito rígido com os alunos, mantendo uma distância considerável dos alunos, não sendo muito positivo, para que depois ao longo das aulas, nas partes finais, estar uns minutos de uma forma mais descontraída se a aula tivesse decorrido da melhor forma, e então ser mais positivo com os alunos. Esta estratégia revelou-se extremamente boa, verificando-se que os alunos perceberam as situações em que deveriam estar empenhados e concentrados na tarefa, e as situações em que poderiam estar mais descontraídos, e poderiam conversar abertamente.

Decisões de Ajustamento

Seguindo a premissa de que o plano de aula não dá aulas, e independentemente de este estar muito bem conseguido e preparado, existem sempre fatores contextuais que afetam o desenvolvimento da aula, deve ser apenas ser um guião do professor na condução da aula. Bento (2003) refere que o ensino é criado duas vezes: primeiro na conceção, depois na realidade. Estas situações imprevistas que acontecem na realidade escolar, obrigou, várias vezes, a uma reformulação parcial ou total do plano traçado. As condições climatéricas e a redução do número de alunos participantes na aula são alguns exemplos que obrigaram à tomada de decisão de um ajustamento da aula.

Nesta dimensão foram sentidas algumas dificuldades no início do ano letivo, mas fui melhorando ao longo das aulas, porque receava afastar-me do plano de aula até que depois de muitas reflexões e conselhos dados pelo orientador, consegui realizar estas intervenções pedagógicas. O ano letivo para mim começou com uma modalidade coletiva, o Basquetebol, onde tinha de chegar à avaliação final 3x3. As dificuldades que senti notava-as quando falta por exemplo um ou dois alunos que tinha maior dificuldade em realizar equipas ou dividir os grupos para ficarem todos a trabalhar da mesma maneira. Uma vez usava *joker* para fazer a função de dois alunos outras vezes tinha um aluno de fora que estava sempre a trocar com os alunos que estavam dentro, em tarefa. Em determinadas alturas tinha de fugir ao planeamento da aula feito em casa e adaptar-me à aula pois ou tinha falta de alunos ou material, ou até mesmo tinha o espaço desportivo condicionado.

4.1.4 Avaliação

Ao longo do tempo os processos de avaliação foram evoluindo e tomando formas que hoje em dia utilizamos. Gimeno (1988, citado por Betti & Zuliani, 2002, p. 78 e 79) afirma que, nos processos de avaliação, o professor deve refletir sobre o que avaliar (que inclui o como avaliar) e para que avaliar. Deve também considerar que sua capacidade de recolher, elaborar e interpretar informações provenientes do contexto é limitada; a informação mais útil é aquela que ele próprio pode manejar e integrar nas decisões que toma conscientemente.

Segundo Peralta (2002, p. 27), “a avaliação é a recolha sistemática de informação sobre a qual se possa formular um juízo de valor que facilita a tomada de decisões”. A recolha é referente às técnicas de avaliação, isto é, às diferentes técnicas utilizadas por diferentes professores para recolher informação dos seus alunos. A informação é resultado do sujeito e objeto de avaliação, ou seja, sobre quem/ sobre o quê. Assim sendo, um professor não pode avaliar todos os alunos ao mesmo tempo, este deve ser organizado por grupos, por matérias, etc

Ribeiro (1999, pp.75), afirma que “a avaliação pretende acompanhar o processo do aluno, ao longo do seu percurso de aprendizagem, identificando o que já foi conseguido e o que está a levantar dificuldades, procurando encontrar as melhores soluções”. Segundo Carvalho (1994), a avaliação corresponde a uma análise de dados onde os professores encontram as respostas para as adaptações a serem feitas na aprendizagem dos alunos, de forma a contribuírem para o seu progresso. Desde o planeamento, que é fundamental o professor definir o que pretende avaliar, como o que vai fazer, para quê e porquê, quando, e quem vai avaliar.

No que respeita ao processo avaliativo, distinguimos quatro momentos distintos: a Avaliação Diagnóstica, que se desenvolveu pontualmente no início de cada Unidade Didática; a Avaliação Formativa, estabelecida continuamente (ao longo das aulas); a Avaliação Sumativa, realizada no final de cada Unidade Didática; e, por fim, a Auto Avaliação Em cada um destes quatro momentos foram previstos instrumentos de observação, por forma a estabelecermos um termo comparativo rigoroso e fidedigno entre cada um. Por fim, o processo de avaliação também contém um critério, se assim posso chamar, todos os alunos que não realizam aulas práticas de Educação Física têm de preencher uma “Relatório para Alunos Dispensados”.

