

Ana Rita Carvalho Teixeira de Sousa

Nº27560

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 do Professor Doutor António Paulo Vieira Sá Marques Oliveira do Instituto Universitário da Maia e do Professor Mestre Alfredo Feijó da Escola Secundária de Valongo.

Setembro 2018

Sousa, A. (2018). Relatório da Prática de Ensino Supervisionada do Curso de 2º Ciclo em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. Apresentado ao Instituto Universitário da Maia.

Palavras Chave: Educação Física; Prática Ensino Supervisionada, Intervenção Pedagógica; Processo de Ensino e Aprendizagem.

DEDICATÓRIA

À minha avó.

AGRADECIMENTOS

Obrigada...

...aos meus pais, que são uma peça fundamental na minha vida

...à minha família, por todo o apoio e toda a força que me deram.

... às minhas amigas, Maria do Carmo Leal e Inês Gonçalves, por estarem sempre presentes em todos os momentos, pelo apoio incondicional, pela amizade, por serem aquelas que levo para a vida toda.

... ao Professor Alfredo Feijó, por tudo que me ensinou ao longo deste ano, por ter sido um exemplo de profissionalismo e por toda a paciência que teve comigo desde o primeiro dia que entrei nesta escola.

...ao supervisor de estágio Professor Doutor Paulo Sá, por me ter transmitido a calma necessária nas horas mais difíceis, por me ter feito crescer com as suas observações e críticas.

...às minhas colegas de estágio por todas as vivências que passámos juntas.

...a todos aqueles que contribuíram positivamente para a conclusão de todo o meu percurso.

...a todos os professores do grupo de Educação Física da Escola Secundária de Valongo por me terem recebido e integrado tão bem no meio escolar.

...à Escola Secundária de Valongo por me ter recebido tão bem ao longo deste ano.

Resumo

No presente relatório, descrevo ao pormenor as principais reflexões, expectativas, dificuldades e, não tão menos importantes, as aprendizagens realizadas ao longo deste ano, que finaliza o meu percurso académico.

A prática de ensino supervisionada (PES) foi realizada na Escola Secundária de Valongo, no ano letivo de 2017/ 2018.

Posteriormente, apresento os resultados da minha intervenção e todas as minhas decisões relativamente à lecionação das aulas numa turma de 12ºano, durante dois períodos letivos, e numa turma de 11ºano, durante apenas um período letivo. Realço também a minha intervenção no segundo ciclo do ensino básico, na Escola Básica de Sobrado, numa turma de 6º ano, podendo assim intervir em todos os níveis de ensino.

Destaco ainda as atividades desenvolvidas pelo Núcleo de Estágio do ISMAI, de acordo com o plano anual de atividades da escola, e os resultados obtidos com o projeto de investigação “Design to Solve” desenvolvido pelas alunas-estagiárias e que teve como objetivo analisar o impacto dos *Jogos Projetados pelos Alunos* na motivação, no comportamento social e no desenvolvimento do pensamento criativo em alunos do ensino secundário.

Para finalizar, concluo com uma retrospeção de todo o trabalho desenvolvido ao longo da minha experiência da PES, realçando as minhas maiores aprendizagens, as competências que adquiri e que se tornaram fundamentais na construção da minha formação profissional. Assumo, assim, que esta experiência denominada como “PES- Prática de Ensino Supervisionada” é fundamental na nossa formação académica, preparando-nos assim para a nossa prática profissional.

Palavras Chave: Educação Física; Prática Ensino Supervisionada; Intervenção Pedagógica; Processo de Ensino e Aprendizagem.

Abstract

In this report, it's described in detail the main reflections, expectations, difficulties and, not least important, the lessons learned during this year, that ends my academic journey.

The supervised teaching practice (STP) was developed at the Secondary School in Valongo, during the 2017/2018 school year.

Subsequently, I present the results of my intervention and all my decisions regarding the teaching of classes in a 12th grade class during two terms and in an 11th grade class during one term. I also highlight my intervention in the second cycle of basic education, at the Basic School in Sobrado, in a 6th grade class, being able to intervene at all levels of education.

Similarly, I intend to highlight the activities developed by the ISMAI Internship Centre, in accordance with the school's annual activity plan, and the results obtained with the "Design to Solve" research project, developed by the trainee students and whose objective was to analyse the impact of the *Games Designed by the Students* in the motivation, social behaviour and the development of creative thinking in secondary school students.

To conclude, I present a retrospective of all the work developed throughout my experience of STP, refer my greatest learning lessons and the skills I have acquired, that have become essential in the construction of my professional training. I assume, therefore, that this experience denominated as "STP- Supervised Teaching Practice" is fundamental in the academic training, thus preparing us for our professional practice.

Keywords: Physical Education; Supervised Teaching Practice; Pedagogical Intervention; Process of Teaching and Learning.

Índice de Siglas e Acrónimo

EF – Educação Física;

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto;

FCDEF – Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física;

IPMAIA – Instituto Politécnico da Maia;

ISMAI – Instituto Universitário da Maia;

NE – Núcleo de Estágio;

OC – Orientador Cooperante;

PES – Prática de Ensino Supervisionada.

Índice Geral

Introdução	1	
I. Dimensões: pessoal e profissional	2	
1. Uma decisão a partir de um percurso		2
II. Prática em contexto	4	
1. A importância da PES	4	
2. A escola cooperante: lugar de prática	4	
III. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção	8	
1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem	8	
1.1 Planeamento (Anual, Período, Unidades Didáticas, Plano de Aula/Reflexão)	8	
1.2 Realização (Instrução, Gestão, Disciplina, Clima, Ajustamentos)	10	
1.4. Construir e (re)construir o conhecimento: impactos da minha experiência e atuação)	13	
2. Participação na escola e relação com a comunidade	14	
2.1. Atividades realizadas	14	
2.2. Socialização profissional e institucional	16	
2.3. Fazer aprender para lá da sala de aula: impactos da minha experiência e atuação	18	
3. Desenvolvimento profissional	19	
3.1. Dificuldades e necessidade de formação	19	
3.2. Formação contínua: um imperativo da profissão	20	
VI. Reflexões finais	21	
4.1. Experiência pessoal e profissional	21	
4.2. A componente ético-profissional	22	
4.3. Realidade do contexto escolar: impacto da PES	23	

Introdução

O presente relatório da Prática de Ensino Supervisionada (PES) está enquadrado no âmbito do 2º ano do Mestrado do Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário do ISMAI.

A PES decorreu no Agrupamento de Escolas de Valongo, mais concretamente na Escola Secundária de Valongo, estendendo-se temporalmente entre setembro de 2017 e junho de 2018. A escola define-se através da divisa “Escola para todos”, elencada no seu Projeto Educativo. Através dessa máxima, a escola pretende que não só os alunos, mas toda a comunidade educativa seja instruída para prevenir a exclusão social e escolar, diminuindo situações de isolamento escolar.

A supervisão do estágio ficou a cargo do Professor Doutor Paulo Sá, e a orientação a cargo do Mestre Alfredo Feijó.

Ao longo deste relatório reflito sobre as principais dificuldades que encontrei no mundo do ensino e de que forma contornei todos os obstáculos que apareceram ao longo deste percurso. Destaco também a importância das atividades dinamizadas na escola, segundo o plano anual de atividades, elaborado pelo grupo de Educação Física no início do ano letivo.

Concluo com uma análise rigorosa e reflexiva sobre todas as decisões tomadas e a elevada exigência colocada na elaboração deste relatório, expondo não só as minhas dificuldades, como as competências adquiridas ao longo deste ano.

“A coisa mais indispensável da vida a um homem é reconhecer o uso que deve fazer do seu próprio conhecimento” (Platão, 427-347 a.C). Este, é um ano determinante na vida de um estudante-estagiário, pois é o primeiro contacto realizado com a realidade da sua escolha profissional, sendo assim um ano repleto de mudanças tanto pessoais, como profissionais. É, desta forma, um ponto de viragem na vida de cada um.

