

Instituto Universitário da Maia - ISMAI

Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Orientador Institucional



Júlio César Rodrigues Novais

n.º 28388

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 n.º 79/2014, de 14 de maio, e do Decreto-Lei n.º 74/2006, de 24 de março, publicado pelo Decreto-Lei n.º 63/2016, de 13 de setembro.

Trabalho realizado sob a supervisão da Professora Doutora Luísa Aires, do Instituto Universitário da Maia, e orientação da Mestre Dioclécia Melo, da Escola Secundária Augusto Gomes.

Julho de 2020

Novais, J. (2020). 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: ENSINO E APRENDIZAGEM; PRÁTICA SUPERVISIONADA; FORMAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA: ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA;

DEDICÁTORIA

Dedico a realização deste Relatório da Prática de Ensino Supervisionada aos meus pais, Júlio Novais e Isabel Rodrigues, por me terem apoiado ao longo da minha formação, por serem os meus melhores amigos, nunca terem desistido de mim e serem eles os principais responsáveis deste objetivo.

Aos meus irmãos, Eduarda Novais e João Novais, sem dúvida são os meus maiores apoios, as minhas referências e um exemplo. Ambos foram incansáveis, nunca me deixaram cair e sempre acreditaram em mim.

A minha família, tios e avó, sem dúvida foram a base e o suporte. Transmitiram valores, ensinamentos que me caracterizaram e me deixaram orgulhoso. Por isso, um obrigado a todos eles, mas em especial aos meus ídolos: tio (Nuno Costa), padrinho (Miguel Costa) e Avó (Ermelinda Costa).

À minha namorada Catarina Pereira, uma das melhores prendas que a vida me deu, por todo o amor que sinto e que me dá, por toda a paciência que teve ao longo destes dois anos de mestrado, por toda a ausência que sentiu devido a este árduo percurso. Obrigado por não teres desistido de mim e continuares comigo. Dedico-te também a realização deste relatório pelo orgulho que sempre demonstraste ter por tudo o que alcancei e irei alcançar.

À minha supervisora Doutora Luísa Aires, pela sua boa disposição, pelas suas rápidas respostas aos emails fossem que horas fossem, por se orgulhar dos estagiários do ISMAI e pelo bom trabalho que têm exercido na instituição, sem dúvida alguma quando existe amor no que se faz, existe sempre algo bom que se cria e que fica para a posteridade.

Dedico também este relatório à orientadora cooperante, Mestre Dioclécia Melo, pela aprendizagem, partilha de conhecimento e entrega que demonstrou ao longo do ano, pelas palavras de motivação, pela persistência que demonstrou nos seus estagiários, pelo acompanhamento, por nunca me ter deixado sozinho e por acreditar no meu trabalho. O meu muito obrigado.

Por fim, aos meus colegas de estágio, Tiago e Sofia, pela paciência de me atuarem, todos os momentos partilhados e pela grande ajuda que sempre demostram perante mim. Sem dúvida, duas grandes pessoas que o estágio me deu para vida.

AGRADECIMENTOS

Durante a realização desta grande experiência de aprendizagem, muitas foram as pessoas que contribuíram para que fosse possível. A todos eles tenho de expressar a minha gratidão pelo seu importante contributo nesta fase. No entanto, é de salientar a maior influência que alguns tiveram e, por isso, expresso aqui o meu sincero agradecimento:

- Em primeiro lugar agradecer a todos os professores do ISMAI, pela partilha do conhecimento e por me darem as bases necessárias para que conseguisse expor o meu conhecimento na prática;

- À professora Sara Santos, pela disponibilidade demonstrada. Foi uma peça fundamental na realização do Projeto de Intervenção, incansável e alguém que se tornou num exemplo para mim pelo conhecimento e pela humildade na partilha do mesmo;

- Uma vez mais agradeço às professoras, Doutora Luísa Aires e Mestre Dioclécia Melo, pela paciência e pelas horas que se dedicaram a orientar-me;

- Ao professor Pedro Maravilhas, orientador da Escola Básica de Matosinhos por todo o conhecimento transmitido relativamente aos alunos do segundo ciclo;

- À Escola Secundária Augusto Gomes pelo fantástico acolhimento e pelas incríveis instalações desportivas que me permitiram dar o melhor de mim em cada aula e por ter permitido a realização do meu estágio;

- A todos os funcionários da ESAG, principalmente à D. Margarida e ao Sr. Augusto por toda a ajuda. Sem dúvida o grande apoio, estiveram sempre lá para mim, nunca falharam com nada quando precisei

- Ao Grupo de Educação Física, pelos conhecimentos transmitidos e pelo acolhimento e respeito que demonstraram para comigo desde o primeiro dia que entrei na escola;

- A todos os meus alunos do quinto G, nono C, nono D e décimo segundo J, por fazerem de mim um professor melhor todos os dias. Por me motivarem e elogiarem, dando mérito muitas vezes ao meu trabalho. Agradeço-vos do fundo do meu coração. Lembrem-se: trabalhamos como uma equipa, eu ensinei-vos, mas também aprendi muito com vocês, espero que o futuro vos sorria e que tomem sempre as melhores decisões;

- A todas as pessoas que, mesmo não mencionadas, de alguma forma contribuíram para a realização deste percurso.

RESUMO

O presente documento reflete a minha experiência vivenciada neste ano letivo, como estudante estagiário. A Prática de Ensino Supervisionada (PES) em contexto real, permitiu-me pôr em prática todos os meus conhecimentos adquiridos ao longo destes anos a fim de me tornar professor. Ao longo da PES, foram desenvolvidas atividades do âmbito curricular e extracurricular, tais como as planificações, atividades escolares, seminário e formações.

O presente relatório da PES está organizado em quatro capítulos: (i) o primeiro diz respeito à dimensão pessoal e profissional e engloba as expectativas iniciais e o que me fez enveredar por este percurso; (ii) o segundo, à prática em contexto, que refere a importância da PES, a PES no ISMAI e a caracterização da escola parceira e as ofertas educativas; (iii) no terceiro capítulo, menciono a prática profissional do plano de análise ao de intervenção, que se subdivide em três categorias, sendo a primeira a organização e gestão do ensino e da aprendizagem, que diz respeito à conceção do ensino, ao planeamento, à realização e à avaliação; a segunda a participação na escola e relação com a comunidade, que apresenta as atividades realizadas e a participação com a comunidade; e a terceira o desenvolvimento profissional, apontando as dificuldades sentidas e a necessidade de formação, enquanto profissional; (iv) por fim, o quarto capítulo reflete as conclusões finais acerca de todo o processo.

PALAVRAS-CHAVE: ENSINO E APRENDIZAGEM; PRÁTICA SUPERVISIONADA; FORMAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA; ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA

ABSTRACT

This document is an experience lived during a school year, as a pre-service teacher (PST). The Supervised Teaching Practice (STP) in real context, allowed me to put into practice all my knowledge acquired over time from an end-of-course teacher. Throughout the STP, curricular and extracurricular extension activities were created, such as planning, school activities, seminars and training.

This report is organized into four chapters: (i) The first concerns the personal and professional dimension and encompasses the initial expectations and what has made me go through this journey. (ii) The second refers to the importance of STP; STP in ISMAI and a characterization of the school placement where the internship and educational offers took place. (iii) The third chapter is subdivided into three categories: the first one is about organization and a concept of education, which has respect for the conception of teaching, planning, realization and evaluation; the second one refers to the participation in the school and the relationship with the community, that presents the activities carried out and participation with the community; and the third one is about professional development, pointing out the difficulties experienced and the needs of training as a professional.

Finally, (iv) the fourth chapter reflects the final conclusions about the whole process.

KEYWORDS: TEACHING-LEARNING; SUPERVISED PRACTICE; TRAINING IN PHYSICAL EDUCATION; BASIC AND SECONDARY SCHOOL.

LISTA DE SIGLAS E ACRÓNIMOS

AD - Avaliação Diagnóstica

AF - Atividade Física

AS – Avaliação Sumativa

DE – Desporto Escolar

EBM - Escola Básica de Matosinhos

EE - Estudante-Estagário

EF - Educação Física

ES - Ensino Secundário

ESAG - Escola Secundária Augusto Gomes

ISMAI - Instituto Universitário da Maia

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

ME - Modelos de Ensino

MID - Modelo de Instrução Direta

N PES - Núcleo da PES

OC – Orientador Cooperante

PES - Prática de Ensino Supervisionada

PNEF - Programas Nacionais de Educação Física

PS - Prática Supervisionada

SP - Seminário Pedagógico

SV - Supervisora

UD - Unidade Didática

Índice Geral

DEDICÁTORIA	iii
AGRADECIMENTOS	iv
RESUMO.....	v
ABSTRACT	vi
LISTA DE SIGLAS E ACRÓNIMOS.....	vii
1. INTRODUÇÃO.....	1
2. ENQUADRAMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL.....	3
2.1. Uma decisão a partir de um percurso	3
2.2. Expetativas iniciais.....	5
3. Enquadramento institucional	7
3.1. A importância da PES	7
3.2. A PES no ISMAI	8
3.3. A escola cooperante: lugar de prática.....	9
3.4. O núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional.....	11
4. Prática profissional: do plano da análise ao da intervenção.....	12
4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem.....	12
4.1.1 Conceção de ensino	12
4.1.1.1 Modelos de ensino	13
4.1.2 Planeamento	14
4.1.3 Realização	18
4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica.....	18
4.2.3.1 Avaliação	21
5. Participação na escola e relação com a comunidade	23
5.1. Atividades realizadas.....	23
5.2. Fazer aprender para lá da aula: impactos da minha experiência e atuação.....	25
5.3. Socialização profissional e institucional	27
5.4. A componente ético-profissional.....	29
6. Desenvolvimento profissional	31
6.1. Dificuldades e necessidade de formação contínua: um imperativo da profissão	31
7. Ensino a Distância – E@D	32
8. Reflexões finais.....	33
9. Referências bibliográficas	36

1. INTRODUÇÃO

“A Prática Supervisionada deve proporcionar ao Estudante-Estagiário uma experiência gratificante e enriquecedora, quer a nível pessoal, quer a nível profissional, possibilitando uma interligação entre a ação e a reflexão”
(Santos, Batista, Sousa, Gomes, & Cunha, 2013)

O Relatório da Prática de Ensino Supervisionada (RPES) insere-se no âmbito da disciplina da Prática de Ensino Supervisionada (PES) do Mestrado em Ensino da Educação Física, nos Ensinos Básico e Secundário, do Instituto Universitário da Maia (ISMAI), tendo como Orientadora Cooperante (OC) a Mestre Dioclécia Melo e como Supervisora (SV) a Professora Doutora Luísa Aires.

O RPES tem como objetivo transpor, relatar e refletir sobre a experiência da PES no processo ensino e aprendizagem efetuado, no contexto educativo e pedagógico; relatar com a maior objetividade possível, para elucidar todo o contexto, com uma variedade formativa pedagógica.

Esta engrandecedora experiência teve o seu contexto na Escola Secundária Augusto Gomes (ESAG), em Matosinhos. Lecionei, em regime de PES, no ensino básico e secundário ficando habilitado à lecionação nos grupos de recrutamento 260 e 620. De referir que a experiência ao nível do ensino secundário foi efetuada numa turma de ensino profissional, do curso de turismo, permitindo uma maior aprendizagem e variedade de situações educativas.

O presente relatório desenvolve-se em quatro partes: a primeira referente às dimensões pessoal e profissional; a segunda ao enquadramento institucional; a terceira à prática profissional; e a quarta às reflexões finais.

Ao longo do RPES serão descritas as atividades organizadas pelo grupo de Educação Física (EF) previstas no plano anual de atividades da escola

Na dimensão pessoal e profissional, servirá de base a posteriores análises e reflexões do meu ponto de partida através das minhas expectativas iniciais e os motivos pelos quais decidi enveredar por esta área que me apaixona e perspetivo para o meu futuro profissional.

Relativamente ao enquadramento institucional, cumpre focar a importância da instituição e dos docentes que lecionam e colaboram connosco neste processo de aprendizagem e partilha constante.

No terceiro item abordo a prática profissional, onde relato e faço uma posterior reflexão acerca da experiência pedagógica vivenciada, estando estruturada de acordo com as três áreas de desempenho: (i) organização e gestão do ensino e da aprendizagem; (ii) participação na escola e relação com a comunidade; e (iii) desenvolvimento profissional.

Na quarta e última parte são apresentadas as reflexões finais. Aqui darei ênfase a este capítulo, analisando de forma integrada todo processo de ensino e aprendizagem. Num ano atípico que incluiu um ensino à distância, não presencial, a necessidade de uma adaptação constante a cada aula, a cada momento, a cada aluno, tornou todo o processo mais rico, mais formativo e mais individualizado. Porém, assimilei todos estes momentos de adaptação e construção de conhecimento científico da minha área de intervenção.