A importância da utilização de um instrumento avaliativo justifica-se com a necessidade de registarmos o desempenho dos alunos segundo critérios específicos congruentes com o referencial de avaliação.

Avaliação Diagnóstica

Para Ribeiro (1999), a avaliação diagnóstica pretende determinar o nível de proficiência dos alunos face a novas aprendizagens. Esta avaliação foi realizada sempre no início de cada Unidade Didática, e tem como principal objetivo evidenciar todas as características da turma que direta ou indiretamente vão influenciar o decurso do processo de ensino-aprendizagem. Esta tem um papel orientador para o professor, em que percebe o nível em que os alunos se encontram, e quais as suas grandes necessidades, auxiliando no planeamento das atividades, na definição de conteúdos a abordar nas várias Unidades Didáticas e na definição dos objetivos a alcançar, em função dos alunos.

O registo da avaliação inicial foi realizado por mim, através de conversações com o professor orientador, Professor José Manuel, chegando à melhor conclusão que deveria dividir a avaliação em 3 categorias/níveis, sendo eles nível 1 para os alunos que não executam, nível 2 para os alunos que executam com algumas dificuldades e, para terminar nível 3 para os alunos que executam bem. Depois estes valores foram passados para uma grelha em excel dando no final a média de cada aluno individualmente na realização da avaliação diagnóstica.

O registo da Avaliação Diagnóstica foi realizado sempre durante a aula, em blocos de 50 minutos, para que ao longo da mesma o conseguisse saber o que cada aluno tinha captado de anos anteriores assim como o que sabia ou não realizar, bem ou mal sem feedbacks e orientações do professor.

Avaliação Formativa

A avaliação formativa assume-se como uma dimensão fundamental no sucesso do processo de ensino-aprendizagem. Scriven (1967) acrescenta a ideia que a avaliação formativa estabelece-se como um processo que é concebido com o intuito de o professor ter a possibilidade de realizar ajustamentos sucessivos no desenvolvimento de um novo currículo. Das várias definições na literatura, na minha opinião, esta é a que mais se adequa ao contexto real da escola, porque é nesta avaliação que deve ser contínua, que o professor irá realizar uma reflexão sobre o processo de ensino-aprendizagem, e depois de tiradas conclusões, adequas os conteúdos e atividades, às reais necessidades dos alunos, tendo sempre em mente o alcance dos objetivos propostos no início da Unidade Didática.

A minha avaliação formativa não respeita critérios de avaliação pontuais, mas sim um vasto critério, como a motivação dos alunos para terminados exercício, a dedicação e empenho dos alunos na realização de novas tarefas e de tarefas anteriores, o atingir objetivos e ultrapassar obstáculos. Nesta turma do 9º3 estes critérios estão sempre presentes, pois tenho perante mim uma turma muito competitiva, muito próxima e empenhada, na grande maioria todos querem ter sucesso e querem cada vez mais, se agora saltam 2 metros a seguir querem saltar 3 metros e isso motiva-me a realizar aulas competitivas e motivadoras para conseguir captar o máximo de cada aluno.

Esta avaliação foi extremamente importante na construção dos planos de aula, porque este era construído com base na reflexão crítica da aula anterior, tentando sempre colmatar as dificuldades dos alunos, assim como as minhas. O principal foco desta avaliação consiste em controlar o ato de ensinar, sendo uma ação reguladora entre o processo de ensino e o processo de aprendizagem.

Avaliação Sumativa

A avaliação sumativa foi realizada no final de cada Unidade Didática com o propósito de verificar aquilo que os alunos adquiriram e são capazes de executar depois de um determinado período de ensino-aprendizagem. Ribeiro (1999), acrescenta que a avaliação sumativa pretende ajuizar o progresso realizado pelo aluno no final de uma Unidade Didática, no sentido de aferir resultados já recolhidos por avaliações de tipo formativo e obter indicadores que permitam aperfeiçoar o processo de ensino.

Este tipo de avaliação apresenta como objetivo o balanço final da Unidade Didática, isto é, após o seu término é feita uma análise comparativa dos objetivos propostos inicialmente com os resultados de aprendizagem atingidos. Esta análise é pertinente na medida em que me levou

a refletir acerca das tomadas de decisão mais adequadas e, quais os pontos a melhorar nas futuras planificações. de cada um.