I. Dimensões: pessoal e profissional

1. Uma decisão a partir de um percurso

Este ano é o culminar de um percurso de cinco anos de estudos. Comecei o meu percurso no Instituto Universitário da Maia – ISMAI, no ano de 2014, focada em instruir-me academicamente com a licenciatura de Educação Física e Desporto, dado o meu gosto pessoal pela atividade física e pelo mundo do desporto. Após os três anos de licenciatura, e ponderando os desafios do futuro, decidi prosseguir com o meu percurso académico.

Desta forma, e consequência do meu gosto por ensinar, que se acentuou ao longo da licenciatura, decidi candidatar-me ao Mestrado de Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, na mesma instituição de ensino. Até à data, estes anos foram de enriquecimento, quer a nível profissional quer a nível pessoal. Realço o profissionalismo dos professores que me acompanharam ao longo destes anos, considerando-os referências essenciais ao nível das suas modalidades, o que muito contribuiu para o meu enriquecimento enquanto estudante e futura profissional da área.

Após uma análise refletiva de tudo que já passei, concluo que tudo vale a pena para chegar onde realmente pretendo. O conhecimento que adquirimos ao longo de todo o nosso caminho renova-se diariamente com todos aqueles que estão dispostos a dar-nos a mão e, acima de tudo, com todas as vivências pelas quais passámos enquanto alunas-estagiárias.

Destaco, mais uma vez o meu gosto pessoal pelo mundo do desporto que, desde muito nova, se fez sentir, desde a natação, passando pelo futsal e terminando no voleibol. O facto de nunca me ter focado apenas numa só modalidade, fez com que o meu leque de experiências e vivências desportivas fosse maior e me proporcionasse um conjunto de conhecimento mais alargado.

Expectativas iniciais

A PES é uma das etapas mais importantes do nosso percurso académico, pois é durante este ano letivo, que, por pequenos momentos, deixámos de ser alunos e passámos a ser professores de jovens que nos chamam pela primeira vez de professor. É sem dúvida um ano que traz consigo muita ansiedade e nervosismo, sendo o culminar de tudo o que aprendemos até ao momento e onde temos as condições para o colocar ativamente em prática.

As minhas expectativas iniciais eram elevadas, devido à minha ambição de cumprir todos os meus objetivos pessoais e profissionais e de enriquecer-me enquanto professora de Educação Física com aqueles que tão bem fazem desta profissão a sua vida. Como refere Pacheco e Flores (1999), esta fase é também marcada por intensas aprendizagens que possibilitam ao professor a sobrevivência na profissão, sendo um período rico em termos de novas experiências pedagógicas, durante o qual se confrontam expectativas e realidades.

Dado que esta se trata de uma realidade nova, as expectativas que trazemos são misturadas com hesitações, medos e inseguranças por não sabermos se vamos estar à altura das exigências. E sendo um ponto de partida, a responsabilidade que nos é depositada é muito grande, o que nos faz querer ultrapassar o desafio, apostando na nossa formação e investindo todas as nossas energias. O medo de errar prevaleceu durante os primeiros tempos, pois nunca estamos preparados para baixar as expectativas que temos de nós próprios e também daqueles que acreditam no nosso trabalho, mas rapidamente percebi que só através do erro é que se consegue evoluir. “(...) errar, sua tendência será a de refletir mais sobre o problema e sobre as ações que empregou para resolvê-lo. Vale dizer que o erro pode levar o sujeito a modificar seus esquemas, enriquecendo-os [...] o erro pode ser fonte de tomada de consciência” (Aquino, 1997, p. 36).

Todas as dúvidas iniciais que se manifestaram nos primeiros tempos, tais como, se os alunos me aceitariam no papel de professora, se conseguiria proporcionar um ensino de qualidade e se os conseguiria manter motivados ao longo de todas as aulas, mantiveram-se durante algum tempo dado o confronto com a realidade. Tal como refere Nóvoa (2009), é no espaço concreto de cada escola, no confronto com problemas reais, que se proporciona a verdadeira formação. Desta forma aceitei o desafio superando os meus medos e receios, encarando todos os meus erros como parte de um processo de aprendizagem.

Relativamente ao núcleo de estágio (NE), este foi um grupo que se foi tornando cada vez mais unido e dedicado. Se no início as nossas diferenças eram evidentes, com o tempo fomos percebendo que essas diferenças constituíam mais-valias para enriquecer o nosso trabalho.

II. Prática em contexto

1. A importância da PES

Todo o conhecimento é fundamental na construção de um bom profissional. Assim sendo, ao longo de quatro anos enriquecemos o nosso conhecimento chegando ao momento de o colocar em prática, deparando-nos com a realidade presenciada nas escolas. Todas as escolas são diferentes, todos os contextos escolares diferem e é isso que faz com que um professor seja versátil, ou seja, independentemente do contexto o mais importante é que este consiga transmitir conhecimentos e passar valores aos alunos. “Ser professor é uma profissão única, insubstituível. É ela que torna as outras profissões possíveis (...) é uma carreira cheia de desafios, que se vão sucedendo a cada dia, na medida em que a própria sociedade está em constante mutação” (Cardoso, 2012, p.37).

Ao longo deste ano temos a liberdade de experienciar diferentes formas de ensino, visto ser um ano que pressupõe uma aprendizagem contínua com vista a sermos professores de excelência. “A excelência não é um fim, mas sim um caminho. Árduo de trilhar, exigente e rigoroso. Requer foco e concentração inabaláveis nas tarefas a desenvolver” (Araújo, 2011, p.111). Este ano assume um papel fundamental pois caracteriza-se pelo assumir das tarefas de ser professor nunca deixando de ser estudante, o que gerou um misto de sentimentos resultante da duplicidade de papéis (Albuquerque, A., Graça, A., & Januário, C., 2005).

2. A escola cooperante: lugar de prática

Para realizar a PES, todos os alunos que estavam em condições de se candidatar à sua frequência tiveram a oportunidade, de acordo com regras estipuladas pela instituição, de escolher a escola onde a queriam realizar. Desta forma a escola que escolhi foi a Escola Secundária de Valongo. Foram inúmeros os motivos que me levaram a escolhê-la, mas destaco a proximidade do meu local de residência e também o facto de querer realizar esta experiência com uma colega com quem já tinha uma grande relação de amizade desde a licenciatura. Existiu assim um duplo critério na seleção da escola.

Esta escola pertence ao Agrupamento de Escolas de Valongo que é constituído pelas seguintes escolas:

- Escola Secundária de Valongo (escola sede);

- Escola Básica 2,3 de Sobrado;
- Escola Básica 1/JI Paço;
- Escola Básica 1/Jardim de Infância Balsa;
- Centro Escolar de Campelo;
- Escola Básica 1/Jardim de Infância de Fijós.

A Escola Secundária de Valongo situa-se na área metropolitana do Porto, no concelho de Valongo. Dada a localização desta cidade (mais no interior), podemos verificar uma grande discrepância ao nível socioeconómico e ao nível cultural, que se reflete também na escola, onde podemos constatar a existência de uma diversidade populacional.

É uma escola pública que contempla o terceiro ciclo do Ensino Básico e o Ensino Secundário, possuindo não só cursos Científico-Humanísticos, mas também cursos profissionais, nomeadamente Técnico Administrativo, Técnico de Desporto, Técnico de Eletrónica, Automação e Computadores, Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, Técnico de Operações Turísticas, Técnico de Restaurante/Bar e Técnico de Turismo.