Este processo diferente e enriquecedor foi novo, sem paralelo na nossa história educativa e único até ao momento no percurso da carreira docente, que implicou uma mudança radical na forma como o ensino e aprendizagem decorreu.

Assistimos à realidade da ascensão vertiginosa das redes de documentos digitais das editoras (com predominância da Porto Editora e com a Escola Virtual) e o recurso a plataformas digitais de ensino, intensificando em paralelo, a emergência da lógica de “aula invertida”, ou seja, não apenas a circunstância de o docente transmitir informação, mas, melhor ainda, a circunstância de todo este processo implicar, naturalmente, uma postura de confiança. Neste contexto, a potenciação do sucesso de corresponsabilização dos alunos, na tomada de consciência de que só com o seu envolvimento responsável, articulado, e de noção da realidade, o processo de ensino foi cabalmente cumprido.

Assim, se mais não fosse, fizemos parte de uma verdadeira revolução na forma como o ensino e aprendizagem se transformou em Portugal, tudo por força da realidade emergente que vivenciamos a partir daquele momento do dia treze de março de dois mil e vinte (pandemia covid 19). Já Bezerra (2014) referiu que “O desenvolvimento do país exige mudanças de tomo na política educativa, que, desde então, passarão a ser largamente influenciadas por organizações internacionais. A profissão docente e a formação de professores vão regressar ao primeiro plano das preocupações educativas”

Por isso, a PES teve como finalidades desenvolver competências profissionais e capacidade de reflexão crítica sobre as minhas intervenções, tornando-me capaz de responder a novos desafios no futuro da minha carreira.

2. ENQUADRAMENTO PESSOAL E PROFISSIONAL

2.1. Uma decisão a partir de um percurso

O meu nome é Júlio César Rodrigues Novais, licenciado em Educação Física e Desporto, encontrando-me neste momento a frequentar o mestrado em ensino e a trabalhar num ginásio como *personal trainer* na cadeia de ginásios Fitness Hut, mais concretamente no Fitness Hut no Shopping Cidade do Porto. Atualmente com 26 anos de idade, nasci na cidade de Braga e sou natural de uma vila paradisíaca denominada Vieira do Minho, combinando a serra da Cabreira com a água pura do rio Ave e a albufeira do Ermal. Neste momento resido na cidade da Maia, com o meu irmão mais novo, ambos licenciados em Educação Física e Desporto e trabalhadores-estudantes.

Sou oriundo de uma família trabalhadora e humilde, com meios socioeconómicos médios, de uma vila pacata, onde a minha mãe é florista, com uma loja própria. O meu pai é empregado de balcão, numa loja de eletrodomésticos, há cerca de trinta anos. O meu agregado familiar é composto pelos meus pais e dois irmãos: o meu irmão acima referido e a minha irmã, com 29 anos, licenciada em Anatomia Patológica.

Desde muito cedo, ainda na minha infância, me habituei a conviver no meio do desporto. Para além do gosto e motivação pessoais, tinha também familiares diretos ligados ao desporto e à atividade física. Também comecei a praticar futebol federado muito novo, iniciando numa escola de futebol e transitando para o SC Braga. Apesar de ter expetativas no futebol, devido à prioridade nos estudos e na formação académica, direcionei-me para uma área que sempre quis seguir - o desporto. Ainda hoje faço uma retrospectiva se fiz a opção correta de vida. Não sei nem nunca o irei saber. Apenas posso dizer que fiz o meu caminho, que continuarei a seguir o meu caminho, que estou no curso certo, com os orientadores mais profissionais que poderia ter... sou feliz... e o futuro será de certeza risonho. Quem corre por gosto não cansa.

Sendo assim, no meu primeiro ano de universidade inscrevi-me no ginásio local, na qual surgiu uma nova paixão: o *fitness* (como praticante). Porém, nos meus últimos dois anos de universidade voltei para o futebol, mas desta vez noutro papel. Primeiro como treinador-adjunto e no ano seguinte como principal no SL e Benfica. Estes dois anos de treinador foram conciliados com os estudos, que terminei nos três anos previstos.

Todas estas experiências acima referidas, quer no treino, quer no ensino, foram um passo importante para esta caminhada e para esta construção do repertório desportivo atual. Tive assim, uma vantagem em termos didáticos e pedagógicos, devido à minha acumulação profissional, enquanto estudante. No entanto, nada disto teria sido possível sem uma enorme

instituição, denominada ISMAI, dotada de excelentes profissionais, que permitiram uma construção e um crescimento exponencial, no processo de ensino e enquadramento profissional direcionado para a docência. Tive a oportunidade de frequentar excelentes instalações e aprender com os melhores docentes, para sermos excelentes profissionais temos de lidar e aprender com profissionais à altura do desafio. E claramente todos eles, sem exceção, superaram as minhas expectativas. Sinto-me mais preparado para enfrentar novos desafios. Tal como Nóvoa (2007) refere, “advogo uma formação de professores construída dentro da profissão, isto é, baseada numa combinação complexa de contributos científicos, pedagógicos e técnicos, mas que tem como âncora os próprios professores, sobretudo os professores mais experientes e reconhecidos.”

Já licenciado e de regresso à minha terra natal, deparei-me com a indecisão de todos os recém-licenciados, colocando a mesma questão de todos: o que fazer? Mesmo com os receios naturais de alguém que acaba um curso universitário e sem nenhuma experiência na área, só como praticante, decidi avançar e arriscar. Abrir um negócio por conta própria, um estúdio de centro de treinos, vulgo ginásio. Mais uma boa experiência para crescer nesta área desportiva, mas também crescer como empresário e enfrentar outro tipo de desafios, muito importantes: gestão de recursos humanos; gestão financeira; compatibilizar horários laborais com família e namorada. Cresci muito durante este tempo árduo e como profissional, mas acima de tudo como homem. Fiquei mais maduro e comecei a aperceber-me das adversidades da vida e que o tempo não volta atrás. Precisava de um novo rumo, apesar do sucesso alcançado, profissionalmente e financeiramente. Passados dois anos, e com um número anual de duzentos praticantes, tive que encerrar, por causa do excesso de horas e da fadiga corporal/ psicológica.

Contudo, voltei a estudar; daí estar neste momento inserido no mestrado de ensino em educação física, no qual me encontro no segundo ano, mas mantendo a profissão, ligada ao *fitness*, de *personal trainer*. Por fim, como já deu para reparar, sou uma pessoa ligada constantemente à área do desporto e com alguma experiência. No entanto, nesta vertente de professor numa escola, é a minha primeira vez, sendo por isso as expectativas elevadas.

2.2. Expetativas iniciais

“A formação de professores pode desempenhar um papel importante na configuração de uma nova profissionalidade docente, estimulando a emergência de uma cultura profissional no seio do professorado e de uma cultura organizacional no seio das escolas.” (Nóvoa, 2009)

A PES foi a etapa mais aguardada e a expectativa foi muito elevada. Alguma ansiedade e receios naturais de um estudante à procura de operacionalizar todo o seu percurso académico, todo o seu repertório conquistado nestes anos de formação no ISMAI. Cresci e aprendi muito, com todos os meus docentes, mas, à medida que se aproximava o momento de colocar tudo em prática, parecia não saber nada. Este foi o momento de colocar toda a experiência que falei anteriormente como uma vantagem. Este foi o momento da verdade e de perceber se tudo o que me ensinaram me dotou de ferramentas e de competências para ensinar.

Queria ensinar o que aprendi, mas em simultâneo aprender com a comunidade educativa onde ficasse inserido. Aprender com a orientadora cooperante, aprender com os colegas de profissão e de curso, aprender com os alunos e aprender com os funcionários. Enquadrar-me numa envolvência escolar pedagógica e afetiva. Para que tudo isto fosse possível, era importante a escolha da escola e a minha afinidade com a mesma. Entrei na minha primeira opção de PES: a Escola Augusto Gomes. Opção que recaiu devido ao excelente *feedback* da mesma, do bom ambiente escolar, dos alunos, dos professores e também da localização ser mais acessível, possibilitando conciliar trabalho e PES.

Sendo assim, antevi muitas dificuldades ao longo deste ano, a todos os níveis, desde conciliar o trabalho de casa ao lecionar aulas. O meu maior desafio inicial foi conseguir coordenar os treinos de PT (treinador pessoal) com o horário escolar, algo que pretendi manter ao longo do ano letivo. Considerei importante continuar a minha experiência profissional com o ensino, com o PES. Ter duas perspetivas de emprego futuras era claramente melhor do que uma, apesar da sobrecarga do trabalho a realizar.

Paralelamente a tudo isto, a todo este cenário, deparei-me com o meu maior receio, o meu maior medo, talvez fobia, que é a disfemia. Quer no treino, quer no ensino, sempre me disseram que quem tem dificuldade em expressar-se ou falar não poderia ser treinador ou professor. Claramente que quem o referiu estava redondamente errado. É uma dificuldade acrescida nesta profissão, mas o que não nos mata torna-nos mais fortes e com essa dificuldade preparei-me mais e melhor. Tornou-se uma vantagem, uma força para ser melhor. Foi algo

complexo e difícil de explicar, encarar o problema e fazer das fraquezas a minha força. Nunca me escondi atrás disso, bem como nunca deixei de fazer nada por causa disso. Tratava-se de conseguir realizar um sonho, superando um dos meus maiores medos em falar em público. Por isso, senti que estava preparado para todas as dificuldades.

Este ano letivo colocou-nos com uma ansiedade e expectativa maiores. Foi uma superação, conquista, esforço, mas o realizar de um sonho.

Enquanto Estudante Estagiário (EE), o meu objetivo foi comum aos outros professores, quer deste grupo disciplinar, quer de todos os outros grupos. Ensinar, transmitir conteúdos, conhecimentos, saberes e aptidões, denominados atualmente por competência essenciais de ciclo relativos ao perfil de saída do aluno por cada ciclo de escolaridade. Este processo não pode ser uma mera transmissão de factos e acontecimentos. Deve ser de uma forma afetiva e de empatia, de forma a consolidar os mesmos e transmitir a paixão que me caracteriza. Queria que os alunos me vissem como um exemplo a seguir, como um modelo de aprendizagem. Tencionei estar, enquanto aluno do mestrado, à altura do desafio que me propus. Reciprocidade de objetivos definidos. Alcançar objetivos definidos pela instituição ISMAI, alcançar objetivos definidos pela orientadora e supervisora para o PES e alcançar os objetivos definidos ambiciosamente por mim para os alunos.

Ambicionava que a minha relação com a comunidade escolar fosse muito positiva, participando em todas as atividades propostas, interagindo com os colegas de grupo disciplinar, apreendendo e transmitindo saberes, com a direção da escola, com os funcionários, mas acima de tudo indo ao encontro das expectativas dos alunos.

Esperava ainda ser capaz de motivar os alunos nas minhas aulas, ser diferente e sobretudo ser capaz de criar um bom ambiente mantendo uma boa relação com eles. Esperava também conseguir transmitir o meu gosto pela prática desportiva aos meus alunos, a minha experiência enquanto atleta, e ensinar-lhes que o desporto é conhecido pelo seu lado positivo de beneficiar a saúde, entre outros temas como os valores que eles irão utilizar futuramente no dia a dia, tais como: cooperação, trabalho em equipa, liderança, capacidade de superação, espírito de entreajuda e sucesso. Inseguro inicialmente, receios e medos como qualquer outra profissão no seu início.

No entanto, com expectativas altas, otimista num grande ano de aprendizagem e de evolução enquanto professor e enquanto pessoa. Pois, defendendo a ideia de Santos et al., (2013), este momento de mudança, caracterizado pelo assumir de novas tarefas profissionais, leva o EE a viver todas as contradições e sentimentos de ambivalência que resultam da duplicidade de papéis de ser professor e, simultaneamente, estudante.

Com isto, pretendia, no futuro, ser visto como um professor exigente que valoriza a disciplina, compreensivo e criativo com todos os seus alunos.

3. ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL

3.1. A importância da PES

“A interpretação de que os estágios curriculares, realizados no fim dos cursos, constituem o momento de aplicação prática dos conhecimentos teóricos, adquiridos nos períodos iniciais do processo de formação, impõe aos próprios estagiários imensa carga de responsabilidade, que acaba por lhes conferir o estigma de principal responsável por garantir a formação pedagógica de qualidade dos futuros professores.”(Seabra, Silva, & Resende, 2016)

“PES”, uma sigla apenas, mas conotada de grande importância. “P” de prática, meta de qualquer estudante universitário. Colocar em prática os conhecimentos apreendidos ao longo da formação académica. “E” de ensino, processo para o qual me destinei e defini como objetivo, papel fundamental no nosso país e destaque central em qualquer motor de desenvolvimento de qualquer nação. “S” de supervisionada, porque ainda não estamos preparados e precisamos sempre, agora e mais tarde, de apoio de alguém que tenha mais conhecimento e experiência, para poder-nos apoiar, corrigir, dar *feedbacks* sobre o processo de ensino e aprendizagem. Mas como estes termos, no meu processo de formação, são indissociáveis, PES é um processo formativo, num ano fundamental, de operacionalização de conhecimentos e experiências adquiridas, mas sempre supervisionada de perto pelos docentes que representam a grande instituição que decidi frequentar: ISMAI.