Autoavaliação e Heteroavaliação

Com base no ficheiro do Núcleo de Educação Física consegui observar que os alunos se avaliam de 1 a 5 valores (1 – Muito Insuficiente/Nunca, 2 – Insuficiente/Poucas Vezes, 3 – Suficiente/Algumas Vezes, 4 – Bom/Muitas Vezes, 5 – Excelente/Sempre), passando por responsabilidade, espírito desportivo, o saber fazer e o saber.

Esta avaliação é importante, porque é dos poucos momentos em que os alunos conseguem refletir sobre o seu desempenho, de uma forma séria e honesta, com sentido de responsabilidade. Já a heteroavaliação é muito geral é referente à turma onde os alunos avaliam níveis, regras, conhecimentos, desenvolvimento das capacidades e ainda o comportamento.

5. Participação na Escola e Relação com a Comunidade

5.1 Atividades Realizadas

Dia Europeu do Desporto Escolar

O Dia Europeu do Desporto Escolar, foi um dia, como diz o nome de um “evento” a nível europeu. A nossa escola dispôs de várias atividades para todos os alunos. A escola parou para o desporto, para a atividade física sendo ela de cariz desportiva ou recreativo.

Eu tenho certeza que é uma iniciativa muito interessante, bastante produtiva e que promove a prática de atividade física, dando a oportunidade a todos os alunos que queiram participar nas atividades de as conhecer e quem sabe de ficarem a praticar algumas das modalidades apresentadas.

Corta Mato Escolar

O corta mato escolar, foi a atividade que mais trabalho me deu. Uma atividade em grande escala, em que todos os alunos ligados aos cursos de desporto, assim como os docentes de EF cooperam todos com um objetivo, o bom funcionamento e a perfeição para a atividade.

Uma atividade em que a maior parte dos alunos da escola participam, existem prémios para os vencedores, existem atividades de recreação na envolvente da atividade corta mato.



Figura 2 - Corta Mato

ZarcoCup (Futebol)

A atividade da ZarcoCup tem a participação das modalidades futebol, andebol, voleibol, badminton e basquetebol. A modalidade em que eu e os meus colegas estagiários ficamos responsáveis foi pela modalidade futebol, dos ensinos básico e secundário. Tarefa esta toda executada e pensada pelo núcleo de estágio, desde as regras, tempo de jogo, tudo pensado por nós. Tivemos a colaboração dos alunos do 12º ano de escolaridade da turma de desporto que nos ajudou na parte de arbitragem e oficiais de mesa.

XXI – Torneios Interescolas Secundárias Matosinhos

Este sem dúvida foi a atividade realizada que mais me marcou, fiquei responsável por duas equipas de futsal, a equipa masculina e feminina, juntamente com os meus colegas e o meu professor orientador cooperante. Tivemos de passar por todos os processos, desde captações de jogadores para formar as equipas, realização de treinos. Este torneio toda a envolvente as escolas do concelho de Matosinhos, onde tive a oportunidade de “defrontar” antigos professores meus de EF, assim como colegas meus do ISMAI, por terem sido colocados nessas mesmas escolas. Gostei imenso deste torneio, principalmente pela experiência vivida e pelo facto de ter alcançado o 2º lugar com a equipa de Futsal Masculina.

Seminário – Academia Skills 4 Genius

O programa Skills4genius foi recentemente incorporado nas Academias Experimentais das Academias Gulbenkian do Conhecimento 2018 com o foco de desenvolver competências relacionadas com o comportamento criativo em crianças. O programa desportivo Skills4genius é sustentado nas diretrizes pedagógicas do *Creativity Developmental Framework* (Santos, Memmert, Sampaio & Leite, 2016). Esta tarefa teve início no 2º período letivo com a recolha de dados dos alunos, terminando com a sua apresentação e análise dos resultados ao intervenientes, turma do 9º2 e à comunidade escolar presente, professor orientador cooperante, professora supervisora, docentes convidados.

Aula de Surf

Juntamente com os meus colegas pensamos em organizar uma atividade de surf, na praia de Matosinhos. Optamos por esta atividade pelo meio que envolve a escola, dispomos de uma costa marítima a 10 minutos da escola e de espaços verdes.

Realizamos esta atividade no 3º período letivo, numa altura em que os alunos já não tinham avaliações para não os impedir de participar, prejudicando assim o seu empenho nas outras disciplinas. Realizamos esta atividade em parceria com a Escola de Surf Linha de Onda.