A missão central desta escola, de acordo com o descrito no seu Projeto Educativo, é integrar ativamente os alunos na sociedade e dar um contributo para a vida económica, social e cultural do país. Assim, define-se como: “*Espaço de aprendizagem para todos*”, que procura garantir e reforçar a coerência do Projeto Educativo e qualidade pedagógica das escolas, proporcionando um percurso sequencial e articulado dos alunos; prevenir a exclusão social e escolar; superar situações de isolamento de escolas e racionalizar a gestão dos recursos humanos e materiais. É importante para o EE ter uma noção geral dos objetivos que a escola pretende atingir, de toda a oferta formativa que esta oferece aos seus alunos, bem como os espaços que esta disponibiliza para as aulas, tal como refere Albuquerque, Resende e Costa (2013, p. 124) “para que a intervenção na comunidade escolar tenha realmente significado educativo, é necessário ter, antes de mais, um conhecimento aprofundado das escolas e das suas características, potencialidades e necessidades”.

Relativamente ao espaço físico, a escola possui seis edifícios, um pavilhão gimnodesportivo e dois campos exteriores. É necessário analisar as condições disponibilizadas para as aulas e todo o material que a escola dispõe, dado que estes podem ser

fatores que influenciam a qualidade do ensino. “As condições materiais desfavoráveis dificultam uma realização satisfatória da aula e exigem um maior grau de competência do professor” (Bento, 1998, p.122).

Para as aulas de Educação Física, o pavilhão é dividido em três espaços, podendo assim ser utilizados por três turmas em simultâneo. Apresenta igualmente um balneário feminino e um masculino, duas arrecadações para o material e uma sala de professores. A rotatividade dos espaços interiores e exteriores é realizada segundo o “roulement” estabelecido pelo grupo de Educação Física no início do ano letivo. No entanto, sempre que foi necessário realizar alguma troca, todos os professores se mostraram compreensíveis com alguma alteração, mostrando-se até mesmo, disponíveis a partilhar o seu próprio espaço com outra turma. O pavilhão está bem equipado, sendo constituído por duas balizas, seis tabelas, duas redes de voleibol e uma parede de escalada. Ao nível do material disponível, a escola possui o suficiente e em condições adequadas para as diversas modalidades abordadas nos diferentes anos letivos. No exterior, há dois campos de jogos com balizas e cestos de basquetebol. Considero que a escola dispõe do material necessário para a realização das aulas e que os espaços pré destinados para as mesmas se adequam, na sua globalidade, ao número de alunos das turmas.

Ao nível da minha intervenção pedagógica nesta escola, realço as turmas que ficaram a meu cargo, nomeadamente a turma de 12ºano de Ciências Socioeconómicas (12ºCSE) durante os dois primeiros períodos e a turma 11ºano de Ciências e Tecnologias (11ºCT3) no terceiro período, que, por opção do orientador, permutei com outro colega do NE.

O 12ºCSE é constituído por vinte e dois alunos, vinte dos quais estão inscritos na disciplina de Educação Física. Desses, apenas cinco são do sexo feminino. A faixa etária predominante está compreendida entre os dezassete e os dezoito anos, sendo que nenhum dos alunos é repetente. A constituição da turma manteve-se inalterada na transição 11ºano para o 12ºano, o que proporciona grande estabilidade, tanto para professores, como para alunos. Apesar da turma ser bastante heterogénea, em termos de interesses, nas aulas de Educação Física, a maioria dos alunos mostrava motivação e participava ativamente nas aulas.

Contrariamente a esta turma, o 11ºCT3 é uma turma constituída por vinte e sete alunos sendo que treze são do sexo masculino e as restantes quatorze do sexo feminino, com uma média de idades de dezassete anos. Nesta turma a minha intervenção enquanto docente foi mais curta, como já foi referido, durando apenas um período.

A intervenção pedagógica ao nível do 2º ciclo ensino básico decorreu durante quatro semanas, lecionando quatro aulas de noventa minutos. Esta intervenção ocorreu na Escola Básica de Sobrado, pois a escola Secundária de Valongo não contempla o ensino básico. A turma 6º ano era constituída por vinte alunos, sete do sexo feminino e os restantes do sexo masculino. A idade dos alunos variava entre os dez e os onze anos. Destaco como sendo uma turma onde o gosto pela atividade física era perceptível na maior parte dos alunos, o que facilitou a minha intervenção pedagógica ao nível da modalidade de atletismo.

Por último, realço o grupo de professores de Educação Física que foram incansáveis com o nosso NE, disponibilizando-se sempre para nos ajudar em todas as tarefas realizadas ao longo do ano, predispondo-se a partilhar o seu conhecimento e, acima de tudo, integrando-nos muito bem na comunidade educativa o que muito facilitou a nossa intervenção na escola. Por tal, devo agradecer a esta fantástica equipa, pois acredito que não poderia ter escolhido melhor escola, nem melhores professores para partilhar o meu último ano de curso.

III. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção

1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

No início de cada ano letivo o grupo disciplinar de Educação Física reuniu na escola, tendo o NE sido convidado a estar presente. Nessa reunião foram debatidos vários temas destacando-se, entre outros, o plano anual de atividades, as modalidades a abordar em todos os anos de escolaridade, os respetivos critérios de avaliação geral da disciplina e específicos de cada modalidade, que posteriormente, foram levados a conselho Pedagógico para aprovação.

1.1 Planeamento (Anual, Período, Unidades Didáticas, Plano de Aula/Reflexão)

O planeamento é um instrumento essencial na construção de todo o processo ensino-aprendizagem pois tal como refere Menegolla e Sant'anna (2001) constitui um instrumento direcional de todo o processo educacional, pois estabelece e determina as grandes urgências, indica as prioridades básicas, ordena e determina todos os recursos e meios necessários para a consecução de grandes finalidades, metas e objetivos da educação.

Planeamento anual

O planeamento anual é realizado pelo grupo de professores de Educação Física da escola tendo sempre em consideração o Programa Nacional de Educação Física. Em relação às outras escolas, a Escola Secundária de Valongo opta pelo ensino por blocos, isto é, apenas leciona uma modalidade por período. Desta forma, o grupo de professores de Educação Física, acredita que este método de ensino proporciona uma evolução mais sólida e consistente dando aos alunos mais tempo para progredir no seu desempenho.

Como preparação, começamos por ler e elaborar um breve resumo do Projeto Educativo (PE) “documento que consagra a orientação educativa da escola, elaborado e aprovado pelos seus órgãos de administração e gestão para um horizonte de três anos, no qual se explicitam os princípios, os valores, as metas e as estratégias segundo os quais a escola se propõe cumprir a sua função educativa” (M.E., Decreto-Lei nº115-A/98, de 4 de Maio, Artigo 3º), e do Regulamento Interno (RI) “documento que define o regime de funcionamento da escola, de cada um dos seus órgãos de administração e gestão, das estruturas de orientação e dos

serviços de apoio educativo, bem como os direitos e os deveres dos membros da comunidade escolar” (M.E., Decreto-Lei nº115-A/98, de 4 de Maio, Artigo 3º).

Planeamento por período/ Unidades didáticas

No início do ano letivo, as três estagiárias reuniram com o OC para definir a respetiva distribuição das turmas. Dado que os três elementos do NE eram estudantes-trabalhadoras, e por forma a permitir um melhor ajustamento às necessidades profissionais de cada uma, o OC permitiu, que em grupo e consensualmente fossem escolhidas as respetivas turmas. Posto isto, a turma selecionada foi o 12ºCSE. De acordo com o planeamento anual definido pelo grupo de Educação Física, no primeiro período a modalidade a abordar foi o voleibol. No segundo período as modalidades foram a dança e a escalada, enquanto que no terceiro período, por ter havido uma permuta de turma com outra colega de NE, a modalidade a ser abordada foi o futebol, conteúdo integrante do 11ºano de escolaridade.

De modo a estruturar as aulas e a ter uma planificação adequada foi elaborado um modelo de estrutura de conhecimento (MEC) proposto por Vickers (1990) para a modalidade o voleibol. Entendo que o modelo de estrutura do conhecimento (MEC) é um modelo que permite a planificação e condução de um ensino eficaz. Este documento ajudou-me na planificação das aulas, nunca esquecendo que o processo ensino-aprendizagem é dinâmico e complexo estando sempre sujeito à evolução dos alunos. Para as restantes modalidades optou-se por fazer exclusivamente apenas as grelhas de Vickers estabelecendo uma relação cronológica dos conteúdos com as aulas disponíveis.