A PES carece de um percurso académico, de aquisição de competências, principalmente teóricas, para ser possível a lecionação de turmas com supervisão pedagógica. Iniciação no ensino desde o primeiro ciclo ao secundário, ingresso na universidade durante 3 anos (ISMAI) e posteriormente, no mestrado de ensino de Educação Física e Desporto, no primeiro ano mais concetual, e atualmente na prática do segundo ano .

Como defende Marcelo Garcia (2009) a teoria é muito importante, mas não deve ser separada da prática. Este autor considera a prática supervisionada como o momento do curso em que o estudante-estagiário necessita reunir todos os conhecimentos construídos em anos anteriores para aplica-los em situações de ensino e aprendizagem que, somente agora, seriam

reais, demonstrando possuir um nível de conhecimento pedagógico do conteúdo que se espera de um professor.

Fazendo o transfere para o curso que frequento, não faria nenhum sentido para mim que aquilo que aprendi não pudesse ser agora colocado em prática. Entretanto, a PES teve uma importância fundamental na minha vida futura profissional pois proporcionou-me competências para planificar, lecionar, vivenciar experiências com os alunos e comunidade escolar e, de forma supervisionada, deu-me a possibilidade de errar e voltar a tentar, baseado em correções profissionais, e assim, acumular um repertório de novas aprendizagens, fulcrais para o meu papel que me propus construir: *ser professor*.

3.2 A PES no ISMAI

A PES no Mestrado de Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (MEEFEBS) do ISMAI tem como intervenientes a escola cooperante, o estudante-estagiário, a equipa de supervisão e o Orientador Cooperante (OC). Esta consiste num enquadramento normativo das atividades da PES, tendo como fatores a legislação em vigor, o regulamento específico do curso, o protocolo de colaboração entre ISMAI e as escolas onde a PES se realiza.

É no segundo e último ano do MEEFEBS (constituído por duas unidades curriculares), que está a PES. Tal como referido na introdução, a equipa PES, constitui-se por uma supervisora, a Doutora Luísa Aires, e por uma Orientadora Cooperante, a Mestre Dioclécia Melo, que se mantiveram em constante interação com o nosso núcleo formado por três EE, Júlio Novais, Ana Leite e Tiago Videira.

A PES é desenvolvida através do projeto educativo, o regulamento interno, o plano anual de atividades, entre outros documentos estruturantes do local de prática, tendo como principal objetivo a integração do EE nos contextos de docência, de forma progressiva e orientada através do desenvolvimento das competências no âmbito da EF em áreas de desempenho como a organização e gestão do ensino e aprendizagem, a participação na escola e relação com a comunidade e por fim o desenvolvimento profissional.

A PES integra a agora designada Prática Supervisionada (PS), correspondente ao anteriormente designado estágio profissional, e o respetivo Relatório da PES (RPES), cuja regulamentação se encontra substanciada pelas normas da instituição formadora e pela legislação específica, nomeadamente, pelo artigo nº 11 do Decreto-lei nº 79/2014 de 14 de maio. Por fim, a PES realiza-se nos agrupamentos de escolas do ensino básico e/ou escolas não agrupadas do território, onde sejam asseguradas as condições previstas na Lei, segundo a

celebração de protocolo entre o ISMAI e a instituição de ensino, onde 40 % da avaliação é relativa ao RPES e 60 % à componente prática (PES).

3.3. A escola cooperante: lugar de prática

“...a organização e melhorias na infraestrutura quando bem utilizadas podem melhorar a aprendizagem...” (Galera & Camargo, 2018)

A Escola parceira onde realizei a PES foi a ESAG, situada na Rua de Damão, na localidade de Matosinhos. Em simultâneo concretizei parte da minha experiência como EE numa curta passagem pela Escola Básica de Matosinhos, situada na Rua Augusto Gomes, 709, Matosinhos.

A ESAG foi uma escola que, por intermédio do grupo de EF, particularmente a OC, professora Dioclécia Melo, nos concedeu autonomia para implementar os métodos de ensino aprendidos na universidade. Nada foi imposto, mas sim partilhado. Tal como refere Lima et al., (2014) é muito importante que a escola que nos acolhe e onde lecionamos pela primeira vez tenha um papel facilitador e aglutinador, um papel social e claramente integrante.

Em relação à ESAG, esta apresenta uma oferta formativa para o 3.º ciclo do ensino básico, ensino secundário, cursos profissionais e qualificação de adultos. No que diz respeito ao ensino secundário, a escola tem cursos científico-humanísticos, de artes visuais, de ciências socioeconómicas, de ciências e tecnologias, e línguas e humanidades. Relativamente aos cursos profissionais, apresenta o curso de Técnico de Gestão e Programação de Sistemas Informáticos, Técnico Comercial e ainda o curso de Técnico de Turismo. E por fim, na qualificação de adultos a escola é entidade parceira do Centro Qualifica da ADEIMA, tendo uma equipa de formadores/júri de certificação que gere um total de 36 horas letivas semanais. Provenientes do grupo 620, os professores de EF estão também inseridos no Departamento Técnicas e Expressões, juntamente com os professores do grupo de Artes e Informática. O grupo 620 é constituído por 9 professores, sendo o coordenador do grupo disciplinar o Dr. Marcelino Couto.

Relativamente aos recursos disponibilizados pela escola para a prática letiva, esta dispõe de um ginásio multiusos, dois pavilhões multidesportivos, um espaço exterior multidesportivo e uma pequena sala de espelhos e espaldares, usada frequentemente quando no espaço exterior as condições climáticas são adversas. Em relação aos recursos físicos, a escola dispõe de diversos tipos de materiais, na sua maioria em bom estado.

A escola é constituída por 1407 alunos, divididos em 55 turmas desde o básico, ao secundário e profissional.

Durante o ano letivo, enquanto EE contactei com sete turmas, quatro no papel de professor e as restantes como observador de aulas lecionadas pelos meus dois colegas da PES. Dessas quatro turmas, uma era do quinto ano, na escola básica de Matosinhos, num período mais curto, pois lecionei uma unidade didática de doze aulas. As restantes, duas do nono ano e uma turma de decimo segundo ano, curso profissional, na ESAG.

Foram-me atribuídas no primeiro período as turmas 9.º C e o 12.º J. A primeira era constituída por vinte e cinco alunos, treze do sexo masculino e doze do sexo feminino. Relativamente ao décimo segundo ano, esta era constituída por vinte e três alunos, treze do sexo masculino e dez do sexo feminino. A partir do segundo período foi-me atribuída a turma do 9.º D, com vinte e cinco alunos, nove do sexo masculino e dezasseis do sexo feminino. Mantive o 12.º ano de escolaridade. Acresce às turmas referidas o segundo ciclo do ensino básico, correspondente ao quinto ano de escolaridade, constituída por treze raparigas e onze rapazes. No terceiro período, com as alterações efetuadas devido à imposição do ensino a distância e à conclusão da turma do ensino profissional, foi-me concedido pela OC mais duas turmas do nono ano.

De todas as turmas, a do décimo segundo ano era a que tinha alunos mais desmotivados para a disciplina de EF. Os objetivos da maioria era terminar o ensino obrigatório, daí terem feito a opção pelo curso profissional de turismo. De realçar que esta turma era referenciada pela escola devido ao mau comportamento em todas aulas e o percurso escolar da maioria ser negativo. Deste modo, foi preciso implementar estratégias de ensino que serão explicadas no decorrer deste relatório, de forma a conseguir influenciar positivamente a motivação desses alunos.

Por fim, em relação à ESAG, é pertinente destacar a importância que esta dá ao desporto, estando a mesma inserida num projeto que conta com 21 edições do Torneio Interescolar Concelhio. Todos os anos, no mês de maio, todas as escolas do concelho de Matosinhos competem entre si em várias modalidades, promovendo o espírito de equipa através de uma saudável competição entre alunos, o contacto entre professores de EF, a oportunidade de todos representarem as cores da escola e deixarem a sua marca em prol do sucesso escolar.

3.4. O núcleo da PES: espaço de socialização pessoal, profissional e institucional

“O talento vence jogos, mas só o trabalho em equipa ganha campeonatos” (Michael Jordan)

Neste ano atípico, com o ensino a distância, faz cada vez mais sentido o uso de termos como a “partilha de pares”, o “ensino cooperante” e o “trabalho de equipa”. Deparamo-nos constantemente com uma panóplia de contextos educativos diferenciados, que a nossa formação académica não consegue dar resposta, pois sozinhos não somos nada, juntos temos o mundo na mão. Portanto, com a partilha e colaboração do núcleo do PES, tornamo-nos claramente mais fortes e mais conhecedores. Partilhei e aprendi muito com todos. A eles dirijo o meu reconhecimento público de agradecimento e carinho.

Atendendo à socialização profissional e institucional, quer dos professores de EF, quer da restante comunidade escolar, foram visíveis o valor e a confiança demonstrados por todos no nosso trabalho, mostrando-se sempre disponíveis para ouvir as nossas ideias e responder às nossas questões, ajudando desta forma na aquisição de conhecimentos.

Neste ponto de socialização, torna-se crucial destacar dois assistentes técnicos da ESAG que realizaram um trabalho incrível e que foram sem dúvida um grande pilar, tornando-se essenciais em todo este processo: D. Margarida e o Sr. Augusto. É de salientar a colaboração destas duas pessoas que estiveram presentes em todas as aulas no pavilhão gimnodesportivo, que nos receberam de forma muito positiva e sempre dispostos a ajudar. Foram, seguramente, pessoas fundamentais nesta etapa.

O ambiente vivenciado na comunidade escolar contribuiu para momentos de reflexão, de partilha de conhecimento e experiências entre o EE, criando uma identidade enquanto Núcleo PES.

Deste modo, estive sempre disponível para ouvir todos os professores, de modo a aprender com o que eles me transmitiram ao longo do ano, partilhando ao mesmo tempo as minhas ideias e opiniões. Neste sentido, a PES foi bastante enriquecedora, pois manteve-me diariamente em constante processo de aprendizagem.

Com o núcleo de PES, ganhei e desenvolvi um espírito de equipa muito importante para o presente e para o futuro. Não mais caminhei sozinho, mas sempre rodeado de amigos, de profissionais, de colegas, de alunos, onde tentei sempre ajudar e procurar ser ajudado, ensinar e aprender e desta forma construir um sólido caminho de companheirismo. O tempo passou a voar e olhando para trás vi que deixei amigos, amizades e um bom trabalho: alunos com conhecimento e motivados para a prática desportiva.

4. PRÁTICA PROFISSIONAL: DO PLANO DA ANÁLISE AO DA INTERVENÇÃO

Ensinar não é transmitir conhecimentos nem operacionalizar conteúdos de forma aleatória. É necessário um planeamento rigoroso, baseado em programas nacionais de EF, em competências essenciais e no perfil do aluno à saída da escolaridade obrigatória.

4.1. Organização e gestão do ensino e da aprendizagem

“É fundamental (...) promover um sentido de responsabilidade na formação, criando as condições necessárias para que os estudantes obtenham ferramentas que os auxiliem a construir, eles próprios, o seu caminho.” (Batista & Pereira, 2012, p. 77)

Resende & Lima (2016) mostraram que os professores mais eficazes são diferentes dos demais porque atuam segundo o pressuposto de que o propósito da escola é promover a aprendizagem do aluno: planeiam cuidadosamente; utilizam materiais adequados; clarificam os objetivos para os alunos; mantêm um andamento vivo da aula; controlam o trabalho dos alunos com regularidade; ensinam de novo se os alunos apresentam dificuldades; aproveitam bem o tempo da aula, utilizam estratégias coerentes.

Este capítulo refere-se à organização e gestão do ensino e da aprendizagem, onde a conceção, o planeamento, a realização e a avaliação do ensino são fases necessariamente presentes e primordiais. Aqui apresentarei diversas temáticas, na tentativa de um melhor enquadramento, de forma a expressar e a caracterizar experiências e acontecimentos mais significativos na PES.

4.1.1 Conceção de ensino

À componente teórica corresponde uma abordagem de inspiração construtivista, com momentos de exposição por parte do docente e de exposição/debate, por parte dos alunos, de temas relevantes relativos à conceção e desenvolvimento de diferentes materiais educacionais, em que a atividade, participação e colaboração dos alunos é fundamental. A componente prática pressupõe a planificação, instrução e avaliação, por parte dos professores/ alunos.