5.2 Fazer aprender para lá da sala de aula: impactos da minha experiência e atuação

É importante que o professor de EF saiba diferenciar a atividade física da aptidão física, da mesma maneira que é necessário que consiga transmitir aos alunos esse conhecimento. É habitual definir-se a atividade física como “qualquer movimento associado à contração muscular que faz aumentar o dispêndio de energia acima dos níveis de repouso” (DGECCE, 2009, p. 9).

Quanto à aptidão física é um “conceito multidimensional que abrange duas grandes componentes: a componente associada à saúde e a componente associada à performance” (Pomar, 2012, p. 6). A componente associada à saúde baseia-se na recolha de valores estabelecidos por uma ferramenta conhecida como bateria de testes *Fitnessgram*, isto é, a aptidão aeróbia, a força muscular, a composição corporal, e a flexibilidade. “A aptidão aeróbia está relacionada com a redução do risco de doença cardíaca, diabetes e acidentes cardiovasculares. A força e a flexibilidade são importantes na redução do risco de osteoporose e no aumento da capacidade funcional” (Pomar, 2012, p. 6). Quanto à componente associada à performance, a mesma afeta a tarefa, mas influenciam diretamente a saúde, vai ao encontro da agilidade, do equilíbrio, da coordenação dinâmica geral, da coordenação óculo-pedal/manual, da velocidade, da potência, e do tempo de reação (Pomar, 2012).

5.3 Socialização Profissional e Institucional

Ao longo do curto período de aprendizagem que estive na ESJGZ tive contacto com diversos docentes e discentes, nas reuniões de turma convivi com todos os docentes da turma que lecionei, convivi com funcionários da cantina dos professores e dos alunos, mas o que mais gostei nos convívios foi no jantar da escola onde pude estar presente com toda a envolvente escolar, direção e docentes. Este sem dúvida foi um momento de socialização institucional que

me marcou pois pude ver os restantes professores num ambiente e numa forma de estar diferente, não tão rigorosos e exigentes.

5.4 A Componente Ético-Profissional

A componente ético-profissional consiste num aperfeiçoamento contínuo de vários conhecimentos próprios consequentes da experiência e à vontade de variados conhecimentos integrados em funções concretas da prática de ensino. Conhecimentos esses foram adquiridos durante toda a minha formação académica, (a licenciatura em Educação Física e Desporto e Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário). É importante salientar que a principal função é ensinar, aproveitando os saberes adquiridos, apoiando-se na investigação e reflexão da prática educativa.

No meu caso a componente ético-profissional fez-me muita confusão, no início não leva a sério o “uniforme” do professor, o facto do professor não poder andar de calções pelos espaços da escola, tendo sido por várias vezes chamado à atenção pelo professor orientador. Não tinha a mínima noção do porquê que um professor não poderia utilizar calções no dia a dia, ficando depois minimamente convencido do porquê.

Nas reuniões que tive ao longo do ano letivo também fiquei a perceber algumas das regras mais importantes, referentes a hierarquias, onde o responsável do departamento toda posse da reunião, tendo um professor que o auxiliar e é seu “secretário”, tirando todas as notas e apontamentos para depois se realizar a ata da reunião, onde está detalhado tudo o que foi mencionado e referido ao longa da reunião.

6. Desenvolvimento Profissional

6.1 Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão

Ao longo destes 10 meses de estágio e contacto com a entidade de estágio senti várias dificuldades, na forma como ia gerir uma turma, como planear aulas e Unidades Didáticas, entre outros. Uma das minhas maiores dificuldades sentidas, foi a construção de progressões pedagógicas para a realização das diferentes tarefas, para facilitar a realização dos exercícios e ainda para aperfeiçoar e introduzir novas tarefas.

Uma das coisas que fiquei surpreendido comigo mesmo foi na forma como me adaptei tanto à escola como à turma, consegui ter uma grande proximidade com as turmas, tanto a minha como as dos meus colegas.

Uma das dificuldades que senti com o decorrer do 1º período letivo foi quando estava no exterior a lecionar a modalidade Basquetebol, que chovia e tinha algumas zonas do campo onde estava a lecionar com o piso molhado, logo tinha de estar atento às questões de segurança para os alunos pois a modalidade que estava a ser abordada colocava em perigo a integridade física dos alunos.

Em relação a recursos espaciais, a escola dispõe de instalações, tem um pavilhão desportivo “novo”, onde podem ser praticadas diferentes modalidades, um pavilhão de ginástica, dois campos exteriores.

7. Reflexões Finais

A PES foi, sem dúvida, um momento marcante na minha vida, tive a possibilidade de aprender e colocar em prática a função de docente, sendo uma das profissões que mais credibilidade tem para mim, pois estamos a educar hoje o futuro de amanhã.