Plano de aula e Reflexões

Ao nível do planeamento das aulas, em todas elas foi realizado um plano de aula de acordo com a sequência estabelecida através das grelhas de Vickers, que abrange quatro áreas transdisciplinares: habilidades motoras, conhecimentos, aptidão física e atitudes e valores. A sequência foi elaborada através de uma progressão lógica dos conteúdos. Dado que este ano é um ano de muitas hesitações é, para mim enquanto professora, uma segurança ter um plano da aula onde posso estruturar e prever de uma forma geral o tempo atribuído para cada situação proposta. Um plano de aula é um documento aberto, pode e deve ser alvo de ajustes e alterações que são imprevisíveis aquando da sua elaboração.

Com o objetivo de melhorar as propostas de trabalho apresentadas, após a lecionação da aula realizei sempre uma reflexão sobre a mesma de modo a destacar as maiores dificuldades e também os aspetos positivos. Tornou-se, assim, um momento de reflexão importante, que me ajudou a ser melhor, pois através dessa análise reflexiva ajustei e melhorei a minha ação como docente ao longo da minha intervenção, pois como refere Bento (1998), a falta de reflexão e avaliação crítica do trabalho que cada professor tem na planificação, preparação e realização das suas aulas pode manipular negativamente os resultados da aprendizagem dos seus alunos.

1.2 Realização (Instrução, Gestão, Disciplina, Clima, Ajustamentos)

A aula é um espaço onde o professor coloca em prática todo o trabalho previamente estruturado. A minha falta de experiência levou a que, por vezes, sentisse algumas dificuldades ao nível da gestão do tempo, nomeadamente, do início rápido da aula e do controlo do tempo disponibilizado para cada exercício, aspetos estes que fui melhorando ao longo do ano, de modo a tornar as aulas mais dinâmicas e motivantes.

A organização dos grupos de trabalho durante as aulas foi sempre uma opção que fui tomando em função dos objetivos perseguidos. Em alguns momentos, e face aos objetivos pretendidos, optei pela formação de grupos homogêneos, permitindo-me apresentar propostas diferenciadas de situações de aprendizagens a grupos de nível de desempenho diferentes. Noutros momentos procurei criar grupos heterogêneos, acreditando na mais-valia da interação realizada pelos alunos com maior nível de desempenho junto dos alunos com mais dificuldades. Foi o caso da dança, onde organizei dois grupos de trabalho que incluíam alunos com excelentes competências na modalidade conjuntamente com outros cuja experiência era nula. Deste modo, consegui perceber que existem várias formas de ensinar e que é função do professor perceber aquelas que se enquadram mais nas necessidades dos alunos e as que lhes trazem mais sucessos.

Os feedbacks que o professor vai dando aos alunos ao longo da aula são um aspeto crucial na sua evolução. Sendo este um aspeto tão importante, foi um dos pontos em que mais investi, pois reconheço que, no início do ano, não dava muitos feedbacks, talvez por receio ou simplesmente pela falta de experiência. Os professores com mais experiência tendem a emitir mais feedbacks tornando-se mais interventivos durante as suas aulas (Resende, Sá, & Lima, 2017). Com o passar das aulas, percebi a necessidade que os alunos tinham de receber feedbacks, destacando os positivos pois aumentavam a motivação e a predisposição dos

alunos para a prática. Assim, tentei ao longo das aulas dar mais feedbacks de modo a melhorar a qualidade da minha intervenção e a aperfeiçoar o processo de ensino-aprendizagem procurando o sucesso dos alunos.

As aulas de Educação Física são um espaço de partilha de conhecimentos onde o respeito e a disciplina são valores que têm de ser estabelecidos logo desde o início. É através do desporto que o professor consegue transmitir valores que se transportem para a vida quotidiana (Albuquerque, Teixeira, Lima, Gonçalves, & Resende, 2014). De acordo com o referido, ao longo de todo o ano letivo, o clima vivenciado nas aulas sempre foi favorável à aprendizagem dos alunos. Todo o respeito e consideração que estes tiveram para comigo foram fundamentais na minha progressão aula após aula.

Ao longo de todas as aulas foram realizados ajustamentos que visaram melhorar o processo de ensino-aprendizagem. Estes advieram das reflexões realizadas aula após aula e permitiram que me tornasse melhor a cada dia. É importante a consciencialização dos nossos erros e a capacidade que temos de os alterar.

1.3 Avaliação (Tipos, Modalidades, Formatos e Autoavaliação)

Como refere Mattos e Neira (2000) “o processo de avaliação em Educação Física é algo complexo e fundamental para a eficiência do ensino. O professor deve encarar os momentos avaliativos como aquisição de dados para a modificação e melhoria do trabalho pedagógico.” (p.24). De acordo com os autores acima citados, posso afirmar que o momento das avaliações é tão importante para o professor como para o aluno e foi, talvez, uma das tarefas mais difíceis que encontrei ao longo deste ano. Destaco ainda que, apesar de esta ser um processo bastante difícil, é de crucial importância pois permite não só ao professor aferir e ajustar o ensino e aprendizagem mas também ao aluno verificar a sua evolução. Este é o momento que permite ao professor tomar as suas decisões, fazendo uma distinção entre o certo e o errado, o que é bem feito daquilo que não é, de forma a mudar comportamentos, melhorar as estratégias de ensino, ou seja, procurar evoluir enquanto docente. (Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, A., 2010). Senti, no entanto, ser um processo que tem de estar bem estruturado, de modo a não gerar desigualdades quer entre turmas quer entre alunos.

O processo de avaliação final considerou quatro grandes áreas: atividades físicas, conhecimentos, aptidão física e atitudes e valores. A avaliação final proposta resulta da soma de todas as parcelas, de acordo com percentagens estabelecidas no início do ano letivo pelo grupo de Educação Física da escola. Relativamente às percentagens atribuídas, a parte relativa

à aptidão física representou 10% da nota final, as atitudes e valores representaram 25% e atividades físicas e conhecimentos totalizaram no seu conjunto 65% da nota final dos alunos.

Para avaliação da aptidão física foi utilizada uma adaptação do programa “FITEscola” composta por os seguintes testes: flexão e extensão dos membros superiores para avaliar a força do trem superior, o teste do “vai e vem” para avaliar a resistência aeróbia, o teste de abdominais para a força abdominal e o teste “senta e alcança” para avaliar a flexibilidade. Para a avaliação das atitudes e valores foi utilizado um modelo normalizado e aplicado por todos os professores de Educação Física, e que foi sendo preenchido ao longo do período que contempla os seguintes parâmetros: contribuição para o início atempado da aula; apresentação e organização de material; utilização adequada do material e do espaço de aula; participação, empenhamento, comportamento e respeito pelo professor; espírito de equipa, desportivo, de cooperação, entreajuda e respeito pelos pares; espírito de autocrítica e participação em atividades de enriquecimento curricular propostas pela escola

Durante o ano letivo para a avaliação dos conteúdos abordados utilizei as diferentes formas de avaliação preconizadas, nomeadamente, a avaliação diagnóstica, a avaliação formativa, a avaliação sumativa e a autoavaliação. Segundo Sant’anna (1995) a avaliação diagnóstica “visa determinar a presença ou ausência de conhecimentos e habilidades, inclusive buscando detetar pré-requisitos para novas experiências de aprendizagem. Permite averiguar as causas de repetidas dificuldades de aprendizagem.” (p.33). Assim e indo ao encontro do referido, utilizei a grelha de avaliação final simplificada para avaliar diagnosticamente os alunos, e que me permitiu diferenciar os alunos nos diferentes níveis de desempenho e também detetar as maiores dificuldades da turma. Penso que esta é tão importante como todas as outras avaliações, pois constitui um ponto de partida para o professor planificar a unidade didática. O mesmo autor refere, por outro lado que avaliação formativa “é realizada com o propósito de informar o professor e o aluno sobre o resultado da aprendizagem, durante o desenvolvimento das atividades escolares.” (p.34). Desta forma procurei utilizar este tipo de avaliação recorrendo à utilização de feedbacks. Esta permite aos alunos saber em que ponto se encontram relativamente aos objetivos finais pretendidos. Permitiu-me também alterar algumas progressões no processo de ensino de acordo com a evolução sentida.