Para planearmos, é necessário fazer o seu enquadramento num panorama concetual teórico. Conceitos, filosofias, modelos de ensino, de avaliação e de perfis de aprendizagem. Após esta dimensão ideológica, a primeira tarefa do professor diz respeito à conceção, pois é na conceção do processo pedagógico, nomeadamente nas suas várias dimensões, que o

professor dirige e oferece corpo ao planeamento de uma estratégia de intervenção na prática. O planeamento do professor constitui uma janela estrategicamente privilegiada para contemplar o ensino (Graça, 2001).

A conceção do ensino abrange a análise dos requisitos gerais e locais da educação, o lugar da EF no currículo dos alunos e as características das turmas atribuídas.

É muito importante que para a conceção do ensino, para a escola onde sou docente, para as turmas que leciono, seja feita uma análise ecológica do contexto. Para além do currículo e do programa de EF, é necessário o seu enquadramento às características específicas do local geográfico, ao local de prática e à especificidade dos alunos e a sua individualidade.

Na atualidade, nesta nova fase de ensino, é cada vez mais importante as exigências em matéria de qualidade e adequação das intervenções formativas apontadas pela sociedade, particularmente pelas organizações, aconselhando-se vivamente o recurso a novas formas de pensar e organizar as oportunidades de aprendizagem e de desenvolvimento de competências. De acordo com Graça (2001) “as conceções que os professores possuem acerca dos conteúdos de ensino e acerca dos alunos com quem trabalham refletem-se no modo como pensam e desenvolvem as suas práticas de ensino” e, por isso, para que o ensino seja assente na eficácia, é importante obedecer à fase da conceção de ensino.

4.1.1.1 Modelos de ensino

Os alunos reconheceram a importância da vivência de experiências de aprendizagens a partir de diferentes modelos de ensino. Não obstante, foi nos dois modelos de ensino mais centrados no aluno (Modelo de Aprendizagem Cooperativa e Modelo Educação Desportiva) que perceberam ter usufruído de mais oportunidades para se tornarem autónomos, desenvolverem a responsabilidade pessoal e social e alcançarem aprendizagens mais significativas (Silva, Queirós, & Mesquita, 2017).

Para poder usar o modelo instrucional mais ajustado a um determinado contexto pedagógico, é muito importante, durante o percurso académico, ter adquirido um conhecimento aprofundado sobre todos os modelos instrucionais, todos os seus pontos ou parâmetros mais positivos e os seus aspetos menos fortes. Não existe um modelo ideal, mas poderá existir um modelo que terá melhor enquadramento nas especificidades de cada turma. Com várias turmas atribuídas, é necessário conhecer muito bem todos os alunos e aferir qual o mais adequado. Numas turmas, pode resultar melhor a instrução, noutras o questionamento como forma de

ensino, ou vários modelos em simultâneo. Os modelos de ensino respeitam a singularidade, a individualidade e o ensino como um todo e um só.

Os modelos instrucionais estão diretamente relacionados com a motivação dos alunos, sendo claramente um dos seus objetivos de implementação, com consequente melhoria na aprendizagem e no relacionamento de pares e professores.

Os modelos de ensino surgiram com o objetivo de renovar a prática pedagógica, baseados em perspetivas cognitivistas e construtivistas, apresentando deste modo uma nova ideologia no que diz respeito ao praticante, expondo-o como responsável pela sua aprendizagem e concedendo-lhe liberdade processual ao nível dos processos cognitivos, de perceção e de tomada de decisão (Graça & Mesquita, 2007; Rovegno *et al.*, 2001). Todo este processo de renovação tem proporcionado o avanço na investigação ao nível da abordagem das aulas de EF, dando destaque ao conceito de modelo (Graça & Mesquita, 2013), em detrimento das noções de método, estratégia e estilo de ensino, o que, segundo López-Pastor, Kirk, Lorente-Catalán, MacPhail, & Macdonald (2013) é um avanço, tendo em conta que o conceito de modelo apresenta uma perspetiva mais compreensiva e integral do processo de ensino.

São vários os modelos instrucionais existentes, entre eles: I) instrução direta; II) sistema personalizado para a instrução; III) aprendizagem cooperativa; IV) educação desportiva; V) ensino por pares; VI) ensino baseado no questionamento; VII) modelos baseados no jogo tático; VIII) ensino para a responsabilização pessoal e social. Ao longo da PES, de acordo com os diferentes níveis das turmas e necessidades dos alunos, apliquei alguns dos modelos acima descritos, que irei referir no ponto 4.1.3 sobre a realização.

4.1.2 Planeamento

Planear é antecipar cenários. Planear todos os caminhos possíveis é fazer com que cheguemos ao destino certo: *aprendizagens significativas*. Planear é no aspeto concetual e teórico, cruzado com a realidade prática da escola, com as características particulares dos professores e dos alunos, cruzado com os recursos matérias e infraestruturas, com os valores e princípios culturais aonde se enquadra a escola. Planear é considerar tudo, para podermos chegar à célula do ensino: *o aluno* (Conselho Nacional de Educação, 2016).

O planeamento é a primeira etapa do docente, mas baseado em premissas pré-existentes, documentos nacionais e de agrupamento/escola já existentes, tais como: Programa Nacional de Educação Física (L., Costa, F., Jacinto, J., Cruz, S., Pedreira, M., & Rocha, L. (2001), Regulamento Interno da Escola, Planeamento do ano anterior por ciclos, *roulement*, critérios de avaliação. Para além de tudo isto, de uma preparação antecipada de todos os documentos,

existe a necessidade de uma flexibilidade, um reajustamento em função do contexto socioeducativo encontrado (escola, espaços, colegas, alunos).

Desde logo, num dos primeiros encontros com a OC, começamos o processo de planeamento anual (PA), com uma leitura detalhada do programa nacional de educação física, para enquadrar as unidades didáticas (UD) por anos de escolaridade e por níveis de ensino, fizemos uma análise do planeamento plurianual estabelecido em sede de grupo disciplinar que teve como base o planeamento delineado tendo em conta os documentos estruturantes, competências essenciais e o perfil de aluno à saída da escolaridade obrigatória.

Com base nesses documentos, foi possível começar a definir prioridades na forma de organizar os diferentes níveis de planeamento. Depois de definidas as competências essenciais de ciclo e as aprendizagens por ano de escolaridade, do planeamento plurianual, seguiram-se as tarefas de planeamento propostas pela OC ao longo da PES: o planeamento anual, a unidade didática e o plano de aula e a sua subdivisão. Estes encontram-se interligados através de uma sequência lógica, procurando-se assim a melhoria da realização do ensino (Bento, 2003, p. 59). Relativamente ao PA, este foi o primeiro nível de planeamento realizado ao longo da PES, e tal como referido pelo autor a sua realização é “uma sequência lógica que se tem no início” (pp. 59-60). A partir do PA foram estabelecidas as modalidades a lecionar por período, definidas desde logo de acordo com o número de aulas estipulado para cada UD. Este foi criado de acordo com os documentos estruturantes da ESAG conforme referido acima (planeamento plurianual e o *roulement* de instalações).

Assim, ficou definido, através do plano plurianual que para o 9.º ano de escolaridade, as modalidades abordadas ao longo do ano letivo seriam o voleibol (12 aulas), ginástica de solo (6 aulas) e atletismo (3 aulas), badminton (6 aulas), ginástica acrobática (3 aulas), ginástica de aparelhos (6 aulas), futebol (6 aulas) e basquetebol (6 aulas). Contudo, este planeamento sofreu alterações, maioritariamente no terceiro período devido à mudança para o ensino à distância. Por este motivo não lecionamos a UD de basquetebol. Entretanto, nas outras modalidades mantivemos o número de aulas respeitando o planeamento. Também definimos as modalidades a lecionar por período conciliando com os colegas, para não existir sobreposição de modalidades e o material ser suficiente.

Para além do ensino regular (duas turmas do 9.º ano), lecionei uma turma do ensino profissional. O PA foi baseado nos documentos já existentes de 10.º ano, definido para os três anos de curso. Estava definido para o 12.º ano profissional lecionar os seguintes módulos: JDC III (Futebol – 10 horas), Aptidão Física (7,5 horas), Atividade Física, Contexto e Saúde III (5 horas), Outras Atividades Físicas Desportivas (Atividades de Exploração da Natureza – 7,5

horas), Ginástica III – Acrobática – 5 horas) e Dança III (5 horas). Nesta turma de 12.º ano, consegui concluir todos os módulos planeados.

O ensino profissional foi um grande desafio, pela sua particularidade e pela especificidade dos alunos. Deparei-me com receios. No entanto, é nos grandes desafios que estão as grandes aprendizagens. Já superados, correu muito bem, traduziu-se numa enorme aprendizagem e uma excelente preparação de adversidade para o futuro.

Para além da ESAG, lecionei também na escola básica de Matosinhos, no quinto ano de escolaridade uma UD de atletismo. Mais uma experiência enriquecedora, pois a faixa etária era mais baixa e o planeamento foi baseado em jogos lúdicos. Esta experiência proporcionou momentos de aprendizagem significativos, mas num ambiente motivador e de interação afetiva com os alunos. Nestas idades senti que os alunos estavam mais predispostos para a prática, porem tive maior dificuldade em selecionar os exercícios pois perdia mais tempo na gestão da aula, do que na transmissão e correção dos exercícios.

Seguiu-se, então, a fase das decisões, em que se determinaria a extensão e a sequência da matéria (conteúdos a lecionar e seu encadeamento), definiram-se os objetivos, configuraram-se a avaliação a utilizar (diagnóstica, formativa e sumativa) e criaram-se as progressões de ensino.

No início de cada período, foi elaborada a grelha de Vickers (1990) para cada unidade didática, sempre balizadas pelas orientações do Programa Nacional de Educação Física, atendendo às características específicas das turmas. Esta grelha permitiu uma organização mais elaborada das habilidades motoras (aspetos técnicos e táticos) e psicossociais de todos os conteúdos a lecionar que se traduziram numa melhor progressão na aprendizagem e melhor consolidação por parte dos alunos. Todavia, com a lecionação do ensino profissional que é organizado por módulos obrigou a uma abordagem do programa completamente diferente. É verdade que com esta diferenciação na lecionação, e apesar da dificuldade acrescida já referida, no meu ponto de vista a aprendizagem foi claramente superior.

O plano da UD seguiu uma estruturação e um modelo propostos pela OC, onde continha uma resenha histórica da modalidade, bem como a sua caracterização e regras, e incluía os conteúdos técnico-táticos. A elaboração foi baseada nas orientações fornecidas pelo Programa Nacional de Educação Física e nas características específicas dos alunos e seu contexto sociodesportivo, bem como as infraestruturas desportivas.

O Plano de Aula é uma ferramenta indispensável ao professor para operacionalizar as aulas ao longo da UD. Relativamente aos planos de aula, estes foram sempre realizados e entregues de forma antecipada à professora OC, sendo um instrumento importante para o EE.

Tal como na UD, este também seguiu um modelo predefinido pela OC: i) análise do estado de formação da turma, condições dos materiais, espaciais e temporais encontradas; ii) função da aula na unidade didática; iii) conteúdos a lecionar; iv) objetivos específicos a atingir; v) organização metodológica; vi) descrição do observável em aula, o produto final, ou seja, os critérios de êxito. Estes critérios definidos no PA, baseados e enquadrados nas aprendizagens essenciais, referem-se a objetivos gerais, obrigatórios em todas as escolas, definindo as competências comuns a todas as áreas.

É muito importante o professor ter uma flexibilidade e um espírito crítico e reflexivo na operacionalização da UD. O sistema de ensino não é um processo estanque, que apesar de um rigoroso planeamento, de um PA muito bem definido, não contempla situações de imprevisibilidade. No desporto existem variadíssimas situações em que não é possível colocar em prática aquilo que está pré-definido: situações climatéricas adversas, infraestrutura danificada, material estragado, alunos lesionados, etc. O mais importante não é o produto final, mas sim o processo, ao sucesso educativo, às aprendizagens essenciais e aos objetivos definidos no PA e na UD. Se para isso tivermos que contornar o caminho definido, deverá ser feito. O professor será tanto mais competente, quanto maior for a sua capacidade de planear e de se adaptar às modificações da adversidade do meio.

Devido à pandemia Covid-19, o ensino avançou para outra “dimensão”: o ensino a distância. Fomos confrontados com constantes adaptações e situações de imprevisibilidade, com a utilização de plataformas *on-line* de aulas síncronas e assíncronas, *e-atividades* e monitorização da avaliação. Tudo foi novo e ao mesmo tempo desafiador, tal como refere Bento (2003): o ensino real tem naturalmente mais facetas do que aquelas que podem ser contempladas no seu planeamento e preparação. No processo real do ensino existe o inesperado, sendo frequentemente necessário uma rápida reação situacional. Mas nem por isso muita coisa deixa de depender já da antecipação mental da realidade do ensino mediante o seu planeamento e preparação (...) Uma melhor qualidade de ensino pressupõe um nível mais elevado do seu planeamento e preparação (p.16).