Ao longo da minha prática de ensino supervisionado estive em contexto real de docência, conviver com docentes e discentes, sempre empenhado em aprender mais e superar dificuldades.

Competi erros e fui aprendendo, fui observando os meus colegas e ouvindo sugestões, mas olho para trás e vejo um bom trabalho realizado, adquiri competências e valores essenciais na docência.

8. Referências Bibliográficas

- Cardoso, I., Batista, P., & Graça, A. (2016). A identidade do professor de Educação Física: um processo simultaneamente biográfico e relacional. *Movimento*, 22(2), pp. 523-538.
- Jacinto, J., Carvalho, L., Comédias, J., & Mira, J. (2001). Programa de Educação Física 10º, 11º e 12º Anos. Cursos Gerais e Cursos Tecnológicos,). Lisboa: Ed. Ministério da Educação/ Departamento do Ensino Secundário
- Freire, P. (1997). Professora sim, Tia não: Cartas a quem ousa ensinar. São Paulo: Olho d'Água.
- Godinho, D. (2010). Relatório de Estágio Profissional de EF nos Ensinos Básico e Secundário. Porto: D. Godinho. Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade do Porto
- DGECCE-Direcção-Geral para a Educação e para a Cultura da Comissão Europeia (2009). Orientações da União Europeia para a Atividade Física: Políticas Recomendadas para a Promoção da Saúde e do Bem-Estar. Lisboa: Ed. do Instituto do Desporto de Portugal
- Pomar, C. (2012a). Educação Física & Educação para a Saúde. Documento não publicado, Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, Universidade de Évora
- Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A. & Vitória, M. (2008). A rotura: A sistemática das atividades desportivas. Torres Novas: Edições VML.
- Garcia da Silva, O. & Navarro, E. C. (2012). A relação professor-aluno no processo ensino aprendizagem. *Revista Eletrónica da Univar*, 8 (3). 95-100
- Mogadouro, A. (2012). Formação dos jogos desportivos coletivos. Porto: A. Mogadouro. Dissertação de Mestrado apresenta à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- Furrer, C., & Skinner, E. (2003). Sense of relatedness as a factor in children's academic engagement and performance. *Journal of Educational Psychology*, 95, 148-162

Carraça, E. V. (2017). Um modelo motivacional do envolvimento dos jovens nas aulas de educação física Un modelo de motivación de la participación de los jóvenes en las clases de educación física. *Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación* 31, 282-291.

Andrade, P. (2013). Relatório de estágio de Educação Física realizado na Escola Básica dos 2º e 3º ciclos Dr. Horácio Bento de Gouveia. Funchal: P. Andrade. Relatório de Estágio apresentado à Universidade da Madeira.

Betti, M. & Zuliani, L. (2002). Educação Física Escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte*, 1, 1

Siedentop, Daryl. (1987). The theory and practice of sport education. *Myths, models and methods in sport pedagogy*, pp. 79-86.

Peralta, M.H. (2002). Como avaliar competência(s)? Algumas considerações. In P. Abrantes e F. Araújo (coords.), *Avaliação das Aprendizagens: das concepções às práticas*, 25-34

Santos, S., Memmert, D., Sampaio, J., & Leite, N. (2016). The spawns of creative behavior in team sports: A creativity developmental framework. *Frontiers in Psychology*, 7, 1282.

Projeto Educativo “Escola Secundária João Gonçalves Zarco”

Regulamento Interno da “Escola Secundária João Gonçalves Zarco”

Decreto-Lei nº 74/2006 de 24 de março. Regulamenta o regime jurídico e os respetivos diplomas do ensino superior.

Decreto-Lei nº 79/2014 de 14 de maio. Aprova o regime jurídico da habilitação profissional para a docência da educação pré-escolar e nos ensinos básico e secundário.

Decreto-Lei nº 240/2001 de 30 de agosto. Aprova o perfil geral do desempenho profissional do educador de infância e dos professores de ensino básico e secundário.

Decreto-Lei nº63/2016 de 13 setembro. Cria o diploma de técnico superior profissional.

Direção Geral da Educação. (s.d.). Programas de Educação Física [PDF]. Consultado em 2019, de http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ficheiros/eb_ef_programa_2c_i.pdf

Direção Geral da Educação. (s.d.). Programas de Educação Física [PDF]. Consultado em 2019, de http://www.dge.mec.pt/sites/default/files/ficheiros/eb_ef_programa_2c_ii.pdf