A avaliação sumativa é o culminar de todo o percurso dos alunos, e por vezes esta torna-se a mais importante para os alunos pois traduz-se numa classificação quantitativa. No entanto, o professor deve ter sempre em conta toda a evolução e progressão que o aluno

realizou ao longo de todas as aulas. Desta forma, e respeitando a grelha de avaliação definida pelo grupo de Educação Física e aplicada a todas as turmas, foi realizada a avaliação sumativa de forma a quantificar o desempenho dos alunos.

A autoavaliação é fundamental para o professor e para o aluno, na medida em que o aluno deve conseguir ter noção daquilo que faz, ou seja, deve ser capaz de realizar uma autoanálise do seu desempenho. Já para o professor serve como um guia, que este utiliza para comparar com as suas classificações, contudo existe um espaço para os alunos darem a sua opinião sobre as aulas e sobre possíveis sugestões e/ou melhorias. No final de cada período procurei reunir com os alunos onde pudemos conversar sobre as avaliações propostas, e onde foram prestados todos os esclarecimentos. Realço que, logo no primeiro período, tive um aluno que não concordou com a proposta de avaliação que lhe foi estabelecida, e numa conversa calma e com a ajuda do OC justifiquei a minha decisão. Isto fez com que ele melhorasse no período a seguir. Senti uma mudança significativa no comportamento do mesmo. É necessário que haja esta ligação entre o professor e o aluno pois a aula é um espaço de aprendizagem para todos tal como refere Becker (1997) “não há educador tão sábio que nada possa aprender, nem educando tão ignorante que nada possa ensinar.” (p.147).

1.4. Construir e (re)construir o conhecimento: impactos da minha experiência e atuação)

A PES é uma prática que envolve práticas/funções inerentes à profissão que será exercida no futuro e que faz complementar os conhecimentos teóricos já aprendidos na licenciatura com conhecimentos práticos (Scalabrin e Molinari, 2013).

Dada a minha curta experiência de docência, no início do ano um dos aspetos que tive mais fraquezas foi em relação ao momento de instrução e de gestão do tempo de aula. A dificuldade que senti à seleção das propostas, a implementar nas aulas de modo a estabelecer uma sequência lógica e gradual no grau da dificuldade foi ultrapassada após a observação cuidada das aulas e das maiores dificuldades sentidas pelos alunos. Este ano fez-nos desenvolver a capacidade que temos de alterar e ajustar as coisas através da nossa própria observação. Desenvolver o nosso sentido reflexivo após o momento da aula fez com que todos os reajustamentos se tornassem mais fáceis de realizar.

2. Participação na escola e relação com a comunidade

Durante todo o ano letivo, enquanto elemento do NE do ISMAI, tive a oportunidade de participar em várias atividades, dando o meu contributo para realização e organização das mesmas. Penso que é bastante importante a dinamização destas atividades pelas estagiárias, não só para o nosso enriquecimento profissional, mas também para uma maior integração no meio escolar com todos os professores e assistentes operacionais. Realço que, o facto de a escola ter um curso de Técnico de Desporto constituiu um fator valorativo na dinamização das atividades, visto que contamos sempre com ajuda dos alunos para a realização das mesmas.

“Trabalhar em equipa e com a comunidade (...), apresentam-se, por conseguinte, como prioridades de topo na formação inicial e contínua do corpo docente.” (Cardoso, 2013, p.28)

2.1. Atividades realizadas

Gincana Rodoviária- Em conjunto com o grupo de físico-química realizou-se uma gincana rodoviária onde os alunos tinham de percorrer um percurso com diversos sinais de trânsito, no menor tempo possível. Desta forma, fiquei responsável pelo controlo do percurso, onde cronometrei todas as provas dos alunos. Esta foi uma atividade bastante interessante onde houve uma fusão de várias disciplinas e também de conceitos que abrangem a cidadania. Cada vez é mais importante saber analisar os sinais de trânsito, tanto para quem conduz como para quem anda na rua.

Corta-mato Escolar- Esta atividade ficou à responsabilidade do NE do ISMAI contando com a colaboração do NE da FADEUP. Toda a divulgação foi realizada pelo mesmo, desde a apresentação de cartazes (espalhados por diferentes partes da escola) até todos os documentos necessários para a realização da prova. Com ajuda do nosso Orientador, realizamos as inscrições e os respetivos dorsais para a distribuição no dia da atividade. Contamos também com ajuda de todos os professores na montagem do percurso para a prova e no controlo da mesma. Os alunos do curso profissional de desporto da escola juntamente com os elementos NE do ISMAI, ficaram distribuídos em vários pontos para assegurar o controlo da prova. Realço que, esta atividade correu bastante bem com a colaboração de todos os professores que se mostraram sempre disponíveis e prontos a ajudar.

Corta-mato Distrital (Parque da cidade do Porto) - O NE do ISMAI esteve presente no corta-mato distrital realizado no Parque da Cidade do Porto no dia 27 de janeiro de 2018. Ficamos responsáveis por acompanhar os alunos até ao local de partida e também de ir buscá-los à meta no final da sua prova. Foi uma atividade que contou com a participação de quase todos

os professores de Educação Física, pois esta é uma atividade onde é necessário existir um bom controlo, visto que reúne todas as escolas (ou quase todas) do distrito do Porto. Foi das atividades que mais gostei dada a envolvimento que tem e também ao espírito vivido durante esta manhã por parte dos alunos e também por parte dos professores.

Semana aberta (torneio de voleibol) - A semana aberta é constituída por vários torneios de diversas modalidades para toda a comunidade escolar. O NE do ISMAI ficou responsável por organizar o torneio de voleibol. Toda a parte que envolveu o torneio foi feita pelas estagiárias e com a ajuda do OC. Para a realização desta atividade foi realizado um cartaz para a divulgação do mesmo, as fichas de inscrição das equipas foram entregues aos professores de cada turma. O torneio decorreu em dois campos, sendo que num pudemos contar com a ajuda dos alunos do curso profissional de desporto para controlar os pontos e apontar nas folhas de resultados e no outro campo, o controlo, ficou responsável pelas três estagiárias. Penso que, foi uma atividade realizada com sucesso que envolveu bastantes alunos e proporcionou um bom ambiente entre os mesmos. É de destacar todo o ambiente vivido por professores e alunos durante todo o torneio.

Visitas de estudo (FADEUP, FCDEF E IPMAI) - De acordo com o planeamento das atividades do curso profissional de desporto, a Escola Secundária de Valongo quis dar a conhecer a oferta formativa das diferentes faculdades, IPMAIA, FADEUP e FDEF (Coimbra), onde o NE do ISMAI teve a oportunidade de acompanhar os alunos. Ao longo das três visitas que decorreram em três dias diferentes, pudemos concluir que as instituições funcionam de forma diferente. Cada instituição preparou a receção dos alunos de forma diferente. Penso que, é bastante importante que os alunos conheçam o que cada faculdade tem para lhes oferecer, e sendo que estes estão focados em seguir a vertente do desporto é uma mais valia para os alunos ter acesso a toda esta informação, que pode influenciar nas decisões futuras.