Assim, pude constatar ao longo da PES que nem tudo era controlável, exemplo disso foi o PA previsto nas turmas de 9.º ano devido situação referida em cima e consequentemente interrupção letiva a partir de março. No entanto, a realização de um planeamento permitiu-me encarar e resolver de forma mais eficaz as imprevisibilidades que surgiram.

4.1.3 Realização

4.1.3.1 Dimensões da intervenção pedagógica

Para Siedentop (2008), a instrução, a gestão, o clima e a disciplina são as quatro dimensões fundamentais para que haja uma boa intervenção pedagógica.

Nesta fase, passei do plano conceitual para a dimensão real, da prática, para a reflexão dos resultados dessa aplicação e sua reformulação. Para isso, foi muito importante a formação acadêmica, de forma a poder instruir com conhecimento científico. Esse conhecimento permitiu-me desenvolver competência na organização da aula e tempos na tarefa, gestão de conflitos, intervenção pedagógica, entre outras competências inerentes à disciplina de EF.

De acordo com Matos (2014, p. 4), esta etapa é onde o EE pretende “conduzir com eficácia a realização da aula, atuando de acordo com as tarefas didáticas e tendo em conta as diferentes dimensões da intervenção pedagógica”. Ou seja, deve: (i) Recorrer a mecanismos de diferenciação pedagógica tendo em conta a diversidade dos alunos; (ii) Promover aprendizagens significativas; (iii) Utilizar terminologia específica; (iv) Envolver os alunos de forma ativa; (v) Otimizar o tempo potencial de aprendizagem nos vários domínios, a qualidade da instrução, o *feedback* pedagógico, o clima, gestão e disciplina da aula; e (vi) Recorrer a decisões de ajustamento.

Segundo Rosado e Mesquita (2011) “os *feedbacks* descritivos e prescritos, bem como a colocação de questões acerca da prestação dos alunos, repercutem melhores efeitos”. Na fase de instrução são muito importantes a apreciação e as estratégias instrucionais como auxiliares, tais como a demonstração, o questionamento e a comunicação não verbal. Na PES, nas minhas aulas, o *feedback* foi um dos elementos mais fundamentais devido a diversos fatores: permitiu uma maior e melhor ligação professor-aluno; a motivação dos alunos foi aumentada devido a serem corrigidos e alvo de atenção por parte do professor; demonstração de conhecimento nas correções ou no reforço da informação; demonstração de capacidade de observação e *timing* na respetiva intervenção. Tudo isto feito de forma construtiva, afetiva e motivadora, elevando a autoconfiança dos alunos, a sua aplicação nas tarefas e aumentando as aprendizagens.

Na fase de instrução, para além do *feedback*, foi muito importante no processo de ensino e aprendizagem, as demonstrações, quer fossem realizadas por mim, quer usando os alunos como agentes de ensino, modelos de execução prática. As demonstrações são muito importantes para o aluno visualizar, na prática, as execuções técnicas a realizar ou a forma de organização do exercício. Quando na turma não existia um aluno que fosse capaz de produzir um bom exemplo de execução na modalidade, fazia eu a demonstração prática, mas sempre que possível

dava oportunidade ao aluno de o fazer, valorizando as suas experiência e nível de execução e motivando os outros a fazê-lo noutras modalidades ou circunstâncias.

Relativamente ao clima na sala de aula, houve uma clara diferenciação do ensino do nono ano e do ensino profissional do décimo segundo ano – curso de turismo, devido ao perfil de cada uma das vias de ensino. No curso profissional, os alunos são mais rebeldes e tive de ter um rigor muito maior neste parâmetro, sendo uma das competências a desenvolver nesta turma. Disciplinador, mantendo a motivação e aprendizagens, foi o lema utilizado para o curso profissional. Correu muito bem, pois com rigor e disciplina, mas ao mesmo tempo com uma aproximação afetiva individualizada, cheguei ao coração de cada um, consegui assim o controlo da turma. No ensino básico regular, nono ano, o controlo da turma foi claramente mais acessível, pela idade e menor irreverência dos alunos. Neste aspeto, ajudou a minha experiência de treinador de futebol e *personal trainer* no ginásio. Na instrução, numa fase inicial, tive alguma apreensão e dificuldade, mas com o decorrer das aulas, tudo normalizou. A gestão do tempo de aula, gestão dos ritmos de aprendizagens, gestão dos alunos na tarefa, centrar-me e forçar-me no essencial do ensino e aprendizagens dos alunos são aspetos que foram claramente aumentando e melhorando.

Tudo isto permitiu que o ensino fosse realizado num ambiente positivo, estimulante e facilitador das aprendizagens.

Para manter os alunos motivados e a evoluírem na aprendizagem, foi muito importante a dinâmica da aula e a seleção dos exercícios. Procurei sempre que as aulas fossem intensas, mas ao mesmo tempo ajustadas ao nível diagnosticado, geral e individual. Procurei uma seleção de exercícios dinamizadores, intensos e motivadores para a prática, por vezes através da repetição para uma consolidação das aprendizagens, outras vezes com o princípio da variabilidade, para uma maior diversificação de tarefas.

Após a avaliação diagnóstica, foi constatado que nas turmas do nono ano e na turma do ensino profissional as mesmas eram heterogéneas relativamente ao nível da prestação e execução. Foram necessárias planificações ajustadas e diferenciadas por níveis e por aptidões, bem como planos de aula e escolha de exercícios. Desta forma foi notória a evolução dos grupos, quem era bom tornou-se melhor e quem sabia menos, evoluiu ao seu ritmo, com os seus respetivos colegas.

De forma a conseguir a atenção dos alunos no decorrer da PES, introduzi ao longo do ano diferentes modelos de instrução, entre eles: instrução direta; aprendizagem cooperativa; educação desportiva; ensino por pares; ensino baseado no questionamento. A introdução dos modelos tornou-se necessária para alcançar um conhecimento mais profundo e rigoroso no

processo de ensino e aprendizagem. Os autores Mesquita e Graça (2011) têm demonstrado que “entre modelos de instrução mais centrados na direção do professor e modelos que concedem mais espaço à descoberta e à iniciativa dos alunos há que encontrar o justo equilíbrio entre as necessidades de direção e apoio e as necessidades de exercitar a autonomia, de modo a criar as condições favoráveis para uma vinculação duradoura à prática desportiva (p. 45-46)”.

Começando pela turma do quinto ano, utilizei o modelo de instrução direta (MID). O motivo da utilização deste modelo prendeu-se com a normal insegurança inicial em gerir alunos de um escalão etário mais baixo. Nestas idades, senti que este modelo seria mais propício na forma de controlar a turma e de passar a mensagem da aula, visto que o MID tem o professor como protagonista no processo de ensino e aprendizagem, onde este propõe uma solução-modelo, definida para um determinado problema a apresentar ao aluno.

No nono ano, o modelo escolhido foi o mesmo que no quinto ano, porém como o contacto com a turma foi maior, apliquei igualmente o modelo de ensino por pares na UD de ginástica. O objetivo foi proporcionar trocas de aprendizagens mais efetivas entre os alunos, desenvolvendo o respeito na interação entre alunos e professor durante as instruções e programas de aprendizagens.

No caso das modalidades coletivas implementei o modelo de aprendizagem cooperativa, onde foi valorizado a interação e o trabalho em grupo. Partindo de uma avaliação inicial, organizei grupos de trabalho com quatro a cinco elementos que incluíam alunos com diferentes níveis de competência motora. Em fases mais avançadas das UD, introduzi também o fator competitivo, aplicando deste modo as bases do modelo educação desportivo (MED). Este foi usado nas modalidades de badminton, voleibol, basquetebol e futebol.

O MED esteve presente desde o princípio até ao fim do ano letivo na turma do 12.º ano. A execução deste modelo nesta turma deveu-se ao facto de os alunos estarem de alguma forma desmotivados para a EF. Assim, a inclusão deste modelo trouxe à turma a motivação que faltava para realizarem as aulas de EF. Desde os exercícios de ativação geral até aos exercícios finais esteve sempre presente o fator competição entre as equipas, ou seja, foi criada uma estratégia que era acessível a todos os alunos, dando alguma justiça nas classificações gerais.

As características deste modelo foram: 1) a organização estrutural numa só temporada ao longo de todo o ano letivo; 2) a filiação, onde os alunos permaneceram nas mesmas equipas; 3) a competição formal; 4) evento final que culminou com o momento de encerramento, onde se destacou os recordes de cada equipa e os pontos; 5) festa, celebrando de forma única através da entrega dos prémios a todas as equipas. Este modelo de ensino mostrou-se importante ao longo do ano para aumentar a densidade motora das aulas, ajudando a desenvolver as

habilidades e condicionamentos do desporto em específico, fazendo com que todos trabalhassem coletivamente o senso de união de grupo. Nesta turma contei com o apoio de duas alunas, que por questões médicas não podiam realizar a aula na sua vertente prática, porém incumbi-lhes a tarefa de secretariado para controlar a pontuação de cada equipa.

4.2.3.1 Avaliação

“A avaliação é uma questão complexa, em permanente discussão e geradora de muitas dúvidas e constrangimentos. Apesar de ser um elemento integrante e regulador das práticas pedagógicas dos professores, tem também a função de certificação das aprendizagens realizadas e das competências desenvolvidas pelos alunos” (Maria & Lisboa, 2013).

A avaliação, parte integrante do planeamento, permite aferir se os alunos atingiram os objetivos/competências definidos, se a condução do processo de ensino por parte do professor teve um efeito positivo, verificar a progressão dos alunos de uma forma geral e do aluno de em particular, resultando numa classificação final dos alunos relativamente ao seu desempenho.

A avaliação atual assume-se como um processo formativo, contínuo. O processo de avaliação é cada vez mais individual, cada vez mais direcionado para o aluno e para o processo e não para o produto final. Como referem Chng e Lund (2018) a preponderância e a importância do aluno no processo de avaliação têm tido cada vez mais destaque e protagonismo, nomeadamente com a aula invertida, a avaliação de pares, de colegas, a auto e heteroavaliação. A avaliação tem cada vez mais intervenientes e variáveis, centra-se cada vez mais nas competências essenciais definidas, pelas aprendizagens essenciais e cada vez menos nos objetivos específicos.

Tornou-se importante ao longo da PES saber como, quando e porquê avaliar. A partir daí decorreu a necessidade da procura dos diferentes métodos de avaliação como elemento regulador e promotor da qualidade do ensino e da aprendizagem. Atendendo a tudo isto, durante cada período realizei vários tipos de avaliação: a diagnóstica (AD), a formativa, a sumativa (AS) e a autoavaliação (AT). No início de cada UD foi realizada a avaliação diagnóstica, permitindo aferir o nível das turmas e seu enquadramento nos níveis psicomotores e se necessário uma reformulação do planeamento. Foi através da AD que organizei os grupos de trabalho e a escolha dos modelos de instrução.

A avaliação formativa é uma forma de recolher informação através de tarefas, testes, portefólios. É um aspeto fundamental para recolher informações sobre o processo de ensino e

aprendizagem de forma a nos permitir reformular a nossa atuação em prol do desempenho dos alunos.

A avaliação sumativa foi realizada no final de cada unidade didática, no mesmo formato da avaliação diagnóstica, para permitir observar a progressão de cada aluno. Deste modo, os critérios de avaliação usados na ESAG eram distribuídos da seguinte forma:

- 80% psicomotor (45% para desempenho, 45% para a participação e 10% no conhecimento teórico) e 20% para as atitudes e valores (incluía regras, responsabilidade, assiduidade e pontualidade - 25% cada).

Relativamente aos alunos com atestado médico que não puderam realizar as aulas na sua vertente prática, tiveram que realizar um portefólio por período. Os critérios de avaliação nestes casos usados na ESAG foram distribuídos da seguinte forma:

- 25% na formalidade (tipo de letra, capa, introdução, desenvolvimento e conclusão do trabalho) e 75% no conteúdo (sumários, informações, história, regras, curiosidades e apreciação).

Tendo em conta os 10% de conhecimento teórico acima referidos, foram aplicadas fichas de avaliação no primeiro e segundo período.

Relativamente à autoavaliação, “os professores devem partilhar o poder e a responsabilidade de avaliar com os alunos” (Costa, Resende, & Albuquerque, 2013) e, por isso, “a ação exercida pelo professor deve suceder à ação de autoavaliação por parte do aluno” (*op. cit.*, p. 55). Na ESAG a autoavaliação era feita em suporte digital. De forma a conseguir um diálogo com os alunos sobre o desempenho por eles obtidos, realizei também o questionamento direto.