Visita ao Complexo de Ténis do Porto- Para que os alunos pudessem ter uma noção mais realista da modalidade, foi organizada uma pequena visita de estudo ao Clube de Ténis do Porto, onde os alunos puderam ver a competição que estava a ser realizada no mesmo. Realço que, é muito importante trazer os alunos para os contextos de competição e/ou contexto da realidade, até mesmo para eles verem e presenciarem de outra forma a modalidade. Como núcleo de estágio, também tivemos bastante sorte em poder acompanhar os alunos nesta visita, pois para mim foi também uma nova experiência, dado que nunca tinha assistido a um jogo de ténis profissional.

Visita ao Centro de Alto Rendimento de Remo e Canoagem (Montemor-o-Velho) - Neste centro de alto rendimento treinam os melhores atletas portugueses desta modalidade e ainda têm a capacidade de receber equipas de outros países que escolhem Portugal para se preparem para as provas. Ao longo da visita de estudo, os alunos tiveram a possibilidade de ter uma breve explicação sobre como funciona o remo e a canoagem, quais as respetivas provas olímpicas e também as diferenças entre as duas modalidades. Também foi explicado, quais os tipos de treinos que os atletas fazem ao longo de todo o ano e quais aqueles que têm trazido mais resultados para os atletas portugueses. Foi possível observar um treino que estava a decorrer quando chegámos ao recinto. Esta é uma forma de motivar os nossos alunos a continuar os seus estudos e a não desistirem dos seus objetivos. Foi ainda uma enorme satisfação para alunos e professores estar com o atleta olímpico, Fernando Pimenta, que já trouxe várias medalhas para Portugal na sua modalidade.

Projeto de intervenção “Design to Solve” - Foi um projeto no qual tive muito gosto em participar pois envolveu novas formas de ensino e nas quais os resultados obtidos foram bastantes satisfatórios. Realço ainda todo o interesse que todos os professores de Educação Física tiveram durante a implementação do mesmo, querendo sempre estar a par de tudo o que este projeto envolvia. É gratificante para um professor chegar ao fim de uma aula e ouvir “professora nunca tínhamos feito nada disto” e este foi sem dúvida um dos momentos marcantes ao longo da implementação deste projeto, mostrar aos alunos que a Educação Física não é só aquilo que eles estão habituados a fazer.

2.2. Socialização profissional e institucional

Desde o primeiro momento que a aprendizagem dos alunos sempre foi o meu foco principal, tendo sempre em consideração o ambiente vivido durante as aulas e que este fosse satisfatório para os alunos. É importante que haja um bom diálogo com os alunos, para que além de todas as aprendizagens motoras que estes venham adquirir é de salientar a relação que o professor mantém com os alunos, sendo que é um aspeto fulcral na educação dos mesmos. Daí, referenciamos que “a educação faz-se no encontro com o outro e, por conseguinte, a educação emerge na relação e no diálogo” (Gonçalves, 2007, p.73). Como tal procurei em todas as aulas mostrar a minha motivação nas mesmas e manter com os alunos uma boa relação de forma a desenvolver um ambiente propício à prática da Educação Física. Valores como respeito e exigência, sempre foram aspetos fundamentais durante as minhas aulas os quais fiz questão de os enaltecer ao longo de todo o ano.

Relativamente ao NE, sempre mantivemos um bom relacionamento entre as três, sendo que o ambiente vivido ao longo desta experiência académica focou-se em valores – tais como espírito de equipa, entrega, cooperação, companheirismo e amizade. Em todos os momentos que foram necessários procurei motivar as minhas colegas para que chegássemos ao fim desta etapa com sucesso, guardando todas estas experiências/vivências para um dia mais tarde recordar.

Quanto à minha relação com o OC, Mestre Alfredo Feijó, tenho de agradecer a paciência, todos os ensinamentos que me foi passando ao longo do ano e por ser um exemplo como professor de Educação Física. O facto de ser uma pessoa bastante direta e frontal naquilo que tem a dizer, ajudou-me a crescer pessoal e profissionalmente, dado que é um docente com muita experiência e um excelente profissional. Afirmo ainda que todo o meu sucesso se deve ao meu trabalho e empenho, mas também ao facto de este ter sido tão exigente comigo durante a PES. O apoio que deu a todas as estudantes estagiárias foi fundamental para a continuidade do nosso percurso.

Em relação ao supervisor, o Professor Doutor Paulo Sá, o facto de este pertencer ao grupo de professores de Educação Física da escola, fez com que a sua presença ao longo do nosso percurso fosse contínua e diária. Apesar de o momento de observação de uma aula, por parte do supervisor, ser um momento mais tenso e que me suscitou algum nervosismo e ansiedade, o facto de este ter estado sempre presente e de acompanhar o meu desenvolvimento e progressão, fez com que relativizasse tais sentimentos sem nunca esquecer o facto de estar a ser avaliada. Ajudou-me sempre em todas as minhas dificuldades e as suas críticas foram sempre construtivas em prol da minha evolução enquanto docente. Foi uma satisfação para mim ter tido o Professor Doutor Paulo Sá como supervisor de estágio, pois acompanhou o meu percurso académico tendo sido também meu professor na licenciatura e demonstrando ser sempre um excelente profissional.

O corpo docente da Escola Secundária de Valongo recebeu-nos muito bem enquanto estudantes estagiárias. Mostraram-se sempre prestáveis e prontos a ajudar em tudo que precisássemos o que nos levou a sentir um bom “acolhimento”. Desde o início que me senti bastante integrada e que fui muito bem-recebida por todos os professores fazendo um principal destaque para todos os professores no grupo de EF da escola. Todos os convívios realizados dentro e fora da escola contribuíram para o meu desenvolvimento e para minha integração enquanto estudante estagiária. Saliento ainda os assistentes operacionais que

sempre me trataram com enorme respeito e disponíveis para ajudar. Fui, sem dúvida, muito bem-recebida por todos e isso foi fundamental em todo este processo.

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

Para Barbosa (1999) “o principal objetivo da Educação Física Escolar, incluída num contexto mais amplo, que é a educação, é de formar cidadãos críticos, autónomos e conscientes de seus atos” (p. 21)

Todo conhecimento que aprendemos até à data foi de extrema importância para o nosso ano da PES. Contudo, e sendo que a formação é um processo contínuo e inacabado, ao logo deste ano de grande experiência percebi que o que sabia era insignificante para fazer face à quantidade de problemas e desafios que se colocam no quotidiano do professor. Este ano tornou-se para mim como uma viagem onde parti com uma mala apenas com os bens essenciais e onde cheguei, com uma mala carregada de conhecimento e experiências.

Constituiu um dos meus grandes objetivos para este ano, deixar uma marca positiva nos alunos, tanto pelo que lhes ensinava, mas também pelos valores que pretendi passar tais como dedicação, empenho, confiança, respeito e cooperação, que são fundamentais numa sociedade democrática e humanista que preconizo. “Esses mesmos alunos serão diretores ou diretoras de empresas, mas também entre essas crianças está o futuro marido que saberá respeitar a sua mulher ou a mulher que saberá respeitar os animais ou a pessoa que poderá dar um passo em frente perante uma injustiça e tentar mudar as coisas” (Bona, 2017, p.253). Num mundo como o de hoje, ensinar a ter valores não é fácil, e nós que para além de professores somos muitas vezes educadores, acredito termos esse dever.

Destaco, como exemplo, a parte do ano onde tive que ensinar dança, que para muitos alunos seria impossível pois consideravam não saber dançar, assim como outros não gostavam de dança ou até mesmo tinham desinteresse pela modalidade. Contudo, todos demonstraram gostar da aprendizagem desta modalidade dado ao ambiente vivido em cada aula, onde tiveram tempo e oportunidade para desenvolver capacidades que se calhar nem eles próprios conheciam. Dada a preparação que teve de existir fora das aulas para o momento de avaliação e também pelo trabalho de equipa que tiveram de desenvolver uns com os outros por ser uma coreografia de grupo, foi um período que me marcou especialmente talvez por ver tanta dedicação por parte dos alunos dentro e fora da aula.

Lima, Resende e Albuquerque (2012) afirmam que a Educação Física e Desporto como sendo uma disciplina que serve como base às atividades físicas destinadas à saúde, à

educação, aos desportos, à recreação, ao lazer, às competições, à estruturação da cultural corporal, demonstrando a importância desta e a essência geral da sua multidisciplinidade.

Saliento que todas as conversas formais e informais que tive com o meu orientador e colegas de estágio, todas as reuniões de conselho de turma onde tive a oportunidade de estar presente, todos os convívios dentro e fora da escola com todos os professores e assistentes operacionais se tornaram momentos de aprendizagem onde procurei adquirir o máximo de vivências e conhecimentos.

3. Desenvolvimento profissional

3.1. Dificuldades e necessidade de formação

Sem dúvida que este foi um ano que trouxe consigo muitos ganhos, mas também muitas dificuldades, que tive de enfrentar após aquele choque inicial ao me deparar com a realidade, tal como refere Queirós (2014), o professor assume logo desde início grandes responsabilidades a partir do momento que entra numa escola, ao contrário de outras profissões.

O processo de formação de um docente é um caminho que se vai construindo ao longo de muitos anos, com a experiência que se adquire ao longo do tempo e com as diferentes realidades com que se depara enquanto docente. Tal como refere Cardoso, Batista e Graça (2016) “Tornar-se professor é uma viagem pessoal profunda, na qual o estagiário considera as suas crenças e tenta reconciliá-las com as expectativas da universidade, da comunidade educativa, dos alunos e seus familiares e, em última análise, consigo próprio.” (p. 525).

Sinto que acabo este ano com a necessidade de ter e de querer aprender mais. A necessidade que tenho e que senti ao longo das aulas ao nível do investimento na minha formação foi enorme, pois quero ensinar o melhor aos alunos e sei que só o consigo fazer se investir no meu próprio conhecimento.

Senti que as minhas dificuldades iniciais enquanto professora se depararam com a gestão do tempo de aula, nomeadamente do tempo para cada exercício e na dificuldade em encontrar exercícios/progressões pedagógicas para todas as aulas.

“Sinto que me falta confiança, para conseguir transmitir melhor os exercícios e conseguir ter um melhor controlo da aula. Sei que provavelmente só com o tempo, é que estas coisas se vão adquirindo, mas sem dúvida que a insegurança e os nervos afetam bastante. Mesmo sendo este um ano de aprendizagem e enriquecimento a nível profissional, o medo de

falhar enquanto professora de Educação Física é muito grande e por vezes isso sente-se quando estamos em contexto real, ou seja, quando temos os alunos todos a ouvirem o que estamos a dizer, até parece que nos faltam as palavras.”

(Reflexão de Aula 12°CSE, 25 de setembro de 2017)

3.2. Formação contínua: um imperativo da profissão

Hoje mais do que nunca, sinto que a formação de um professor é um processo contínuo e infundável, como refere Batista *et al*, (2012) “(...) a consciência de que a natureza da profissão de professor é um processo inacabado, com necessidade de uma aposta constante na renovação – do conhecimento (...)” (p. 104). Todo o processo de aprendizagem de um professor exige que este tenha vontade própria em querer saber mais, esforço e dedicação, um grande investimento pessoal e um compromisso com a profissão (Resende *et al*, 2014). Os autores referidos anteriormente afirmam ainda que, “(...) o professor persegue o conhecimento profissional ao longo da carreira, constituindo a sustentabilidade da sua formação, continuando a investir no seu desenvolvimento profissional. A formação contínua é um dos fatores mais influentes na construção da Identidade profissional.” (p.11).

Enquanto futura docente, entendo que a qualidade da minha ação se sustentará no pensar e repensar das práticas que preconizo e nas teorias que sustentam as minhas ideias. Devemos procurar ser sempre melhores do que aquilo que um dia já fomos. “Gosto de ser gente porque, inacabado, sei que sou um ser condicionado, mas, consciente do inacabado, sei que posso ir mais além” (Freire,1996, p.341).

VI. Reflexões finais

4.1. Experiência pessoal e profissional

Não é possível descrever o quão feliz estou por chegar ao culminar de mais um capítulo, que, por sinal, finaliza um ciclo de estudos. Considero que hoje sou uma pessoa mais rica a todos os níveis, quer ao nível pessoal quer no nível profissional. Refletindo sobre todo o meu percurso ao longo deste ano, realço que foi sem dúvida o ano que me fez aprender e crescer mais, o confronto com a realidade levou-me a aceitar melhor as críticas, a adotar estratégias para aumentar a motivação dos alunos e a superar os meus limites. Encontro-me numa fase de retrospeção de tudo o que experienciei e aprendi. Agora, chegou o momento de organizar todos os conhecimentos, de forma aplicá-los no futuro. Este ano trouxe consigo muitas alegrias, algumas lágrimas, um enorme conhecimento, mas acima de tudo traduz-se num ano com muitos sucessos.

Este percurso só se tornou tão gratificante pela partilha de conhecimentos que existiu ao longo de todo ano, não só com o OC, como com as minhas colegas de estágio, mas acima de tudo com as turmas a quem tive a oportunidade de lecionar. Confesso que, no início, o facto de dar aulas a uma turma de 12º ano, onde a faixa etária era muito próxima da minha, assustou-me e deixou-me bastante apreensiva. No entanto, quando chegou a hora de me despedir, senti que consegui marcá-los de alguma forma e que, sem dúvida nenhuma, também eles marcaram a minha vida. Afirmo, com toda a certeza, que me lembrarei dos nomes deles, porque no final foram eles os meus primeiros alunos e “Aqueles que passam por nós, não vão sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós.” (Antoine de Saint-Exupéry).

Uma das grandes aprendizagens que levo deste ano, é que nem tudo é o que parece. Quando tive que lecionar a modalidade de futebol numa turma de 11ºano pensei que seria fácil dado o envolvimento que esta modalidade tem na nossa sociedade. Mas tal não aconteceu e foi para mim a modalidade mais difícil de lecionar, o que contrariou as minhas expectativas iniciais. O facto de gostar bastante de futebol ajudou a ter mais motivação para as aulas, no entanto, quando se trata de ensinar raparigas que não gostam de futebol torna-se um desafio. O futebol exige bastante coordenação motora dos membros inferiores e superiores em simultâneo o que torna a modalidade mais complexa. Contudo, foi um grande desafio que consegui ultrapassar.

Ao nível da experiência que tive no 6ºano, só uma palavra serve para resumir: fantástico. Ensinar crianças, que colocam todo o seu empenho na nossa aula é muito compensador para o

professor de Educação Física. Percebi que eles gostavam de aprender, mas que acima de tudo gostavam de se divertir. Assim, aquelas aulas eram momentos onde todos sorriam, todos competiam, todos se empenhavam e todos aprendiam. Incluindo eu. Aprendi a gostar de ensinar crianças, pois inicialmente tinha a opinião de que não teria aptidão para ensinar uma faixa etária mais jovem.

Para Nóvoa (2009), a ação de ensinar é uma mudança dos saberes para o campo da prática e estou em pleno acordo com o autor, pois este é um ano de mudança, onde para além de alunos, também somos professores.

Concluo, caracterizando o meu trabalho como constante e eficaz, pois consegui ultrapassar obstáculos, participar em diversas atividades, implementando novos projetos e, o mais satisfatório, conseguir ensinar os meus alunos.

4.2. A componente ético-profissional

“O processo de construção da profissionalização docente deve iniciar com uma ampla reflexão sobre a ética em geral, que possibilite nortear as várias dimensões inerentes ao tema (...). Um projeto ético-profissional implica um processo permeado por conflitos e contradições, e suas determinações fundantes extrapolam a profissão, esbarrando nas condições reais de vida social” (Veiga, Araújo & Kapuziniak, 2005, p. 129).