Segundo Nobre (2015) “avaliar as aprendizagens constitui uma competência profissional dos professores e uma exigência social. É na relação entre estes dois mandatos que têm lugar as ações avaliativas dos professores”. Na atualidade a avaliação e a classificação é um problema para os encarregados de educação. Estes querem boas classificações para os seus educandos, não questionam o processo de aprendizagem, mas sim o produto final. Avaliar não é apenas classificar. Avaliar é uma capacidade inerente ao professor, que no caso de educação física está dependente da capacidade de observar, está dependente do conhecimento inerente à modalidade a lecionar. O meu sucesso como professor, em relação à avaliação, traduziu-se pelo sucesso dos alunos, ao atingirem todas classificações superiores a 3 valores ou 10 valores. Mesmo aqueles com mais dificuldades, demonstraram ter apreendido os conteúdos e atingido os objetivos e as competências essenciais e o perfil de saída pretendido. No meu entender todos acabaram o ano com motivação para a prática desportiva no futuro, conhecendo os riscos do

sedentarismo e sendo cidadãos ativos em termos desportivos na sociedade. Portanto, objetivo era de não deixar ninguém para trás, pois todos são importantes.

5. Participação na escola e relação com a comunidade

5.1. Atividades realizadas

As participações dos EE nas atividades realizadas são essenciais para promover a capacidade de organização e perceber como funciona a comunidade escolar. As atividades realizadas ao longo da PES foram promovidas por diferentes grupos (desde o grupo de EF até à direção da escola), tendo em comum a participação dos estudantes da ESAG e a colaboração do núcleo da PES.

“A sociedade presente, marcada pela diversidade e pela pluralidade, exige funções acrescidas à escola, colocando-lhe a responsabilidade de preparar os jovens para o futuro que terá que enfrentar. Assim, além de gestor da aula, o professor tem que ser um gestor de relações pessoais e de conflitos, um gestor administrativo, um gestor de tarefas de interação entre os vários elementos da comunidade escolar, e ainda gestor da interação com a comunidade. O professor vê-se, assim, envolto numa multiplicidade de tarefas às quais tem que ser capaz de dar resposta” (Silva, 2009, p. 9).

As atividades realizadas pela e para a comunidade escolar ao longo da PES foram as seguintes:

Atividade 1. Torneio de Voleibol: uma das atividades realizadas pelo grupo de EF no 1º período foi o Torneio de Duplas de Voleibol. O mesmo contou com a participação de 250 alunos. Para a organização do torneio, o grupo 620 optou pela divisão de tarefas. Enquanto EE a nossa tarefa passou de auxílio nas mesas de jogo certificando que os boletins de jogo estavam corretos e nas entregas dos lanches. No desenrolar do torneio, e em várias conversas com vários elementos do grupo 620, consegui perceber que este já era um torneio com uma longa tradição e que se realizava sempre no final do 1º período, e na opinião de todos foi um torneio que superou todas as expectativas pois o numero de participantes aumentou significativamente e onde ao longo do torneio foi visível o gosto pelo desporto nomeadamente pelo voleibol.

Atividade 2. Corta Mato: É uma das atividades mais importantes da disciplina de EF, para os alunos, onde a participação e a classificação nos 3ª primeiros lugares dão diretamente acesso à participação no corta mato distrital, sendo esta uma competição entre todas as escolas.

Inicialmente e em reunião de grupo, a data para a realização do corta-mato ficou marcada para o final do 1º período, ou seja, dia 16 de dezembro 2019. Em virtude da instabilidade/previsão climatérica adversa para o dia previsto da realização do Corta Mato Escolar o mesmo teve de ser alterado, para a 1ª semana do 2º período (dia 8 de janeiro). Para a realização de toda a logística: percurso, controlo de chegadas, partidas e lanches foi efetuada pelo grupo 620. Para a realização da atividade foi solicitada a presença de uma ambulância dos BV de Leixões. Inicialmente o número de inscritos para a participação era acima de 90 alunos, mas no dia da competição aparecerem cerca de 78 alunos. De salientar, que esta é uma atividade que conta com a participação, em maior número, de alunos do ensino básico (EB).

Atividade 3. Surf: esta atividade contou com a participação dos alunos do 9ºC e 9ºD. Aproveitou-se a existência de uma parceria do desporto escolar com as escolas de surf situadas perto da ESAG. Esta visita teve como objetivo presentear os alunos com a prática de novas modalidades.

Atividade 4. Desporto Escolar: Grupo de Xadrez. Na ESAG só existe duas modalidades: xadrez e atletismo. Então decidi optar pela modalidade de xadrez já que tinha pouco conhecimento sobre a mesma. Fui acompanhar os alunos da escola apurados para um torneio na escola profissional de Vila Nova de Gaia. De realçar que esta experiência me enriqueceu, consegui aprender e ficar com noções básicas da modalidade.

Atividade 5. Corta Mato – Distrital: organizado pela Coordenação local do Desporto Escolar (CLDE) Porto, realizado na passada segunda-feira, 3 de fevereiro 2020, no Parque da Cidade do Porto. Nesta edição, o Corta Mato Distrital do Desporto Escolar, teve mais de 5 mil jovens, oriundos de 148 escolas a participar. Em relação a participação da Escola Secundária Augusto Gomes (ESAG), estava prevista uma participação de cerca de 14 alunos, aos quais só 11 estiveram presentes no evento. De salientar, que na participação de iniciados masculinos conseguimos o 1º lugar. Relativamente a toda a logística feita pela CLDE, para a organização e realização de todo este evento foi fantástico, onde todo o percurso estava delineado e programado ao pormenor.

Atividade 6. Uma referência para as atividades que realizei com a minha turma do curso profissional de turismo. Uma palestra com o tema: “faz acontecer” com o orador André Leonardo e numa aula, no modulo exploração da natureza, há participação Doutor Nuno Gramaxo, professor no ISMAI.

Atividade 7. Seminário: por fim a última atividade realizada, o Seminário, foi da exclusiva responsabilidade do Núcleo da PES e o mesmo optou por realizá-lo de acordo com o projeto que escolheu no início do ano letivo “Explorar os efeitos dos jogos projetados pelos

alunos na motivação e criatividade motora e cognitiva”, orientado pela Doutora Sara Santos. A realização do seminário apresentou-se como uma experiência bastante desafiante, importante e enriquecedora. Esta apresentação foi feita através da aplicação GoogleMeet, pois estávamos em tempo de pandemia. Uma realidade totalmente diferente daquela que imaginávamos na qual tivemos que nos adaptar. O projeto, foi desenvolvido ao longo do segundo e terceiro período na Escola Secundária Augusto Gomes. O projeto foi implementado em duas turmas do oitavo ano e duas de nono ano. O estudo, que incluiu 102 alunos, com média de idades de 14 anos. A apresentação do seminário foi aberta a toda comunidade escolar, contou com a presença de alguns professores de EF, a orientadora do projeto, alunos, um convidado especial, professor Miguel Costa e um colega estagiário do ISMAI. No fim foram colocadas perguntas, fez-se um pequeno debate para troca de ideias e finalizamos com agradecimentos. De salientar que este Seminário foi fruto de muito trabalho e de muita insistência, de forma a desenvolver um estudo de iniciação à investigação científica para a sensibilização dos pais, professores e da comunidade em geral. No entanto, o seminário é um evento anual para os EE apresentarem um projeto final de ano. O projeto deste ano, no núcleo da PES da ESAG, consistiu em “explorar os efeitos dos jogos projetados pelos alunos na motivação e na criatividade cognitiva e motora em crianças e jovens”. Com a exploração e investigação do tema deste seminário desenvolvemos métodos de pesquisa e exploração de conhecimento. Foi uma aprendizagem produtiva e numa área diferenciada. Baseado na iniciação à investigação científica, permitiu o desenvolvimento de competências diferenciadas.

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

O papel do professor na escola é muito mais do que apenas dar aulas. A escola em si é mais do que quatro paredes, é considerada uma comunidade, denominada Comunidade Escolar. A interação nessa comunidade, com os meus alunos, com os meus colegas EE, com os auxiliares de ação educativa, com a direção e secretaria, fizeram de mim um professor melhor e com uma experiência enriquecedora, principalmente ao nível dos princípios éticos. Esse enriquecimento produziu-se principalmente na participação em atividades, as mais variadas possíveis, ao nível da organização e realização. Na ESAG, existe um Plano Anual de Atividades transversal a todos os grupos de Departamentos. Tentei sempre estar a par de todas as atividades de toda a escola, de todos os grupos disciplinares, mantendo uma interdisciplinaridade de aprendizagem e partilha com os outros. Aprender aspetos organizacionais, como consegui no torneio de voleibol, lidar com muitas pessoas em simultâneo, tal como no corta-mato, interagir com os alunos num

contexto diferente da sala de aula, como aconteceu no torneio de xadrez. Aprender enquanto aluno, aprender com os outros, aprender com os alunos, aprender com os outros grupos disciplinares, aprender nos mais contextos diversificados e com funções diferentes (organizador/planeador/operacionalizador), dotou-me de mais ferramentas científico pedagógicas para o processo de ensino e aprendizagem. Queria aprender e interagir mais com a comunidade educativa e seus respetivos órgãos, no entanto, devido a pandemia Covid 19 tal não foi possível e a partir de março ficamos limitados neste parâmetro.

Gostaria aqui de referir um aspeto muito importante do professor que acho que se está a perder um pouco e que eu particularmente gostaria de revitalizar. Os termos: “o professor é o meu ídolo”; “quando for grande quero ser professor”. Penso que esta ideologia é conseguida pela participação ativa em atividades na escola, mas também pela empatia e pela imagem que se passa aos alunos. Uma empatia conseguida para além do interior do pavilhão, que extravasa para o interior dos alunos; conhecê-los de forma mais profunda, para tirar o maior partido deles; conseguir essa empatia, participando com eles em torneios (Torneio de Voleibol), em vistas de estudo (surf), no desporto escolar (grupo equipa de xadrez), mas também conversando com eles, tocando nos seus corações; conseguir chegar mais cedo às aulas e conversar individualmente, sabendo o que os motiva, mas também o que os perturba; não saindo após o toque, mas conversando com aqueles que manifestam claramente indicadores de que algo não está bem; passar a mensagem que a escola é uma família, e não seria uma família, sem alguém que os ensinasse, mas acima de tudo que os acarinhasse.

No ensino atual, o professor não pode ser uma figura central, inatingível e num patamar acima de todos. Hoje um professor é alguém que ensina e que aprende com os alunos, que lhes dá voz e se faz ouvir: alguém que demonstra conhecimento, mas que busca sempre mais e aberto para aprender com os próprios alunos; que avalia, mas que dá oportunidade aos alunos avaliarem os colegas e a si mesmos (autoavaliação); alguém que planifica, mas que é flexível e que permite aos alunos escolher de acordo com as suas motivações e práticas desportivas.

No final do ano, penso que consegui criar empatia com todos os alunos e ser uma referência para eles. Acho que os conquistei através do rigor e profissionalismo, mas também pela amizade que fica para a vida e por ter uma aproximação afetivo-profissional, tornando-me importante na vida pessoal deles e eles na minha. Tratei todos eles pelo nome que gostam, conhecê-los pessoalmente e seus gostos, principalmente desportivos, pessoais, e conhecer a sua origem geográfica. Recordarei estes alunos para sempre e eles retribuem com: “gostaríamos que fosse o nosso professor para o próximo ano letivo”.

Os valores desportivos adquiridos ao longo da minha formação desportiva enquanto praticante foram transmitidos, importantes e presentes em todas as aulas, em todos os meus alunos: ser o primeiro a chegar ao treino (aulas); não faltar porque senão não aprendo nem sou convocado; dar o meu máximo, não deixar para amanhã o que posso fazer hoje; se o professor pede dez, faz doze, não faças oito; queres ser melhor amanhã, treina acima do teu limite; o descanso é importante, os hábitos de higiene são fundamentais (banho após as aulas); sem uma alimentação equilibrada não vale a pena fazer exercício; nem tudo na vida é desporto e ensino – estuda, mas diverte-te, namora, passa tempo com a família – o tempo não volta atrás. Isto fez com que nas turmas em que lecionei encontrasse alunos com vontade de aprender, com respeito pelo professor e que davam valor ao trabalho realizado. De acordo com Gouveia (2008), o aluno tem a expectativa de que a escola e os professores orientarão o seu relacionamento com os vários interlocutores, que garantam o respeito e o cumprimento das regras e deveres estabelecidos, assegurem todo o apoio necessário ao seu bem-estar e sejam intervenientes ativos na resolução justa dos conflitos de interesse que possam ocorrer.

Por fim, foi frequente a realização de várias reflexões após a leção das aulas, retirando das mesmas aspetos positivos e negativos, referindo posteriormente as dificuldades sentidas de forma a melhorar nas aulas seguintes. Após todas as UD fazia uma *check list* de aspetos positivos e negativos como aprendizagem e como correção futuras.

Refletir não foi um ponto de partida, nem uma meta, mas foi um caminho, um processo importante para melhorar, para a reestruturação de documentos, de aulas, de estratégias e de correções no processo de ensino e aprendizagem. Ajudou-me assim, a compreender certas atitudes dos alunos, sendo estas positivas ou negativas, estimulando-me a procurar estratégias de forma a melhorar os aspetos negativos sentidos e vivenciados.

5.3. Socialização profissional e institucional

“O olhar atento do estagiário deverá aproveitar a oportunidade de contato com a escola para descobrir valores, organização, funcionamento dela, bem como a vida e o trabalho dos seus professores” (Lima, Castro, Cardoso, & Resende, 2014)

O processo é possível graças à ação dos chamados agentes sociais, que são as instituições e os sujeitos representativos com capacidade para transmitir os elementos culturais apropriados. Os agentes sociais de maior relevância são a escola e a família.

A comunidade educativa é um conjunto de pessoal docente, pessoal não docente e os alunos. Relativamente ao pessoal não docente, temos os serviços administrativos e os auxiliares de ação educativa. Procurei sempre interagir com eles, cumprimentá-los todos os dias, tratá-los pelo nome e perguntar-lhes sempre se está tudo bem e mostrar a minha disponibilidade pessoal para qualquer situação. Os auxiliares mais próximos da minha atividade, são os que trabalham no pavilhão e foram muito importantes para a minha integração na escola, mas também para a minha atividade docente, no que respeita à gestão dos espaços e do material. O Sr. Augusto e a Dona Margarida: pessoas especiais que não poderia deixar de os retratar aqui pelo nome. Disponíveis para tudo e para todas as situações. Ao nível dos serviços administrativos, sempre disponíveis e muito profissionais. Interagi presencialmente com eles e por email institucional: horários, assiduidade, formação profissional, entre outras temáticas a tratar. No que concerne ao pessoal docente, tive o cuidado de sair da minha zona de conforto, que é no pavilhão, para ir pontualmente para a sala de professores e conviver presencialmente com os outros grupos disciplinares. Porém, a maioria das vezes era entre os professores do grupo de EF, numa sala própria para o efeito. O convívio entre pares foi muito importante, pois para além do convívio social, a partilha de experiências e de ideias, permitiu um crescimento no conhecimento específico na área da EF. Para além destes momentos de descontração e convívio, o contato com o pessoal docente, foi feito em reuniões gerais, com todos os docentes da escola, nas reuniões de grupo disciplinar, em reuniões de departamento e reuniões dos conselhos de turma do nono ano de escolaridade e décimo segundo ano do curso profissional. Estes contatos foram presenciais até março, sempre antecidos de informação por email institucional. Após março, pelas razões já referidas, as reuniões foram *online*, à distância, na plataforma *GoogleMeet*. Foi uma nova aprendizagem com tecnologia e instrumentos novos para mim.

A sociabilização entre os intervenientes do PES foi muito proativa e teve muitos momentos ao longo do ano letivo. No caso da SV tivemos uma vantagem, por coincidência acumulava funções na ESAG, tendo por isso o privilégio de estar presente em muitos momentos, em atividades ou em reuniões. A OC foi quem mais nos acompanhou nas atividades letivas e extracurriculares (reuniões e atividades de grupo) e mostrou-se sempre atenta e presente em todos os momentos necessários à correção, *feedback* e posterior aprendizagem. No nosso grupo PES éramos três aspirantes a professores, que muito trabalharam, mas que também muito conviveram entre si. Estivemos em constante aprendizagem social, de afetos e de conhecimentos, partilharmos erros uns dos outros, antecipando cenários, ultrapassando barreiras e assim fomos uma família.

Para além da minha experiência e aprendizagem profissional enquanto EE, fiz uma das coisas que considero fundamentais, tal como em todos os lados por onde tenho passado: amizades que ficam para a vida. A escola não é apenas transmitir conhecimentos e ensinar alunos, mas aprender com eles, com os nossos pares, sociabilizar e rentabilizar o tempo despendido na comunidade educativa, para que nunca digamos: perdi tempo com..., mas sim, ganhei tempo, ganhei amigos, verdadeiros amigos e formei alunos com um currículo transversal: alunos com as competências planeadas e com perfil. Verdadeiros homens para integrar a sociedade.

5.4. A componente ético-profissional

“O *fair play* significa muito mais do que o simples respeitar das regras; mas cobre as noções de amizade, de respeito pelo outro, e de espírito desportivo, um modo de pensar, e não simplesmente um comportamento. O conceito abrange a problemática da luta contra a batota, a arte de usar a astúcia dentro do respeito das regras, o doping, a violência (tanto física como verbal), a desigualdade de oportunidades, a comercialização excessiva e a corrupção” (Instituto Português do Desporto e Juventude, 2014, p.32)

Em todas as profissões existe um código deontológico de atuação baseado em determinados parâmetros e princípios. A profissão de professor não foge à regra e esse código tem um conjunto de condutas e procedimentos, para atuar em todos os contextos do processo de ensino e aprendizagem e com todos os seus intervenientes: alunos, professores e auxiliares de ação educativa. De frisar que para além deste código de conduta, é necessário o seu cruzamento com o regulamento interno da escola, com os seus direitos e deveres a exercer na comunidade educativa, mas também os meus valores familiares transmitidos pelos meus pais e familiares: humildade, saber ouvir, saber estar, respeitar os outros e perceber o nosso lugar na comunidade.

Falar de ética no desporto é falar de fair play. Mas afinal o que é o fair play? Aplica-se na escola e na EF? Devo transmitir princípios inerentes a ele aos meus alunos? O fair play é uma conduta positiva no desporto e na atividade física. Incentivar a respeitar colegas e adversários nas modalidades desportivas. Nas aulas de EF foi sempre um princípio a desenvolver nos meus alunos: ajudar para ser ajudado, competir, mas não tentar ganhar a

qualquer custo, respeitar as regras e saber aplicá-las. Saber ganhar, lutar sempre para ganhar, mas saber perder também é uma virtude e uma aprendizagem.

Um dos métodos de ensino usados para estimular o espírito de grupo foi o trabalho colaborativo e o trabalho de pares ou grupos. Saber interagir uns com os outros respeitando as diferenças e as capacidades de execução diferenciadas, mas com as mesmas regras, valores e princípios de jogo. Juntos fizemos a diferença e juntos somos mais fortes.

Enquanto EE procurei sempre ser proativo e com iniciativa em todos os momentos e contextos. Dentro do pavilhão (aula/atividades curriculares) e fora dele (atividades extracurriculares). Também nas reuniões de grupo e departamento procurei sempre partilhar as minhas ideias, participando de forma ativa, na construção de documentos, tais como: planeamento anual, critérios de avaliação, planeamento por ciclos, roulement, plano anual de atividades, entre outros mais. Fazer todas as atividades descritas e a lecionação de aulas, sempre com responsabilidade e inovação. Chegar a horas, ser o primeiro a chegar ao pavilhão e ser o último a sair. Pontual e sempre equipado a rigor. Ser exigente com os alunos, no cumprimento das regras e normas definidas em regimento da disciplina e da escola, mas em simultâneo condescendente com eles, dando-lhes segundas oportunidades, merecidas.

Deste modo classifico a minha atitude enquanto EE e futuro professor, como uma postura forte, capaz de mudar mentalidades, procurando a harmonia entre todos os alunos. Este trabalho de conduta ética, de rigor, de afetos e motivação permitiu um grande controlo da turma e aproximação afetiva. De facto, a motivação dos alunos é muito importante nas aulas de EF para que estes possam evoluir a nível motor, social e psicológico. Segundo Minelli (2010), a motivação dos alunos é, nos dias de hoje, um grande desafio que os professores enfrentam e isso tem sido um dos motivos que faz com que as práticas pedagógicas no ensino tenham de ser modificadas e repensadas com mais frequência” (pp. 598-609).

O trabalho individual e em grupo foi usado nas minhas aulas, pois ambos têm aspetos positivos e dependendo do contexto foram uma mais valia. O trabalho individual, usado nas modalidades individuais e trabalhos de casa, permitiu diferenciar nominalmente e aferir a singularidade. Mas para perceber a interação entre eles, privilegiei mais vezes o trabalho de grupo, com espírito de equipa e partilha na qual funcionou muito bem. Numa primeira fase os grupos eram constituídos com critérios definidos por mim, mas selecionados por eles (afinidades pessoais, gosto pelas mesmas modalidades desportivas). Numa segunda fase os grupos eram escolhidos por mim, com novos elementos, procurando novas formas de sociabilização e valores.

Com estes procedimentos, código de ética profissional, consegui sempre um clima bastante positivo nas aulas, mantendo elevados os índices de motivação. Com os alunos despertos e motivados para a tarefa, as aulas eram mais intensas, competitivas e a aprendizagem foi superior e continua. Os níveis foram aumentados progressivamente. Os alunos para além do conhecimento específico das modalidades lecionadas aprenderam princípios e valores, desenvolveram-se harmoniosamente, com personalidades fortes, ativas e participativas. Formamos alunos preparados para a sociedade, pois desenvolvemos neles competências, cidadãos livres, responsáveis, autónomos e solidários. Saberem estar e respeitar os outros, associados aos princípios de *fair play* desenvolvido nas aulas, são competências importantes para assim, julgarem todas as situações de uma forma crítica, mas construtiva e alicerçada no saber ouvir e saber estar e seu enquadramento no meio social em que habitam.

6. Desenvolvimento profissional

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

O processo de aprendizagem em todas as profissões não é estanque, pelo contrário, é um processo contínuo. A docência também é um processo de reciclagem de conhecimentos, saberes, novas abordagens de aprendizagem, atualização de tecnologias, terminologias e conceitos, bem como alterações de programa a lecionar. Nunca devemos parar o processo de aprendizagem, pois se isso acontecer, estagnamos e tornamo-nos obsoletos, ultrapassados. Esta é uma profissão em constante evolução e transformação, pois a sociedade é mutável e os alunos também, daí tudo o processo de ensino e aprendizagem também o seja, para se ajustar a toda esta transformação.

A formação nas universidades aborda muitas das modalidades presentes no programa de EF, mas é verdade que aparecem muitas outras no programa nacional de EF e de interesse para os alunos, que é necessário um processo de formação para poder lecionar. Para além de modalidades de ensino, também é necessária formação em várias áreas paralelas ao mesmo: pedagógicas, administrativas, tecnologias/informáticas/ensino a distância/currículos/Erasmus.

Existe uma constante aprendizagem. Também o ensino e a profissão estão divididos em escalões e são necessárias horas de formação, específicas e gerais, para poder avançar nesses mesmos escalões. Defendo que devemos fazer essas formações, mas ao mesmo tempo outras, de iniciativa própria, pela motivação intrínseca de querer mais e querer ser melhor.

A formação deve ancorar-se sempre que possível na situação concreta do ensino, contexto onde decorre a aprendizagem (Resende *et al.*, 2014). Devemos procurar formações específicas da nossa área de intervenção e de planeamento, mas sem esquecer a formação geral, para um melhor enquadramento pedagógico dessa mesma formação.

Devido à pandemia Covid 19, não foi possível a realização de formações presencialmente. Estava previsto frequentarmos uma acerca do funcionamento Google Meet – Classroom. Devido a algumas incompatibilidades não a frequentamos *online*, mas tivemos oportunidade, por intermédio da OC, de ter acesso às gravações das sessões síncronas.

A formação é um processo necessário que deve ser uma constante ao longo da vida, reciclando conhecimentos e aquisição de novos, com o intuito de melhorar o meu processo de ensino e consequentemente as aprendizagens e competências dos alunos.

7. Ensino a Distância – E@D

13 de março de 2020. A pandemia Covid 19 afetou a comunidade escolar. Um ensino presencial que passou a ensino a distância. Uma data que mudou a forma de ensinar e de sermos professores, ficará na história esta mudança. Foi uma preparação para o futuro e uma adaptação total a uma nova realidade. As universidades não nos prepararam, os professores universitários também não, a SV e a OC também não, mas é verdade que tal não era previsível. Também é verdade que não nos abandonaram e em conjunto “construímos” um sistema de ensino em poucos dias, em poucas semanas e em funcionamento pleno. Uma clara demonstração de força, de conhecimento e de superação de toda a comunidade portuguesa e particularmente da comunidade docente.

Tal como referido ao longo desta dissertação acerca do Covid 19, a reflexão acerca deste ensino não presencial não poderia ser dissociada do restante, uma vez que fez parte integrante do ano letivo, neste caso, na parte final do segundo período e em todo o terceiro período. A partir do momento em que não foi possível dar aulas na escola, tudo mudou. Numa primeira fase, seguindo o roteiro do ensino a distância do ministério da educação e a adaptação à realidade da ESAG, iniciamos o terceiro período com aulas síncronas e assíncronas. Aulas de cem e de cinquenta minutos cada, isto é três aulas por semana. As aulas foram lecionadas na plataforma Google Meet - Classroom. Tive que adaptar-me e aprender rapidamente como lecionar através destas plataformas digitais de ser autodidata e proativo, servindo-me de vários tutoriais. A aula síncrona foi usada para manter os alunos em atividade e combater o excesso sedentarismo e isolamento resultante do covid-19. Dei aulas de aptidão física e capacidades motoras, aulas de fitness, de cardio, treino

funcional, ainda consegui abordar a unidade didática de atletismo e também abordei jogos lúdicos *online* de desporto, tais como *gloriafit*, entre outros. Procurei sempre estimular os alunos a interagirem entre si e a uma competição saudável. A serem competitivos, tal como refiro na reflexão de aula na semana 7: “...sentia que estava a encontrar a minha própria estratégia e o rumo certo nesta lecionação do ensino a distância. Esta semana consegui encontrar o ponto chave. Após a leitura atenta dos FB dos alunos acerca das minhas aulas e os excelentes comentários, percebi que eles queriam mais competição.” Nas aulas assíncronas abordei conhecimentos específicos de EF, estimei os alunos a desenvolverem trabalhos e apresentações, sempre com avaliações formativas, de pares e autoavaliação.