Desde início que foi bastante importante na minha ação como docente a transmissão de valores éticos para os meus alunos. Cada vez mais, considero que a ação dos professores vai muito além do ensinar determinada modalidade, ou executar corretamente um dado movimento. Hoje em dia, as aulas são um espaço privilegiado para formar cidadãos com valores e que saibam viver e trabalhar em sociedade. Provavelmente, mais do que em qualquer outra aula, a aula de Educação Física procura valorizar o trabalho em grupo, a cooperação, a entreatajuda entre os colegas, e nós, enquanto professores, devemos enaltecer esses aspetos que tão importantes são para a formação dos alunos. “Devemos aceitar e respeitar o próximo” é um lema que levo e tento transmitir nas aulas e, igualmente, “de que não somos melhores que ninguém” e que devemos aceitar as dificuldades dos nossos colegas e tentar ajudá-los.

4.3. Realidade do contexto escolar: impacto da PES

A PES teve um grande impacto na minha vida a todos os níveis. Comecei com receio que este não fosse o caminho certo, com incertezas de não conseguir estar à altura do desafio, mas quando ouvi, pela primeira vez, os alunos a chamarem-me de “professora”, admito que senti aquela nostalgia que me fez perceber que era por este caminho que tinha de investir. Foi um ano que suscitou muitas dúvidas e incertezas, questionando-me sobre se teria sido a escolha acertada. No entanto, agora que cheguei ao final, as dúvidas iniciais dissiparam-se e é com um sorriso cheio de satisfação que afirmo que acertei em cheio.

Destaco que as competências de um professor vão muito para além daqueles 90 minutos ou 45 minutos de aula. Exige trabalho feito em casa, preparação física, pois como bons professores devemos exemplificar tudo aquilo que pretendemos ensinar. Não quero com isto dizer que tenhamos que ser os melhores em tudo, mas que sejamos bons em tudo aquilo que fazemos. Percebi, ao longo das aulas, que é extremamente importante a interação que o professor mantém com os alunos, e o simples facto de o professor ir jogar com eles durante a aula serve de motivação e fá-los perceber que não estamos ali apenas para ensinar a fazer, mas sim para também fazer com eles.

O importante agora, num momento como este, que se torna o ponto de partida em busca dos nossos objetivos e de alcançar e exercer aquela que será a nossa profissão, é levar comigo todos os ensinamentos, todas as aprendizagens, todos os erros e todos os seus ajustes. Aprendi com todos, vivi uma grande experiência, e agora a viagem começa com tudo aquilo que trago comigo, um novo caminho se inicia e fica a recordação de que este foi o ano que mais marcou a minha vida académica. Termino com um obrigada a todos que contribuíram para o meu enriquecimento profissional e pessoal e que me proporcionaram grandes ensinamentos, certa de que sou melhor hoje do que aquilo que era quando iniciei esta etapa. *“Tudo vale a pena quando a alma não é pequena!” (Fernando Pessoa).*

Referências bibliográficas

- Albuquerque, A., Graça, A., & Januário, C. (2005). *A Supervisão pedagógica em educação física: A perspectiva do orientador de estágio*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Albuquerque, A., Resende, R., & Costa, M. (2013). A avaliação da prática de ensino supervisionada no Instituto Superior da Maia. Nós fazemos assim. E vós? *Cadernos de Educação|FaE/PPGE/UFPEl*, (46), 119-137.
- Albuquerque, A., Teixeira, R., Lima, R., Gonçalves, F., Resende, R. (2014). As percepções dos futuros professores de educação física sobre a sua influência social. In P. Batista, P. Queirós, & R. Rolim (Eds.), *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional* (pp. 109-126). Porto: Educar.
- Aquino, J. (1997). *Erro e fracasso na escola: Alternativas teóricas e práticas*. São Paulo: Summus.
- Araújo, J. (2011). *A busca da excelência*. Lisboa: Editora Guerra & Paz.
- Barbosa, C. (1999). *Educação Física: Da alienação à libertação*. Petrópolis: Editora Vozes.
- Batista, P., Pereira, A. & Graça, A. (2012). A (re)configuração da identidade profissional no espaço formativo do estágio profissional. In J. Nascimento & G. Farias (Eds.), *Construção da identidade profissional em educação física: da formação à intervenção*. Vol. 2, (pp. 81-111). Florianópolis: UDESC.
- Becker, F. (1997). *O caminho da aprendizagem em Jean Piaget e Paulo Freire* (2ª Ed.). Rio de Janeiro: Editora Vozes.
- Bento, J. (1998). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Bonna, C. (2017). *A nova educação*. Lisboa: Objetiva.

- 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).
- Cardoso, J. (2013). *O Professor do Futuro*. Lisboa: Editora Guerra e Paz.
- Freire, P. (1996). *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática docente*. São Paulo: Paz e Terra.
- Gonçalves, D. (2007). *Finalidades da Educação para a Cidadania*. In *Cidadania(s): Discursos e práticas*. (pp. 265-271). Porto: Universidade Fernando Pessoa.
- Gonçalves, F., Albuquerque, A., & Aranha, A. (2010). *Avaliação: Um caminho para o sucesso no processo de ensino e de aprendizagem*. Maia: Edições ISMAI.
- Lima, R., Resende, R., & Albuquerque, A. (2012). A importância que os alunos atribuem às aulas de educação física no Ensino Básico N.º 2 e 3 nos concelhos da Maia e Viana do Castelo. In B. O. Pereira, A. N. Silva, & G. S. Carvalho (Eds.), *Atividade Física, Saúde e Lazer - O valor formativo do jogo e brincadeira*. (pp. 169-179). Braga: Centro de Investigação em Estudos da Criança.
- Mattos, M. & Neira, M. (2000). *Educação física na adolescência: Construindo o conhecimento na escola*. São Paulo: Phorte.
- Menegolla, M. & Sant'anna, I. (2001). *Por que planejar? Como planejar?* (10ª Ed.). Petrópolis: Editora Vozes.
- Nóvoa, A. (2009). Para uma formação de professores construída dentro da profissão. *Revista da Educación*, 350, 203-218.
- Pacheco, J. & Flores, M. (1999). *Formação e avaliação de professores*. Porto: Porto Editora.
- Queirós, P. (2014). Da formação à profissão: O lugar do estágio profissional. In P. Batista, A. Graça & P. Queirós (Eds.), *O estágio profissional na (re)construção da identidade profissional em Educação Física* (pp. 67- 83). Porto: FADEUP.

- Resende, R., Carvalho, M., Silva, E., Albuquerque, A., Lima, R., & Castro, J. (2014). Identidade profissional docente: Influência do conhecimento profissional. In P. Queirós, P. Batista & R. Rolim (Eds.), *Formação inicial de professores: Reflexão e investigação da prática profissional* (pp. 145-164). Porto, Portugal: Editora FADEUP.
- Resende, R., Paulo, S., & Lima, R. (2017). Ensino dos Jogos Desportivos Coletivos: Professores Experientes vs Estagiários. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 3(2), 11-19.
- Saint-Exupéry, A. (2015). *O principezinho: Com ilustrações do autor*. Alfragide: Leya.
- Sant'anna, I. (1995). *Porque avaliar? Como avaliar?: Critérios e instrumentos* (8ª Ed.). Petrópolis: Editora Vozes.
- Scalabrin, I. & Molinari, A. (2013). A importância da prática do estágio supervisionado nas licenciaturas. *Revista Unar*, 7(1).
- Veiga, I., Araújo, J., & Kapuziniak, C. (2005). *Docência: Uma construção ético-profissional*. Campinas: Papyrus Editora.
- Vickers, J. (1990). *Instructional design for teaching physical activities a knowledge structures approach*. Champaign: Human Kinetics.

Documentos Consultados:

- Lei nº115/97, de 19 de setembro (Lei de bases do sistema educativo)
Projeto Educativo da Instituição
Regulamento interno da Instituição
Plano Nacional de Educação Física