Foi, sem dúvida, uma experiência que nos enriqueceu e trouxe-nos muitas ferramentas para utilizarmos no nosso futuro profissional

8. REFLEXÕES FINAIS

Ao iniciar o ano letivo, fi-lo como EE, imaturo, com pouca experiência em contextos de aula prática com alunos, inseguro, com alguma ansiedade e angústia. Quase terminado o ano letivo, com uma bagagem de experiências curriculares e extracurriculares, sinto-me mais confiante para o futuro. Continuo a achar que há muito caminho para fazer, mas ao mesmo tempo encaro os novos desafios com menor ansiedade, menor angústia e com muita tranquilidade. Tornei-me mais preparado para o ensino, nas suas diferentes vertentes (pedagógica, organizacional, atividades, ensino à distância). No início achava que o ensino era um processo mais simples e com uma dimensão muito específica, centrada no conhecimento e na sua transmissão. Agora vejo com maior clareza que é um processo muito abrangente e complexo, com muitos intervenientes e com muita interação. É necessária uma construção de conhecimentos e experiências diversificadas, pois o aluno como referência central é uma caixinha de surpresas. Temos de ter um repertório de experiências e conhecimentos adquiridos para lidar com todas estas situações e a sua variabilidade. Sinto-me mais tranquilo em relação ao futuro. Ser professor é uma profissão exigente e apaixonante e de futuro quero mais e ser melhor. Agora, sei qual o caminho, isto é continuar a estudar, continuar a dar aulas, continuar a aprender, continuar a ser como o ISMAI, a SV e a OC me ensinaram e prepararam.

Em relação à reflexão sobre a minha prática profissional, acho que correu de acordo com as minhas expectativas. Via-me como um professor exigente e em simultâneo amigo dos alunos. Isso acabou por acontecer. Dei aulas com paixão, transmiti esses sentimentos associados ao conhecimento inerente às unidades didáticas e os alunos aprenderam e apaixonaram-se pelo

desporto, pela atividade física. Quero ver estes meus alunos, de futuro, a praticar desporto, a seguirem a carreira desportiva, a seguirem a profissão de professor, a serem exigentes com os outros e consigo mesmos, mas ao mesmo tempo a aproveitarem o que de bom tem a vida: diversão, família e responsabilidade.

Uma palavra final à ESAG, acolheu-me com todos os seus intervenientes. Uma escola que ficará na minha caixinha de recordações. Amizades que perdurarão. Partilha de conhecimento e de pares que consolidaram e acrescentaram conteúdo à minha profissão futura: ser professor. Para se ser um bom docente, para o ano de estágio correr bem, é necessário, para além da escola, uma comunidade educativa coesa, de partilha e de interligações. Foi o que encontrei. Uma direção sempre disponível, flexível e profissional, olhando para a nossa situação profissional, mas também pessoal. Uma secretaria com todas as informações legais necessárias. Auxiliares de ação educativa trabalhadores, disponíveis e comunicativos, particularmente os auxiliares do Pavilhão Desportivo. Fantásticos. Colegas de área específica disponíveis para tudo, principalmente para partilhar conhecimento, documentos e colegas de áreas disciplinares diferentes para fazer um excelente trabalho interdisciplinar. Alunos com vontade de aprender e de interagir connosco e encarregados de educação presentes nos momentos mais oportunos da vida escolar dos seus educandos.

O processo de aprendizagem foi contínuo. Cada dia foi um passo, caminhando numa construção sólida. Cada dia foi uma experiência diferente e enriquecedora. Evolui muito desde a entrada até ao momento em que me encontro: evolui como pessoa, desenvolvi competências enquanto EE. Assim, este ano foi muito mais que uma prática supervisionada, fui aluno, fui professor, fui e continuo um aprendiz, mas claramente mais preparado para o futuro.

Os objetivos previamente definidos no início do ano letivo foram claramente alcançados, com exceção do planeamento anual devido ao Covid-19, mas colmatado com as aulas síncronas e assíncronas, à distância. Esta meta foi visível pelo sucesso obtido por parte dos alunos, vivenciando as suas evoluções, a vontade de aprender e melhorar, a persistência que de cada parte existiu para alcançar o pretendido, saindo deste percurso com a sensação de dever cumprido, tendo sido na minha opinião um EE que procurou motivar os alunos, que os possibilitou uma aprendizagem cuidada e adequada, que, promoveu sempre um bom clima de aula, contribuiu para a formação de valores e os ajudou de certa forma a encontrar respostas para os desafios da vida. Procurei sempre inovar nas práticas pedagógicas, com recurso a instrumentos diferenciados e a tecnologias inovadoras: vídeos, plataformas digitais, rede *online*, Facebook, WhatsApp, etc...

As atividades extracurriculares e as atividades fora do âmbito da escola, mas na comunidade educativa e fora dela foram determinantes para um crescimento e desenvolvimento relativamente à minha formação pessoal e profissional enquanto futuro professor de EF. Essa formação transversal foi determinante para a minha evolução e terá de ser uma constante ao longo da carreira docente. Aprender cada vez mais para ensinar cada vez melhor.

Esta etapa de EE termina, mas logo outra se seguirá. O caminho faz-se com expectativa e motivação, com conhecimentos e experiência adquiridos, com amizades que ficam para a vida e com uma retaguarda de segurança e apoio: ESAG e ISMAI sempre disponíveis, SV e OC sempre em contato para esclarecimentos, mas também elos de amizade, núcleo da PES, amigos e profissionais para a vida.

“A satisfação reside no esforço, não no resultado obtido. O esforço total é plena vitória”
– Mahatma Gandhi.

9. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 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* (pp. 81-112). Florianópolis: Coleção Temas em Movimento.
- Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em educação física* (3ª ed.). Lisboa: Livros Horizonte
- Bezerra, M. A. (2014). *Professores: Imagens Do Futuro Presente. Administração: Ensino e Pesquisa* (Vol. 15). <https://doi.org/10.13058/raep.2014.v15n2.40>
- Chng, L. S., & Lund, J. (2018). Assessment for Learning in Physical Education: The What, Why and How. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 89(8), 29–34. <https://doi.org/10.1080/07303084.2018.1503119>
- Conselho Nacional de Educação. (2016). *Processos de Descentralização em Educação*.
- Costa, M., Resende, R., & Albuquerque, A. (2013). A avaliação da Prática de Ensino Supervisionada no Instituto Superior da Maia. *Cadernos de Educação*, (46), 119–137.
- Galera, J. B., & Camargo, R. De. (n.d.). A gestão do espaço físico escolar: um desafio social 1, 1–16.
- Gouveia, P. (2008). *Percepções de Justiça na Adolescência. A Escola e a Legitimação das Autoridades Institucionais*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Graça, A. (2001). Breve roteiro da investigação empírica na Pedagogia do Desporto: a investigação sobre o ensino da educação física. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 2001(1), 104–113. <https://doi.org/10.5628/rpcd.01.01.104>
- Graça, A., & Mesquita, I. (2007). A investigação sobre os modelos de ensino dos jogos desportivos. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 2007(3), 401–421. <https://doi.org/10.5628/rpcd.07.03.401>
- Graça, A., & Mesquita, I. (2013). Modelos e concepções de ensino dos jogos desportivos. In F. Tavares (Ed.), *Jogos desportivos coletivos: Ensinar a jogar* (pp. 9-44). Porto.
- Instituto Português do Desporto e Juventude. (2014). *Código De Ética Desportiva*. Retrieved from http://www.pned.pt/media/24987/codigoetica_web.pdf
- Lima, R., Cardoso, S., Resende, R., Albuquerque, A., Castro, J., & Pimenta, N. (2014). Formação Inicial de Professores de Educação Física: A perspetiva dos Estudantes Estagiários. *Formação Inicial de Professores: Reflexão e Investigação Da Prática Profissional*, (January), 77–92.
- Lima, R., Castro, J., Cardoso, S., & Resende, R. (2014). A Prática de Ensino Supervisionada:

- AS dificuldades dos estudantes estagiários. *Revista da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto*, 5, 68–74.
- López-Pastor, V. M., Kirk, D., Lorente-Catalán, E., MacPhail, A., & Macdonald, D. (2013). Alternative assessment in physical education: A review of international literature. *Sport, Education and Society*, 18(1), 57–76. <https://doi.org/10.1080/13573322.2012.713860>
- L., Costa, F., Jacinto, J., Cruz, S., Pedreira, M., & Rocha, L. (2001). Programa Nacional de Educação Física. *Ensino Básico–2º e 3º ciclos*
- MARCELO GARCIA, C. (2009). Desenvolvimento profissional docente: passado e futuro. *Sísifo: Revista de Ciências Da Educação*, 08, 7–22. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1109/ICCSIT.2009.5234982>
- Maria, A., & Lisboa, D. (2013). Conceções e Práticas Avaliativas de Professores do Ensino Básico, dissertação de doutoramento da FCDEF.
- Matos (2014, p.4) Matos, Z. (2014). Normas Orientadoras do Estágio Profissional do Ciclo de Estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da FADEUP.
- Mesquita, I., & Graça, A. (2011). Modelos instrucionais no ensino do Desporto. In A. Rosado & I. Mesquita (Eds.), *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: FMH Edições.
- Minelli, D., Nascimento, G., Vieira, L. & Rinaldi, I. (2010). O Estilo Motivacional de Professores de Educação Física. *Revista Motriz*, 16 (3), 598-609.
- Nobre, P. (2015). Avaliação das Aprendizagens no Ensino Secundário: Conceções, Práticas e Usos, 514. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10316/29191>, dissertação de Mestrado da Universidade Aberta.
- Nóvoa, A. (2007). O regresso dos professores. *Conference on Teacher Professional Development for the Quality and Equity of Lifelong Learning*". Retrieved from http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/687/1/21238_rp_antonio_novoa.pdf 3 de abril
- Nóvoa, A. (2009). Para uma formação de professores construída dentro da profissão. *Revista de Educación* (350), 1–17. Retrieved from http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/670/1/21232_1681-5653_181-199.pdf, 18 de Maio de 2012%5Cnhttp://www.revistaeducacion.mec.es/re350/re350_09por.pdf, em 17 de Fevereiro de 2011
- Resende, R., & Lima, R. (2016). Relação professor de educação física e alunos. *Relações Interpessoais: Conceções e Contextos de Intervenção e Avaliação*, (November), 133–153.

- Resende, R., Lima, R., Silva, E., & Albuquerque, A. (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
- Rosado, A. & Mesquita, I (2011). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução. In Rosado A. & Mesquita, I. (Ed.). *Pedagogia do desporto* (pp. 69 – 130). Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.
- Rovegno, I., Nevett, M., & Babiarz, M. (2001). Learning and teaching invasion-game tactics in 4th grade: Introduction and theoretical perspective. *Journal of Teaching in Physical Education*, 20(4), 341-351.
- Santos, F., Batista, P., Sousa, T., Gomes, J., & Cunha, M. (2013). Perceções dos estudantes-estagiários acerca do processo formativo vivenciado em estágio e seu contributo para a profissão. *Olhares Sobre o Estágio Profissional Em Educação Física*, 193–205.
- Seabra, C., Silva, E., & Resende, R. (2016). A prática de ensino supervisionada em educação física. *Journal of Sport Pedagogy and Research*, 2(3), 32–47.
- Siedentop, D. (2008). Aprender a enseñar la educación física, 137–138.
- Silva, R., Queirós, P., & Mesquita, I. (2017). Modelos de Ensino do Desporto: O olhar dos alunos. Estudo no âmbito do Estágio Profissional em Educação Física. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 2017(S1A), 107–114.
<https://doi.org/10.5628/rpcd.17.s1a.107>
- Silva, V. (2009). *Para o estudo da entrevista*. Lisboa: Edições Colibri.
- St. Pierre, L (2004). L’habileté d’autoévaluation: pourquoi et comment la développer? [Versão eletrónica]. *Pédagogie Collégiale*, vol.18, n.º 1, octobre 2004.
- Vickers, J. (1990). *Instructional design for teaching physical activities: a knowledge structures approach*. H. K. Books, ed. Champaign.